Kunden Kochmagazin

eurogida®

...täglich mediterrane Frische

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN

35

Januar
2020

WIR WÜNSCHEN EUCH EIN FROHES
UND GESUNDES NEUES JAHR.

Mutlu Yıllar Dileriz...

MERSİN: DER ZEITLOSE WÄCHTER DES MITTELMEERES

AKDENİZ'İN
BİNLERCE
YILLIK ŞAHİDİ:
MERSİN

CEZERYE

#18

www.arcitymedia.de
RUNTERLADEN UND SCANNEN

eurogida.de

EINE PRISE GESCHMACK...

Bir tutam lezzet...

arba GEWÜRZE

www.arba-berlin.de

Tempelhofer Weg 12 12347 Berlin
Tel.: 030/ 521 37 89 30 **Fax:** 030/ 521 37 89 40
E-Mail: info@arba-berlin.de

MERSIN: DER ZEITLOSE WÄCHTER DES MITTELMEERES
AKDENİZ'İN BİNLERCE YILLIK ŞAHİDİ: MERSİN
4

TANTUNI
Tantuni
10

BATIRIK-SUPPE
Batırık Çorbası
12

KLEINE LAHMACUN
Fındık Lahmacun
13

KEREBIÇ
Kerebiç
16

SIKMA
Sıkma
17

CEZERYE
Cezerye
18

DIE ORANGE: EIN LAGER AN VITAMIN C
C Vitamini Deposu Portakal
20

SCHOKOLADEN-ORANGEN-KUCHEN
Çikolatalı Portakallı Kek
23

CRÊPE MIT ORANGEN
Portakallı Krep
24

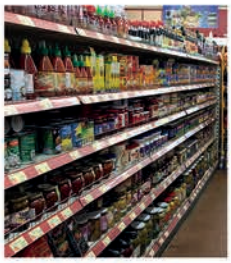
DIESEN MONAT IM KINO
Bu Ay Vizyonda
26

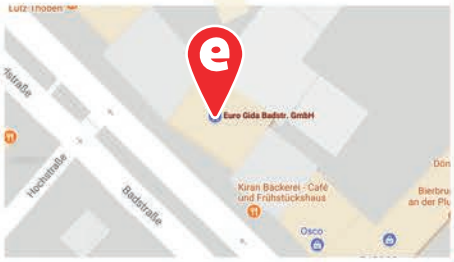
VERANSTALTUNGS-KALENDER
Maç Takvimi
28

IMPRESSUM

Agentur / Verlag: AR City Media GmbH Pariser Straße 51 I 10719 Berlin - **Telefon:** +49 (0) 30 91466492- **Fax:** +49 (0) 30 91485957 - **E-Mail:** mail@arcitymedia.de - **Website:** www.arcitymedia.de - **Geschäftsführer:** Dipl.–Ing. (FH) Barış Yaşa • **Herausgeber:** AC eurogida GmbH Beusselstraße 44 n-q I 10553 Berlin - **Telefon:** +49 (30) 39 49 40 09 - **E-Mail:** info@eurogida.de - **Website:** www.eurogida.de - **Geschäftsführer:** Celal Irgi • **Chefredakteur:** Macit Şahyazıcı - **Redaktion:** Ali Yapıcı & Dipl.–Ing. (FH) Barış Yaşa - **Übersetzung:** Übersetzungsbüro A - **Marketing:** Ali Yapıcı & Dipl.–Ing. (FH) Barış Yaşa - **Bildbearbeitung, Layout und Satz:** AR City Media GmbH • **Produktion / Druck:** Concept Medien & Druck GmbH Bülowstraße 56-57 I 10783 Berlin • **Auflage:** 10.000 Stück © AR City Media GmbH • **Quelle:** "Gesund türkisch kochen-leicht gemacht"; Bundesministerium für Gesundheit / Österreich; MOOR Yazılım Danış. ve Rek. Hiz. Ltd. Şti. - **Quelle Fotos:** istockphoto.com - **Fotografie:** Merve Ağın

www.eurogida.de





Badstraße 9,
13357 Berlin

Bus / Otobüs:
247 (S+U Bhf. Gesundbrunnen)

U-Bahn & S-Bahn:
U8 Gesundbrunnen, S41, S42,
S1, S2, S25 Gesundbrunnen

Montag – Freitag / Samstags:
Pazartesi - Cuma / Cumartesi
08.00 - 20.00

Tel: 030 / 49 76 04 04
Fax: 030 / 49 91 15 09

Obst & Gemüse | Feinkost | Fleischerei | Backwaren

1. Moabit
   Turmstraße 43, 10551 Berlin
2. Wilmersdorf
   Bundesallee 180, 10717 Berlin
3. Neukölln 1
   Karl-Marx-Str. 225, 12055 Berlin P
4. Wedding 1
   Badstr. 9, 13357 Berlin P
5. Wedding 2
   Müllerstr. 32A-33, 13353 Berlin P
6. Spandau
   Breite Straße 37, 13597 Berlin
7. Schöneberg
   Potsdamer Straße 152, 10783 Berlin
8. Steglitz
   Albrechtstr. 19, 12167 Berlin P
9. Kreuzberg
   Wrangelstr. 85, 10997 Berlin
10. Tempelhof
    Tempelhofer Damm 2, 12101 Berlin
11. Reinickendorf
    Wilhelmsruher Damm 129, 13439 Berlin P
12. Charlottenburg
    Wilmersdorfer Str. 46, 10627 Berlin P
13. Neukölln 2
    Hermannstraße 218, 12049 Berlin

FILIALE WEDDING 1

In einer unserer größten Filialen begrüßen wir Sie im Herzen Weddings auf über 1.000 m². Direkt am Gesundbrunnencenter bietet eine von insgesamt zwei Filialen in Wedding ein reiches Angebot verschiedener Obst- und Gemüsesorten und eine große Auswahl orientalischer und mediterraner Lebensmittel. Außerdem erwartet Sie im Eingangsbereich eine Schlemmerecke mit diversen hausgemachten Teigwaren und frischen Dönerspezialitäten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

WEDDING 1 ŞUBESİ

Wedding'in kalbinde, 1000 m²'nin üzerindeki en büyük şubelerimizden biri olan Wedding 1 şubemizde ziyaretçilerimizi içtenlikle karşılıyoruz. Wedding'te bulunan iki şubemizden biri olan ve Gesundbrunnnencenter'da bulunan şubemizde, müşterilerimize zengin çeşitlilikte meyve, sebze ve çeşitli oryantal ve Akdeniz yiyeceklerini sunuyoruz. Ayrıca şubemizin giriş bölümünde, çeşitli ev yapımı hamur işleri ve taze döner spesiyalleri bulabileceğiniz bir köşe sizleri bekliyor.

Ziyaretinizden memnun olacağız!

FOLGE UNS AUF FACEBOOK
Bizi FACEBOOK'tan takip edin.

www.arcitymedia.de
RUNTERLADEN UND SCANNEN

GAZİ®

#Entdecke*die Frische*

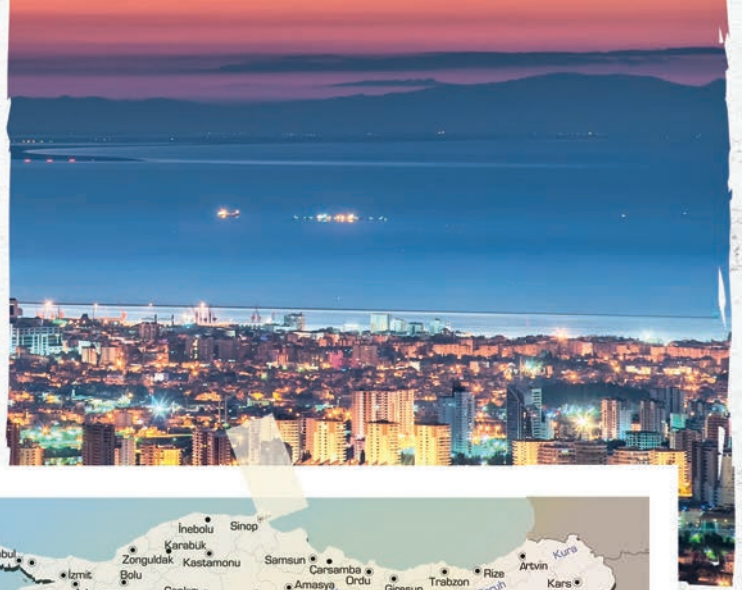
TAZELİĞİ KEŞFET

Reine Schafmilch
Saf koyun sütü

Als Feta Pionier bekannt geworden, beleben wir ein Stück Geschichte mit einem neuen und traditionellen Produkt. Im Gegensatz zu herkömmlichen Feta-Artikeln wird der GAZİ Feta ausschließlich aus reiner Schafmilch hergestellt. Ein typischer und einzigartig aromatischer Genuss im Salat und in Backofengerichten.

Feta peyniri konusunda öncü olarak bilinen bir firma olarak, yeni ve geleneksel bir ürünle biraz geçmişi canlandırıyoruz. Geleneksel Feta ürünlerinin aksine, GAZİ Feta sadece saf koyun sütünden üretilir. Salatada ve fırın yemeklerinde tipik ve benzersiz aromatik bir lezzet.

gazi.de



MERSİN: DER ZEITLOSE WÄCHTER DES MITTELMEERES

AKDENİZ'İN BİNLERCE YILLIK ŞAHİDİ: MERSİN

Mersin, mit seinem blauen Meer, den grünen Wäldern und einer strahlenden Sonne zu so gut wie jeder Jahreszeit, ist eine tolle Mittelmeerstadt im Süden der Türkei. In der Antike war Mersin als Kilikien bekannt und war seit Anfang der Zeit ein wichtiger Ansiedlungsort. Grabungen in der Region haben ergeben, dass die Geschichte der Stadt bis in die Jungsteinzeit reicht. Viele Zivilisationen wie die Hethiter, Assyrer, Perser, Römer und Byzantiner haben hier geherrscht. Mersin befindet sich am Fuße des Taurusgebirges und war im Laufe der Geschichte aufgrund seines Hafens einer der wichtigsten Handelspunkte im östlichen Mittelmeer.

