

Yayın Adı Cumhuriyet Ek
Referans No 33131778
Renk Renkli

Yayın Tarihi 26.10.2013
Etki Tarafsız
STxCM 266,67

Küpür Sayfa 1
Tiraj 50936
Sayfa 11



11

Size özel tatlar...

Doygun'la Hayata Dair

Doygun Ekmek'in hayatın içinden farklı konulara değindiği *Doygun'la Hayata Dair* projesinin ikinci etabında; sağlıklı yaşam ve doğru beslenme ile ilgili püf noktaları gündeme geliyor. *Doygun'la Hayata Dair*, Süper Dada olarak da bilinen Yaşam Koçu ve Evlilik Danışmanı Yeşim Varal Şen'in ardından yeni uzmanı Diyetisyen Elvan Odabaşı Kanar'la devam ediyor. Ekim ayında itibaren her hafta *Doygun'un* Facebook sayfasında *Doygun Ekmek* takipçileriyle buluşacak Diyetisyen Elvan Odabaşı Kanar, sağlıklı yaşam ve beslenme, anne ve çocuk beslenmesi, kilo yönetimi gibi pek çok konuyu işleyecek ve takipçilerin sorularını yanıtlayacak. Ayrıca 'doya doya zayıflamak' ve sağlıklı beslenmek isteyenler için hafif ve lezzetli tarifler de paylaşacak. Tüm bu fırsatlardan yararlanmak için: www.facebook.com/doygunmekmek, www.twitter.com/doygun_ekmek, www.tambugday.com sayfalarını ziyaret edebilirsiniz.



Canderel Green ile Kış da Hafif Geçirin

Şeker başımızın tatlı belası. Zararlarının şeye fazla olduğunu bilsek de tadından vazgeçmek zor. Ama artık bitkisel tatlandırıcı Canderel Green var. Yüzyıllardır Güney Amerika'da şekerin yerine kullanılan Stevia bitkisinden üretilen ve içeriği bitkisel, kalorisiz ise sıfıra yakın Canderel Green, Türkiye'de de, yazın kavuştuğu formunu kışın da korumak isteyenlerin vazgeçilmezi oldu. Şekerin doğal alternatifi Canderel Green, şekerin zararlarından uzak durmak isteyen ama şeker tadından da vazgeçemeyenlere, kolayca yapılabilecek, lezzetli ve bir o kadar da hafif tarifler sunuyor. Ürün, geniş bir tarif yelpazesine sahip. Tüm aile fertlerinin güvenle kullanabileceği Canderel Green'li lezzetler, hem yiyeceklerden hem de içeceklerden oluşuyor. Soğuk kış günlerinde içinizi ısıtacak saalepten, formunuzu korumanızı sağlayacak hafif tatlılara kadar birçok alternatifte sahip olabilirsiniz.



Beta'dan eğlenceli ambalajlar

1987 yılından beri Türkiye'ye iç içe getiren ilk firma olarak bilinen Beta Tea, Türk tüketiciyi yıllardır farklı damak tatları ile tanıştırmaya devam ediyor. Siyah çaylardan yeşil çaya, aromalı çaylardan bitki çaylarına kadar geniş bir ürün yelpazesine sahip olan BETA TEA, özel olarak tasarlanmış hediye ambalajlarında sunduğu çeşitleri ile sizin ve sevdiklerinizin vazgeçilmezi olacak.



Perrier 150 yaşında

Dünyanın en çok satan Fransız maden suyu markası Perrier 150. yaşında. Zamana meydan okuyan Pop Art akımının dünyaca ünlü ismi Andy Warhol'un tasarımlarını şişelerine taşıyor. İlk Perrier şişeleri Andy Warhol'un imzası ile sanatla birleşiyor ve sınırlı sayıda üretilme şimdi de Türkiye'de. Sade ve lime aromalı Perrier baloncuklarını Andy Warhol tasarımı şişelerinde deneyimlemenin keyfine varın ve koleksiyon yapmayı sevenlerdenseniz limitli sayıda üretilen şişeleri kaçırmayın...



Reis Gıda, Aşure Günü'ne hazır

Aşure Ayı, 4 Kasım'da başlıyor. Aşure Günü ise 13 Kasım'da. Farklı lezzetlerin harmanlanmasıyla oluşan bu bereketli tatlı, aynı zamanda hoşgörü ve paylaşımın da bir resmidir. Aşure'de kullanılan ürünlerin, her bir tanesi, yurdun dört bir köşesinden gelen lezzetlerdir. Aşure, dayanışmanın güzel bir örneği olan Aşure Günü'nde, aşure pişirip komşularına ve dostlarına dağıtmak isteyenlere, kalite ve lezzet sunan Reis Gıda, Aşurelik Buğdayı, Nohut'u ve Fasulyesi ile Aşure Günü'ne hazır. Aşure içerisinde kullanılan bakliyat çeşitlerinin



sağlıklı beslenme için gerekli olan gıda maddeleri olduğunu anlatan Reis Gıda Yönetim Kurulu Başkanı Mehmet Reis anlatıyor: "İnanca göre Muharrem ayının 10'unda, Hazreti Nuh'un gemisi tufan sularından kurtulup, Cudi Dağı'nda karaya ulaşıyor. Bu kurtuluş kutlamak için, geminin ambarında kalan bütün tahılların katıldığı bir tatlı yapılır ve bu tatlıyı gemidekiler paylaşıyor" Pek çok ürünleri tercih ederken nelere dikkat etmek gerek? Ege ve Güneydoğu bölgelerinde yetiştirilen farklı ve özel bir çeşit olan buğdaylardan işlenen aşurelik buğday tercih edilmeli. Kuru fasulyenin ise birçok çeşidi bulunuyor. Yeni mahsul dermansız fasulye aşure yapımında tercih ediliyor. D Nohut da özellikle Nevşehir, Ürgüp, Isparta, Konya yörelerinin iri boyda ve yeni mahsul olan koçboş nohut çeşidi tercih edilmeli.

