

# МОЙ ВКУСНЫЙ ВЫБОР

SPAR



2  
СТР

А вы уже знакомы с товарами Spar, Despar, SparNatural?

20  
СТР

Рецепты для теплых вечеров и шумных вечеринок

32  
СТР

Как сделать так, чтобы ребенок съедал все и с удовольствием?



# Давайте познакомимся!

Ежедневно при покупке продуктов питания для своей семьи мы сталкиваемся с изобилием товаров на полках супермаркетов и задаем себе вопрос о том, правильный ли выбор мы сделали? Принесет ли этот продукт не только удовольствие моей семье, но и пользу для здоровья? Будет ли он удобен в использовании и подойдет ли к моим любимым блюдам?

В этом журнале мы хотим познакомить Вас с продукцией, выпускаемой под торговой маркой SPAR, DESPAR и SPAR NATURAL. Это продукция, произведенная по европейским стандартам в странах Евросоюза, с подтвержденным знаком качества, которая доступна Вам на прилавках наших магазинов Алми, Spar и Eurospar.

**SPAR** - это импортные и отечественные товары отличного качества.

**DESPAR** – это исключительно импортные товары, произведенные в странах Евросоюза, чаще в Италии.

**SPAR NATURAL** - это товары с натуральным составом.

На страницах журнала Вы сможете найти и подобрать для себя идеальные сбалансированные рецепты на каждый день для семьи и для шумных вечеринок.

Этот выпуск полон отличных идей в отношении новогодних праздников, ведь обратный отсчет до Рождества и Нового года уже начался.



**SPAR** 

# мука пшеничная

высший сорт  
марка М54-25

ПРОИЗВЕДЕНО  
В БЕЛАРУСИ



**DESPAR** 

## Fettuccine all'Uovo



ITALY 



**DESPAR** 

### OLIVE GIGANTI INTERE

in Salmoria



**SPAR** 

Taste the world

### black olive



**SPAR** 

### Natural KRAKOVAYA

IMPREZUMIENIJA DLA RYBY





## Содержание

<b>ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ!</b> .....	2
<b>СОДЕРЖАНИЕ</b> .....	4
<b>ИДЕИ РЕЦЕПТОВ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ</b> .....	5
Хрустящие тосты и овсяная каша к завтраку .....	6
Вкусные рецепты для сытного обеда .....	8
Плотный ужин или легкий перекус .....	12
<b>ЗДОРОВЫЕ РЕЦЕПТЫ</b> .....	16
<b>РЕЦЕПТЫ ДЛЯ ТЕПЛЫХ ВЕЧЕРОВ И ШУМНЫХ ВЕЧЕРИНОК</b> .....	20
Рецепты, когда гости на пороге .....	21
Идеи для романтического ужина .....	24
Приятная выпечка .....	28
Для шумной компании .....	30
<b>ДЕТСКИЕ РЕЦЕПТЫ И КАК СЪЕСТЬ ВСЕ ДО ПОСЛЕДНЕЙ КРОШКИ</b> .....	32
<b>НОВОГОДНЕЕ НАСТРОЕНИЕ</b> .....	36
Идеи рецептов для новогоднего стола .....	38
Новогодние закуски .....	42
Рождественские сладости .....	44
Письмо Дедушке Морозу .....	46
Новогодние напитки .....	50

# Идеи рецептов

*на каждый день*



ЗАВТРАК



Вариант сервировки блюда

## Ежедневно хозяйки задаются вопросом, что бы приготовить...?

... чтобы вкусно,  
... чтобы просто,  
... чтобы быстро,  
... чтобы уделить время семье и близким и, конечно же, не забыть про себя.

Мы постараемся помочь Вам сделать Ваше меню вкусным, сбалансированным и разнообразным. Давайте вместе превратим обыденное приготовление пищи в захватывающее мероприятие и маленький праздник для Вас и Вашей семьи.

# Хрустящие ТОСТЫ к завтраку

Кофе молотый Despar  
Classic, 250 г

Паста арахисовая Spar,  
Сливочная, 90%, 350 г

Хлеб цельнозерновой  
Despar, нарезанный,  
330 г

Вариант сервировки блюда

## ХРУСТЯЩИЕ ТОСТЫ С НАЧИНКОЙ

Хрустящие тосты из зернового хлеба с арахисовой пастой и вареньем из лепестков розы с чашечкой ароматного кофе. Такой завтрак придаст сил и пополнит запасы энергии до обеденного перерыва. А также его удобно взять с собой на перекус, если не успеваете позавтракать дома.

Вы когда-нибудь пробовали варенье из лепестков роз? Удивительно, что цветок может быть не только красивым, но еще и вкусным, и полезным. В ароматных розах содержатся практически все витамины. И эти полезные свойства цветка хранятся в таких замечательных лакомствах, как варенье из розы.

## ОВСЯНАЯ КАША

Овсяная каша быстрого приготовления – классический завтрак людей, которые каждое утро спешат на работу.

И это верный выбор, так как в такого рода кашах остается весь необходимый для полноценного дня набор витаминов.

Просто засыпьте в емкость хлопья и залейте теплым молоком или водой.



Если же время для кулинарных изысков есть, то можно и усложнить задачу.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- стакан хлопьев Spar (**Хлопья Зерновые 4 злака Spar, 400 г**)
- 2 стакана молока 2,5 % (можно варить только на воде)
- 50–70 г сухофруктов, ягод, фруктов

