

Dom oszczędny z natury

SVARTNORA

Lampa wisząca,
czarny, 38 cm

249,-



Na dłużej

Zrównoważona codzienność

W IKEA znamy mnóstwo sposobów na to, by codzienne przedmioty służyły jak najdłużej. Wiemy, że czasem tak łatwa czynność, jak dokręcenie śrub krzesła czy szafy może przedłużyć im życie o wiele lat.

Dlatego zebraliśmy kilka najprostszych wskazówek, by zainspirować Cię do działania. Rozejrzyj się. Może już dziś możesz zastosować którąś z nich w swoim domu

Sprawdź nasze wskazówki i inspiracje jak dbać o swój dom i prowadzić bardziej zrównoważone życie.
Jest to łatwiejsze niż Ci się wydaje



IKEA 365+

Pojemnik na żywność,
prostokąt/szkło, 1.0 l

12,⁹⁹



VARDAGEN

Karafka z pokrywką,
szkło 1.0 l

17,99

Około jedna trzecia żywności produkowanej na całym świecie marnuje się. Bądź kreatywny w kuchni. Zużyj resztki, planuj z wyprzedzeniem i kupuj tylko to, czego potrzebujesz.

Źródło: WWF, Walka ze zmianami klimatu poprzez zapobieganie marnowaniu żywności.



ÖVERMÄTT

Ośłona żywności,
kpl 3 szt, silikon

19,99



KUNGSFORS

Torba siatka, kpl 2 szt.,
naturalny

24,99



Żeby patelnia służyła ci latami po każdym użyciu myj ją ręcznie. Nie używaj ostrych zmywaków ani detergentów do zmywarek, bo mogą uszkodzić powierzchnię naczynia.

Używaj wyłącznie drewnianych i plastikowych przyborów kuchennych, bez ostrych krawędzi.



IKEA 365+

Patelnia, 28 cm

59,99



FILBUNKE

Przybory, 3 szt.
12,99



VÄLVÅRDAD Wkład szczotki do zmywania, włókno z liści agawy
9,99



RINNIG Ścierka, biały/ciemno-szary/wzór, 45x60 cm, 4 szt.
12,99



VÄLVÅRDAD Szczotka do zmywania, stal nierdz/buk
19,99



ÄDELSTEN Moździerz, marmur czarny
69,99



IKEA 365+ Szybkowar, stal nierdz, 6 l
259,-

Nowość



IKEA 365+
Zestaw naczyń kuchennych, 9 cz., stal nierdz
299,-

Aby zapobiec plamom, zawsze wycieraj naczynia do sucha po myciu. Plamy i ślady można usunąć małą ilością octu rozcieńczonego w letniej wodzie. Aby zapobiec plamom z soli, nie dodawaj soli, zanim zawartość naczynia nie zacznie się gotować.

Zachowaj lato w słoiku

Przygotowywanie przetworów

Marynowana czerwona kapusta

PORCJE: 1 SŁOIK

CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 MIN. + 1 TYDZIEŃ MARYNOWANIA

SKŁADNIKI:

20 ml octu

20 ml wody

5 ml cukru

1 +1 łyżeczki soli

2 liście laurowe

1 łyżeczka ziaren kolendry

~ łyżeczki płatków chilli

400 g czerwonej kapusty

PRZYGOTOWANIE:

Zagotuj w garnku ocet, wodę, cukier, 1 łyżeczkę soli i przyprawy.

Zdejmij z ognia i pozostaw na 30 min.

Pokrój kapustę na cienkie plasterki i włóż do miski.

Zmieszaj z 1 łyżeczką soli i pozostaw na 20 min., żeby zmiękła.

Odlej płyn i włóż kapustę do słoika.

Przecedź zalewę octową i zalej nią kapustę.

Przykryj i zostaw do marynowania w lodówce na przynajmniej tydzień przed podaniem.

Marynowana czerwona kapusta

– łatwa do przygotowania czerwona kapusta to świetny dodatek do taco, curry, sałatek, kiełbasek, wrapów czy dań głównych.

Masz zamiar wyposażyć swoją spiżarnię w różnego rodzaju przepyszne dżemy, konfitury, powidła, kiszonki i marynowane frykasy, ale nie masz w czym ich przechować?

Zajrzyj do IKEA, wyjdź z naręczem słoików, butelek, lejeków i innych niezbędnych, i bierz się do działania!





VARDAGEN

Dzbanek z miarką,
szkło, 0.5 l

19,99

VARDAGEN

Słoik z pokrywką, szkło
bezbarwne, 1.9 l

19,99



Przezroczyste pojemniki na otwartych półkach? Czemu nie! Otwarte spiżarnie są nie tylko stylowe i na czasie, ale i ekologiczne. Widząc, co masz w zapasie, marnujesz mniej jedzenia. Kiedy jedzenie jest zjadane, pieniądze są oszczędzane.