Gökyüzünde güneşin hemen hemen her mevsim parıldadığı, masmavi denizi ve yemyeşil ormanlarıyla Mersin, Türkiye'nin güneyinde bulunan muhteşem bir Akdeniz kentidir. Klasik dönemde Klikya olarak bilinen Mersin, tarih öncesi devirlerden beri önemli bir yerleşim yeri olmuştur. Bölgede yapılan kazılar, kentin tarihinin Neolitik Çağ'a kadar uzandığını kanıtlamaktadır. Hititler, Asurlular, Persler, Romalılar ve Bizanslılar gibi pek çok medeniyet yine bu bölgede hüküm sürmüştür. Toros Dağları'nın eteklerinde bulunan Mersin, sahip olduğu limanıyla da tarih boyunca Doğu Akdeniz'in en önemli ticaret noktalarından biri olmuştur.

DEMİRCİLİ SİLİFKE

DIE KIZKALESİ / KIZKALESİ

Die Stadt ist buchstäblich ein Freilandmuseum mit neuntausend Jahre alten Spuren menschlicher Geschichte. Mit ihren archäologischen und antiken Stätten, sauberem Meer, Stränden und einzigartiger Natur ist sie eine der wichtigsten Städte der Türkei in Sachen Kulturtourismus. Yumuktepe, Soloi, Korykos, Kanytelleis, Olba, Uzuncaburç und Anamur sind nur einige der wichtigen antiken Stätten in Mersin. Die Korykos Burg, die Kızkalesi, die Softa Burg und die Mamure Burg weisen darauf hin, dass Mersin in der Vergangenheit eine wichtige Rolle im Mittelmeerhandel gespielt hat. Die Gülek Burg, die die historische Seidenstraße überschaut, die Silifke Burg, die die militärischen und kommerziellen strategischen Routen kontrolliert, die Mut Burg, die die Sicherheit dieser Straßen am nördlichen Ende gewährleistet und die Gülnar Meydancık Burg, die in der ältesten antiken Stätte der Region steht, sind Widerspiegelungen der Tausende von Jahre alten Geschichte der Stadt Mersin.

9 bin yıllık insanlık tarihinin izlerinin sergilendiği bir açık hava müzesi konumunda olan Mersin; arkeolojik alanları, antik kentleri, tertemiz denizi, kumsalları ve eşsiz doğal güzellikleriyle tarih, inanç ve kültür turizmi potansiyeli açısından Türkiye'nin en zengin şehirlerinden biridir. Yumuktepe, Soli, Korikos, Kanlıdivane, Olba, Uzuncaburç ve Anamur antik kentleri, Mersin'de bulunan önemli antik kentlerden sadece birkaçıdır. Korikos Kalesi, Kızkalesi, Softa Kalesi, Mamure Kalesi gibi kaleler, Mersin'in geçmişteki Akdeniz ticaretinde önemli bir rol oynadığına işaret eder. Tarihi İpek Yolu'nun gözlem noktalarından biri olan Gülek Kalesi, askeri ve ticari stratejik yolları kontrol eden Silifke Kalesi, bu yolların kuzey ucundaki güvenliği sağlayan Mut Kalesi, bölgenin en eski antik kentini yaşatan Gülnar Meydancık Kalesi, Mersin'in sahip olduğu binlerce yıllık geçmişi yansıtır.

In unzähligen Museen im Zentrum von Mersin und in den Bezirken Tarsus, Anamur und Silifke, werden Hundertausende von ausgegrabenen Fundstücken aus den antiken Stätten ausgestellt. Eines der meistbesuchten Museen ist das Nusret Mayın Schiff-Museum. Das Schiff wurde nach der Schlacht von Gallipoli eine Zeit lang als Frachtschiff genutzt, bevor es unterging. Im Jahr 1999 wurde es zur Nutzung bei der Herstellung von Rasierklingen wieder geborgen. Dieses wertvolle Erbe wurde vom Volk in Tarsus beschützt und wurde dann im Jahr 2003 originaltreu restauriert und als Museum eröffnet.

DIE ALTE STADT SOLOI
SOLOI ANTİK KENTİ

TARSUS WASSERFÄLLE
TARSUS ŞELALESİ

CAMBAZLI KIRCHE
CAMBAZLI KİLİSESİ

Mersin merkezinde, Tarsus'ta, Anamur'da ve Silifke'de bulunan sayısız müzede, şehirdeki antik kentlerde gün ışığına çıkarılmış 100 bin tarihi eser, ziyaretçilerin ilgisine sunulmuştur. Bu müzelerden en yoğun ziyaretçiye sahip olanlarından biri de Nusret Mayın Gemisi Müzesi'dir. Çanakkale Zaferi'nden sonra bir süre yük gemisi olarak kullanılan gemi bir süre sonra batmış, ardından 1999 yılında jilet yapımında kullanılmak üzere su yüzüne çıkarılmıştır. Bu değerli mirasa, Tarsus halkı tarafından sahip çıkılmış ve gemi, aslına uygun olarak 2003 yılında restore edilerek müze olarak ziyarete açılmıştır.

Mersin ist ebenfalls eines der wichtigsten Religionszentren der Welt. Die Grabstätte des Propheten Daniel befindet sich in der Makam Moschee und die Grabstätten des Heiligen Set und des Propheten Luqman befinden sich in Tarsus. In Tarsus befindet sich ebenfalls die St. Paulus Kirche, deren Brunnen und historische Umgebung auf der UNESCO-Welterbe-Tentativliste stehen und die jährlich von vielen Christen besucht wird. Die erste Christin,

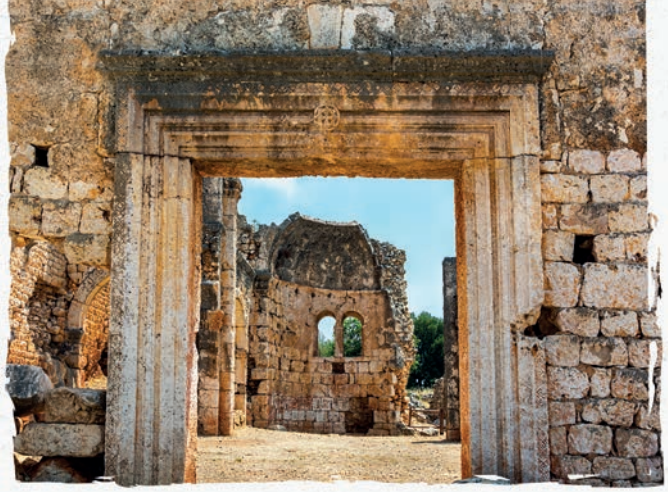
DIE MAMURE BURG
MAMURE KALESİ

ASTHMA HEILEN HÖHLE
ASTIM MAĞARASI

Ayathekla, wurde in Silifke geboren. Aufgrund ihres Glaubens wurde sie mit dem Tod bedroht, woraufhin sie sich in einer unterirdischen Höhle versteckt hat. Diese Höhle und die umliegenden heiligen Stätten ziehen jedes Jahr viele Besucher an. Außerdem ist das wichtigste Zentrum des „Sieben Schläfer-Glaubens" in Anatolien , der auf der ganzen Welt weit verbreitet ist, die Eshab-ı Kehf Höhle in Tarsus. Die Höhle wird von Christen und von Muslimen als ein heiliger Besuchsort angesehen.

Mersin ayrıca dünyanın en önemli inanç merkezlerinden biridir. İçinde Hz. Danyal Peygamber'in kabri ve makamının yer aldığı Makam Camii, Hz. Şit ve Lokman Peygamberlerin makamları Tarsus'ta bulunmaktadır. Yine Tarsus'ta bulunan, UNESCO Dünya Miras Geçici Listesi'nde yer alan ve her yıl pek çok sayıda Hıristiyan tarafından ziyaret edilen St. Paul Kilisesi, kuyusu ve tarihi çevresi, Mersin'in önemli inanç turizmi merkezlerinden biridir. İlk Hıristiyan kadın olan Aya Thekla, Silifke'de dünyaya gelmiştir. İnancı sebebiyle ölümle yüzleşen kadın bir yeraltı mağarasına sığınmıştır. Bu mağara ve etrafındaki kutsal alanlar çok sayıda ziyaretçi çekmektedir. Ayrıca dünyanın pek çok yerinde var olan "Yedi Uyurlar İnanışı"nın Anadolu'daki en önemli merkezi Tarsus'taki Eshab-ı Kehf Mağarası'dır. Mağara, Hıristiyan ve Müslümanlarca kutsal bir ziyaret yeri olarak kabul edilir.

Die Steinbrücke aus der römischen Zeit in Silifke, die Tarsus Baç römische Brücke, die Kızkalesi, Cambazlı, die römische Straße, die die antiken Stätte Olba und Uzuncaburç verbindet, die römische Allee, die historische römische Seitenstraße in Tarsus und die Adamkayalar in Erdemli zeigen die Vielfalt des Kulturtourismus in Mersin auf.



KANYTELLEIS
KANLIDİVANE

Silifke'deki Roma döneminden kalan Taş Köprü, Tarsus Baç Roma Köprüsü, Kızkalesi, Cambazlı, Olba ve Uzuncaburç antik kentlerini birbirine bağlayan tarihi Roma Yolu, Roma Caddesi, Tarsus'taki tarihi Roma İpek Yolu, Erdemli'deki Adamkayalar Mersin'in sahip olduğu tarih turizmi zenginliğini ortaya koymaktadır.