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

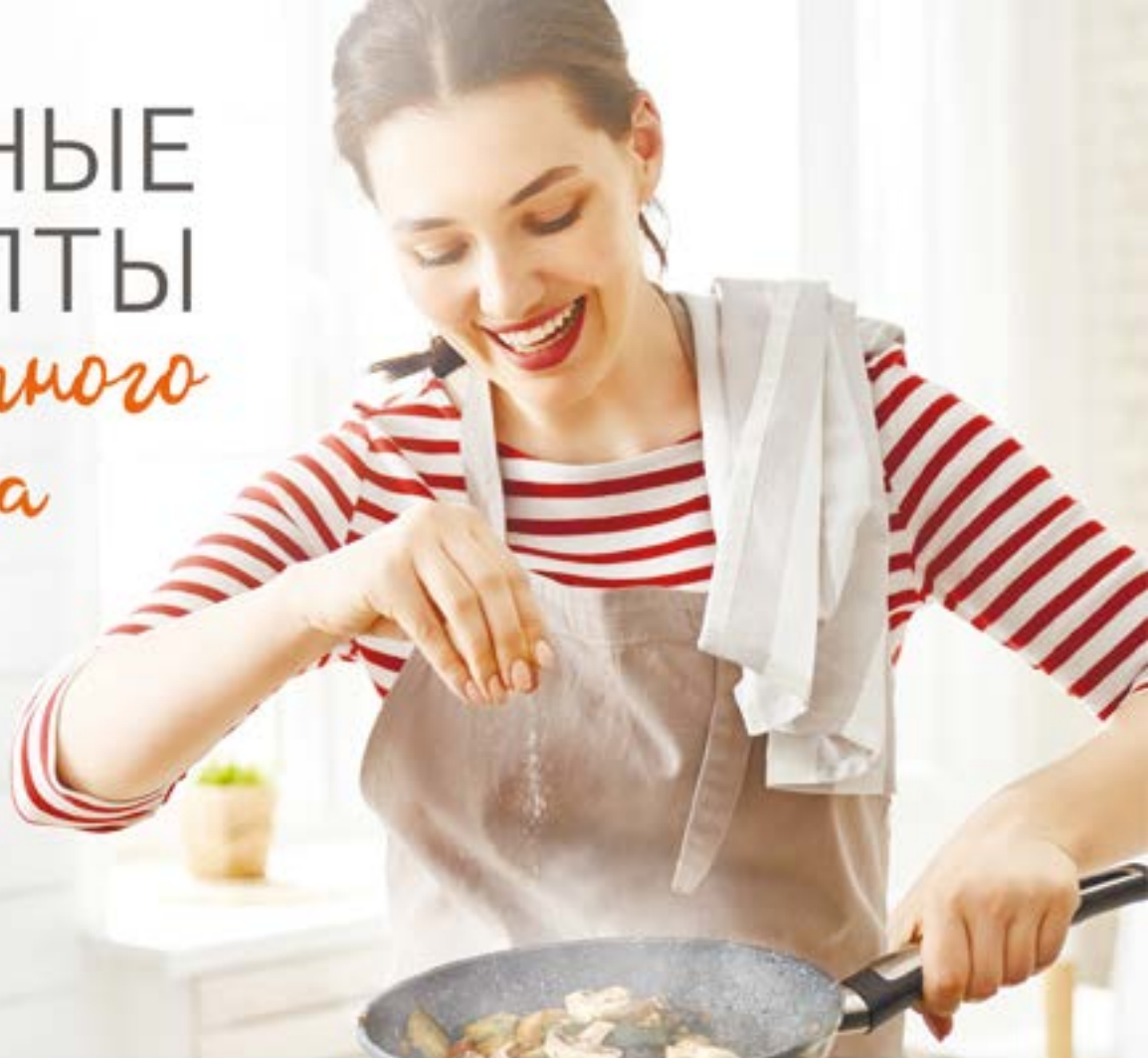
Всыпать хлопья в кипящую воду. По вкусу добавить соль и сахар, поварить 5–7 мин. Затем медленно влить горячее молоко и варить кашу до готовности. В горячую кашу добавить мелко нарезанные фрукты, сухофрукты или орехи и перемешать. Украсить свежими ягодами.

**Приятного аппетита!**



Вариант сервировки блюда

# ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ *для сытного обеда*



**Обеденное время** – время бесед с коллегами, время отдыха и отвлечения от рабочих моментов, когда обязательно надо себя радовать вкусной полноценной пищей.

Если Вы готовите обед для семьи, то вот наши варианты обеденного меню.



# ИЗУМИТЕЛЬНЫЙ КРЕМ-СУП ИЗ ТЫКВЫ

Мы расскажем Вам о классическом варианте крем-супа из тыквы, который готовится на воде или овощном бульоне с добавлением небольшого количества сливок. Приготовить такой суп достаточно быстро, да и все продукты, которые нам потребуются, простые и вполне доступные.

## ИНГРЕДИЕНТЫ

Тыква (неочищенная) – 1,5 кг  
Картофель – 3 - 4 шт.  
Вода или бульон – 2 стакана  
Лук репчатый (крупный) – 1 шт.  
Морковь – 1 шт.  
Чеснок – 2 зубка  
Сливки нежирные – 1/2 стакана  
Масло сливочное – для жарки  
Соль и перец молотый – по вкусу  
Карри (по желанию) - 2 ч. ложки

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для начала приготовим продукты для супа. Тыкву очищаем от кожуры и семечек, режем крупными кусками. Картофель также чистим и режем кубиками. Морковь трем на крупной терке, а лук режем брусочками. Чеснок рубим ножом.

В кастрюлю добавляем сливочное масло и обжариваем на нем чеснок, добавляем тыкву - аромат будет стоять изумительный – нежный сладковато-сливочный вкус тыквы, с оттенком чесночной терпкости. Рекомендуем попробовать **Масло сливочное Spar, 180 г**. Затем добавляем лук, морковь и картофель обжариваем все минут 10 до тех пор, пока овощи не станут мягкими.

Добавляем в кастрюлю бульон или воду так, чтобы овощи были едва прикрыты водой.

Варим овощи до готовности, затем при помощи блендера пюрируем суп до однородного состояния. Вливаем в суп-пюре полстакана сливок, солим и добавляем любимые специи.

Тщательно перемешиваем суп-пюре и доводим до кипения. Варим еще минут пять, после чего накрываем крышкой и даем немножко настояться. Подаем суп-пюре горячим. И советуем Вам дополнить блюдо **Сухариками Bruschetta Despar**. Приготовленные на оливковом масле с розмарином, они добавят приятный вкусовой оттенок.

**Получается очень вкусно! Приятного аппетита!**



СЫТНЫЙ ОБЕД



Сухарики Bruschetta Despar, оливковое масло, розмарин, 150 г

Масло сладко-сливочное несоленое Spar Жир 72,5 %, 180 г

Вариант сервировки блюда

## ФАСОЛЕВЫЙ СУП

Фасоль содержит почти все вещества, необходимые для человека. Поэтому и любой фасолевый суп является практически идеальным блюдом, полезным и сбалансированным. А с отборной **фасолью Spar Natural** Ваше блюдо получится еще более вкусным и привлекательным.

Перед тем как начать приготовление, нужно поколдовать над продуктом. Для начала фасоль нужно тщательно промыть и замочить на 8-10 часов. Она должна увеличиться в размере в 2-3 раза. За это время нужно слить воду несколько раз. Если вы замачиваете фасоль на ночь, то добавьте в жидкость соду, из расчета 0,5 чайной ложки на 0,5 литра, чтобы не допустить закисания жидкости.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Картофель – 2 шт.

Морковь – 1 шт.

Фасоль – 1 стакан

Томатная паста – 2 ст. ложки

Петрушка - по вкусу

- соль, перец по вкусу (**Перец черный Горошек Spar Мельница, 40 г**)

- приправы «Смесь пряностей» (**Spar итальянские Травы Мельница, 60 г**)

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

**1 ЭТАП** Подготовить все ингредиенты: морковь очистить и натереть на терке, лук очистить и мелко порезать, картофель очистить и нарезать кубиками, петрушку вымыть, обсушить и мелко порубить.