Sprawdź oznaczenia czy pudełko i jego pokrywka mogą być użytkowane w piekarniku, mikrofalówce i zmywarce.



ISTAD

Torebka strunowa,
turkusowy, 30 szt.

19,99



Z IKEA nic się nie zmarnuje

Jeden pojemnik do zamrażalnika, lodówki i piekarnika



IKEA 365+ Pojemnik
na żywność, prostokąt/szkło, 1.0 l
12,99



IKEA 365+ Pojemnik
na żywność, kwadrat/szkło, 0.6 l
12,99



IKEA 365+ Pojemnik
na żywność, okrągły/szkło, 0.4 l
7,99



IKEA 365+ Pojemnik
na żywność, prostokąt/szkło, 1.8 l
24,99



IKEA 365+ Pojemnik
na żywność, kwadrat/szkło, 1.2 l
17,99



IKEA 365+ Pojemnik
na żywność, okrągły/szkło, 0.6 l
12,99



IKEA 365+ Pokrywka,
prostokąt/plastik
7,-



IKEA 365+ Pokrywka,
kwadrat/plastik
6,-



IKEA 365+ Pokrywka,
okrągły/plastik
6,-



IKEA 365+ Pokrywka,
prostokąt/bambus
18,-



IKEA 365+ Pokrywka,
kwadrat/bambus
12,-



IKEA 365+ Pokrywka,
okrągły/bambus
12,-



Ciesz się
smakiem
zdrowych
kiełków
z własnej
hodowli

Potrzebne
będą

1.

Pojemnik
na ogród -
np. KUGGIS
lub plastikowe
opakowanie
po żywności.

3.

Nasiona, np. rzodkiewki,
kalafiora, szpinaku, marchwi,
rzeżuchy, cukinii, słonecznika,
ogórka konserwowego.

2.

Mata kokosowa,
której użyjemy
jako podłoża.
Możesz ją
zastąpić
ziemią,
skrawkami
materiałów
lub watą.





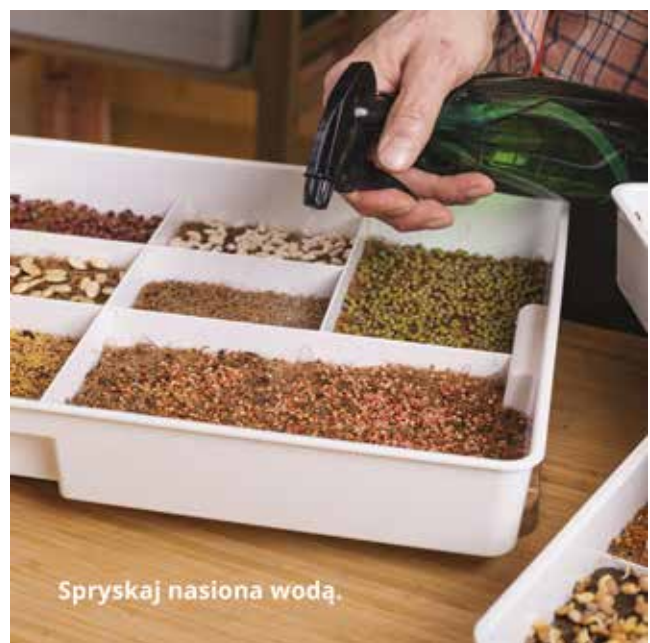
Potnij matę kokosową na fragmenty pasujące wielkością do przegródek pojemnika i...



...umieść je w pojemniku.



Umieść nasiona na podłożu. Groch czy fasolę należy najpierw 1 dzień namaczać w wodzie, a następnie przechowywać w ciemnym miejscu 1-2 dni. Dopiero wtedy umieścić je na macie.



Spryskaj nasiona wodą.



KUGGIS

Wkład biały
z 6 przegródkami

49,⁹⁹

Przykryj ogród na 1-2 dni i spryskuj wodą 1-2 razy dziennie. To moment gdy nasiona będą kiełkować.



Po tygodniu możesz już chwalić się swoim mikroogrodem.

Dom od kuchni

Lepsze
dla Ciebie
+ dla Planety
IKEA.pl/dlaPlanety

Do wyprodukowania frontów BODARP
użyto nikomu niepotrzebnych,
ponownie przetworzonych butelek PET.

BODARP
Drzwi, szarozielony
40x80 cm
204.355.44

80,-

Oszczędzanie energii
to oszczędzanie pieniędzy.
Wybieraj sprzęt z wysoką
klasą energetyczną.

