

Kunden Kochmagazin

eurowida®

... täglich Mediterrane Frische

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN

NR.

05

July | 2017

ANTALYA

DAS 'PARADIES AUF ERDEN' "HERYÜZÜ CENNETİ"



eurowida.de

ERDBEER-WAFFEL
ÇİLEKLİ WAFFLE



ORANGENMARMELADE
PORTAKAL REÇELİ



PFEGEN SICH VOR HAUT IM SOMMER
YAZIN CILDİZE İYİ BAKIN



Memleket Tadında İftar ve Sahur için, Süt diyarı



SÜTDİYARI

www.sutdiyari.eu



Für die TU.

Für den Kiez.
Für uns alle.

"Das Paradies auf Erden"

{ ANTALYA }

Yeryüzü Cenneti

IN ANTALYA LIEGEN NATUR, GESCHICHTE, GESCHMACK UND UNTERHALTUNG NAH BEIEINANDER. IN ANTALYA, DER „PERLE DES MITTELMEERS“, EINE DER SELTENEN STÄDTE, IN DER MAN ALLE VIER JAHRESZEITEN AUF EINMAL ERLEBEN KANN, KÖNNEN SIE AUF DER EINEN SEITE IM BLAUEN WASSER DES MITTELMEERS SCHWIMMEN UND ZUR GLEICHEN ZEIT IM VOM STADTZENTRUM 50 KM ENTFERNTEN SAKLIKENT SKIZENTRUM SKI FAHREN.

ANTALYA'DA DENİZE, DOĞAYA, TARIHE, LEZZETE VE EĞLENCEYE DAİR HER ŞEYİ BİR ARADA BULABİLİRSİNİZ. 4 MEVSİMİN BİR ARADA YAŞANDIĞI ENDER ŞEHİRLERDEN "AKDENİZ'İN İNCİSİ" ANTALYA'DA, BİR YANDA AKDENİZ'İN MAVİ SULARINDA YÜZERKEN, AYNI ZAMANDA ŞEHRE 50 KM UZAKLIKTAKİ SAKLIKENT KAYAK MERKEZİ'NDE KAYAK YAPMAK MÜMKÜNDÜR.



📍 *Düden Wasserfall / Düden Şelalesi*

Antalya ist mit seinen antiken Stätten, die seine Besucher auf eine Reise in die Vergangenheit schicken, den grasgrünen Wäldern und der endlosen Küste das ideale Urlaubsziel... Die verwurzelte Geschichte, die einzigartigen schönen Buchten und Strände, die weltweit besten Hotels, Yachthafen, kunstvollen Festivals und farbenfrohen Aktivitäten von Antalya bieten seinen Gästen eine endlose Auswahl. Den Sonnenaufgang und Untergang genießen, den Nervenkitzel mit Outdoor-Sportarten erleben, die reiche Natur in den Nationalparks und die Geschichte in den antiken Städten und Museen entdecken, die einzigartigen Speisen der türkischen Küche probieren und Open-Air Shows unter den Sternen bezeugen sind nur einige der Möglichkeiten...

Antalya, das mit einer 630 km langen Küste das Tourismus-Paradies der Türkei ist, bietet in jedem Bezirk ein anderes Naturwunder. Manavgat, Murat Paşa ist mit seinen Lara und Konyaaltı Stränden, Alanya, Side mit seinem farbenfrohen Nachtleben, Belek als wichtigstes Golfgebiet des Mittelmeers, Kemer und Kaş mit einer atemberaubenden Aussicht und Natur und Demre Antalya mit der Kirche des St. Nikolaus bei den lokalen und ausländischen Touristen sehr beliebt. Mit fast 50 antiken Stätten ist Antalya außerdem ein historischer Schatz. Olympos in Kumluca und Aspendos im Bezirk Serik sind weltweit bekannte und oft besuchte antike Stätten.

Antalya ist auch, als ein Spiegelbild kultureller Vielfalt, der Schauplatz viele Feste. Das wichtigste dieser Festivals ist das Antalya Goldene Orange Filmfestival. Das Aspendos Oper und Ballett Festival ist ebenfalls eine besondere Institution, die seinen Besuchern in Sachen Kultur dient.

Ziyaretçilerini tarihte uzun bir yolculuğa çıkaran antik kentlerin, yemyeşil ormanların, uçsuz bucaksız sahil şeridinin bir araya geldiği Antalya, tatil için mükemmel bir rota... Köklü tarihi, benzersiz güzellikteki koyuları ve sahilleri, dünyanın en iyi otelleri, yat limanları, sanat dolu festivalleri ve birbirinden renkli aktiviteleriyle Antalya, konuklarına sınırsız seçenekler sunan bir uğrak noktası konumundadır. Güneşin doğuşundan batışına kadar tadını çıkarmak, açık hava sporlarının heyecanını yaşamak; zengin milli parkları ile doğayı, antik kentleri ve müzeleriyle tarihi keşfetmek, Türk mutfağının eşsiz lezzetlerini tatmak, yıldızların altında açık hava gösterilerine tanık olmak bu seçeneklerden sadece birkaçı...

630 km kıyı şeridiyle Türkiye'nin turizm cenneti olan Antalya'nın her ilçesi başlı başına birer doğa harikasıdır. Lara ve Konyaaltı plajları ile Murat Paşa, Manavgat, renkli gece hayatı ile Alanya, Side, Akdeniz'in en önemli golf bölgesi Belek, mükemmel manzara ve doğasıyla Kemer ve Kaş, Noel Baba Kilisesiyle Demre Antalya'nın yerli ve yabancı turistler tarafından en çok ziyaret edilen ilçeleridir. 50'ye yakın antik kenti ile Antalya aynı zamanda tarihi bir hazinedir. Kumluca'da bulunan Olympos ve Serik İlçesi'ndeki Aspendos, dünyaca meşhur ve çok ziyaret edilen antik kentlerdendir.