**2 ЭТАП** В кастрюлю выложить предварительно замоченную фасоль, влить 2 л воды и варить до готовности фасоли 1,5 - 2 часа. Добавить в кастрюлю к фасоли картофель. Варить 15 минут.

**3 ЭТАП** В разогретую сковороду налить растительное масло и обжарить лук до прозрачности, добавить морковь и обжаривать еще минут 5, затем выложить томатную пасту, томить 5 минут на медленном огне.

**4 ЭТАП** Добавить в кастрюлю полученную томатную смесь, соль, перец и любимые специи Spar. **Ароматные приправы Spar** помогут Вам раскрыть и насладиться в полной мере вкусом Вашего блюда. Варить еще 5-10 минут.

Убрать суп с огня и дать настояться под крышкой около 15 минут. Разлить суп по тарелкам и подать к столу.



Фасоль красная Spar Natural, 450 г

Специи Spar, мельница, 40-60 г  
- смесь пряностей итальянские травы,  
- перец черный горошек

## ПАСТА БОЛОНЬЕЗЕ

Настоящая паста - только из настоящих итальянских продуктов.

Для приготовления итальянской пасты Болоньезе нам понадобятся следующие ингредиенты.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- спагетти Spar, 450 г
- 4 ст. л. оливкового масла Spar Extra Virgin, 500 мл
- 300 г фарша
- 1 луковица, 1 морковь, зубчик чеснока
- 4 стакана нарезанных кубиками помидоров - томаты можно использовать свежие либо отлично подойдут **томаты Консервированные Despar, кусочками, 400 г**
- соль и перец по вкусу

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

**1 ЭТАП** В кастрюле разогреваем 2 ст. л. оливкового масла, добавляем чеснок и обжариваем 2 минуты. (чеснок убираем, нам нужно, чтоб он только отдал маслу весь аромат).

**2 ЭТАП** Лук режем кубиками, жарим до золотистого цвета, морковь трем на терке, добавляем к луку и обжариваем пару минут.

**3 ЭТАП** Добавляем фарш и томаты. Перемешиваем и даем потушиться 3-5 минут, затем заливаем водой и оставляем в открытой кастрюле, чтобы лишняя жидкость выпарилась (воды добавить столько, чтобы она покрыла собой всю массу). Готовим соус в течении 20 минут, периодически помешивая. Под конец добавит соль, перец и приправы по вкусу.

А если на первые 3 этапа совсем не хватает времени, то можно использовать уже готовый **Соус Spar для спагетти Bolognese, 400 г**. Просто добавьте его к мясу и дайте немного потомиться под крышкой.

**4 ЭТАП** Варим макароны в подсоленной воде, сливаем воду, добавляем сливочное масло и перемешиваем.

**5 ЭТАП** Выкладываем пасту на тарелку, поливаем соусом и подаем к столу.

Приятного аппетита!



СЫТНЫЙ ОБЕД

Макаронные изделия Spar, спагетти, 450 г

Соус Spar для спагетти Bolognese, 400 г

Томаты Despar, консервированные, кусочками, 3x400 г

РЕКОМЕНДУЕМ ПОПРОБОВАТЬ

# ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ

*для ужина  
и перекуса*

## **Как Вы представляете себе идеальный ужин?**

Семья собирается за круглым столом и члены семьи делятся друг с другом новостями, которые произошли за день, спрашивают советы, обсуждают интересные факты и смеются над веселыми мелочами. Но не всегда то, что мы представляем, в идеале происходит на самом деле. Кто-то следит за фигурой и не ест по вечерам, у кого-то начинается любимый сериал или футбол, а кого-то зовут друзья на прогулку. Как же всем угодить и собрать вместе? Конечно, на столе должно быть что-то особенное, то, что понравится и детям, и взрослым, то, что сплотит еще больше и без того дружные отношения и то, что легко и быстро можно приготовить после тяжелого дня.

# ПИЦЦА

Сытная пицца и легкий салат подойдут как нельзя кстати. Мы раскроем Вам рецепт идеального теста для пиццы. Итак, приступим...

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- Мука, 375 г
- Вода, 250 г
- Дрожжи сухие, 4 г
- Сахар, 20 г
- Соль, 10 г
- Масло оливковое (**Оливковое масло Spar Extra Virgin, 500 мл**), 60 г

### Для начинки:

- Томатный соус, 100г
- Лук, 20 г
- Моцарелла для пиццы, 200 г
- Перец Болгарский, 1 шт.
- Салями, 100 г
- Маринованные грибы (**Ассорти из маринованных грибов Spar, 550 г**), 30 г
- Итальянские травы, 1 ч.л.

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для начала в миске необходимо смешать теплую воду, сахар и дрожжи. Оставить на 15 минут в теплом месте. Уже через 15 минут дрожжи активизируются в виде появления над жидкостью «пенной шапочки». Постепенно в несколько приемов ввести муку и оливковое масло, соль, для лучшего взаимодействия с дрожжами, добавляем в самом конце.

Замешиваем тесто в течении 10 минут, сначала ложкой, затем руками. Тесто должно быть средней плотности, не тугое, легко отставать от рук и стенок посуды.

Выложить тесто в миску соответствующего размера. Миску заранее смазать растительным маслом. Оставить тесто подниматься на час в теплом месте. Из данного количества теста выйдет 2 больших пиццы.

Противень слегка смазать растительным маслом. Каждую часть теста выложить на противень и руками распределить его, формируя овал.

Начинку выкладываем слоями: к томатной пасте добавляем немного итальянских специй – выкладываем первым слоем на тесто, затем - лук, сыр, овощи, салями, грибочки. Рекомендуем Вам попробовать **Ассорти из Маринованных грибов Spar 550 г**. А в качестве соуса для пиццы советуем использовать **Соус Spar Pesto с сушеными помидорами, 190 г** он дополнит Ваше блюдо изюминкой.

**Приятного аппетита!**



**УЖИН ИЛИ ПЕРЕКУС**

**РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ!**

**Масло Оливковое  
Spar Extra Virgin,  
нераф., 500 г**

**Соус Spar Pesto,  
с сушеными  
помидорами, 190 г**

**Ассорти из  
маринованных  
грибов Spar, 550 г**

**13**

Вариант сервировки блюда

# ИТАЛЬЯНСКИЙ САЛАТ

Хотите окунуться в атмосферу итальянской провинции? Тогда этот салат как никакой другой сможет напомнить Вам вкус настоящей итальянской кухни.