Oszczędzasz wodę i energię, ponieważ
bateria ma mechanizm ograniczający
przepływ wody, przy jednoczesnym
zachowaniu ciśnienia.

Płyta indukcyjna skraca czas
gotowania o 50%, jednocześnie
oszczędzając niemal połowę
energii zużywanej przez tradycyjne
płyty elektryczne.
Teraz możesz oszczędzać czas,
energję i pieniądze, nie wychodząc
z kuchni.

Teraz pora na recykling!
Seria koszy HÅLLBAR skutecznie ułatwia
sortowanie odpadów, a dodatkowo
sprytnie dopasowuje się
do każdej kuchni.

Bezpłatna
gwarancja

25
lat

na meble serii METOD

Bezpłatna
gwarancja

10
lat

na baterie kuchenne

Bezpłatna
gwarancja

5
lat

na sprzęt AGD



UPPDATERA Wkład do szuflady, jasny bambus, 20x50 cm
59,99



APTITLIG Deska do krojenia, bambus, 45x28 cm
49,99



UPPDATERA Taca na sztucce, jasny bambus, 32x50 cm
99,99



UPPDATERA Taca na sztucce, jasny bambus, 52x50 cm
129,-



GEMAK Durszlak, kremowy
64,99



KNOPPÄNG Rama z plakatem, ogród, 40x50 cm, 2 szt.
79,99



Aby ułatwić czyszczenie
sztućców i ograniczyć
ryzyko pojawienia się rdzy,
należy zawsze od razu
spłukiwać wszelkie resztki
jedzenia. Pamiętaj, żeby
nie wkładać do szuflady
mokrych sztućców.



NEREBY Haczyk "s", biały, 5 szt.
9,99



NEREBY Szyna, brzoza, 40 cm
12,99



NEREBY Pojemnik, naturalny
14,99



NEREBY Półka ścienna, brzoza, 40x10 cm
29,99

Segreguj na



BIO

✓ TAK:
odpady warzywne i owocowe, skorupki jaj, fusy po kawie i herbatce, zwiędłe kwiaty oraz rośliny doniczkowe, resztki jedzenia bez mięsa, kości oraz tłuszczów zwierzęcych

✗ NIE:
resztki mięsne, kości oraz tłuszcze zwierzęce, olej jadalny, ziemia, kamienie, odchody zwierząt, drewniane wykalczki i przybory kuchenne



Papier

✓ TAK:
czyste opakowania z papieru i tektury, gazety, czasopisma i ulotki, kartony, zeszyty, papier biurowy

✗ NIE:
zatłuszczone opakowania z papieru, paragony, zużyte ręczniki papierowe i chusteczki, papierowe torebki śniadaniowe foliowane od środka



Odpady zmieszane

✓ TAK:
resztki mięsne oraz kości, mokry lub zabrudzony papier, zużyte materiały higieniczne, w tym pieluchy jednorazowe, żwir z kuwet dla zwierząt, fajans, potłuczone szyby i lustra, tekstylia

✗ NIE:
sprzęt elektryczny oraz elektroniczny, AGD, baterie i akumulatory, odpady budowlane i remontowe, odpady zielone, leki oraz chemikalia



Szkło

✓ TAK:
opakowania szklane bez zakrętek, w szczególności: puste butelki, słoiki, opakowania po kosmetykach, puste opakowania po lekach

✗ NIE:
szkło stołowe, ceramika, wyroby ze szkła żaroodpornego, szkło okienne, lustra, szyby, żarówki, świetlówki, porcelana



Metale i tworzywa sztuczne

✓ TAK:
puste, zgniecione butelki plastikowe, zakrętki od butelek i słoików, plastikowe opakowania, torebki, worki foliowe, kartony po sokach i mleku (tzw. tetrapaki), zgniecione puszki po napojach i żywności

✗ NIE:
baterie i akumulatory, sprzęt elektryczny oraz elektroniczny, puszki i pojemniki po farbach, butelki po olejach samochodowych, zatłuszczone pojemniki po żywności



DIMPA Torba na odpady, 3 szt., 22x35x45 cm/35 l
29,99



SORTERA Kosz do segregacji odpadów, biały, 37 l
34,99



FILUR Kosz plastikowy z pokrywką, biały, 42 l
49,99



KNÖCKLA Kosz pedałow, ciemnoszary, 50 l
139,-

A jak się zmechaci?

Rozwiązanie lepsze dla Twojego portfela i planety!

EVERTSBERG

Sofa 2-osobowa rozkładana,
z pojemnikiem, ciemnoszary

2499,-



Mechacenie się tkanin jest procesem naturalnym w którym, włókna splątują się podczas użytkowania. Zamiast wymieniać całe pokrycie sofy, wykorzystaj maszynkę do golenia i pozbądź się nieznośnych kuleczek.