Antalya, zengin kültürel kimliğinin bir yansıması olarak çok sayıda festivale ev sahipliği yapmaktadır. Bunlardan en önemlisi Antalya Altın Portakal Film Festivali'dir. Aspendos Opera ve Bale Festivali de Antalya'yı ziyaret eden turistlere kültürel hizmeti amaçlayan özel bir organizasyondur.



📍 **Der Roter Turm - Alanya / Kızıl Kule - Alanya**



📍 **Side - Manavgat**



📍 **Der Apollon Tempel - Side / Apollon Tapınağı - Side**

TREFFPUNKT DER KONTINENTE, ZIVILISATIONEN UND KULTUREN

KITALARIN, UYGARLIKLARIN VE KÜLTÜRLERİN BULUŞMA NOKTASI

Antalya besitzt eine sehr reiche Küche und wird als eine der drei weltweit wichtigsten Küchen geführt. In den Restaurants in den Städten, Hotels und Cafés können Sie Speisen aus der türkischen und internationalen Küche entdecken.

Die unzähligen Geschäfte und Einkaufszentren an der Küste bieten alles für inländische und ausländische Touristen an. Außerdem gibt es für in- und ausländische Touristen in allen Bezirken und Märkten Geschäfte mit einer großen Auswahl an traditionellen Handkünsten und Souvenirs.

Antalya çok zengin bir mutfak kültürüne sahiptir ve dünyanın en önemli üç mutfağından biri olarak kabul edilir. Şehirdeki restoranlarda, otellerde ve kafelerde hem Türk hem de dünya mutfağından mükemmel lezzetler bulmak mümkündür.

Kıyı şeridi boyunca bulunan sayısız mağaza ve alışveriş merkezi, yerli ve yabancı turistlerin tüm ihtiyaçlarını karşılayacak yapıya sahiptir. Ayrıca tüm ilçelerde ve çarşılarda geleneksel el sanatları ve hediyelik eşya mağazaları, yerli ve yabancı konuklara çok çeşitli alternatifler sunmaktadır.

Olympos - Kemer / Olimpos - Kemer

Manavgat Wasserfall
Manavgat Şelalesi

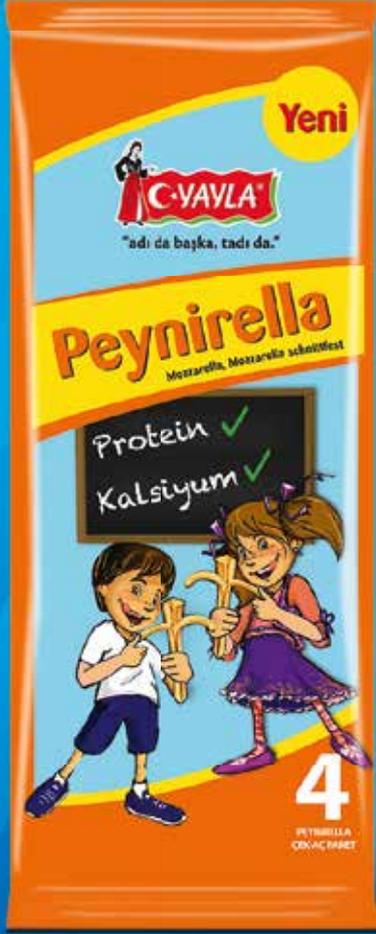




“Adı da başka, tadı da.”

YENİ

Şimdi
marketlerde



ÇOCUKLARA ÖZEL
YAYLA PEYNİRELLA



www.yayla-tuerk.de



Annelerin tercihi
tabii ki YAYLA!

ANTALYA BOHNEN-SALAT

ANTALYA PİYAZI

4 KİŞİLİK
FÜR 4
PERSONEN

ZUTATEN

2 Gläser gekochte weiße
Bohnen,
1 mittelgroße Zwiebel
1 mittelgroße Tomate
2 gekochte Eier
3-4 Stängel Petersilie
FÜR DIE SOÛE:
1 Teeglas Sesampaste
3 Knoblauchzehen
Saft einer halben Zitrone
1 halbes Teeglas
Apfelessig
1 halbes Teeglas Olivenöl
Warmes wasser
Salz, Kreuzkümmel

MALZEMELER

2 su bardağı haşlanmış
kuru fasulye
1 adet orta boy soğan
1 adet orta boy domates
2 adet haşlanmış
yumurta
3-4 dal maydanoz

SOSU İÇİN:

1 çay bardağı tahin
3 diş sarımsak
Yarım limon suyu
Yarım çay bardağı elma
sirkesi
Yarım çay bardağı
zeytinyağı
Sıcak su
Tuz, kimyon

ZUBEREITUNG

Die geriebenen Knoblauchzehen in einer Schüssel mit der Sesampaste vermischen. Danach Apfelessig, Zitronensaft, Kreuzkümmel, Salz und Olivenöl hinzufügen und weiter vermischen. Langsam warmes Wasser dazugeben, bis man eine Soße hat. In einer anderen Schüssel die gekochten weißen Bohnen, die groß geschnittenen Zwiebeln und in Würfel geschnittenen Tomaten hinzufügen. Darauf die gekochten Eier legen, etwas Petersilie streuen und auf den Servierteller nehmen. Die vorbereitete Soße wird über den Salat gegossen und serviert.