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- Томаты Сушеные Spar в масле, 200 г
- Сыр творожный, 200 г
- Листья салата (рекомендуем попробовать уже готовую овощную смесь Spar Микс №4 Паоло, которая содержит салаты романо, айсберг, радичио, фриссе)
- Оливковое масло, 2 столовые ложки - для заправки
- Соус на основе бальзамического уксуса Despar, 1 ст. ложка
- Специи по вкусу

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Все ингредиенты выложить в салатник, нарезать сыр творожный или брынзу. Добавить специи по вкусу, заправить оливковым маслом и соусом бальзамико. Густой бальзамический соус придаст вашему, на первый взгляд, обычному салату изюминку. Все перемешать и наслаждаться ужином в кругу семьи.

Приятного аппетита!



Вариант сервировки блюда

**РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ**

**SPAR**  
МИКС №4  
**Паоло**  
РОМАНО, АЙСБЕРГ, РАДИЧИО, ФРИССЕ.

Овощная смесь Spar  
Микс №4 Паоло, 200 г

- НАРЕЗАН
- ВЫМЫТ
- ОБСУШЕ



Соус Despar, на основе  
бальзамического уксуса,  
250 мл

Томаты Сушеные  
Spar в масле, 200 г



# ЯГОДНЫЙ ПИРОГ

Рецепт на заметку для тех, кто ценит свое время. Пирог настолько прост в приготовлении, что справятся с ним даже новички. В этот пирог подойдут, как свежие ягоды и фрукты, так и замороженные.

Готовится пирог за считанные минуты (не считая времени на выпечку)!

К кусочку теплого ягодного пирога добавьте ложку мороженого и получите прекрасный десерт.

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- Яйца, 3 шт. (**Яйца куриные Spar C-1, 10Шт**)
- Щепотка соли
- Сахар, 50 г (**Сахар-песок Spar, 1 кг**)
- Кефир, 50 г
- Растительное масло, 80 г
- Мука, 170 г (**Мука Пшеничная Spar, в/с, М54-25, 1 кг**)
- Разрыхлитель, 2 ч. ложки
- Замороженная малина, 250 г
- Крахмал, 1 ч. ложка

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Итак... приступим к приготовлению.

Соединить яйца с сахаром. Добавить щепотку соли и взбить миксером. Масса должна увеличиться в два раза и стать светлее.

В яичную массу влить кефир, растительное масло и перемешать на низкой скорости миксера. К просеянным сухим продуктам влить жидкую смесь и лопаткой перемешать до однородности. К ягодам (свежим или замороженным) добавить крахмал, перемешать. Соединить их с тестом. Тесто переложить в форму, смазанную маслом, и выпекать пирог около 45 минут при 180 °С.

Пирог лучше подавать теплым. Поверьте, ему и не дадут остыть.

**Приятного аппетита!**



УЖИН ИЛИ ПЕРЕКУС



Вариант сервировки блюда

Сахар-песок Spar, 1 кг

РЕКОМЕНДУЕМ ПОПРОБОВАТЬ

SPAR  
сахар  
белый кристаллический  
произведено в Беларуси

Яйца куриные Spar, обогащенные селеном, C-1, 10 шт.

SPAR  
яйца куриные пищевые 10 шт  
обогащенные селеном  
"Селенорин" (селезень)  
с добавлением растительного масла

C1



15

The logo for SPAR Natural, featuring the word "SPAR" in white on a red rectangular background, followed by a small green leaf icon and the word "Natural" in a large, bold, green sans-serif font.

SPAR Natural

# ОСТАВАЙТЕСЬ ЗДОРОВЫ И ВЫБИРАЙТЕ *правильное питание*

В своем ежедневном рационе каждый из нас пытается подобрать продукты не только подходящие по вкусовым качествам, но и такие, которые восполняют запас необходимых витаминов и минералов.

Недостаток более здорового питания заключается в том, что оно кажется более дорогим. Хотя есть доля правды в том, что употребление свежих цельных продуктов может стоить больше, чем покупка продуктов с высокой степенью переработки. Хорошее питание и улучшение здоровья не должно разрушать бюджет. Поэтому мы рекомендуем Вам попробовать линейку товаров Spar Natural, произведённых из высококлассного, отборного, а самое главное, натурального сырья, в которых сочетается цена, качество и польза для здоровья.

Если вы хотите лучше питаться, то Вам сюда за полезными и вкусными натуральными рецептами с товарами **Spar Natural**.





Вариант сервировки блюда

## **Булгур**

В современном мире на прилавках магазинов можно встретить совершенно новые продукты, о которых мы раньше никогда не слышали и уж, тем более, никогда не готовили. Как правило, такие товары мы обходим стороной, а самые любознательные и смелые покупатели уже тестируют и пробуют на вкус.

И откроем Вам секрет, что это не какая-то необычная крупа, а знакомая всем пшеница, только приготовленная иначе. Такая пшеница, лишенная оболочки, пропаренная, затем

высушенная и раздробленная, очень популярна в странах Азии и Турции. Булгур обладает приятным вкусом и имеет тонкий привкус орехов. Крупа содержит железо, магний и фосфор, но основное ее достоинство в том, что в ее составе содержатся грубые пищевые волокна, которые выводят шлаки и токсины из организма. Еще Булгур обладает противовоспалительными свойствами, поэтому каши из этой крупы особенно полезны во время простуды.



Вариант сервировки блюда

## РИЗОТТО С БУЛГУРОМ И ГРИБАМИ

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Оливковое масло, 1 ст. ложка
- Лук, 1 шт
- Грибы, 150 г
- Вода, 400 мл
- Булгур, 1 ст.
- Соль по вкусу
- Морковь, 1 шт.
- Перец по вкусу

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

**1 ЭТАП** Разогрейте оливковое масло в небольшой кастрюле на среднем огне. Добавьте измельченный лук и готовьте до мягкости 2 минуты.

**2 ЭТАП** Добавьте мелко нарезанные грибы, посолите и поперчите, готовьте еще 4-5 минут, пока грибы не станут мягкими и жидкость практически полностью не выпарится. Если нет свежих грибов, рекомендуем использовать **Маринованные грибы Spar**. Добавьте Булгур и немного обжарьте его с грибами и овощами. Рекомендуем попробовать **Булгур Spar Natural, 450 г**.

**3 ЭТАП** Увеличьте огонь, влейте воду. Когда вода закипит, накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне 10 минут. Затем добавьте мелко нарезанную морковь и готовьте еще 5 минут, до готовности.

**4 ЭТАП** Выключите огонь и оставьте стоять, не открывая крышку, 5 минут. Перемешайте вилкой и подавайте.

**Приятного аппетита!**



Чай Spar,  
в ассорт., 20 шт.

Хлебцы Spar,  
в ассорт., 55-65 г

Варенье Spar  
Natural,  
в ассорт., 275 г

## Для здорового питания

В продолжении темы здорового питания хотим рассказать Вам про другие здоровые продукты ТМ Spar.

Тонкие хрустящие хлебцы прекрасно подойдут в качестве самостоятельного перекуса или дополнения к основному блюду.