In Mersin scheint die Sonne jährlich für 295 Tage. Mit der Hunderte von Kilometer langen natürlichen Küste, den atemberaubenden Buchten, bei denen Wälder und Meer aufeinander stoßen, den Urlaubsdörfern, Hotels und Yachthäfen ist Mersin eine der führenden Adressen des Sommertourismus. Die am meisten besuchten Strände der Küstenlinie, von denen 108 Kilometer zum Baden benutzt werden können, sind die Kızkalesi, Akkum, Taşucu, Ören, Susanoğlu, Yemişkumu, Anamur und Kumkuyu Strände.

Mersin, güneşin yıl boyunca ortalama 295 gün gökyüzünde parıldadığı bir güneş şehridir. Doğal dokusunun korunduğu yüzlerce kilometrelik sahil şeridiyle, ormanların denizle buluştuğu muhteşem koylarıyla, tatil köyleriyle, otelleriyle ve yat limanlarıyla Mersin, yaz turizminin de önde gelen adreslerinden biridir. 108 kilometresi kumsal olarak kullanılabilen sahil şeridinin, ince kumları ve tertemiz suları ile en çok ziyaret edilen plajları Kızkalesi, Akkum, Taşucu, Ören, Susanoğlu, Yemişkumu, Anamur ve Kumkuyu'dur.

Mersin bietet jedoch auch viele Möglichkeiten für den Wintertourismus. Mit Sportmöglichkeiten wie den Bergsteig- und Kletterwegen im Taurusgebirge, das mit den Gletscherseen auf seinen Gipfeln ein wahres Naturwunder ist, Rafting und Paragliding über die Flüsse Göksu und Berdan, ist Mersin ein wahres Tourismusparadies, das von überall auf der Welt mit dem Flugzeug in wenigen Stunden zu erreichen ist.

Mersin, kış turizmi bakımından da çok geniş imkanlara sahiptir. Zirvelerindeki buzul gölleriyle bir doğa harikası olan Toroslardaki dağcılık ve tırmanma parkurlarıyla, Göksu Irmağı ve Berdan Nehri kolları üzerinde yılın tamamında yapılabilen rafting ve yamaç paraşütü gibi spor turizmi imkanlarıyla, havayoluyla dünyanın herhangi bir yerinden birkaç saat içerisinde ulaşılabilecek bir turizm cennetidir.

DIE ADAMKAYALAR
ADAMKAYALAR

UZUNCABURÇ

Wir kümmern uns um Ihre Versicherungs- und Finanzfragen!

Aziz Akseki
Agenturinhaber

Sarah Tietjen
Büroleitung

Mukaddes Sahin
Agenturassistentin

Karolina Eron
Versicherungskauffrau
im Innendienst

Emre Akseki
Versicherungsfachmann
im Außendienst

Tarik Akan
Versicherungsfachmann
im Außendienst

Sascha Schwan
Selbständiger
Versicherungskaufmann
im Außendienst

Serap Elevli
Kundenberaterin
im Innendienst

Anastazja David
Kundenberaterin im
Innendienst

Gamze Ödemis
Versicherungsfachfrau
im Innendienst

Eda Yapan
Auszubildende

Haydar Sami Emre
Selbständiger
Versicherungsfachmann
im Außendienst

LVM-Versicherungsagentur

Aziz Akseki

Drontheimer Straße 3
13359 Berlin
Telefon 030 49989430
info@akseki.lvm.de

Prinzessinnenstraße 8 (1.OG)
10969 Berlin
Telefon 030 49989430
akseki.lvm.de

LVM VERSICHERUNG

Fairer Rundum-Versicherer für alle Fälle

Mit knapp 3,5 Milliarden Euro Beitragseinnahmen und mehr als 19 Milliarden Euro Kapitalanlagen ist die LVM ein starker, grundsolider Rundum-Versicherer für Privat- und Gewerbekunden.

Nach einer vernünftig abwägenden Risikoanalyse und entsprechend Ihrer individuellen Wünsche erhalten Sie bei uns den jeweils sinnvollen Versicherungsschutz sowie ergänzende Finanzdienstleistungen:

- Kraftfahrtversicherung
- Haftpflichtversicherung
- Hausratversicherung
- Wohngebäudeversicherung
- Rechtsschutzversicherung
- Unfallversicherung
- Berufsunfähigkeitsversicherung
- Kranken- und Pflegeversicherung
- Altersvorsorge und Hinterbliebenenschutz
- Geldanlagen
- Bausparen
- Kredite
- Immobilienfinanzierung

Das kleine 3 mal 3 der Vorsorge und Finanzplanung

Eine Beratung mit **dem kostenlosen LVM-Kompass®** verschafft Ihnen sichere Orientierung und zeigt Ihnen für Ihre persönliche Situation den richten Weg – passend für Ihre Finanzlage und gemäß Ihren persönlichen Wünschen. Stecken Sie zusammen mit uns Ihren Kurs für eine bedarfsgerechte Vorsorge- und Vermögensplanung ab.

Betrachten Sie gemeinsam mit uns die 3 Themen vorausschauender Planung mit den jeweiligen Unterpunkten:

1. Vorsorge
- Absicherung von Alter, Verdienstausfall, Hinterbliebenen
- Gesundheit
- Zukunftssicherung der Kinder

2. Besitz- und Vermögenssicherung
- Arbeit und Freizeit
- Haus und Wohnen
- Rund ums Kfz

3. Vermögensmanagement
- Sparen und Anlegen
- Auszahlen
- Finanzieren

Der LVM-Kompass® kostet Sie nur die Zeit für ein persönliches Gespräch. Sie gewinnen damit Sicherheit und erhalten Flexibilität für die Zukunft.

TANTUNI

Tantuni

2 KİŞİLİK
2 PERSONEN

50 DAKİKA
50 MINUTEN

ZUTATEN

150 g Entrecôte vom Rind

1 Zwiebel

2 Tomaten

* 2 Esslöffel Olivenöl

* ¼ Teelöffel Salz

* ¼ Teelöffel Sumach

¼ Bund Petersilie

* 1 Teelöffel rotes Paprikapulver

* 1 Glas Wasser

2 Sandwich-Brote oder Lavash

½ Zitrone

MALZEMELER

150 g dana antrikot

1 kuru soğan

2 domates

* 2 yemek kaşığı zeytinyağı

* ¼ çay kaşığı tuz

* ¼ çay kaşığı sumak

¼ demet maydanoz

* 1 çay kaşığı toz kırmızı biber

* 1 su bardağı su

2 adet sandviç ekmeği ya da lavaş

½ limon

Entrecôte vom Fett befreien und dann in kleine Würfel schneiden. Wasser hinzugeben, sodass das Fleisch bedeckt ist, und solange kochen, bis das Wasser aufgesogen ist. Gleichzeitig Zwiebel und Petersilie fein schneiden, mit Sumach vermischen und zur Seite stellen. Die Tomaten in Würfel schneiden und zur Seite stellen. Nachdem das Fleisch gekocht ist, eine Wok- oder Blechpfanne erhitzen und Olivenöl dazugeben. Das Fleisch jetzt in die Pfanne geben. 1 Glas Wasser mit rotem Paprikapulver vermischen und dieses ab und zu über das Fleisch gießen. Das Fleisch umrühren, sobald das Wasser aufgesogen ist und Salz hinzufügen. Das Brot in der Mitte aufschneiden und dieses auf das Fleisch drücken, sodass das Fett in das Brot gelangt. Das fertige Tantuni in das Brot legen. Die Zwiebelmischung und Tomaten hinzufügen und falls gewünscht Zitronensaft hinzugeben und verzehren.

Dana antrikot yağlı kısımlarından temizlenip küçük küpler halinde doğranır. Üzerini geçecek kadar su ile suyunu çekene kadar haşlanır. Diğer tarafta kuru soğan ve maydanoz ince ince doğranarak sumak ilavesiyle karıştırılır ve kenara alınır. Domatesler de küp küp doğranır ve kenarda bekletilir. Etler haşlandıktan sonra wok ya da sac tava ocakta kızdırılarak tavaya zeytinyağı dökülür. Haşlanmış etler tavaya eklenir. 1 su bardağı su, toz kırmızı biber ile karıştırıldıktan sonra etlerin üzerine ara ara dökülür. Etler suyunu çekince tuz ilave edilerek karıştırılır. Ortasından kesilen ekmeklerin içi açılır ve ekmekler etlerin üzerine bastırılarak yağların ekmeğe geçmesi sağlanır. Pişen tantuni, ekmeklerin içine yerleştirilir. Soğanlı karışım ve domatesler de eklenip arzuya göre limon sıkılarak tüketilir.

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

KNAPPSCHAFT

für meine Gesundheit!

**Her Yeni Yıl,
yeni tazelenen
umutların, çoğalan
sevgilerin habercisidir.
2020 yılı da böyle olsun,
hep güzel olsun.
Nice Yıllara!**

Gesundheit wünschen wir jetzt zum neuen Jahr den Menschen, die wir gern haben. Und Gesundheit erhoffen wir auch für uns selbst.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, dass Hoffnungen wahr werden. Es ist 2020 und die KNAPPSCHAFT und Sie können zusammen für Ihre Gesundheit aktiv werden.

Nutzen Sie zum Beispiel unsere Aktivtage, um sich fit für das Jahr zu machen. Das geht ganz einfach mit den Aktivtagen der KNAPPSCHAFT. Sie brauchen nur ein wenig Zeit und es kostet Sie kaum etwas. Sie können sich in ausgewählten Wohlfühlhotels in den schönsten Regionen Deutschlands und des benachbarten Auslands nur um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden kümmern.

Sağlığınızın çoğalmasına izin verin.

Sprechen Sie einfach mit uns, Ihrer KNAPPSCHAFT, für Ihre Gesundheit.