SANELA

Poszewka,
jasnooliwkowy 50x50

29,⁹⁹



SKALA

Taca, brzoza, 44 cm

49,⁹⁹



FJÄLLBO

Stolik kawowy, czarny,
90x46 cm

249,-



SKÄRIG

Zegar, niebieski,
26 cm

69,⁹⁹



MISTERHULT

Lampa stołowa,
bambus, 36 cm

129,-



EVERTSBERG

Fotel, ciemnoszary

999,-



VITMOSSA Pled,
szary, 120x160 cm
12,-



GURLI Poszewka,
jasnoróżowy, 50x50 cm
12,99



LEIKNY Poszewka,
czarny/wielobarwny, 50x50 cm
24,99



ÅSVEIG Poszewka,
szaroturkusowy, 50x50 cm
34,99



RÖDEBY Podstawka na
podłokietnik, bambus
59,99



IDALINNEA Poszewka, nie-
bieski/biały, wzór, 50x50 cm
17,99



SVARTHÖ Poszewka,
szary/beż, 50x50 cm
59,99



KOPPARBLAD Pościel,
granatowy 200x200/50x60 cm
169,-



INDIRA Narzuta, 150x250 cm
59,99



INGABRITTA Pled,
jasnoszary, 130x170 cm
149,-



Pamiętaj, żeby zawsze przed praniem zapoznać się z informacjami na metce. Różne tkaniny mogą mieć różne wymagania co do temperatury prania czy sposobu suszenia.



Jak tchnąć nowe życie w Twoją sofę

Zanim kupisz nową, spróbuj odświeżyć tę, którą już masz. Odświeżenie, zmianę wyglądu lub naprawę sofy w zrównoważony sposób umożliwią Ci: części zamienne, pokrycia, nogi oraz dodatki. Zapewniają wiele lat komfortowego użytkowania i generują mniej odpadów.



KIVIK

Wewn poducha oparcia,
część zamienna

100,-

Wypadki chodzą po sofach. Możesz szybciej potrzebować zmiany boku czy poduszki niż całej sofy, dlatego wymiana uszkodzonych lub zużytych elementów naprawdę może poprawić wygląd Twojej sofy.



NÄSSELKLOCKA

Poszewka, kremowy/
kwiatowy wzór, 50x50 cm

49,⁹⁹



SANELA

Poszewka, beżowy,
50x50 cm

29,⁹⁹



KÖLAX

Narzuta, szarozielony,
150x250 cm

179,-



ÅSVEIG

Poszewka, ciemny beż,
40x65 cm

39,⁹⁹



NYMÅNE

Lampa podłogowa
/do czytania, biały

219,-



SANDARED

Puf, beżowy, 45 cm

199,-



Nowe pokrycie to łatwy i skuteczny sposób na odnowienie sofy. Ale nie tylko - wymiana pokrycia da Ci możliwość zmiany jej wyglądu także w zależności od sezonu, a może nastroju?



Dobry sen to nie przypadek

Odwiedź nas i znajdź materac idealny dla siebie

Bezpłatna
gwarancja

25
lat

Codzienne życie stawia wysokie wymagania materacom i dnom łóżek. Materace i dna łóżek z IKEA poddawane są rygorystycznym testom, by sprostać naszym surowym standardom dotyczącym jakości, wytrzymałości i trwałości.



Z początku nowy materac może wydawać się nieco za twardy. Oczekaj miesiąc, aby Twoje ciało przyzwyczyliło się do materaca, a materac dopasował się.

VESTMARKA

Materac sprężynowy,
średnio twardy/jasnoniebieski,
140x200 cm

699,-



VALEVÅG

Materac, sprężyny kieszeniowe,
średnio twardy/jasnoniebieski,
140x200 cm

1199,-



Na zwrot masz 90 dni. Spokojnie prześpij się z nowym zakupem. Pamiętaj, że aby uzyskać optymalny komfort potrzebna jest odpowiednia poduszka.





Wiesz, że większość materacy jest pakowana w rulon, a praktyczne uchwyty po bokach pomagają w jego przenoszeniu? Dzięki temu nowy zakup możesz łatwo zabrać do domu.



LUDDROS Poszewka ochronna, 50x60 cm
12,99



GRÖNAMARANT Poduszka, niska, 50x60 cm
69,99



GRUSNARV Wodoodporny ochraniacz na materac, 90x200 cm
69,99



ÄNGSKORN Ochraniacz na materac, 140x200 cm
149,-



Uzupełniając swój materac o ochraniacz lub matę, sprawisz, że materac będzie bardziej higieniczny, ponieważ łatwo się go zdejmuje i będzie służył Ci dłużej.