Ароматные прованские травы, гречневые, злаковые, кукурузные – выбирайте те, что Вам по вкусу:

**Хлебцы Spar, ароматные прованские травы, 60 г**

**Хлебцы Spar, гречневые, 55 г**

**Хлебцы Spar, злаковый коктейль, 65 г**

**Хлебцы Spar, солнечная кукуруза, 65 г**

А дополнить хлебцы можно натуральными вареньями SPAR NATURAL.

И получится замечательный десерт, который дополнит чашечку чая.


**Варенье SPAR NATURAL из Грецких Орехов, 275г**

**Варенье SPAR NATURAL из Белой Черешни, 275г**

Травяные чаи Spar придадут Вам сил и согреют зимним вечером. Они не только вкусные, но и полезные. Нежные ромашка с мятой расслабят после напряженного дня, а тонизирующий иван-чай наоборот придаст бодрости и сил.

**Напиток чайный Spar Иван-чай с мелиссой, 20шт \* 1,2 г**

**Напиток чайный Spar фиточай ромашка с мятой, 20 шт \* 1 г**



РЕЦЕПТЫ ДЛЯ  
ТЕПЛЫХ ВЕЧЕРОВ  
и шумных  
вечеринок

**Есть ли люди на Земле, которые не любят отдыхать?**

Наверное, нет, и Вы, я думаю, с нами согласитесь. Без отдыха человек не может - всем нам нужна ежедневная и еженедельная перезагрузка. Чтобы наполниться светлыми позитивными эмоциями, пообщаться с друзьями и близкими, подарить улыбки друг другу или просто провести время за чтением книги. Но каждый из нас предпочитает свой вид отдыха. Кто-то активный, кто-то веселый и шумный, а кто-то тихий и умиротворенный...



Сметана Spar,  
жир. 15%, 180 г



ПРИЯТНЫЙ ОТДЫХ

Масло оливковое  
Spar, раф., 0,5 л

Тарталетки  
Вафельные Spar,  
Наслаждение, 26 г

Шампиньоны  
Spar, целые,  
маринованные,  
470 г

Вариант сервировки блюда

## ТАРТАЛЕТКИ С ГРИБАМИ

Беспорный хит вечеринок — тарталетки. Хрустящие корзиночки Spar сможете найти в любом нашем магазине. А что положить внутрь, решать Вам. Чаще всего тарталетки наполняют сливочным или творожным сыром, различными паштетами и густыми соусами. А дополняют их куриным мясом, слабосоленой рыбой, вареными яйцами, хрустящими овощами, крабовыми палочками или оливками. Беспроигрышным вариантом станут грибные тарталетки.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- тарталетки Spar, 15 шт.
- шампиньоны Spar, 400 г
- репчатый лук, 2 шт.
- твердый сыр, 100 г
- сметана Spar, жирность 15%, 3 ст. л

- любая зелень: руккола, петрушка, 1 пучок
- **оливковое рафинированное масло Spar** — для жарки

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Грибы и лук мелко нарезаем, обжариваем в оливковом масле до золотистого цвета. Добавляем сметану и нашинкованную зелень, выдерживаем на огне еще пару минут. Несколько веточек петрушки оставим для украшения. В конце высыпаем к грибам тертый сыр и хорошо все перемешиваем. Наполняем корзиночки начинкой, помещаем на противень и отправляем в духовку при 200 °С на 10 минут. Сервируем тарталетки на блюде, украшаем лепестками зелени и подаем обязательно теплыми.

**Приятного аппетита!**



**РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ**

**Закуска пикантная  
Spar, с/к, м/пт, в/у 1 кг**

**Хлеб цельнозерновой  
Despar, нарезанный,  
330 г**

Вариант сервировки блюда

## СЭНДВИЧИ С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ

Какую закуску можно приготовить на вечеринку без особых усилий? Сэндвичи!

Достаточно положить между ломтиками хлеба что-нибудь вкусное. Чем больше слоев, тем оригинальнее. Предлагаем Вам сэндвичи с сыром, ветчиной, томатами и рукколой.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- хлебные тосты Spar, 12 шт.
- твердый сыр, 200 г
- ветчина, 250 г
- помидоры, 5–6 шт.
- творог, 300 г

- руккола, пучок
- укроп, 5–6 веточек
- соль — по вкусу

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Сыр и ветчину нарезаем ломтиками, а помидоры — кружками. Укроп мелко шинкуем, смешиваем с творогом, хорошо разминаем вилкой, солим по вкусу. Смазываем 6 хлебных тостов. Кладем на каждый ломтики ветчины, сыра, листья рукколы и кружки помидоров. Накрываем сверху оставшимися хлебными тостами, слегка прижимаем ладонями и запекаем.

**Приятного аппетита!**



Крекеры Despar,  
в ассортименте, 250 г



Оливки Spar,  
в ассортименте, 300 г

Вариант сервировки блюда



 ПРИЯТНЫЙ ОТДЫХ

## Закуски

Независимо от того, шикарное застолье или спонтанная встреча, на столе всегда присутствует тарелка ассорти из различных закусок. Ведь таким образом можно насладиться всем многообразием различных вкусов, можно сочетать их таким образом, как нравится только Вам. Например, твердый сыр пармезан с медом и орешками, оливки с сыром, мясные деликатесы.

Вариантов тарелок с нарезками великое множество – это и колбасные, сырные, овощные и фруктовые, мясные и рыбные нарезки и красивые нарезки ассорти.

Мы предлагаем Вам добавить в Ваши тарелки ассорти продукцию Spar. **Отборные испанские оливки Spar** с различными начинками способны удовлетворить запросы самых требовательных гурманов. В наших магазинах для Вас всегда в наличии оливки с креветками, тунцом, лососем и множество других вкусов.

Не забудьте ко всему многообразию закусок добавить **прекрасные итальянские крекеры Despar**, они ненавязчиво подчеркнут вкус других закусок.



Тушка цыпленка-бройлера Spar, 1 с. охл., 1 кг

Рис Spar Natural, 450 г. - смесь золотистого и дикого; - смесь бурого и дикого

Специи Spar, мельница, 40-60 г - смесь пряностей итальянские травы, - смесь перцев «пикантная»

Вариант сервировки блюда

## ФРИКАСЕ

Фрикасе понравится тем, что в его приготовлении присутствуют овощи и белое мясо, которое поддается томлению в сливочном соусе. Только представьте, как это вкусно, а лучше незамедлительно его приготовьте!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- куриное филе (охлажденная тушка цыпленка Spar), 400 г
- кабачки молодые, 2 шт. (небольших)
- масло оливковое Spar, 1 ст.л.
- соль – щепотка
- смесь перцев Spar,
- итальянские травы Spar
- сливки, 200 мл
- крахмал – ½ ст.л.
- чеснок сухой

- базилик свежий для оформления

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Свежее куриное филе промываем и нарезаем крупными кубиками. Выкладываем на небольшую сковороду с добавлением оливкового масла. Обжариваем на среднем огне. Вымытые кабачки со шкуркой нарезаем полукольцами и добавляем их в сковороду к куриному филе. Обжариваем до появления приятной корочки и на филе, и на кабачках. Смешиваем сливки с солью, смесью перцев, крахмалом и сухим чесноком. Полученную смесь выливаем в сковороду, добавляем итальянские травы и перемешиваем. Накрываем крышкой и томим содержимое сковороды на тихом огне 5-7 минут после закипания. Такое вкусное блюдо можно дополнить рисом. Рекомендуем попробовать: смесь бурого и дикого риса Spar Natural, 450 г и Смесь золотого и дикого риса Spar Natural 450 г. Приятного аппетита!