HAZIRLANIŞI

Rendelenmiş sarımsaklar, bir kâsede tahinle karıştırılır. Ardından elma sirkesi, limon suyu, kimyon, tuz ve zeytinyağı eklenir ve karıştırmaya devam edilir. Yavaş yavaş sıcak su eklenerek sosun kıvamını alması sağlanır. Ayrı bir kaptan, haşlanmış fasulyelere, piyazlık doğranmış soğan ve küp küp doğranmış domatesler eklenir. Üzerine haşlanmış yumurtalar koyulur, maydanoz serpilir ve servis tabağına alınır. Hazırlanan sos, piyazın üzerine gezdirilerek servis edilir.



Peynir GAZİ'dir!

YENİ



GAZİ



ALANYA TEİGBÜNDEL

ALANYA BOHÇASI

4 ADET

4 STÜCK

ZUTATEN

FÜR DEN CRÊPE:

3 Eier
1 Glas Mehl
1 Glas Milch
Öl

FÜR DIE FÜLLUNG:

50 g Putenfleisch
1 Glas Erbsen
1 mittelgroße Zwiebeln
Salz, Pfeffer

MALZEMELER

KREP İÇİN:

3 yumurta
1 su bardağı un
1 su bardağı süt
Sıvı yağ

İÇİ İÇİN:

50 gr tavuk eti
1 su bardağı konserve bezelye
1 orta boy kuru soğan
Tuz, karabiber

ZUBEREITUNG

Die Zwiebeln und das in Würfel geschnittene Putenfleisch braten, bis die Putenfleischstücke gar sind. Danach die Erbsen, Salz und Pfeffer hinzufügen, ein paar Mal umrühren und vom Herd nehmen. Solange vermischen, bis die Mischung für den Crêpe geeignet ist. Eine Teflonpfanne einölen und die Crêpe von beiden Seiten anbraten. Die vorbereitete Füllung in die Mitte der Crêpe legen und mit Dill- oder Petersilienstängel zu einem Bündel zusammenbinden. Warm servieren.

HAZIRLANIŞI

Soğanlar ve kuşbaşı doğranmış tavuklar sıvı yağda pişene kadar sotelenir. Ardından bezelyeler, tuz ve karabiber ilave edilerek birkaç kere karıştırılır ve ocaktan alınır. Krepe için tüm malzeme pürüzsüz hale gelene kadar karıştırılır. Teflon tava hafifçe yağlanarak krepler arkalı önlü pişirilir. Hazırlanan iç harç, kreplerin ortalarına koyulur ve dereotu veya maydanoz sapları ile bohça şeklinde bağlanır. Sıcak servis edilir.

Hinweis: Für die Füllung der Bündel kann man auch Zutaten wie Gehacktes, Lammfleisch, Käse, Knoblauchwurst oder verschiedenes Gemüse nutzen.

Not: Bohçaların içi için; kıyma, kuzu eti, peynir, sucuk ya da çeşitli sebzeler kullanılarak da istenilen iç harcı hazırlanabilir.



4 KİŞİLİK
FÜR 4
PERSONEN

HOCHZEITSSUPPE

DÜĞÜN ÇORBASI

ZUTATEN

3 Hähnchenschenkel
1 Liter warmes Wasser
2 Esslöffel Mehl
4 Esslöffel Joghurt
1 Eigelb
Salz, Pfeffer
ZUR VERZIERUNG:
1 Esslöffel Butter
1 halber Teelöffel rotes
Paprikapulver

MALZEMELER

3 adet tavuk butu
1 lt sıcak su
2 yemek kaşığı un
4 yemek kaşığı yoğurt
1 yumurta sarısı
Tuz, karabiber
ÜZERİ İÇİN:
1 yemek kaşığı tereyağı
Yarım tatlı kaşığı toz
kırmızı biber

ZUBEREITUNG

Die Hähnchenschenkel in einem Liter Wasser kochen. Danach aus dem Wasser nehmen, die Haut abmachen und das Fleisch in kleine Stücke zupfen. In einer Schüssel das Mehl, den Joghurt und das Eigelb gut schlagen und die Soße für die Suppe vorbereiten. Langsam etwas Hühnerbrühe hinzufügen und die Soße somit aufwärmen. Danach in die Hühnerbrühe geben und schnell vermischen. Zuletzt das Hähnchenfleisch, Salz und Pfeffer hinzufügen und kochen lassen. Als Garnitur etwas Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Rotes Paprikapulver hinzufügen, in der Butter braten und auf die Suppe geben. Warm servieren.

HAZIRLANIŞI

Tavuk butları, 1 litre suda haşlanır. Ardından sudan çıkarılarak derileri ayıklanıp küçük küçük didiklenir. Diğer yanda bir karıştırma kabında un, yoğurt ve yumurta sarısı iyice çırpılarak çorbanın terbiyesi hazırlanır. Terbiyeli karışıma, tavuk suyundan ilave edilerek ılıtılır. Ardından yavaş yavaş tavuk suyuna ilave edilerek hızlıca karıştırılır. Tencereye son olarak tavuk etleri, tuz ve karabiber eklenerek kaynamaya bırakılır. Üzeri için küçük bir tavada tereyağı eritilir. Toz kırmızı biber ilave edilerek yağ kızdırılır ve çorbanın üzerine dökülür. Sıcak servis edilir.