Zielono i naturalnie w sypialni

#worklifesleepbalance

Odwiedź naszą stronę i dowiedz się więcej



HÖVOLM

Wieszak z 6 gałkami, dąb

49,⁹⁹

Życie w biegu, stres i nadmiar bodźców utrudniają zasypianie i komfortowy sen. Bez odpowiedniego wypoczynku w nocy, osłabiamy odporność organizmu, stajemy się drażliwi, odczuwamy spadek nastroju, problemy ze skupieniem i pamięcią. Sprawdź na naszej stronie jak temu zapobiec i jak się dobrze wyspać.



NYPON

Oślonka doniczki,
szary, 15 cm

15,⁹⁹



SALUDING

Kosz, wykonano
ręcznie, bambus,
30 cm

59,⁹⁹



OSTBIT

Taca, brzoza,
25x33 cm

34,⁹⁹



INGRUN

Pled, ciemnozielony,
130x170 cm

49,⁹⁹



MALLGRODA

Pudełko, okleina
jesionowa, 25x10 cm

69,⁹⁹



SMÅSPORRE

Kołdra, ciepła,
150x200 cm

99,⁹⁹



HANNALILL Zasłona,
2 szt., beżowy, 145x300 cm
129,-



LENDÄ Zasłona z wiązaniem,
szaroturkus., 140x300 cm, 2 szt.
129,99



BRUNKRISSLA Pościel,
jasnoniebieski, 150x200/50x60 cm
79,99



JUNIMAGNOLIA Pościel,
białogranatowy, 200x200/50x60 cm
139,-



JÄTTEVALLMO Pościel,
beżowy/ciemnoszary,
150x200/50x60 cm
69,99



BLÄVINDA Pościel,
szary, 150x200/50x60 cm
179,-



SY

Taśma do podklejania
firanek, 10 m

9,99

Pamiętaj, że każda tkanina kurczy się podczas pierwszego prania. Najpierw wypierz, później skróć. Aby skrócić zasłony bez konieczności szycia, użyj podklejanej taśmy SY.



ULLVIDE Poszewka,
szary, 50x60 cm
19,99



DVALA Prześcieradło,
szaroturkus., 140x200 cm
59,99



STJÄRNBRÄCKA Kołdra,
ciepła, 150x200 cm
149,-



STJÄRNBRÄCKA Kołdra,
ciepła, 200x200 cm
199,-



FÖRNUFTIG

Filtr do usuwania
cząsteczek stałych

45,-



Chcesz wiedzieć więcej na temat powietrza, którym oddychasz w swoim domu? Sprawdź jakość powietrza w oparciu o cząsteczki PM 2,5 za pomocą tego stylowego i łatwego w użyciu czujnika.

W IKEA znajdziesz oczyszczacze powietrza FÖRNUFTIG z wymiennymi filtrami. Wejdź na naszą stronę i odkryj wszystkie produkty do oczyszczania powietrza.

VINDRIKTNING

Czujnik jakości powietrza

49,⁹⁹



FÖRNUFTIG

Oczyszczacz powietrza,
czarny, 31x45 cm

299,-



SMART HOME czyli ...

INTELIgENTNY dom

KTÓRYM MOŻNA ZARZĄDZAĆ Z KANAPY :)



Czy wiesz, że IKEA posiada system **SMART HOME** ?

Czy to skomplikowane ?
Nie ! To bardzo **PROSTE** !

Poznaj **BOHATERÓW** tego odcinka :)

Twój **SMARFON** :)
To on **RZĄDZI** całym systemem

PILOT i **PRZYCIEMNIACZ** -
MAŁI **POMOCNICY** -

ZA TO **BRAMKA** jest **SERCEM** całego domu (INTELIgENTNEGO)



OŚWIETLENIE ZINTEGROWANE



OŚWIETLENIE RESZTY DOMU



INTELIgENTNE ROLETY



NAGŁOŻNIENIE SYMFONISK



EKIPA DO ZADAŃ SPECJALNYCH



Twoje **CENTRUM DOWODZENIA**

Tylko nie spadnij z **WRAŻENIA** :)



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play

IKEA stawia na akumulatorki

Chcesz się przyłączyć?

Chcemy, żeby wszyscy mogli cieszyć się lepszym codziennym życiem bez szkodenia środowisku naturalnemu, które musimy przecież zachować dla następnych pokoleń. Z tego powodu w IKEA rezygnujemy z baterii alkalicznych AA oraz AAA na rzecz akumulatorów LADDA.



Jedną z ich zalet jest fakt, że zawsze masz pod ręką gotowe do użycia baterie. A jeśli zużywasz dużo baterii, dzięki akumulatorkom możesz sporo zaoszczędzić.



LADDA

Akumulator do ładowania, HR03 AAA 1.2V, 750mAh, 4 szt.