08000 200 501
(kostenfreie Rufnummer)
kundenservice-ost@knappschaft.de
www.knappschaft.de

www.arcitymedia.de
RUNTERLADEN UND SCANNEN

Batırık-Suppe

Batırık Çorbası

5 KİŞİLİK
5 PERSONEN

20 DAKİKA
20 MINUTEN

ZUTATEN	MALZEMELER
* 1 Glas feiner Bulgur	* 1 su bardağı ince bulgur
* ¼ Glas Tahini	* ¼ su bardağı tahin
1 Zwiebel	1 adet soğan
2 Tomaten	2 adet domates
2 Gurken	2 adet salatalık
2 grüne Paprika	2 adet yeşil biber
½ Bund Pfefferminz	½ demet nane
½ Bund Petersilie	½ demet maydanoz
2-3 Lauchzwiebeln	2-3 dal taze soğan
1-2 Salatblätter	1-2 yaprak marul
* 1 Esslöffel Paprikamark	* 1 yemek kaşığı biber salçası
* ¼ Glas Olivenöl	* ¼ su bardağı zeytinyağı
* ¼ Glas Zitronensaft	* ¼ su bardağı limon suyu
* 5 Gläser kaltes Wasser	* 5 su bardağı soğuk su
* 1 Glas warmes Wasser	* 1 su bardağı sıcak su
* 1 Esslöffel Granatapfelsirup	* 1 yemek kaşığı nar ekşisi
* 1 Kaffeelöffel Paprikaflocken	* 1 tatlı kaşığı pul biber
* 1 Teelöffel Kreuzkümmel	* 1 çay kaşığı kimyon
* 1 Teelöffel Salz	* 1 çay kaşığı tuz

Den Bulgur in einer Schüssel mit 1 Glas Wasser vermischen und warten, dass dieser aufgeht. Tahini in einer Pfanne für 2-3 Minuten aufwärmen und dann mit dem Bulgur vermischen. Kreuzkümmel hinzufügen. Eine Zwiebel reiben und zusammen mit Paprikamark in die Bulgur-Mischung geben. Salz, Paprikaflocken, Olivenöl, Zitronensaft und Granatapfelsirup hinzugeben. Danach kaltes Wasser hinzufügen und alle Zutaten vermischen. Tomaten, Gurken und Paprika klein schneiden und Pfefferminz, Petersilie, frische Zwiebeln und Salat fein hacken. Das geschnittene Gemüse zur Suppe hinzufügen und kalt servieren.

Bulgur, 1 su bardağı sıcak su ile ıslatılır ve şişmesi beklenir. Tahin, bir tavada 2-3 dakika ısıtıldıktan sonra bulgurun içine karıştırılır. Karışıma kimyon eklenir. Kuru soğan rendelenerek salça ile birlikte bulgurlu karışıma ilave edilir. Tuz, pul biber, zeytinyağı, limon suyu ve nar ekşisi de koyularak karıştırılır. Ardından soğuk su ilave edilerek tüm malzemeler harmanlanır. Domates, salatalık, biber küçük küçük; nane, maydanoz, taze soğan ve marul ince ince doğranır. Doğranan sebzeler, çorbanın üzerine eklenerek soğuk olarak servis edilir.

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

KLEINE LAHMACUN

Fındık Lahmacun

15-20 ADET
15-20 STÜCK

200 °C

45 DAKİKA
45 MINUTEN

ZUTATEN

FÜR DEN TEIG

300 g Mehl
1 Päckchen Trockenhefe
*1 Teelöffel Salz
*3-4 Esslöffel warmes Wasser
*1 Teelöffel Zucker
*1 Glas Wasser

FÜR DIE FÜLLUNG

300 g Rindergehacktes
1 geriebene Zwiebel
2 geriebene Tomaten
*1 Esslöffel Paprikamark
*1 Kaffeelöffel Paprikaflocken
*1 Kaffeelöffel rotes Paprikapulver
*1 Kaffeelöffel Salz
*2 Esslöffel Wasser
¼ Bund Petersilie

MALZEMELER

HAMURU İÇİN

300 g un
1 paket kuru maya
*1 çay kaşığı tuz
*3-4 yemek kaşığı ılık su
*1 çay kaşığı toz şeker
*1 su bardağı su

İÇİ İÇİN

300 g dana kıyma
1 adet rendelenmiş soğan
2 adet rendelenmiş domates
*1 yemek kaşığı biber salçası
*1 tatlı kaşığı pul biber
*1 tatlı kaşığı toz kırmızı biber
*1 tatlı kaşığı tuz
*2 yemek kaşığı su
¼ demet maydanoz

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

Mehl und Salz in einer Schüssel vermischen. Getrennt Hefe, warmes Wasser und Zucker vermischen. Eine Mulde im Mehl machen und die Mischung hineingeben. Ein paar Minuten warten, bis die Hefe aktiviert wird. Danach nach und nach ein wenig Wasser hinzufügen und kneten, bis man einen weichen Teig hat. Den Teig dann mit einem Tuch verdecken und für eine halbe Stunde gären lassen. In der Zwischenzeit Gehacktes, fein geschnittene Petersilie, Zwiebeln, Tomaten, Paprikamark, Wasser, Salz und Gewürze in einer Schüssel gut vermischen. Man erhält eine nasse Mischung. Kleine Stücke vom Teig abtrennen und auf einer sauberen Oberfläche rund ausrollen. Die Mischung gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Die Lahmacuns auf ein Backblech mit Backpapier legen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C für 10-15 Minuten backen. Warm servieren.

Un ve tuz bir kaba alınıp karıştırılır. Ayrı bir yerde maya, ılık su ve toz şeker ile karıştırıldıktan sonra hamurun ortası açılarak mayalı karışım dökülür. Birkaç dakika mayanın aktifleşmesi beklenir. Sonrasında karışım, azar azar su ilavesiyle yumuşak bir hamur elde edene kadar yoğrulur. Hamur hazırlandıktan sonra üzeri nemli bir bezle örtülerek yarım saat kadar mayalanmaya bırakılır. Bu sırada kıyma, ince kıyılmış maydanoz, soğan, domates, salça, su, tuz ve baharatlar bir kaba alınarak iyice yoğrulur. Islak kıvamda bir karışım elde edilir. Mayalanan hamurdan küçük parçalar koparılarak temiz bir tezgâh üzerinde yuvarlak olarak açılır. Açılan hamurların üzerine harçtan eşit şekilde yayılır. Hazırlanan lahmacunlar pişirme kâğıdı serilmiş tepsiye yerleştirilir. Önceden ısıtılmış 200 °C fırında 10-15 dakika kadar pişirilir. Sıcak servis edilir.

transferGo™

TÜRKİYE'YE PARA TRANSFERİ ARTIK ÜCRETSİZ!

- İstediğiniz bankaya
- 1 gün sonra ulaşacak şekilde
- Sadece internet üzerinden
- Ve sabit döviz kuruyla

Üstelik kısa bir süre için, daha hızlı gönderim seçeneklerimizi de (Şimdi, Bugün, Ekspres) aşağıdaki kupon kodunu kullanarak ücretsiz deneyebilirsiniz!*

MARKET10 KUPON KODU

** Not: Kampanya 15 Şubat 2020 tarihine kadar yurt dışından Türkiye'ye yapılan ilk transferlerde geçerlidir. Kampanyadan faydalanmak için **www.transfergo.com.tr** sayfasına üye kaydınızı gerçekleştirdikten sonra, Para Gönder alanında ücretli olarak sunduğumuz hızlı seçeneklerimizden birini seçin (Şimdi, Bugün, Ekspres) ve kupon kodu alanına yukarıdaki kodu girip ilk transferinizi gerçekleştirin.*

www.transfergo.com.tr

Almanya Hikayeleri

1975'te Sirkeci'den kalkan gurbet treni ile geldim Essen'e. İki evladımı Türkiye'de geride bıraktım. Biri 2 yaşında, diğeri 4 yaşında; ikisine de ablam bakmaya başladı. 1 sene sonra izine geldiğimde beni neredeyse tanıyamadılar... 5 sene çalışır, para biriktirir döneriz diye gittiğimiz gurbetten dönemedik. Çocuklarım beni unutmasınlar diye ablama kaset yollardım; masalları okuyup kasetlere kaydederdim, gece uyumadan önce annelerinin sesinden dinlesinler diye. Bir gün ablama dedim ki, bu kasetleri dinleyin, sonra da çocuklarımın sesini kaydedip bana geri gönderin. Çocuklarımın o zaman kaydedip yolladığı şeyler çok içime dokundu. İlkokulda hocaları senin annen baban nerede diye soruyorlarmış, neden sizi bırakıp Almanya'ya gittiler diye alay ediyorlarmış arkadaşları.

5 sene çalışır döneriz dediğimiz gurbetin 8. senesinde çocuklarımızı ancak yanımıza alabildik. O sekiz sene, işte böyle zorluklarla geçti. Ablama ayrı, çocukların ihtiyaçlarına ayrı para gönderirdik o zamanlar. Çocuklarımız çok şükür artık yanımızda ama ablama hala her ay para gönderirim. TransferGo'yu da büyük oğlum öğretti bana. 40 senedir gurbetçinin cebini bu kadar düşünen bir hizmet daha görmedim sağ olsunlar. Eskiden para gitti mi onu bile bilemezdik, şimdi çok şükür her şeyin kolay bir yolu var.

Hatice Hanım, Essen, 64

TRANSFERGO HAKKINDA

2012'de İngiltere'de kurulan ve dünya çapında 53 ülkeye tamamen internet üzerinden uluslararası para transferi hizmeti sunan TransferGo'nun şu an dünyanın dört bir yanında 1.3 milyondan fazla müşterisi bulunuyor. TransferGo'nun en büyük artısı, yenilikçi iş modeli sayesinde para transferini çok uygun fiyatla sunuyor olması. Gönderim hızına dayalı birkaç seçenek sağlıyor:

STANDART: Komisyon YOK. 1 gün sonra para karşı hesaba ulaşıyor.
BUGÜN: Komisyon 1.99 EUR. Gönderdiğiniz gün para hesaba ulaşıyor.
ŞİMDİ: Komisyon 2.99 EUR. Para yarım saatte hesaba ulaşıyor.