Aksesuar aşkı pastanızda

Her kadının sevdiği ayakkabı ve çantalar, Misket Pasta özel tasarımı ile artık özel gün pastalarınızda. Çanta ve ayakkabı figürlerinin karışımı ile oluşturulan bu pasta tüm kadınların tercih edeceği harika bir özel gün tasarımı olmaya aday. Titizlikle hazırlanan, lezzetli de tasarımı kadar yıldız alan özel tasarım aksesuar aşkı pastası ve diğer özel gün pastaları www.misketpasta.com adresinden seçilebilir.



Chocolate şimdi de Yeşilköy'de

Herkesin kendini evinde gibi hissettiği Chocolate Bistro&Bar Yeşilköy, misafirlerine şehrin ortasında huzurlu bir ortam sağlarken, zengin menüsü ile de damaklarda leziz tatlar bırakıyor. Taze ekmekleri, ev yapımı reçelleri, yöresel peynirleri, Karadeniz usulü fasulye kavurmasıyla klasik kahvaltaya yöresel seçenekler eklerken, öğle ve akşam yemekleri için sandwich, pizza, balık ve birbirinden leziz ana yemek menüsüyle de ilgi çekici.



Sağlıklı ve lezzetli yemekler için



Emson Griss Grill tavanın geliştirilmiş teknolojisi sayesinde yemek yapmak hem çok pratik hem de çok sağlıklı. Tavanın iç ve dış yüzeyinin üç kat yalıtımlı yapışmaz özelliği, yemeklerin yanmasını ve yapışmasını önüyor. İç yüzeyindeki QuenTanium kaplamasıyla çizilmelere karşı son derece dayanıklı.

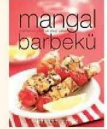


Yemek kitapları

Mangal Barbekü

Ceren Bük

Boyut Yayın Grubu / Cook Book Dizisi



Mangal barbekü... Bu kitabın etkisiyle mutfağın çıkın ve ateşi yakın.

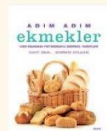
Bir barbekü daveti, açık havada lezzet şöleni demektir. Geleneksel mangal tariflerinden dünya mutfağının seçkin örneklerine kadar çok sayıda barbekü ve mangal reçetesi sizi lezzete çağırıyor. Şişler, burgerler, ana yemekler, salatalar ve mezelelerin yanı sıra tatlı tariflerini de bulabileceğiniz bu kitap işinize yarayacak tüm temel bilgiler de elinizin altında olacak.

Adım Adım Ekmekler

Cavit Ünal, Şebnem Atılcan

Alfa Basım Yayın Dağıtım / Yemek Kültürü Dizisi

Mutfağınızda ekmeğin pişirmek düşündüğünüz kadar zor değil. Her aşamada fotoğraflı görsel tariflerin yer aldığı Adım Adım Ekmekler kitabıyla sağlıklı ve lezzetli ekmekler pişirmek çok kolay.



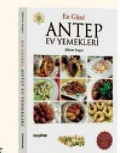
"Ekşi maya ve nohut mayası nasıl hazırlanır?", "Ekmeğin hamurunda mayanın kullanımı" ve "Maya çeşitleri" başta olmak üzere ekmeğin hamuru yapımına dair temel bilgilerin yer aldığı Adım Adım Ekmekler kitabında modern tariflerle geleneksel tatlara sahip nefis ekmekler pişirebilirsiniz.

Adım Adım Ekmekler farklı ekmeğin tarifleriyle mutfağınızı yaratıcılığınıza ilham katacak.

En Güzel Antep Ev Yemekleri

Şükran Sargın

Hayyikitap / Yemek Kitabı Dizisi



Antep denince aklımıza yemekleri geliyor. Kebapçılara, katmercilerine, kaymakçılara, işide saygı duyan bütün ustalara çok şey borçlu bu şehir. Bir de Antep'li kadınlara. Annesinin mıcır aşını olduğunu gibi çocuğuna aktaran, bir gece önceden ertesi günün yemeğini düşünen, özenen, pişiren, idare eden, yoklukta bile yediren kadınlara. Turistik Antep de güzel ama gerçek Antep bu kadınların sofralarında. Şükran Sargın, Lavantin Antep Yemekleri blogunun çok takip edilen, çok sevilen yazarı. Tariflerinin uygulanması kolay, anlatımı sade. Elinizde bulunsun diye değil, evinizde pişirilsin diye yazıyor. Bu kitapta annesinden, hatta taburesinde oturmuş pişiren hatırladığı dedesinden öğrendiği yemekleri paylaşıyor bizimle. Hepsi nefis, hepsi Antep'li, hepsi ev yemeği.