SAURER KÜRBIS

EKŞİLİ BALKABAĞI

6 KİŞİLİK
FÜR 6
PERSONEN

ZUTATEN

500 g in Würfel
geschnittenes Lamm- /
Rinderfleisch
1 kg geschälter Kürbis
1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen
1 Kaffeelöffel
Paprikamark
1 Kaffeelöffel
Tomatenmark
Salz, Pfeffer, Minze
1 Zitrone
Granatapfelsirup

MALZEMELER

500 g kuzu /
dana kuşbaşı
1 kg ayıklanmış
balkabağı
1 adet soğan
4 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı biber salçası
1 tatlı kaşığı domates
salçası
Tuz, karabiber, nane
1 adet limon
Nar Ekşisi

ZUBEREITUNG

Das Fleisch in einer Pfanne mit etwas Olivenöl auf kleiner Hitze und mit geschlossenem Deckel zubereiten. Zwiebeln und Knoblauch schneiden und weiter braten. Danach das Paprika- und Tomatenmark hinzufügen. Zum Schluss den in Würfel geschnittenen Kürbis, Salz, Pfeffer und eine kleine Tasse warmes Wasser hinzufügen und solange kochen, bis der Kürbis weich ist. Vor dem Servieren etwas Zitronensaft und Granatapfelsirup hinzufügen. Warm servieren.

HAZIRLANIŞI

Kuşbaşı etler, bir tencerede bir miktar zeytinyağı ile kısık ateşte kapağı kapalı olarak pişmeye bırakılır. Soğan ve sarımsaklar doğranarak kavrulmaya devam edilir. Ardından biber ve domates salçası eklenir. Son olarak küp küp doğranan kabaklar, tuz, karabiber ve bir fincan kadar sıcak su ilave edilerek kabaklar yumuşayana kadar pişirilir. Servis yapmadan önce üzerine limon suyu, nar ekşisi ve nane ilave edilir. Sıcak servis edilir.





KAPTANLAR®

Tatlı Dünyası

YENİ



YENİ



BERLİN BÖLGESİ YETKİLİ BAYİİ

PERA Fleischgrosshandel GmbH
Beusselstr. 44n-q Haus 33 B-C | D-10553 Berlin

www.p-e-r-a.de

Tel.: +49 (30) 398 44 641



Okra Zero
400 g



Molokhia-gehackt
400 g



Coriander
400 g



Artischocken
400 g



Erbseb - mittelfein
450 g



*Hoşgeldin ya sehr-i
Ramazan*

Hayırlı Ramazanlar Dileriz.

www.anur.nl

[f anurhalal](https://www.facebook.com/anurhalal) [#anurhalal](https://www.instagram.com/anurhalal)



PERA Fleischgroßhandel GmbH
Beusselstr. 44N-Q Haus 33b,
10553 Berlin



www.p-e-r-a.de
info@p-e-r-a.de



Mobil: 0175 826 5926 (Hamit SEVİNÇ)
BESTELL-HOTLINE: 030 - 398 44 640
Fax: 030 - 398 09 144

**WIR BELIEFERN SUPERMÄRKTE
IN UND UM BERLIN.**

Willkommen bei Pera Fleischgroßhandel GmbH. Als EU-Zerlegebetrieb und Fleischgroßhandel in Berlin überzeugen wir Sie gern mit qualitativem, hochwertigem Fleisch vom Rind, Kalb, Lamm und Geflügel. Zusätzlich mit Fertiggerichte von Anur, Kaptanlar und Al Khadraa.



Ihr Spezialist für Fleisch



ZUCCHINI MIT GEHACKTES IM OFEN

FIRINDA KIYMALI KABAK

4 KİŞİLİK
FÜR 4
PERSONEN

ZUTATEN

4 Zucchini
350 g Gehacktes
1 mittelgroße Zwiebel
2 mittelgroße Tomaten
2 Spitzpaprika
geriebener Parmesankäse
ein paar Stängel Petersilie
Salz, Pfeffer

MALZEMELER

4 adet kabak
350 gr kıyım
1 orta boy soğan
2 orta boy domates
2 sivri biber
Rendelenmiş parmesan
peyniri
Birkaç dal maydanoz
Tuz, karabiber

ZUBEREITUNG

Die Zucchini schälen, in der Mitte teilen und aushöhlen. In einer Pfanne Öl erhitzen und die Zwiebeln und das Gehackte braten. Danach die Tomaten und Paprika hinzufügen. Salz und Pfeffer hinzufügen, vom Herd nehmen und in die Zucchini füllen. Darauf geriebenen Parmesankäse und Petersilie streuen. Bei 180° im Ofen solange backen, bis die Oberfläche braun wird. Warm servieren.

HAZIRLANIŞI

Kabaklar soyulup ortadan ikiye bölünür ve içleri temizlenir. Bir tencerede sıvı yağ ısıtılarak soğan ve kıyım kavrulur. Ardından domates ve biberler ilave edilir. Tuz ve karabiber eklenerek ocaktan alınan karışım, kabakların içlerine doldurulur. Üzerlerine rendelenmiş parmesan ve maydanoz serpilir. 180° fırında üzerleri kızarana kadar pişirilir. Sıcak servis edilir.



