

The Mix Company

Making Gluten-free Easy – and Fun!

Vegan

No dairy

Low-sodium

No soy/No corn

Gluten-free

Non-GMO

No MSG/No preservatives

Store in a cool dry place.
See Best Before date inside

45g

Recipes Inside



Medium
Spice

Ottawa Valley Maple Garlic

Meals & Appetizers

Makes 750ml Dip

Allergen-Friendly Mix

✦ Proudly manufactured in Canada using Canadian ingredients

Maple Garlic Dip

Stir ½ pkg **Maple Garlic Combo** into 1½ cups [375ml] yogurt, mayo, sour cream or non-dairy substitute. Let stand 5 minutes. Makes 1½ cups [375ml].

Poppysed Berry Salad

Combine chopped romaine with poppyseeds and sliced strawberries. Toss with **Maple Garlic Dip** (recipe above). Add other berries, nuts or seeds for variety.

Maple Garlic Stirfry

Stirfry any combination of vegetable pieces: onion, bok choy, peppers, mushrooms, celery, carrot, etc. Sprinkle with **Maple Garlic Combo** to add zip!

Roasted or Grilled Vegetables

Wash baby potatoes or any raw vegetables. Toss with olive oil. Sprinkle with **Maple Garlic Combo** and toss again. Grill or roast until tender.

****Maple Garlic Combo is also great on chicken, ham, pork roast...**

more recipes & mixes at
TheMixCompany.com

The Mix Company™

Eganville, Ontario K0J 1T0

613-628-3387

Ingredients: Garlic, Ottawa Valley maple sugar, onion, leek, green & red sweet peppers, celery, carrot, sea salt, herbs, tapioca starch, black pepper, dry mustard, nutmeg.

Nutrition Facts

per serving of 1/16 pkg (2.8g)
1.5 Tbsp (23 ml) Prepared
16 servings

| Amount per serving | Mix | †Prepared |
|------------------------|-----|-----------|
| Calories | 15 | 60 |
| Calories from fat | 0% | 69% |
| % Daily Value | | |
| Total Fat 0g* | 0% | 6% |
| Saturated Fat 0g | 0% | 9% |
| + Trans Fat 0g | | |
| Cholesterol 0mg | 0% | 4% |
| Sodium 98mg | 4% | 5% |
| Total Carb 1g | 1% | 1% |
| Dietary Fibre 0g | 0% | 0% |
| Sugars .5g | | |
| Protein .4g | 1% | 2% |
| Vitamin A | 0% | 4% |
| Vitamin C | 0% | 2% |
| Calcium | 0% | 6% |
| Iron | 2% | 2% |

* Amount in dry mix.

† Prepared dip using low-fat sour cream.

Satisfaction Guaranteed
manufactured in a facility where
treenuts & peanuts may be present

The Mix Company

Sans gluten – Simple et fun!

Vegan

Sans produits laitiers

Pauvre en sel

Sans soja/sans maïs

Sans gluten

Non-OGM

Sans agents de conservation

Conserver dans un endroit frais et sec.

Voir la date à l'intérieur.

45g

Recettes à l'intérieur



Moyennement épicé

Combiné l'érable et à l'ail

Repas et apéritifs

Donne 750ml de trempette

Pour ceux qui ont des allergies!

❁ Fièrement produit au Canada avec des ingrédients Canadien

Trempette à l'érable et à l'ail

Ajouter ½ du **Combiné à l'érable et à l'ail** dans 1½ tasse [375ml] de yogourt, de mayo ou de crème sûre. Laisser reposer 5 minutes. Donne 1½ tasses [375ml].

Salade aux baies et aux graines de pavot

Saupoudrer la laitue romaine avec des graines de pavot et des fraises coupées. Saupoudrer avec **Trempette à l'érable et à l'ail**. Ajouter des baies, noix ou autres épices pour varier.

Garlic Stirfry

Faire sauter un mélange de légumes coupés. Saupoudrer avec **Mélange l'érable et à l'ail**.

Légumes rôtis ou grillés

Laver des petites patates ou des légumes crus de votre choix. Badigeonner d'huile d'olive. Saupoudrer avec **Combiné l'ail du gourmet** et badigeonner de nouveau. Griller jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

plus de recettes & de mélanges
@ TheMixCompany.com

The Mix Company™

Eganville, Ontario K0J 1T0

613-628-3387

Ingredients: Ail, sucre d'érable, oignon, poireux, poivrons vert et rouge, celeri, carotte, sel de mer, herbes, fécule de tapioca, poivre noir, moutarde sèche, muscade.

Valeur nutritive

par portion de 1/16 sachet (2.8g)
1.5 c. à soupe (23 ml) préparés
16 portions par sachet

| Teneur par portion | Mélange | †Préparé |
|----------------------|---------|----------|
| Calories | 15 | 60 |
| Calories des lipides | 0% | 69% |
| % valeur quotidienne | | |
| Lipides 0g* | 0% | 6% |
| Satures 0g | 0% | 9% |
| + Trans 0g | | |
| Cholestérol 0mg | 0% | 4% |
| Sodium 98mg | 4% | 5% |
| Glucides 1g | 1% | 1% |
| Fibres 0g | 0% | 0% |
| Sucres .5g | | |
| Protéines .4g | 1% | 2% |
| Vitamine A | 0% | 4% |
| Vitamine C | 0% | 2% |
| Calcium | 0% | 6% |
| Fer | 2% | 2% |

* Teneur du mélange sec.

† Préparé utilisant de crème sûre légère.

Satisfaction garantie

Fabriqué là ou des noix/arachides peuvent être présentes