Вариант сервировки блюда

## КЛАССИЧЕСКАЯ ЛАЗАНЬЯ

Семейный ужин можно с легкостью приготовить за 20 минут, да еще и в итальянском стиле! Вкусно, сытно и здорово!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Мясной фарш, 600 г
- **Соус Spar для спагетти, Bolognese, 400 г**
- Сливочное масло, 60 г
- Пшеничная мука, 2,5 ст. ложки
- Оливковое масло, 2 ст. ложки
- Молоко, 750 мл
- **Готовые сухие листья лазаньи Despar, лазанья, 500 г**
- Твердый сыр, 500 г

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для приготовления соуса бешамель, растопить в сотейнике

сливочное масло, растопить и добавить 2 ложки оливкового. Постепенно добавляя муку размешивать так, чтобы не оставалось комочков. Когда вся мука вмешана, влить все молоко. Убавить огонь и томить до консистенции нежирной сметаны. На сковороде раскалить оливковое масло. Добавить мясной фарш. Фарш жарить до полуготовности. Влить в него **соус Bolognese Spar**, посолить и поперчить по вкусу. Духовку разогреть до 180 градусов. Форму смазать сливочным маслом. На дно вылить немного соуса бешамель, чуть-чуть, только чтобы покрыть дно. Выложить пласты для лазаньи despar. На пласты выложить получившийся фарш, на фарш – натертый сыр. На сыр – соус бешамель. Соуса нужно выкладывать столько, сколько необходимо, на ваш взгляд, чтобы лазанья получилась сочной. Поверх соуса выложить сухие листья лазаньи. Повторить очередность слоев. Последний слой листов промазать соусом бешамель и сверху засыпать сыром. Дать постоять минут 7–10. Поставить в духовку. Запекать 30 минут.

**Приятного аппетита!**



Вариант сервировки блюда

## ВЕНСКИЕ ВАФЛИ

Венские вафли – отличный способ поднять настроение себе и близким!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- пшеничная мука Spar, 210 г
- сметана Spar, жирностью 15 %, 250 г
- куриные яйца Spar, 3 шт.
- сахар Spar, 140 г
- ванилин, 1 г
- разрыхлитель, 12 г
- соль по вкусу
- лимонный сок

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Как для любой выпечки, все ингредиенты должны быть комнатной температуры. В глубокую чашу просеять муку с разрыхлителем,

добавить щепотку соли и ванилин, перемешать. В другую чашу разбить яйца, немного их разболтать. Постепенно добавить весь сахар, работая миксером на низких оборотах. Взбить до хорошей пены, но не более. Добавить сразу всю сметану, перемешать до однородности. В три этапа добавить муку и размешать, чтобы не было комочков. Затем добавить сок лимона и ещё размешать до однородности. На поверхности сразу начинают появляться пузырьки. Больше тесто не перемешивать, дать ему отдохнуть минут 10-12, как раз нагреется вафельница. Готовое тесто вязкое, хорошо стекает с ложки, но не жидкое. Панели смазать растительным маслом силиконовой кисточкой. На каждую ячейку налить 2 ст.л. теста, аккуратно распределить в углы. Бережно закрыть и защёлкнуть крышку. Выпекать до золотистого цвета. К этим вафлям хорошо подойдет любой крем или конфитюр. Рекомендуем попробовать **конфитюры Spar**, они прекрасно дополняют Ваше блюдо. Украшают ягодами и листочком мяты.

**Приятного аппетита!**



Масло оливковое  
SPAR, раф., Classic,  
500 мл

РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ

SPAR  
сахар  
белый кристаллы  
произведено  
в Беларуси

Мука Пшеничная  
SPAR, в/с, М54-25,  
1 кг

SPAR  
Мука пшеничная  
высший сорт  
марка М54-25  
произведено  
в Беларуси

Сахар-песок  
SPAR, 1 кг

Вариант сервировки блюда

## БИСКОТТИ С ФИСТАШКАМИ

Бискотти – это шедевр! Это печенье поразит Вас прекрасным тестом на оливковом масле и вкуснейшей начинкой из фисташек. Будет невероятно вкусно!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- мука SPAR, 2 стакана + 2 ст. ложки
- соль, 1 ч. л.
- разрыхлитель, 1 ч. ложка
- оливковое масло SPAR, 2/3 стакана
- сахар SPAR, 1 стакан
- яйцо SPAR, 2 шт.
- фисташки очищенные, 1 стакан

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В миске соедините муку, соль и разрыхлитель. В другой миске смешайте оливковое масло и сахар. Добавьте яйца

и взбейте все венчиком. Теперь в эту миску всыпьте сухие ингредиенты и размешивайте до образования мягкого, эластичного теста. Добавьте фисташки и еще немного промесите. Разделите тесто на две части. Каждую часть заверните в пищевую пленку и положите в холодильник на 1 час. Установите решетку в центре духовки. Духовку разогрейте до 180 градусов. Застелите два противня пергаментом. Сформируйте из каждой половины теста прямоугольник – примерно 9 на 20 см. Положите на противни и выпекайте до румяности около 45 минут. Выньте бискотти из духовки и снизьте температуру в духовке примерно до 150 градусов. Когда печенье слегка остынет, острым ножом нарежьте его на кусочки толщиной примерно 2,5-3 см. Поместите печенье разрезанной стороной вниз на противень и поставьте в духовку ещё на 10 минут. Вот и все, вкуснейшее итальянское печенье бискотти с фисташками готово!

Приятного аппетита!

ДЛЯ  
ШУМНОЙ  
КОМПАНИИ  
и активного  
отдыха

Крекеры Despar, 250 г  
- с розмарином  
и оливковым маслом,  
- с томатом и сыром

Сухарики Bruschetta  
Despar, с оливковым  
маслом и розмарином  
150 г

Чипсы Spar,  
картофельные,  
в assort., 170 г

Рабочая неделя позади, и наступает вечер пятницы. Это долгожданное событие хочется посвятить чему-нибудь приятному и веселому.

Что если позвать в гости друзей и устроить вечеринку?