Üstelik TransferGo, gönderilen andaki döviz kurunu sizin için sabitliyor, döviz kuru dalgalanmaları konusunda endişelenecek bir şey olmuyor ve parada bir kayıp yaşanmıyor.

GÜVENEBİLİR MİYİM?

Her finansal servis gibi TransferGo da güvenilirliği en üst düzeyde tutuyor: İngiltere'de FCA (Mali Tutum Otoritesi) tarafından denetleniyor ve işlemleri HMRC (Birleşik Krallık Gelir ve Gümrük İdaresi) tarafından kontrol edilen lisanslı ve yetkili bir ödeme kuruluşu olarak faaliyet gösteriyor. Markamız hakkında daha fazla bilgi edinmek isterseniz sosyal medya hesaplarımızı (TransferGo Türkiye) ve web sitemizi ziyaret edebilirsiniz: **www.transfergo.com.tr**

Öneri: Kullanmak istiyorsunuz ancak yine de güvenilirlikle ilgili endişeniz varsa, hemen web sitemize gidin ve ilk olarak çok küçük bir tutarı (örnek: 10 EUR) Türkiye'ye göndermeyi deneyin, ne kadar kolay ve güvenli olduğunu göreceksiniz.

App Store'dan İndirin | Google Play 'DEN ALIN | transfergo.turkiye | transfergo.turkey

KEREBIÇ

Kerebiç

6 KİŞİLİK
6 PERSONEN

180 °C

75 DAKİKA
75 MINUTEN

ZUTATEN

FÜR DEN TEIG

* 3,5 Gläser Mehl
2 Eier
* ½ Glas Öl
* ½ Glas Puderzucker
* ¼ Glas Grieß
½ Päckchen Backpulver
1 Päckchen Vanille
100 g geschmolzene Margarine

FÜR DIE FÜLLUNG

* 2 Gläser gemahlene Pistazien
* 1 Kaffeelöffel Zimtpulver

FÜR DIE SAHNE

2 Stück Gipskräuterwurzeln
* 5 Gläser Puderzucker

MALZEMELER

HAMURU İÇİN

* 3,5 su bardağı un
2 adet yumurta
* ½ su bardağı sıvı yağ
* ½ su bardağı pudra şekeri
* ¼ su bardağı irmik
½ paket kabartma tozu
1 paket vanilya
100 g eritilmiş margarin

İÇİ İÇİN

* 2 su bardağı çekilmiş Antep fıstığı
* 1 tatlı kaşığı toz tarçın

KREMASI İÇİN

2 adet çöven otu
* 5 su bardağı pudra şekeri

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

Ei und Puderzucker in eine Schüssel geben und vermischen. Öl, Margarine, Grieß und Vanille hinzufügen und weitermischen. Danach Mehl und Backpulver hinzufügen und solange kneten, bis man einen weichen Teig erhält. Den Teig für 10 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Pistazien und Zimt in einer Schüssel mischen. Danach etwa walnussgroße Stücke vom geruhten Teig abtrennen. In kleine Kugeln rollen und diese aushöhlen. Die Kugeln mit der vorbereiteten Mischung füllen und dann in der Handfläche zu einer Kugel schließen. Alle Kugeln vorbereiten und dann auf das Backblech legen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C solange backen, bis diese braun sind. Puderzucker darüber streuen und mit der Gipskräuter-Sahne servieren, die für dieses Dessert unerlässlich ist. Für diese Sahne 2 Gipskräuterwurzeln in 3 Gläser Wasser über Nacht einweichen. Danach für 2-2,5 Stunden kochen. Beim Kochen warmes Wasser hinzufügen, sobald dieses verdampft. Nach dem Kochen das Wasser in eine Schüssel abschütten und 5 Gläser Puderzucker dazugeben. Solange mischen, bis der Zucker geschmolzen ist. Etwas abkühlen lassen und danach mit einem Mixer solange schlagen, bis man einen Schaum erhält. Danach die fertigen Kerebiç in diesen Schaum legen. Eine Weile im Kühlschrank ruhen lassen und dann servieren.

Yumurta ve pudra şekeri, bir kaba alınarak karıştırılır. Üzerine sıvı yağ, margarin, irmik ve vanilya eklenerek karıştırmaya devam edilir. Ardından un ve kabartma tozu eklenir ve kulak memesi kıvamında bir hamur haline gelene kadar yoğrulur. Hazırlanan hamur 10 dakika kadar buzdolabında bekletilir. Bu sırada bir kabın içine Antep fıstıkları ve tarçın koyularak karıştırılır. Dinlenen hamurdan cevizden biraz daha büyük parçalar koparılır. Bezelerin iç kısımları oyulur. Bezeler, hazırlanan fıstıklı iç harç ile doldurulur ve avuç içinde yuvarlanarak kapatılır. Tüm bezeler hazır olduktan sonra fırın tepsisine dizilir. Önceden ısıtılmış 180 °C fırında üzerleri kızarana kadar pişirilir. Üzerine pudra şekeri elenip kurabiye gibi de ikram edilebilecek olan tatlının olmazsa olmazı, servis sırasında üzerine eklenen çöven otu kremasıdır. Bu krema için 2 adet çöven otu kökü, 3 su bardağı su ilavesiyle bir gece bekletilir. Ardından 2-2,5 saat kaynatılır. Kaynama sırasında suyu azaldıkça sıcak su ilave edilir. Kaynama sürecinden sonra suyu süzülerek bu suya 5 su bardağı pudra şekeri ilave edilir ve eriyene kadar karıştırılır. Biraz ılıdıktan sonra bir mikser ile köpürene kadar çırpılır. Kremanın kıvamı koyulaştıktan sonra, pişen kerebiçler bu köpüğün içine alınır. Bir süre buzdolabında bekletildikten sonra servise hazırdır.

SIKMA

Sıkma

10 ADET
10 STÜCK

30 DAKİKA
30 MINUTEN

ZUTATEN

FÜR DEN TEIG

450 g Mehl

1 Päckchen Backpulver

250 ml Wasser

* 1 Teelöffel Salz

FÜR DIE FÜLLUNG

250 g Quark

1 Zwiebel

* ¼ Glas Öl

* 1 Teelöffel Paprikaflocken

* 1 Teelöffel Pfeffer

* 1 Teelöffel Salz

ZUM BESTREICHEN

* 3 Esslöffel Butter

MALZEMELER

HAMURU İÇİN

450 g un

1 paket kabartma tozu

250 ml su

* 1 çay kaşığı tuz

İÇ HARCI İÇİN

250 g lor peyniri

1 kuru soğan

* ¼ su bardağı sıvı yağ

* 1 çay kaşığı pul biber

* 1çay kaşığı karabiber

* 1 çay kaşığı tuz

ÜZERİ İÇİN

* 3 yemek kaşığı tereyağı

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

Für den Teig alle Zutaten in eine breite Schüssel geben und gut kneten. Den Teig mit einem feuchten Tuch verdecken und für 15 Minuten gären lassen. Die Zwiebel in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Öl braten. Quark hinzufügen und gut vermischen. Salz und Gewürze hinzufügen und vom Herd nehmen. Den in der Zwischenzeit geruhten Teig in 10 gleiche Stücke teilen. Alle Stücke auf der Arbeitsfläche so groß wie Frühstücksteller ausrollen. Eine Teflonpfanne erhitzen. Die ausgerollten Teigstücke in die Pfanne geben und von beiden Seiten zubereiten. Man kann den Teig ein paar Mal mit einer Gabel einstechen, damit dieser nicht zu sehr aufgeht. Butter auf den warmen Teig streichen, etwas von der zubereiteten Mischung darauf geben und danach fest einrollen. Warm servieren.

Notiz: Die Mischung für den Sıkma kann je nach Wunsch aus anderen Zutaten vorbereitet werden.

Hamuru için bir geniş bir kapta hamur için olan tüm malzemeler karıştırılarak iyice yoğrulur. Hazırlanan hamurun üzeri nemli bir bezle örtülerek 15 dakika dinlendirilir. Soğan yemeklik doğrandıktan sonra bir tavada sıvı yağ ile kavrulur. Lor peyniri de eklenerek güzelce karıştırılır. Tuz ve baharat ilave edilerek ocaktan alınır. Bu sırada dinlenmiş olan hamur, 10 eşit parçaya ayrılır. Tüm parçalar, tezgâh üzerinde kahvaltı tabağı büyüklüğünde açılır. Bir teflon tava ocağa alınarak ısıtılır. Açılan hamurlar tek tek tavaya yerleştirilerek her iki tarafı da pişirilir. Pişerken hamurun çok kabarmaması için birkaç yerinden çatal ile küçük delikler açılabilir. Pişen hamurlara, sıcakken tereyağı sürülür ve hazırlanan iç harçtan doldurularak sıkıca sarılır. Sıcak servis edilir.

Not: Sıkmanın iç harcı, arzuya göre farklı malzemelerle de hazırlanabilir.