GEFÜLLTE ZUCCHINI-BLÜTEN

KABAK ÇİÇEĞİ DOLMASI

6 KİŞİLİK
FÜR 6
PERSONEN

ZUTATEN

24 Zucchini-Blüten
12 Esslöffel Reis
1 mittelgroße Zwiebel
1 mittelgroße Tomate
Ein paar Stängel frische
Minze
Ein paar Stängel Dill
1 halbe Kaffeetasse
Korinthen
1 halbe Kaffeetasse
Pinienkerne
1 Kaffeelöffel Piment
1 Kaffeetasse Olivenöl
1 Kaffeelöffel
Zitronensaft
1 Teelöffel Zucker
1 halbes Teeglas Olivenöl
Salz, Pfeffer

MALZEMELER

24 adet kabak çiçeği
12 yemek kaşığı pirinç
1 adet orta boy soğan
1 adet orta boy domates
Birkaç dal taze nane
Birkaç dal dereotu
Yarım kahve fincanı
kuşüzümü
Yarım kahve fincanı
dolmalık fıstık
1 tatlı kaşığı yenibahar
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı limon suyu
1 çay kaşığı tozşeker
Yarım çay bardağı
zeytinyağı
Tuz, Karabiber

ZUBEREITUNG

Das Innere der Zucchini-Blüten langsam entfernen. Vorsichtig waschen und danach abtropfen lassen. Die Hälfte des Olivenöls in einer Pfanne erhitzen und die fein geschnittenen Zwiebeln, Pinienkerne und Korinthen darin anbraten. Den gewaschenen und abgetropften Reis in den Topf geben. Zitronensaft, Salz und Gewürze hinzugeben und vermischen. Die geschälten und geriebenen Tomaten und die fein geschnittenen Minze und den Dill hinzufügen und für ein paar Minuten kochen. Vom Herd nehmen und ein wenig abkühlen lassen. Das Innere der Zucchini-Blüten mit der Mischung füllen und schließen. Nachdem die Zucchini-Blüten aufrecht in einen Topf gestellt wurden, das restliche Olivenöl darüber gießen, so viel Wasser hinzufügen, sodass diese nicht versinken und bei kleiner Hitze für 20 Minuten kochen. Zum Schluss das Wasser abtropfen lassen, auf den Servierteller nehmen und abkühlen lassen. Danach warm servieren.

HAZIRLANIŞI

Kabak çiçeklerinin orta kısımları yavaşça çıkarılır. Zedelemeden dikkatlice yıkandıktan sonra suları süzölmeye bırakılır. Zeytinyağının yarısı, bir tencerede ısıtılır. İnce doğranmış soğanlar, dolmalık fıstık ve kuş üzümüyle birlikte pembeleşene kadar kavrulur. Yıkanmış ve süzölmüş pirinçler tencereye ilave edilir. Limon suyu, tuz ve baharatlar eklenerek karıştırılır. Soyulup rendelenmiş domates, ince kıyılmış nane ve dereotu da ilave edilerek birkaç dakika daha pişirilir. Ocaktan alındıktan sonra ılıtılır. Kabak çiçeklerinin içleri, karışım ile doldurulur ve ağız kısımlarından kapatılır. Kabak çiçekleri bir tencereye dik olarak yerleştirildikten sonra üzerlerine kalan zeytinyağı gezdirilir, üzerini geçmeyecek kadar su eklenir ve kısık ateşte 20 dakika pişirilir. Piştikten sonra suyu süzdürülerek servis tabağına alınır ve soğumaya bırakılır. Ardından servis edilir.





ORANGENMARMELADE

PORTAKAL REÇELİ

ZUTATEN

- 1,5 kg Orangen
- 1,5 kg Zucker
- 4 Gläser Wasser
- 1 halbe Zitrone

MALZEMELER

- 1,5 kg portakal
- 1,5 kg toz şeker
- 4 bardak su
- Yarım limon

ZUBEREITUNG

Die Orangen gut waschen, danach die Schalen abreiben, damit der bittere Geschmack verschwindet und für 10 Minuten in heißen Wasser kochen. Danach das Wasser abschütten und die Orangen zum Abkühlen liegen lassen. Nachdem die Orangen abgekühlt sind, kann man diese je nach Wunsch in große oder kleine Stücke schneiden. Parallel Zucker und Wasser in einen Topf geben und auf den Herd stellen. Bei mittlerer Hitze kochen lassen und ab und zu umrühren, bis sich die Mischung verdickt. Die Orangen in den Zuckersirup, der für ca. eine halbe Stunde gekocht hat, geben und bei geringer Hitze für 1 Stunde kochen lassen. Der Schaum, der sich auf der Oberfläche ansammelt, mit Hilfe eines Holzlöffels entfernen. Bevor die Marmelade vom Ofen genommen wird, den Saft einer halben Zitrone hinzufügen und einen Moment weiterkochen lassen. In saubere Marmeladengläser füllen, sodass oben etwas frei bleibt, und die Deckel gut verschließen. Wenn die Gläser für ca. 10 Minuten in kochendem Wasser stehen bleiben, kann man diese monatelang aufbewahren.

HAZIRLANIŞI

Portakallar güzelce yıkandıktan sonra kabukları rendelenir ve acısı gitmesi için 10 dakika kadar kaynar suda haşlanır. Ardından suları süzülerek soğumaya bırakılır. Soğuyan portakallar, arzuya göre küçük küçük ya da daha büyük parçalar halinde doğranır. Diğer yanda, bir tencereye toz şeker ve su eklenerek ocağa alınır. Orta ateşte ara ara karıştırılarak koyu bir kıvama gelmesi beklenir. Yaklaşık yarım saat kadar kaynayan şerbetin içine portakallar ilave edilir ve kısık ateşte 1 saat pişmeye bırakılır. Tencerenin üzerinde biriken köpükler, bir tahta kaşık yardımıyla ara sıra alınır. Reçel, ocaktan alınmadan hemen önce içine yarım limonun suyu sıkılır ve bir taşım daha kaynatılır. Temiz cam kavanozlara, üst kısmında biraz boşluk kalacak şekilde doldurulur ve ağızları sıkıca kapatılır. Kavanozlar, yaklaşık 10 dakika kadar kaynamış suda bekletilirse, reçel aylarca bozulmadan kullanılabilir.

Hinweis: Lagern Sie Ihre hausgemachte Orangenmarmelade über den Winter an einem kühlen, trockenen und dunklen Ort.