Поспешите закупить чипсы, крекеры, соленые орешки и прочие снеки.



# Рецепты для детей

## Как сделать так, чтобы ребенок съедал все с удовольствием?

Для детей мы всегда выбираем самое лучшее, стараемся с самого рождения дать нашим крошкам все необходимое и идеального качества. И еда в этом вопросе не исключение. Родителям так хочется передать своему чаду всю пользу натуральных ингредиентов, которые они приготовили с любовью и заботой. Но не все детки охотно кушают то полезное, что мы им готовим, приходится прибегать к уговорам и различным уловкам. Давайте разбираться вместе.

Попробуйте привлечь ребенка к совместному приготовлению

еды, и превратите обыденные вещи в некое приключение. Поручите своему малышу быть ответственным за какой-то этап, например, ребенок может смешивать или подавать ингредиенты, помогать раскатывать тесто или лепить тефтели.

Ну и конечно же сервировка и оформление детских блюд влияет на то, насколько вкусной и аппетитной будет казаться пища. Немного смекалки и малыш оценит Ваши труды самым высоким баллом, не оставив на тарелке ни крошки. А идеи мы Вам подскажем. Рецепты, казалось бы, простых блюд, которые придется по душе маленьким читателям.



Макаронные изделия Despar, 12 шт.



Вариант сервировки блюда

## ЗАБАВНЫЕ ПТЕНЦЫ В ГНЕЗДЫШКЕ

А по факту это сочные тефтельки с лапшой, которые будут прекрасным ужином не только визуальюно, но и по вкусу тоже!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Макаронные гнезда Spar, 12 шт.
- Фарш мясной, 350 г
- Лук средний, 2 шт.
- Соль, 1 ч. ложка (по вкусу)
- Перец черный молотый - по вкусу
- Вода, 1 л
- Масло растительное, 2 ст. ложки

**Для украшения можно использовать любые продукты. В нашем варианте:**

- Морковь – клювик
- Лук – бровки

- Зелень петрушки - хохолок
- Яичный белок + перец горошком - глазки

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Чистим и мелко режем лук, добавляем его в фарш, пропущенный через мясорубку. Добавляем соль и перец или любимые специи, перемешиваем. Выкладываем гнезда из макарон в сотейник. Формируем тефтельки, разделяя фарш на равные части, и выкладываем их в гнезда из макарон. Можно предварительно обжарить тефтельки, чтобы они зарумянились. Вливаем в сотейник подсоленный бульон. Бульон должен покрыть гнезда из макарон не полностью, а на 2/3. Накрываем сотейник крышкой, доводим до кипения. Огонь убавляем до минимального, готовим 20-30 минут. Выкладываем в тарелочку и украшаем наше блюдо.

**Приятного аппетита!**



Вариант сервировки блюда

## ПЫШНЫЕ ПАНКЕЙКИ

Ну какой ребенок откажется от пышных блинчиков по утрам. Поделимся с Вами своим рецептом панкейков.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Кефир жирный или йогурт без добавок, 0,5 л
- Яйца, 2 шт.
- Мука, 2 стакана
- Сахар, 2 ст ложки
- Сливочное масло Spar, 70 г
- Сода пищевая, 1 ч. ложка
- Соль, 0,5 ч. ложки

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Кефир налейте в ковш и немного подогрейте, постоянно помешивая его, всыпьте соду. Масса сразу запузырится

и увеличится в объеме. Благодаря этому панкейки приобретут свою пышность. Яйца смешайте с солью и сахаром и немного взбейте. Добавьте к остывшей кефирной массе и аккуратно перемешайте. Муку просейте в большую миску. Влейте жидкие ингредиенты в муку тонкой струйкой, при постоянном размешивании венчиком. Как только масса стала однородной, необходимо остановиться, чтобы в тесте осталось как можно больше воздуха. Растопите сливочное масло, остудите и влейте в тесто, перемешайте до однородности. Тесто должно получиться по консистенции, как густая сметана. Хорошо разогрейте сковороду, так как жарить панкейки будем без масла. Выкладывайте тесто на сковороду ложкой, формируя ровный блин среднего размера. Жарим панкейк до появления на поверхности пузырей и переворачиваем.

К блинчикам можно подавать любые джемы, соусы, ягоды и фрукты и оформить по Вашему вкусу. А детям наверняка придется по вкусу оформление с **шоколадно-ореховой пастой Spar**.

**Приятного аппетита!**



Помогите  
ежику  
добежать  
до вкусного  
нектара



ДЕТСКИЕ РЕЦЕПТЫ

Нектар  
-Spar Kids-  
350 мл,  
в асорт.





# НОВОГОДНЕЕ *Настроение*





### Год Белого Металлического Быка

Совсем скоро под бой курантов мы распрощаемся с 2020 годом - обратный отсчет уже начался. И скоро нас встретит 2021 – год Белого Металлического Быка по восточному календарю.

Бык – трудолюбивое и спокойное животное, 2021 год пройдет под знаком осмысления, новых открытий и изменений, которых мы все так ждем. Хозяин года принесет нам всем стабильность, размеренность, улучшение материального состояния.

Но чтобы привлечь удачу и получить благосклонность хозяина года, нужно его немного задобрить:

- Бык любит порядок во всем - поэтому избавьтесь от ненужных вещей.
- В оформлении праздника используйте спокойные оттенки и тона – никакого красного – только серый, белый, серебристый, пастельный, голубой.
- Выберите празднование в домашней, семейной обстановке. Бык не привык к шумным компаниям и слишком ярким торжествам, простые посиделки с родными намного лучше выбрать в этом году.
- При подборе наряда отдайте предпочтение светлым неброским тонам, а также простому не вызывающему наряду.

Но самое главное – это, конечно же, загадать желание в новогоднюю ночь и направить все усилия на то, чтобы оно сбылось. Обратимся к светлым и хорошим народным приметам:

- самая популярная примета – написать свое заветное желание на небольшом листе бумаги, под бой курантов записку сжечь, а пепел высыпать в бокал с шампанским и выпить его до дна;
- другой похожий ритуал, приносящий финансовое благосостояние – в бокал с игристым напитком бросить монетку и выпить вино под бой курантов, после чего эту монетку положить в кошелек и не трогать на протяжении всего года;
- испанский вариант – с каждым ударом курантов съесть по одной небольшой виноградинке и тогда удача, изобилие и финансовое благополучие не покинут дом в течение всех последующих месяцев.

И самая главная примета – встречать Новый год 2021 нужно в прекрасном настроении, в кругу родных и друзей, и тогда Белый Металлический Бык точно принесет Вам счастье, удачу и любовь!



## Новогодний стол для семьи

2021 год большинство из нас планирует встречать в семейном кругу. Пора тщательно продумать, что поставить на праздничный стол, ведь Бык не будет есть все подряд. Бык любит вкусные, сытные и аппетитные блюда. Постараемся задобрить хозяина 2021 года и приготовим такие блюда, которые придется ему по вкусу.