19,⁹⁹



KOPPLA

Ładowarka USB, 3 porty, biały

29,⁹⁹



LADDA

Akumulator do ładowania, HR06 AA 1.2V, 1900mAh, 4 szt.

24,⁹⁹



STENKOL

Ładowarka

35,-



TJUGO

Ładowarka, szarozielony

89,⁹⁹



ENEBY

Przenośny głośnik bluetooth, czarny, 15x7.5 cm

99,⁹⁹

W trosce o kolejne pokolenia i Twój spokój



MÅLA Pisak do tablicy, różne kolory, 4 szt.
9,99



MÅLA Kredki świecowe, różne kolory, 12 szt.
9,99



MÅLA Cienki marker, różne kolory, 12 szt.
9,99



FLISAT Szafka ścienna, 70x9x16 cm
79,99



Wszystkie artykuły z serii MÅLA są oczywiście nietoksyczne - dbamy o kreatywne umysły generacji równie mocno, jak Ty. Malowanie łagodzi stres i odpręża po całym dniu wypełnionym zajęciami.



MÅLA Rolka papieru do rysowania, 30 m
15,99



MÅLA Ciastolina, różne kolory, 6 szt.
24,99



UNDERHÅLLA Zegar drewniany, wielobarwny, 25 cm
39,99



MÅLA Walizka malarska, czerwony, 35x27 cm
49,99

Stoły, krzesła, szafy, regały, komody i inne meble mogą Ci służyć dużo dłużej. Raz na pół roku sprawdź, czy się nie kiwają i są stabilne. W razie potrzeby dokręć śruby i inne elementy łączące.



EKEDALEN Pokrycie krzesła, Hakebo ciemnoszary
30,-



FIXA Wkrętarka/wiertarka, litowo-jonowa, 7.2 V
119,-



EKEDALEN Krzesło, biały/ Orrsta jasnoszary
199,-



ALEX Biurko, biała bejca/imit. dębu, 100x48 cm
599,-



IDANÄS Regał, biały, 81x39x211 cm
899,-



IDANÄS Szafka wysoka, biały, 81x39x211 cm
1499,-

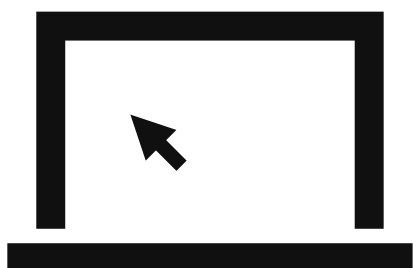


LÄMPLIG Deska do krojenia, bambus, 46x53 cm
69,99

Aby drewniana lub bambusowa deska do krojenia służyła Ci jak najdłużej, regularnie zabezpieczaj ją olejem nadającym się do kontaktu z żywnością. Dzięki temu nie będzie wchłaniała wilgoci i zabrudzeń. Podczas codziennego używania zawsze myj deskę z obu stron, aby zapobiec jej wypaczaniu.

Brakuje Ci śrubki?

Teraz możesz zamówić
je samodzielnie prosto
do domu.



Zamów potrzebne części
montażowe na [IKEA.pl](https://ikea.pl),
a wyślemy je do Ciebie
za darmo.



Zeskanuj kod QR, aby
przejsć bezpośrednio
do strony zamówienia
lub odwiedź [IKEA.pl/
czescimontazowe](https://ikea.pl/czescimontazowe)

Potrzebujesz dodatkowego zawiasu? Szukasz zagubionej śrubki?
Pomożemy Ci! Naprawa mebla zamiast jego wymiany jest korzystna
dla środowiska i dla Twojego portfela.

Zielona alternatywa

Wegańskie klopsiki z sosem pomidorowo-szpinakowym

PORCJE: 4

CZAS PRZYGOTOWANIA: 40 MIN.

SKŁADNIKI:

40 sztuk (640 g) klopsików wegańskich
GRÖNSAKSBULLAR
400 g pomidorków śliwkowych,
przekrojonych na pół
1 łyżeczka cukru pudru
1 żółta słodka papryka, bez gniazda
nasiennego
2 łyżki oliwy z oliwek do smażenia
1 biała cebula, drobno posiekana
1 ząbek czosnku, drobno posiekany
30 ml wywaru warzywnego
1 brokuł
300 g szpinaku, grubo posiekanego
Kasza pszenna, świeżo ugotowana, do
podania 20 ml startego parmezanu

PRZYGOTOWANIE:

Ułóż pomidory przekrojoną stroną do góry i posyp je cukrem pudrem. Odstaw i poczekaj aż cukier się rozpuści, ok. 10 min. Pokrój słodką paprykę na 2-centymetrowe kawałki. Usmaż połowę pomidorów i całą słodką paprykę na oliwie aż będą miały piękny kolor grillowanych warzyw. Wyłóż na talerz i odstaw. Usmaż klopsiki. Usmaż resztę pomidorów z cebulą i czosnkiem na średnim ogniu aż zmiękną. Dodaj wywar warzywny, zmniejsz ogień i gotuj przez 10 min. W międzyczasie, w dużym garnku zagotuj lekko osoloną wodę, przykrywającą dno na 2 cm. Podziel brokuły na różyczki. Pokrój główną część na mniejsze kawałki. Wrzuć brokuły do gotującej się wody pod przykryciem na 1-2 min. Odcedź i trzymaj w garnku, żeby nie ostygły. Do sosu pomidorowego dodaj szpinak i gotuj przez kolejne 3 minuty. Zamieszaj i wlej sos do brokułów, pozostałych pomidorów, słodkiej papryki i klopsików.



HUVUDROLL

Klopsiki warzywne, mrożone, 1000 g

19,⁰⁴

Te klopsiki zawierają wyłącznie warzywa i tak smakuja - z widocznymi kawałkami ciecierzycy, marchewki, papryki, kukurydzy i jarmużu.



PÅTÅR

Kawa do ekspresu, średnio palona, organiczne/certyfikat UTZ, 100% arabica

303.242.39

24,⁹⁹ / 0.5 kg



Lepsze
dla Ciebie
+ dla Planety
IKEA.pl/dlaPlanety

Historia warta poznania

Certyfikat UTZ gwarantuje, że kawa jest uprawiana w odpowiedzialny sposób. A zatem gdy zaparzysz sobie kolejną filiżankę, pamiętaj, że kawa jest tak dobra, bo pochodzi z dobrego źródła.



PÅTÅR

Kawa sygnowana, ziarna, organiczne/certyfikat UTZ, 100% arabica

19,⁹⁹ / 0.25 kg



PÅTÅR

Kawa do ekspresu, ciemno palona, organiczne/certyfikat UTZ, 100% arabica

29,⁹⁹ / 0.5 kg



KAFFEREP

Ciasto z kremem migdałowym

5,⁷⁰ / 0.18 kg



KAFFEREP

Ciastko owsiane kakao i kokos, certyfikat UTZ

5,⁷⁰ / 0.24 kg



KAFFEREP

Ciastka owsiane, czekolada/certyfikat UTZ

24,⁷⁵ / 0.6 kg

CHOKLAD NÖT

Czekolada mleczna z orzech lask., certyfikat UTZ

3,⁹⁹ / 0.1 kg



Świetne okazje dla domu + Planety

Lepsze dla Ciebie
+ dla Planety
[IKEA.pl/dlaplanety](https://ikea.pl/dlaplanety)

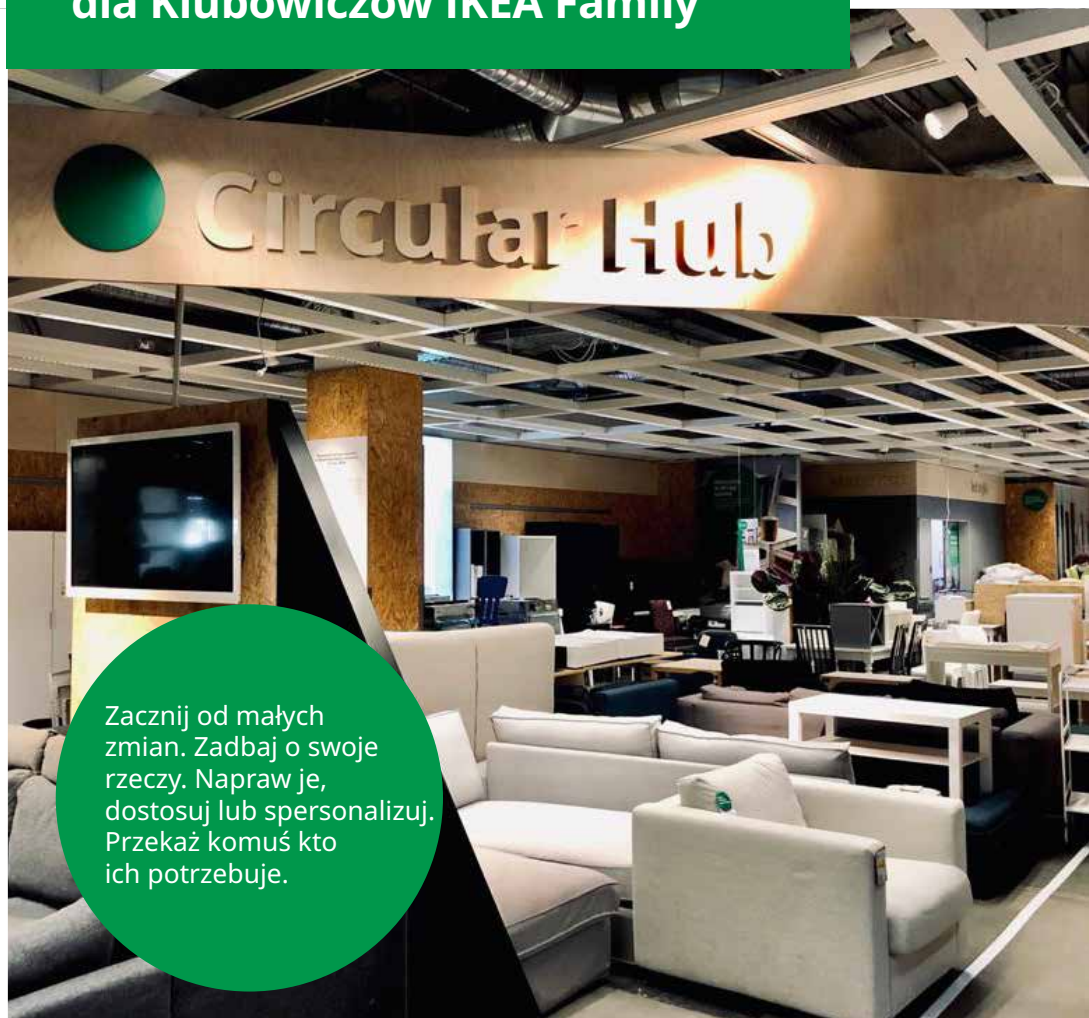
Wierzymy w drugą szansę. Robiąc zakupy w Circular Hub zakupy dajesz produktom dłuższe życie, pomagasz ograniczać odpady i możesz skorzystać z wyjątkowych okazji.