Not: Ev yapımı portakal reçelinizi serin, kuru ve karanlık bir ortamda kış boyunca muhafaza edebilirsiniz.



ERDBEER-WAFFEL

ÇİLEKLİ WAFFLE

ZUTATEN

1 Glas Mehl
1 Glas Milch
½ Glas Zucker
3 Eier
100 g Butter
½ Teelöffel Backpulver
1 Esslöffel Öl
Salz

ZUR VERZIERUNG:

Erdbeeren
Schokoladensoße
Vanilleeis

MALZEMELER

1 su bardağı un
1 su bardağı süt
½ su bardağı toz şeker
3 yumurta
100 g tereyağı
½ çay kaşığı kabartma tozu
1 yemek kaşığı sıvı yağ

Tuz

ÜZERİ İÇİN:

Çilek
Çikolata sosu
Vanilyalı dondurma

ZUBEREITUNG

In einer Pfanne Butter schmelzen und abkühlen lassen. Das Mehl in eine Schüssel geben und mit Backpulver vermischen. Milch hinzugeben und mit einem Mixer vermischen. In die Schüssel Zucker, Ei und einen halben Teelöffel Salz hinzufügen und weiterschlagen. Zum Schluss die geschmolzene Butter hinzufügen, schlagen und den Teig für 15 Minuten stehen lassen. Den Teig auf das eingölte Waffeleisen geben und für 4-5 Minuten zubereiten. Die gebackenen Waffeln auf einen Servierteller nehmen. Mit geschnittenen frischen Erdbeeren, Vanilleeis und Schokoladensoße verzieren und servieren.

HAZIRLANIŞI

Bir tavada tereyağı eritilerek soğumaya bırakılır. Un, bir karıştırma kabına alınarak kabartma tozu ile karıştırılır. Süt eklenerek mikserle çırpılır. Karıştırma kabına toz şeker, yumurta ve yarım çay kaşığı tuz ilave edilerek çırılmaya devam edilir. Son olarak erimiş tereyağı da eklenerek çırpılır ve karışım 15 dakika kadar dinlenmeye bırakılır. Sıvı yağ ile yağlanan waffle makinasına, karışımdan bir miktar alınarak dökülür ve 4-5 dakika kadar pişirilir. Pişen wafflelar servis tabağına alınır. Üzerleri dilimlenmiş taze çilek, vanilyalı dondurma ve çikolata sosu ile süslenecek servis yapılır.



EINE PRISE GESCHMACK...

Bir tutam lezzet...





PFLIEGEN SIE IHRE HAUT IM SOMMER

YAZIN CİLDİNİZE İYİ BAKIN



NACHDEM SIE DAS GANZE JAHR LANG AUF DEN SOMMERURLAUB GEWARTET HABEN, MÖCHTEN SIE NUR NOCH DIE SONNE, DAS MEER UND DEN POOL GENIEßEN, AM STRAND ODER POOL LIEGEN UND SICH STUNDENLANG AUSRUHEN. JEDOCH KÖNNEN IM SOMMER VIELE FAKTOREN, VOR ALLEM DIE SONNE, IHRE HAUT SCHÄDIGEN. DESWEGEN SOLLTE MAN SEINE HAUT VOR ALLEM IN DEN SOMMERMONATEN SCHÜTZEN!

BÜTÜN YIL YAZ TATİLİNİ BEKLEDİKTEN SONRA, YAZIN GÜNEŞİN, DENİZİN VE HAVUZUN KEYFİNİ ÇIKARMAK, SAHİLDE YA DA HAVUZ BAŞINDA UZANIP UZUN SAATLER BOYUNCA DİNLENMEK İSTERSİNİZ. ANCAK BAŞTA GÜNEŞ OLMAK ÜZERE YAZIN KARŞILAŞILAN BİRÇOK FAKTÖR, CİLDİNİZE CİDDİ ZARARLAR VEREBİLİR. BU YÜZDEN ÖZELLİKLE YAZ AYLARINDA CİLT SAĞLIĞI İÇİN ÖNLEM ALMAK ŞART!