CEZERYE

Cezerye

4 KİŞİLİK
4 PERSONEN

75 DAKİKA
75 MINUTEN

ZUTATEN	MALZEMELER
6 große Karotten	6 adet iri havuç
*¾ Glas Zucker	*¾ su bardağı toz şeker
*½ Glas Wasser	*½ su bardağı su
100 g geschälte Pistazien	100 g ayıklanmış Antep fıstığı
*½ Teelöffel Nelkenpulver	*½ çay kaşığı toz karanfil
*¼ Teelöffel Kurkuma	*¼ çay kaşığı zerdeçal
*¼ Teelöffel Ingwer	*¼ çay kaşığı zencefil
* 1 Teelöffel Zimt	* 1 çay kaşığı tarçın
* 1 Teelöffel Piment	* 1 çay kaşığı yenibahar
* 1 Esslöffel Honig	* 1 yemek kaşığı bal
* 1 Kaffeelöffel Maisstärke	* 1 tatlı kaşığı mısır nişastası
* 1 Glas Kokosnussflocken	*1 su bardağı toz Hindistan cevizi

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

Die Karotten waschen, schälen und in große Stücke schneiden. In den Topf geben und ein wenig Wasser hinzufügen. Bei mittlerer Hitze solange kochen, bis diese weich werden. Die weichen Karotten dann pürieren. Das Karottenpüree in einen kleinen Topf geben. Zucker hinzufügen und bei geringer Hitze mit einem Holzlöffel ab und zu umrühren und kochen lassen. Honig und die anderen Gewürze hinzufügen und ständig umrühren, bis das Wasser aufgesogen ist. Um eine gute Konsistenz zu erhalten, etwas Maisstärke mit ein wenig Wasser verdünnen und hinzugeben. Hier wird das Umrühren aufgrund der dicken Konsistenz schwierig. Rühren Sie jedoch weiter, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Zum Schluss die Pistazien hinzufügen und erneut umrühren, damit diese gleichmäßig verteilt sind. Die Hälfte der Kokosnussflocken auf ein vier- oder rechteckiges Tablett streuen. Die vorbereitete Mischung auf dem Tablett gleichmäßig mit einem Spachtel verteilen, dabei sollte die Schicht nicht zu dick sein. Die restlichen Kokosnussflocken gleichmäßig auf der Mischung verteilen und dann das Tablett im Kühlschrank abkühlen lassen. Die kalte Cezerye dann in viereckige Stücke schneiden und servieren.

Havuçlar yıkanıp kabukları soyulduktan sonra iri parçalar halinde doğranır. Tencereye alınarak az miktarda su ilave edilir. Orta ateşte yumuşayana kadar pişirilir. Yumuşayan havuçlar, pürüzsüz bir kıvam alana kadar blenderdan geçirilir. Elde edilen havuç püresi küçük bir tencereye alınır. Toz şeker eklenerek kısık ateşte, ara ara tahta kaşık ile karıştırılarak pişirmeye başlanır. İçine bal ve diğer baharatlar da eklenerek suyunu çekene kadar sürekli karıştırılır. İyi bir kıvam elde etmek için mısır nişastası az miktarda su ile seyreltilerek tencereye eklenir. Bu aşamada koyu kıvamından dolayı karıştırma işlemi zorlaşacaktır. Ancak karıştırmaya devam edilerek son kıvamı verilmelidir. Son olarak Antep fıstıkları da eklenerek eşit olarak dağılmaları için son bir kez daha karıştırılır. Kare ya da dikdörtgen bir tepsiye Hindistan cevizinin yarısı serpilir. Hazırlanan cezerye karışımı tepsiye çok kalın olmayacak bir şekilde yayılarak üzeri spatula yardımıyla düzeltilir. Kalan Hindistan cevizi de üzerine eşit şekilde serpildikten sonra tepsi buzdolabına koyularak cezerye soğutulur. Soğuyan cezerye kare kare dilimlenerek servis edilir.

iKRAM®
GIDA TOPTANCISI
Lebensmittel § Grosshandel
www.ikram-food.de
Wir beraten Sie gerne!
(030) 398 85 216
Flottenstrasse 24c -
13407 Berlin
info@ikram-food.de
iKRAM
köy selesi
naturel
special
Kuru Sele
ipek
Tek katkımız sevgimiz...
Gemlik Siyah Sele Zeytin
Schwarze Oliven/Black Olives
naturel
süper sele
1150 g
ipek
ipek
Sonnenblumenöl
Ayçiçek Yağı
iKRAM
Natives
Olivenöl
EXTRA
Naturel Sızma
Zeytinyağı
ipek
Rafine
Zeytinyağı
iKRAM
Natives
Olivenöl
EXTRA
Naturel Sızma
Zeytinyağı
Anadolu'dan gelen lezzet

Die Orange: ein Lager an Vitamin C

C Vitamini Deposu Portakal

Bei Vitamin C muss man als allererstes an die Orange denken. Die Frucht ist das beliebteste Mitglied der Familie der Zitrusfrüchte, hat sich von Indien in die ganze Welt verbreitet und wird weltweit am häufigsten angebaut. Die angenehm duftende Orange, deren Geschmack von ihrer Zeit in der Sonne abhängt, hat einen breiten Nutzungsbereich und ist daher eine der beliebtesten Obstsorten weltweit. Die Orange sollte aufgrund ihrer kalorienarmen Struktur und den hohen Nährstoffen Teil jedes gesunden Ernährungsplans sein.

C vitamini denildiğinde ilk akla gelen ve turunçgiller familyasının en sevilen üyelerinden biri olan portakal, Hindistan'dan tüm dünyaya yayılmış ve dünyada en yaygın üretime sahip meyvelerden biridir. Tadı, güneşte bekleme süresine göre değişiklik gösteren bu güzel kokulu meyve, geniş bir kullanım çeşitliliğine sahip olduğu için tüm dünyada en popüler meyveler arasında yer alır. Portakal, düşük kalorili yapısı ve yüksek besleyicilik özellikleriyle sağlıklı bir beslenme programının içinde mutlaka yer alması gereken besinlerden biridir.

EIN LAGER AN VITAMIN C

Die Orange ist eine tolle Vitamin-C-Quelle. Zwei mittelgroße Orangen decken den kompletten täglichen Bedarf an Vitamin C ab. Eine ausreichende Zufuhr von Vitamin C verhindert die Bildung schädlicher freier Radikale im Körper und wirkt indirekt gegen Krebs.

C VİTAMİNİ DEPOSU

Portakal, harika bir C vitamini kaynağıdır. İki adet orta boy portakal, günlük C vitamini ihtiyacının tamamını karşılar. C vitamininin yeterli seviyede alınması, vücuttaki zararlı serbest radikallerin oluşumunu engelleyerek dolaylı yoldan kansere karşı etki sağlar.

BELEBT DIE HAUT

Mit dem reichlich enthaltenden Wasser und Vitamin C hilft die Orange dabei, die Haut zu befeuchten und die Kollagenproduktion zu beschleunigen. Die Orange kann nicht nur von außen direkt auf die Haut aufgetragen werden, auch der Verzehr sorgt für ein gesünderes und strahlendes Hautbild. Der Verzehr von 1 Orange pro Tag trägt wesentlich zum Erscheinungsbild einer jungen Haut bei.

CİLDİ CANLANDIRIR

İçeriğinde bulunan bol miktarda su ve C vitamini ile portakal, cildin nemlenmesine ve kolajen üretiminin hızlanmasına yardımcı olur. Harici olarak cilde uygulanabilmesinin yanı sıra taze olarak portakal tüketmek cildin daha sağlıklı ve parlak görünmesini sağlar. Günde 1 adet portakal tüketilmesi, ilerleyen yaşlarda cildin genç görünmesine büyük katkıda bulunur.

STÄRKT DAS HAAR

Wenn Orangensaft mit etwas Honig vermischt und zusammen mit dem Shampoo genutzt wird, verleiht es dem Haar einen natürlichen Glanz. Diese Kur, die 5-10 Minuten in das Haar einziehen muss, beugt Haarausfall vor, indem es die Haarwurzeln stärkt.

SAÇLARI GÜÇLENDİRİR

Portakal suyu, bir miktar bal ile karıştırılarak şampuanla birlikte kullanıldığında saçlara doğal bir parlaklık kazandıracaktır. Karışımın 5-10 dakika boyunca saçlara yedirilmesi ile uygulanabilecek bu kür, saç köklerini besleyerek saç dökülmelerinin de önüne geçecektir.

REGELT DEN BLUTDRUCK

Die Orange ist reich an Kalium, das dafür bekannt ist, den Blutdruck zu regulieren. Studien haben gezeigt, dass der regelmäßige Verzehr von Orangen das Risiko für Krankheiten aufgrund von Bluthochdruck verringert.

TANSİYONU DÜZENLER

Portakal, kan basıncının düzenlenmesini sağlayan potasyum bakımından zengindir. Araştırmalara göre, beslenme programına portakalı dahil etmek, yüksek tansiyondan kaynaklı hastalıkların riskini azaltmaya yardımcı olmaktadır.

HILFT BEI DER DIABETES-BEHANDLUNG

Die Orange hat einen niedrigen glykämischen Index, der zur Aufrechterhaltung des Blutzuckerspiegels beiträgt. Sie ist eine gute Faserquelle, die die Zuckeraufnahme im Körper verringert und dabei hilft, den Blutzuckerspiegel auf einer gesunden Stufe zu halten. Um die Fasern der Orange effektiv zu nutzen, sollte man anstelle des Saftes eine frische Orange verzehren.

DİYABET TEDAVİSİNDE YARDIMCI

Portakal, düşük glisemik indekse sahip olduğundan kan şekeri seviyesinin korunmasına da yardımcı olur. Mükemmel bir lif kaynağı olan portakal, vücuttaki şeker emilimini azaltarak kan şekerinin sağlıklı seviyelerde tutulmasına destek olur. Portakalın lifinden tamamen faydalanabilmek için suyunun içilmesi yerine taze olarak tüketilmesi tavsiye edilir.

ERHÖHT DAS IMMUNSYSTEM

Die Orange ist eine reichhaltige Vitamin-C-Quelle, eines der wichtigsten Elemente eines gesunden Immunsystems, und eines der nützlichsten Lebensmittel zum Schutz vor grippalen Erkrankungen, die oft bei Jahreszeitenübergängen vorkommen.

BAĞIŞIKLIĞI ARTIRIR

Sağlıklı bir bağışıklık sisteminin en temel unsurlarından biri olan C vitamininin zengin bir kaynağı olan portakal, özellikle mevsim geçişlerinde çok sık ortaya çıkan gribal hastalıklardan korunmak için en faydalı besinlerden biridir.