- 15% w każdą środę na wszystko
w dziale Circular Hub
dla Klubowiczów IKEA Family

To, czego nigdy nie znajdziesz w dziale Circular Hub, to śmieci. Może gdzieś jest ryska. Może ktoś zdecydował, że produkt nie pasuje i go zwrócił. W tym miejscu spotykają się świetne okazje, a meble IKEA dostają szansę na dłuższe życie.

Znajdziesz nas przed linią kas w obszarze magazynu samoobsługowego.

Zacznij od małych zmian. Zadbaj o swoje rzeczy. Napraw je, dostosuj lub spersonalizuj. Przekaż komuś kto ich potrzebuje.



Chcielibyśmy mieć to, co kiedyś kochaliśmy

Odkupimy Twoje stare
meble IKEA i damy im
drugie życie



[IKEA.pl/oddajizyskaj](https://www.ikea.pl/oddajizyskaj)

Usługa odbioru sof i foteli

Lepsze dla Ciebie
+ dla Planety
[IKEA.pl/dlaplanety](https://ikea.pl/dlaplanety)

STRANDMON

Fotel uszak, Nordvalla ciemnoszary

899,-



Drugie życie Twoich mebli

Planujesz zakup nowej sofy lub fotela i nie wiesz co zrobić z tymi starymi? Usługa dostawy i odbioru to prosty sposób, by pozbyć się niepotrzebnej sofy lub zbędnego fotela, kiedy kupujesz w IKEA Kraków nowe meble. W trosce o środowisko naturalne przewieziemy je do Wspólnoty Emaus w Krakowie, gdzie zyskają szansę na nowe życie, np. trafiając do podopiecznych Fundacji.

Sprawdź szczegóły na:
[IKEA.pl/uslugi](https://ikea.pl/uslugi)

Kupuj online i odbierz zakupy w jednym z wielu punktów IKEA

29,-



Masz dość krakowskiego smogu?

Odwiedź nas korzystając z niskoemisyjnych środków transportu.
Do zobaczenia!



Do IKEA rowerem? Zapraszamy

Ekologiczny i szybki.
Nie korkuje miasta.
Rozładowuje stres.
Dba o Twoją kondycję.



Przyjedź do IKEA komunikacją miejską

Przystanki 2 min. od IKEA.
Nowoczesne i wygodne pojazdy.
Mniejsze korki.
Mniejsza emisja spalin.



Elektryczne auta na minuty

Skorzystaj z usługi carsharing'u
i wynajmij elektryczny samochód,
którym zawieziesz swoje zakupy
do domu. Auto znajdziesz
na parkingu przed sklepem IKEA.

IKEA Kraków
Josepha Conrada 66
31-357 Kraków
Godziny otwarcia:
PN-ND* 9:00 - 21:00

*godziny dotyczą niedziel handlowych



Sprawdź gazetki ulubionych sieci na stronie ding.pl



ROSSMANN