- 
- 1** Bleiben Sie nicht **zwischen 11.00 Uhr und 16.00 Uhr** in der Sonne, da die UV-Strahlen in diesem Zeitraum direkt auf die Erde strahlen.
Vergessen Sie nicht, für Ihren Hauttyp geeignete Sonnenschutzprodukte zu nutzen. Wenden Sie die Sonnenschutzprodukte **20 Minuten** vor dem Sonnenbaden auf.
 - 2** Außerdem sollte Sie diese **alle drei Stunden auffrischen**, solange Sie in der Sonne sind. Falls Sie im Pool oder Meer gebadet haben, sollten Sie das Produkt sofort danach erneut auftragen.
 - 3** Personen, bei denen schnell Flecken entstehen, sollten ihr Gesicht vor der Sonne schützen. Sie sollten große Hüte, die die Sonne abblocken, **Sonnenbrille, Schirm und langärmelige lockere und luftige Kleidung in hellen Farben** bevorzugen.
 - 4** Da Badeanzüge mit einer engen Webetechnik hergestellt werden, schützen diese am besten vor Sonnenstrahlen. Sie schützen vor der Sonne mindestens so gut wie andere Sonnenschutzmittel. Falls Sie Risikobereiche auf Ihrem Körper haben, sollten Sie Modelle wählen, die diese abdecken.
 - 5** **Badeanzüge oder Bikinis, die zu lange nass bleiben, erhöhen das Pilzinfektionsrisiko.** Sobald Sie aus dem Pool oder Meer kommen, sollte Sie den nassen Badeanzug oder Bikini ausziehen und mit einem trockenen wechseln.
 - 6** Verschiedene Pilzinfektionen können auch am Strand entstehen. Daher sollten Sie **offene Wunden mit einem Pflaster abdecken**. Offene Wunden helfen Mikroorganismen den Körper zu betreten.
 - 7** Um Ekzeme zu vermeiden, sollten Sie vor dem Baden im Pool oder Meer Baby-Öl auf Ihre Haut auftragen. Sobald Sie das Wasser verlassen, sollten Sie sich duschen, um das Salz oder Chlor abzuwaschen. Somit verhindern Sie eine Schädigung Ihrer Haut.
 - 8** Die spaßigste Aktivität in den Sommermonaten sind das Baden im Meer oder Pool, aber wenn Sie zulange darin baden, kann Ihre Haut austrocknen. Es ist für die Hautgesundheit wichtig, dass Sie nicht zulange im Pool oder Meer bleiben, danach sofort duschen, sich abtrocknen und **eine Feuchtigkeitslotion auf Ihren Körper auftragen**.
 - 9** Wenn man zu lange und zur falschen Zeit in der Sonne bleibt, um braun zu werden, können dunkle Flecken auf der Haut entstehen.
Das Risiko einer Pilzinfektion wird auf verschwitzten und nassen Körpern erhöht. Um sich davor zu schützen, sollte man oft duschen und die Kleidung wechseln.
 - 10** Da mehrfaches Duschen am Tag die Haut austrocknet, sollte man, soweit es geht, keine Seife nutzen und nach dem Duschen eine Feuchtigkeitslotion auftragen. Man sollte lockere Kleidung aus Baumwolle oder Leinen, die den Schweiß aufsaugt und schnell trocknet, bevorzug auswählen.

1

Zararlı ultraviyole ışınların dünyaya dik geldiği **11.00 ve 16.00 saatleri arasında** güneşte kalmayın.

2

Cilt tipine uygun güneş koruyucu ürünleri kullanmayı ihmal etmeyin. Koruyucu ürünleri, güneşe çıkmadan **20 dk.** önce uygulayın. Ayrıca güneşte kaldığınız süre boyunca **3'er saatlik aralıklarla tekrarlayın.** Havuza ya da denize girdiyse, ürünü çıktıktan hemen sonra tekrar uygulayın.

3

Leke oluşumuna yatkınlığı olan kişiler, yüzlerini mutlaka güneşten korumalıdır. Geniş kenarlı, güneşi engelleyen şapkalar; **güneş gözlüğü, şemsiye, uzun kollu, sık dokunmuş ve açık renkli kıyafetler kullanılmalıdır.**

4

Mayo kumaşları, sıkı dokuma tekniği ile üretildiğinden, güneş ışınlarından en iyi koruyan kumaş türüdür. Güneşin zararlı etkilerinden en az güneş koruyucu ürünler kadar iyi korur. Eğer vücudunuzda riskli olan bölgeleriniz varsa bu kısımları kapatacak modelleri seçebilirsiniz.

5

Uzun süre ıslak kalan mayo ve bikini mantar enfeksiyonu riskini artırır. Havuz ve denizden çıkar çıkmaz ıslak mayo veya bikini değiştirilmeli ve kuru giysiler giyilmelidir.

6

Çeşitli mantar enfeksiyonları sahilde de oluşabilir. Bunun için **açık yaralarınızı yara bandı ile kapatabilirsiniz.** Açık yaralar, mikropların vücuda kolaylıkla girmesine sebep olur.

7

Egzama oluşumundan korunmak için havuza ve denize girmeden önce vücudunuza bebe yağı sürebilirsiniz. Sudan çıktıktan sonra hemen duş alarak tuzlu veya klorlu suyu cildinizden temizleyebilir, böylece cildinizin zarar görmesini engellemiş olursunuz.

8

Yaz aylarının en eğlenceli aktiviteleri deniz ve havuz, uzun süre kalındığı taktirde cildinizi kurutur. Deniz ve havuzda çok uzun süre kalmamak, çıktıktan sonra banyo yapıp iyice kurulanmak ve ardından **vücuda nemlendirici losyon sürmek cilt sağlığı için önemlidir.**

9

Bronzlaşmak için yanlış zamanda ve çok uzun süre güneş ışığına maruz kalınması durumunda ciltte koyu renkli lekelerin oluşmasına sebep olabilir.

10

Terli ve nemli vücutta mantar enfeksiyonu eğilimi artar. Bundan korunmak için sık sık duş alınmalı ve kıyafetler değiştirilmelidir. Gün içinde alınan duşlar sırasında cildi kurutacağı için mümkün olduğunca sabun kullanımından kaçınılmalı ve duş sonrası nemlendirici kullanılmalıdır. Teri emen ya da çabuk kurumasını sağlayan pamuklu, keten, gözenekli kumaşlardan yapılmış rahat kıyafetler tercih edilmelidir.



PASCHA

info@pascha-wh.de

DIESEN MONAT IM KINO

BU AY VİZYONDA



DUNKIRK

Regisseur: Christopher Nolan

Darsteller: Tom Hardy, Cillian Murphy, Mark Rylance

Art: Kriegsfilm

HANDLUNG

Während der 2. Weltkrieg läuft, werden 400.000 Soldaten der alliierten Armeen Englands, Kanadas, Frankreichs und Belgiens durch die Deutsche Armee umzingelt. Während die Deutschen Pläne machen, um diese Soldaten zu töten, wird unter der Regierung von Churchill eine gefährliche und wichtige Operation zur Rettung dieser Soldaten gestartet.