VERHINDERT ANÄMIE

Obwohl die Orange keine reiche Quelle an Eisen ist, erhöht sie aufgrund des enthaltenen Vitamin C und der enthaltenen Zitronensäure die Aufnahme von Eisen und hilft somit indirekt bei der Vorbeugung von Anämie. Daher wird empfohlen die Frucht zusammen mit Lebensmitteln, die Eisen enthalten, zu verzehren.

ANEMİYİ ENGELLER

Portakal, iyi bir demir kaynağı olmadığı halde içerdiği C vitamini ve sitrik asit, vücuda alınan demirin emilimini yüksek derecede artırarak dolaylı yoldan aneminin önlenmesine katkı sağlar. Bu sebeple mümkünse demir içeren besinlerle birlikte tüketilmesi tavsiye edilir.

IST SEHR GUT FÜR KINDER

Die enthaltende Folsäure spielt eine große Rolle bei der geistigen und körperlichen Entwicklung von Kindern. Die Orange muss unbedingt regelmäßig von Kindern verzehrt werden. Da jedoch ein Großteil der Fasern beim Pressen verloren gehen, wird empfohlen diese frisch zu essen.

ÇOCUKLAR İÇİN ÇOK FAYDALIDIR

Portakal, içerdiği folik asitle çocukların hem zihinsel hem de fiziksel gelişiminde önemli rol oynar. Çocukların mutlaka düzenli olarak tüketmesi gereken besinlerden biri olan portakal, suyu sıkıldığında liflerinin büyük bölümünü kaybedeceğinden, çocuklara tercihen taze olarak yedirilmelidir.

ORANGENSCHALEN-TEE

Die Orangenschale ist genauso gesund wie die Frucht selbst und um einen Tee zu machen, muss die Schale zunächst fein gerieben werden. Geben Sie dann die Schale in ein Glas gekochtes Wasser, lassen Sie den Tee für 10-15 Minuten ziehen, bevor Sie ihn warm trinken. Der Orangenschalten-Tee hilft beim Kampf gegen Viren und Bakterien, bei der Behandlung von Erkältungen und Husten, ist effektiv gegen Blähungen und Übelkeit und sorgt für Hygiene im Mund.

PORTAKAL KABUĞU ÇAYI

Sağlık açısından meyvesi kadar faydalı olan portakal kabuğundan çay elde etmek için öncelikle portakal kabukları ince ince rendelenir. Daha sonra kabuklar 1 fincan kaynamış suyun içine atılarak 10-15 dakika kadar demlenir ve sıcak olarak tüketilir. Portakal kabuğu çayı; virüs ve bakterilere karşı mücadele eder, soğuk algınlığı ve öksürük gibi hastalıkların tedavisinde yardımcı olur, midedeki gaz, şişkinlik, bulantı gibi sorunların giderilmesinde etkili olur ve iyi bir ağız içi hijyen sağlar.

Die Orange, die für jedes Alter als gesundes Lebensmittel empfohlen wird, kann bei übermäßigem Verzehr bei Erwachsenen zu einem erhöhten Blutzuckerspiegel und bei Kindern und Personen mit sensibler Haut zu Allergien führen. Daher sollte ein übermäßiger Verzehr vermieden werden.

Her yaş için sağlıklı bir besin kaynağı olarak önerilen portakalın aşırı tüketimi yetişkinlerde kan şekerini yükseltebilir, küçük çocuklarda ve hassas cilde sahip kişilerde alerjilere sebep olabilir. Bu sebeple aşırı tüketimden kaçınılmalıdır.

Crêpe mit Orangen

Portakallı Krep

4 KİŞİLİK
4 PERSONEN

40 DAKİKA
40 MINUTEN

ZUTATEN

* 5 Esslöffel Mehl
* 1,5 Glas Milch
3 Eier
* 1 Esslöffel Öl

ZUM ZUBEREITEN

Öl

FÜR DIE ORANGENSOßE

Saft von 2 Orangen
Schale von 2 Orangen (gerieben)
* 3 Esslöffel Honig
* 4 Esslöffel Butter

MALZEMELER

* 5 yemek kaşığı un
* 1,5 su bardağı süt
3 adet yumurta
* 1 yemek kaşığı sıvı yağ

PİŞİRMEK İÇİN

Sıvı yağ

PORTAKAL SOSU İÇİN

2 adet portakalın suyu
2 adet portakalın kabuğu (rendelenmiş)
* 3 yemek kaşığı bal
* 4 yemek kaşığı tereyağı

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

Für den Teig das Mehl in eine breite Schüssel sieben. Milch und Eier hinzufügen. Solange schlagen, bis man einen schönen Teig hat. Zum Schluss das Öl hinzufügen, vermischen und den Teig für 10 Minuten stehen lassen. Eine Pfanne für die Zubereitung mit Öl einfetten. Eine kleine Kelle vom Crêpe-Teig in die heiße Pfanne geben. Die Pfanne bewegen, sodass sich der Teig gleichmäßig verteilt. Die Crêpes circa jeweils 1 Minute von beiden Seiten zubereiten. Damit der Teig nicht kleben bleibt, die Pfanne ab und zu leicht einfetten. Die Crêpes bei Zimmertemperatur stehen lassen. Für die Orangensoße etwas Butter in einer breiten Pfanne schmelzen lassen. Danach frisch gepressten Orangensaft, Honig und geriebene Orangenschale hinzufügen und 2 Minuten kochen lassen. Die Soße auf die fertigen Crêpes geben. Warm servieren.

Krep hamuru için un elenerek bir kaba alınır. Üzerine süt ve yumurtalar eklenir. Pürüzsüz bir kıvam alana kadar çırpılır. Son olarak sıvı yağ da eklenip karıştırılır ve hamur 10 dakika kadar dinlenmeye bırakılır. Krep hamurunu pişirmek için bir tava sıvı yağ ile yağlanır. Krep hamuru karışımından küçük bir kepçe kadar alınarak kızgın tavaya aktarılır. Tava hareket ettirilerek hamurun ince bir tabaka halinde yayılması sağlanır. Krepler yaklaşık 1'er dakika arkalı önlü pişirilir. Hamurların yapışmaması için tava ara sıra sıvı yağ ile hafifçe yağlanır. Hazırlanan krepler oda ısısında dinlenmeye bırakılır. Portakal sosu için geniş bir tavada tereyağı eritilir. Ardından taze sıkılmış portakal suyu, bal ve portakal kabuğu rendesi eklenerek koyulaşması için 2 dakika kadar kaynatılır. Pişen kreplerin üzerine hazırlanan sostan dökülür. Sıcak olarak servis edilir.

Schokoladen-Orangen-Kuchen

Çikolatalı Portakallı Kek

8 KİŞİLİK
8 PERSONEN

180 °C

65 DAKİKA
65 MINUTEN

ZUTATEN

FÜR DEN KUCHEN

* 1 Glas frisch gepresster Orangensaft
* 2,5 Gläser Mehl
1 Päckchen Backpulver
1 Päckchen Vanille
3 Eier
* ⅔ Glas Zucker
* ½ Glas Joghurt
* 1 Glas Öl
* 2 Teelöffel geriebene Orangenschale

FÜR DIE SOßE

* 1,5 Gläser Milch
* 1 Esslöffel Kakao
50 g Bitterschokolade
* 1 Esslöffel Butter
* 2 Esslöffel Zucker
* 1 Esslöffel Stärke

MALZEMELER

KEK İÇİN

* 1 su bardağı taze sıkılmış portakal suyu
* 2,5 su bardağı un
1 paket kabartma tozu
1 paket vanilin
3 adet yumurta
* ⅔ su bardağı toz şeker
* ½ su bardağı yoğurt
* 1 su bardağı sıvı yağ
* 2 çay kaşığı portakal kabuğu rendesi

SOS İÇİN

* 1,5 su bardağı süt
* 1 yemek kaşığı kakao
50 g bitte çikolata
* 1 tatlı kaşığı tereyağı
* 2 yemek kaşığı toz şeker
* 1 yemek kaşığı nişasta

*Schauen Sie für die Maßtabelle in den Index.

*Ölçü tablosu için içindekilere bakınız.

Die Eier in eine Mixschüssel geben, Zucker hinzufügen und gut mixen. Joghurt hinzufügen, sobald der Zucker geschmolzen ist, und weiter mixen. Danach Orangensaft, Öl, und geriebene Orangenschale hinzufügen und auf leichter Stufe mixen. Zum Schluss Mehl, Backpulver und Vanille hinzufügen und gut mixen, bis man einen nicht zu festen Kuchenteig erhält. Hier kann je nach Teigkonsistenz noch etwas Mehl hinzugefügt werden. Den Teig in eine leicht eingefettete Kuchenform geben und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C backen. Den Kuchen danach ruhen lassen. In der Zwischenzeit für die Glasur Zucker, Kakao und Stärke gut vermischen. Langsam Milch hinzufügen, umrühren und bei geringer Hitze kochen lassen. Die fertige Glasur vom Herd nehmen. Butter hinzufügen. Die Bitterschokolade in große Stücke brechen und zur Glasur geben. Solange umrühren, bis die Schokolade geschmolzen ist. Die vorbereitete Glasur über dem Kuchen verteilen. Mit Orangenstücken verzieren. In Stücken servieren.