DUNKIRK

Yönetmen: Christopher Nolan

Oyuncular: Tom Hardy, Cillian Murphy, Mark Rylance

Tür: Savaş

KONUSU

2. Dünya Savaşı sürerken; İngiltere, Kanada, Fransa ve Belçika'ya ait müttefik ordularından 400 bin asker, Dunkerque (Dunkirk) bölgesinde Alman Ordusu tarafından karadan tamamen kuşatılmıştır. Almanlar, bu askerleri yok etme planları yaparken, Churchill'in yönetiminde askerlerin tahliyesi için çok tehlikeli ve önemli bir operasyon başlatılır.

SPIDERMAN - HOMECOMING

Regisseur: Jon Watts

Darsteller: Tom Holland, Zendaya, Marisa Tomei

Art: Action, Abenteuer

HANDLUNG

Der junge Peter, der sich nach seinem Abenteuer mit den Avengers beweisen möchte, versucht gleichzeitig sich an das Schulleben zu gewöhnen und wie ein normaler Mensch zu leben und auf der anderen Seite die Welt vor Ungerechtigkeit zu schützen und diese zu einem besseren Ort zu machen. Als der Feind, der von Vulture geschickt wurde, in die Stadt kommt, geraten alle Freunde von Peter in Gefahr.

ÖRÜMCEK ADAM - EVE DÖNÜŞ

Yönetmen: Jon Watts

Oyuncular: Tom Holland, Zendaya, Marisa Tomei

Tür: Aksiyon, Macera

KONUSU

Yenilmezler ile yaşadığı maceranın ardından kendini kanıtlamaya çalışan genç Peter, bir yandan okul hayatına alışmaya ve sıradan insanlar gibi yaşamaya çalışırken, bir yandan da aklında suça karşı savaşmak ve dünyayı daha iyi bir yer haline getirmek vardır. Vulture tarafından gönderilen düşman, şehre geldiğinde Peter'in etrafındaki herkes tehdit altında olacaktır.



VALERIAN - DIE STADT DER TAUSEND PLANETEN

Regisseur: Luc Besson

Darsteller: Dane DeHaan, Cara Delevingne, Clive Owen

Art: Sci-Fi, Abenteuer, Action

HANDLUNG

Valerian und Laureline werden im 28. Jahrhundert für eine Operation in der Stadt Alpha beauftragt. Eine dunkle Kraft im Zentrum der Stadt stört den Frieden dieser. Valerian und Laureline müssen die Zukunft der Stadt und des Universums retten, bevor diese Alpha beschlagnahmt.

VALERIAN VE BİN GEZEĞEN İMPARATORLUĞU

Yönetmen: Luc Besson

Oyuncular: Dane DeHaan, Cara Delevingne, Clive Owen

Tür: Bilimkurgu, Macera, Aksiyon

KONUSU

Valerian ve Laureline, 28. yüzyılda bir operasyon için Alpha şehrinde görevlendirilirler. Şehrin merkezindeki karanlık bir güç bu şehrin huzurunu bozmaktadır. Valerian ve Laureline, bu kötü güç, Alpha'yı ele geçirmeden önce şehrin ve tüm evrenin geleceğini kurtarmak zorundadır.



Ihr Qualitätslieferant

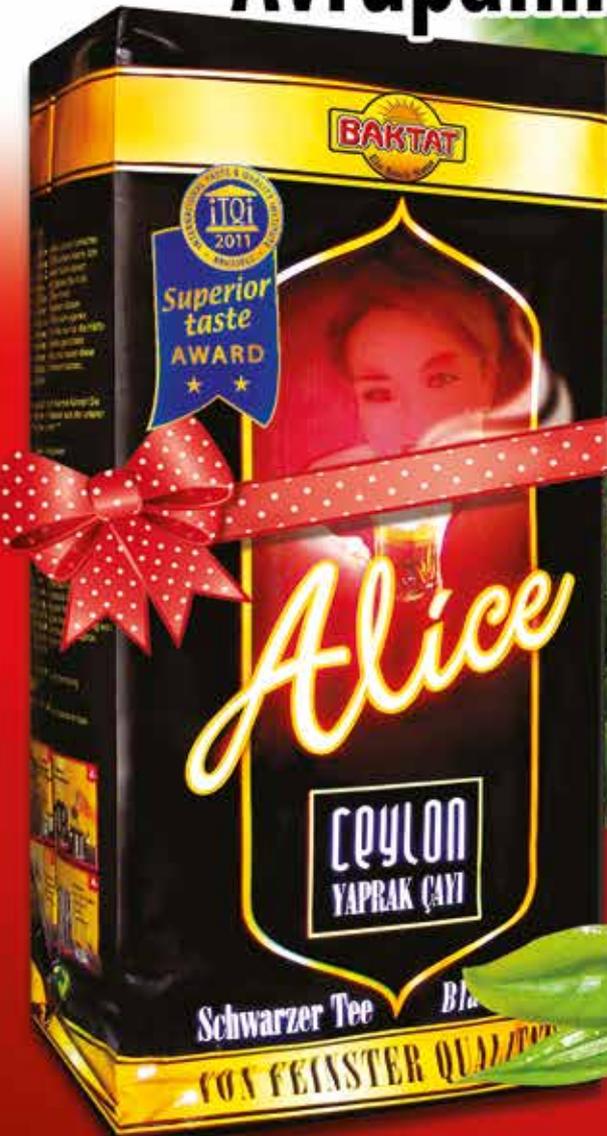
-Rind -Kalb -Lamm -Geflügel





Memlekete götürebileceğiniz en güzel hediye!

Avrupanın tek ödüllü Çayı



www.baktat.com