Yumurtalar bir karıştırma kabı içine kırılarak üzerine toz şeker ilave edilir ve iyice çırpılır. Şeker eriyince üzerine yoğurt eklenerek biraz daha çırpılır. Ardından portakal suyu, sıvı yağ ve portakal kabuğu rendesi karışıma eklenerek hafifçe karıştırılır. Son olarak un, kabartma tozu ve vanilya da ilave edilerek iyice çırpılır ve çok yoğun olmayan bir kek hamuru elde edilir. Bu aşamada gerekirse bir miktar daha un ilave edilebilir. Hazırlanan kek hamuru, hafifçe yağlanmış bir kek kalıbına alınarak önceden ısıtılmış 180 °C fırında pişirilir. Kek piştikten sonra dinlenmeye bırakılır. Bu sırada sos için tencereye toz şeker, kakao ve nişasta alınarak iyice karıştırılır. Azar azar süt ilave edilerek tekrar karıştırılır ve kısık ateşte kıvam alması sağlanır. Kıvamını alan sos ocaktan alınır. İçine tereyağı koyulur. Bitter çikolata da iri parçalar halinde kırılarak sos karışımına eklenir. Çikolatalar eriyene kadar sos iyice karıştırılır. Hazırlanan sos, dinlenen kekin üzerine gezdirilir. Üzeri portakal dilimleriyle süslenir. Dilimlenerek servis edilir.

ÜLKER
halley
ÜLKER
halley
Chocolate coated sandwich biscuits • Sch
ÜLKER
ÜLKER
Chocolate
halley
ÜLKER
Chocolate
halley
PASCHA
info@pascha-wh.de
www.ulker-berlin.de
ÜLKER

3 ENGEL FÜR CHARLIE

Regisseur: Elizabeth Banks

Darsteller: Kristen Stewart, Naomi Scott, Ella Balinska

Art: Action, Komödie

HANDLUNG

Die erfolgreiche Wissenschaftlerin Elena entwickelt für ihre Firme eine Energiequelle namens „Calisto". Jedoch erfährt Elena, dass die Firma, für die sie arbeitet, eine kriminelle Vereinigung ist und die Quelle als Waffe nutzen möchte, wonach sie sich mit Sabina und Jane zusammentut, um die Welt zu retten.

CHARLIE'NİN MELEKLERİ

Yönetmen: Elizabeth Banks

Oyuncular: Kristen Stewart, Naomi Scott, Ella Balinska

Tür: Aksiyon, Komedi

KONUSU

Mükemmel bir bilim insanı olan Elena, çalıştığı şirket için "Calisto" isimli bir enerji kaynağı geliştirir. Ancak şirketin bir suç örgütü olduğunu fark eden ve kaynağın silah olarak kullanılacağını öğrenen Elena, dünyayı kurtarmak için Sabina ve Jane adlı meleklerle bir araya gelir.

DARK WATERS

Regisseur: Todd Haynes

Darsteller: Mark Ruffalo, Anne Hathaway, Tim Robbins

Art: Biografie, Drama

HANDLUNG

Während der erfolgreiche Anwalt Robert Bilott die sich häufenden und unerklärlichen Mordfälle untersucht, entdeckt er, dass dahinter eine der größten Firmen der Welt steckt. Der junge Anwalt wird sein Leben, seine Zukunft und seine Familie in Gefahr bringen, um die Wahrheit ans Tageslicht zu holen.

DARK WATERS

Yönetmen: Todd Haynes

Oyuncular: Mark Ruffalo,Anne Hathaway, Tim Robbins

Tür: Biyografi, Dram

KONUSU

Başarılı avukat Robert Bilott, sürekli artan ve neden açıklanamayan ölüm vakalarını araştırırken yaşananların arkasında dünyanın en büyük şirketlerinden biri olduğunu keşfeder. Genç avukat, gerçekleri su üstüne çıkarmak için hayatını, geleceğini ve ailesini tehlikeye atacaktır.

BAD BOYS FOR LIFE

Regisseur: Adil El Arbi, Bilall Fallah

Darsteller: Will Smith, Martin Lawrence, Joe Pantoliano

Art: Action, Komödie

HANDLUNG

Marcus, der nur noch Inspektionen durchführt und ein ruhiges Leben führt, kommt mit Mike, der in der Midlife-Crisis steckt, ein letztes Mal für eine Aufgabe zusammen.

BAD BOYS FOR LIFE

Yönetmen: Adil El Arbi, Bilall Fallah

Oyuncular: Will Smith, Martin Lawrence, Joe Pantoliano

Tür: Aksiyon, Komedi

KONUSU

Artık sadece müfettişlik yaparak daha sakin bir hayat geçiren Marcus, orta yaş bunalımı yaşayan Mike ile son bir görev için yeniden bir araya geliyor.

.

Avuç dolusu sevgi!

aus der NATUR
From nature

meray®

www.meray.eu

design by goldenhorn.de

VERANSTALTUNGS-KALENDER

Maç Takvimi

17.01.2020 FREITAG CUMA		
20:30	FC Schalke 04	Borussia Mönchengladbach
18.01.2020 SAMSTAG CUMARTESİ		
15:30	TSG 1899 Hoffenheim	Eintracht Frankfurt
15:30	Fortuna Düsseldorf	SV Werder Bremen
15:30	1. FSV Mainz 05	Sport-Club Freiburg
15:30	FC Augsburg	Borussia Dortmund
15:30	1. FC Köln	VfL Wolfsburg
18:30	RB Leipzig	1. FC Union Berlin
19.01.2020 SONNTAG PAZAR		
15:30	Hertha BSC	FC Bayern München
18:00	SC Paderborn 07	Bayer 04 Leverkusen
24.01.2020 FREITAG CUMA		
20:30	Borussia Dortmund	1. FC Köln
25.01.2020 SAMSTAG CUMARTESİ		
15:30	Borussia Mönchengladbach	1. FSV Mainz 05
15:30	VfL Wolfsburg	Hertha BSC
15:30	Eintracht Frankfurt	RB Leipzig
15:30	Sport-Club Freiburg	SC Paderborn 07
15:30	1. FC Union Berlin	FC Augsburg
18:30	FC Bayern München	FC Schalke 04
26.01.2020 SONNTAG PAZAR		
15:30	SV Werder Bremen	TSG 1899 Hoffenheim
18:00	Bayer 04 Leverkusen	Fortuna Düsseldorf
31.01.2020 FREITAG CUMA		
20:30	Hertha BSC	FC Schalke 04

03.01.2020 FREITAG CUMA		
20:30	s. Oliver Würzburg	Basketball Löwen Braunschweig
04.01.2020 SAMSTAG CUMARTESİ		
18:00	FRAPORT SKYLINERS	JobStairs GIESSEN 46ers
20:30	HAKRO Merlins Crailsheim	Brose Bamberg
20:30	SYNTAINICS MBC	medi bayreuth
05.01.2020 SONNTAG PAZAR		
15:00	RASTA Vechta	FC Bayern München
15:00	EWE Baskets Oldenburg	Hamburg Towers
15:00	BG Göttingen	ALBA BERLIN
18:00	ratiopharm ulm	Telekom Baskets Bonn
17.01.2020 FREITAG CUMA		
20:30	ratiopharm ulm	medi bayreuth
18.01.2020 SAMSTAG CUMARTESİ		
18:00	FRAPORT SKYLINERS	EWE Baskets Oldenburg
20:30	SYNTAINICS MBC	BG Göttingen
20:30	JobStairs GIESSEN 46ers	Telekom Baskets Bonn
19.01.2020 SONNTAG PAZAR		
15:00	MHP RIESEN Ludwigsburg	FC Bayern München
15:00	HAKRO Merlins Crailsheim	Hamburg Towers
18:00	Brose Bamberg	RASTA Vechta
25.01.2020 SAMSTAG CUMARTESİ		
18:00	JobStairs GIESSEN 46ers	MHP RIESEN Ludwigsburg
18:00	Hamburg Towers	s. Oliver Würzburg
20:30	BG Göttingen	ratiopharm ulm
26.01.2020 SONNTAG PAZAR		
15:00	Basketball Löwen Braunschweig	Brose Bamberg
15:00	RASTA Vechta	FRAPORT SKYLINERS
15:00	medi bayreuth	EWE Baskets Oldenburg
18:00	FC Bayern München	Telekom Baskets Bonn
27.01.2020 MONTAG PAZARTESİ		
20:30	ALBA BERLIN	HAKRO Merlins Crailsheim

DIE DIGITALE UND REALE WELT VERSCHMELZEN IN DER ERWEITERTEN WIRKLICHKEIT

AR City App präsentiert die Technologie der erweiterten Wirklichkeit (Augmented Reality). Erleben Sie Lieblingsmarken und -produkte in einem neuen und faszinierenden Format. Durch Augmented Reality lassen sich nicht nur atemberaubende Nutzererlebnisse schaffen, sondern auch nützliche Informationen zu Ihrer Marke oder Ihrem Produkt aufrufen.

Neugierig geworden? Dann laden Sie jetzt die AR City App herunter und scannen Sie die jeweilige Seite hier im Eurogida Kochmagazin, auf der Sie das AR City Logo sehen. Die erweiterte Wirklichkeit wird Sie begeistern!

DİJİTAL VE GERÇEK DÜNYA FARKLI BİR GERÇEKLİK BOYUTUNDA BİRLEŞİYOR

AR City App bu yeni teknolojiyle size sevdiğiniz ürün ve şirketleri bambaşka ve büyüleyici bir şekilde sunuyor. Artırılmış Gerçeklik (Augmented Reality) çarpıcı kullanıcı deneyimleri yaratmakla kalmaz aynı zamanda en sevdiğiniz marka ve ürünlerle ilgili bilmek isteyebileceğiniz tüm detayları size aktarır.

Meraklandınız mı? App Store ya da Play Store'dan hemen uygulamayı indirin ve dergide AR City logosu gördüğünüz sayfaları mobil cihazınızla tarayıp bu yeni teknolojinin keyfini çıkarmaya başlayın.

AR City

www.arcitymedia.de

Auf jeder Seite, auf der Sie das AR City Logo sehen, können Sie die erweiterte Wirklichkeit erleben.

Bu logoyu gördüğünüz her sayfada AR City artırılmış gerçeklik teknolojisi keyfini yaşayabilirsiniz.

SUNTAT®
Mediterranean Products

Tüm Müşterilerimizin ve Tüketicilerimizin yeni yılını kutlar, mutluluk ve huzur dolu nice yıllar dileriz.

Yönetim Kurulu

www.suntat.de