Предлагаем начать приготовление с основного блюда, так как оно готовится дольше всего. И в предстоящем году быка это птица – индейка или курица, запечённая с клюквой. На гарнир можно подать запеченные овощи.

НОВОГОДНЕЕ НАСТРОЕНИЕ

РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ

Тушка цыпленка-бройлера Spar, 1 с,  
ОХЛ., 1 кг

SPAR  
тушка цыпленка-бройлера

охлажденная  
1 сорт

Заправка Despar,  
на основе лимонного  
сока, 2x125 мл

DESPAR  
Succo di  
Limone  
2x125 ml

Вариант сервировки блюда

## ПТИЦА, ЗАПЕЧЁННАЯ С КЛЮКВОЙ И ЯБЛОКАМИ

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Индейка или курица (рекомендуем **Тушку цыпленка бройлера Spar, 1с**), 1 шт.
- Клюква, 100 г
- Кислые яблоки, 2 шт.
- Сливочное масло, 50 г
- Соль, перец, специи, по вкусу
- Лимонный сок, 2 ст. ложки (рекомендуем **Заправку Despar, на основе лимонного сока**)
- Мед, 2-3 ст. ложек (для обмазывания)
- Горчица, 2 ст. ложки (для обмазывания)

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Начинаем с маринования. Готовим маринад на основе лимонной заправки Spar. Добавляем соль и специи по вашему вкусу и хорошенько, не жалея, натираем тушку. Ставим в холодильник


на всю ночь, чтобы пропиталась.

Подготавливаем начинку для фарширования птицы. Нарезаем кислые яблоки на небольшие дольки и убираем сердцевину. Разогреваем сливочное масло на сковороде и слегка обжариваем яблоки и клюкву.

Как только тушка замариновалась, фаршируем ее яблочно-клюквенной начинкой, добавив немного сливочного масла. Плотно закройте начинку внутри (можно использовать нитки) и оберните саму тушку в фольгу. Застелив противень фольгой, кладем нашу птицу в форму для запекания и запекаем в разогретой до 180 градусов духовке наше блюдо около 2 часов (зависит от размера птицы).

После этого достаем из духовки и обмазываем смесью из мёда и горчицы, а затем снова отправляем в духовку на 1 час, для получения румяной корочки. На этом этапе можно разложить на противень рядом с птицей различные овощи, предварительно замаринованные в масле, соевом соусе и любимых специях.

**Приятного аппетита!**



Карнишоны  
маринованные Spar,  
680 г

РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ

Горошек зеленый  
Spar, 400 г

Вариант сервировки блюда

## САЛАТ ОЛИВЬЕ

Чтобы хозяин 2021 года металлический Бык оценил Ваше внимание, на праздничном столе должны быть салаты с рыбой, зеленью, орехами, птицей.

И какой же Новый год без традиционного Оливье. А чтобы придать салату эстетичный вид, можно просто выложить его в порционное кольцо и украсить свежей зеленью, как рождественский венок или елочный шар.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Филе куриное, 400 г
- Картофель, 3-4 шт.
- Морковь, 2 шт.
- Зеленый горошек, 1 б. (**Горошек зеленый Spar, 400 г**)
- Огурцы соленые, 3-4 шт (**Карнишоны маринованные Spar, 680 г**)
- Огурцы свежие, 2 шт.
- Яйца куриные, 4-5 шт.

- Лук репчатый - 1 шт.
- Майонез - по вкусу
- Соль - по вкусу
- Перец черный молотый - по вкусу
- Зелень для украшения

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Отвариваем картофель, морковь, куриную грудку и яйца. Все остужаем, овощи чистим.

Нарезаем все ингредиенты кубиками, добавляем консервированный горошек.

Заправляем майонезом, добавляем любимые специи, соль и перец, хорошо перемешиваем и оформляем салат в кольцо перед подачей на стол.

**Приятного аппетита!**



Горбуша  
натуральная Spar,  
240 г

РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ

ГОСТ 7452-97  
ГОРБУША  
ТУНЕЦ  
натуральный

Тунец  
натуральный Spar,  
240 г

Вариант сервировки блюда

## САЛАТ МИМОЗА

Предлагаем сделать праздничный новогодний салат «Мимоза» с тунцом и сыром!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Горбуша или тунец консервированный (**горбуша и тунец натуральные Spar**), 1 банка
- Яйца, 4 шт.
- Морковь, 2-3 шт.
- Картофель, 3-4 шт.
- Сыр твердый, 100 г
- Лук красный, 1 шт.
- Майонез - по вкусу
- Зелень для украшения

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Подготовим все продукты: отцедим рыбу от жидкости, отварим яйца и овощи, очистим, нарежем и ошпарим кипятком лук.

Яйца разделяем на белок и желток и натираем на мелкой терке. Отварные овощи натираем на крупной терке. Сыр натираем на мелкой терке. Тунец измельчаем вилкой.

Все ингредиенты готовы, формируем салат. Первый слой - отварной картофель, приминаем его вилкой и добавляем сеточку майонеза, затем слой красного лука, затем рыбную консерву.

Далее яичный белок, майонезная сеточка, следом морковь и снова майонез.

Украшаем салат сверху яичным желтком и зеленью как вам подскажет фантазия. Чтобы салат смотрелся интереснее, можно формировать его в отдельные порционные емкости.

**Приятного аппетита!**

# НОВОГОДНИЕ ЗАКУСКИ

Безусловно, красоту и праздничную атмосферу новогоднему столу придают закуски.

Быстрые и незатейливые рецепты различных бутербродов, канапе и тартелеток порадуют Вас вкусом и станут украшением праздничного стола.

Вот несколько идей для воплощения.



## БРУСКЕТТА СО ШПРОТАМИ

Не забудьте про классические бутерброды со шпротами. Они очень легко и быстро готовятся, Вам понадобится около 5 минут, чтобы подать их к столу.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Шпроты (**Шпроты Spar, в масле. 160 г**), 10 шт.
- Яйцо, 1 шт.
- Огурцы маринованные (**Огурцы маринованные Spar, 1 кг**), 2-3 шт.
- Хлеб белый, 10 ломтиков
- Майонез, 3 ст. ложки
- Масло растительное, 1 ст. ложка

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Отварные яйца трем на терке, добавляем майонез, полученную смесь мажем на обжаренные ломтики хлеба. Сверху кладем шпроты и ломтик маринованных огурцов.



РЕКОМЕНДУЕМ ПОПРОБОВАТЬ!

Шпроты Spar, в масле, 160 г

Огурцы маринованные Spar, 1 кг

## ТАРТАЛЕТКИ С ИКРОЙ И КРАСНОЙ РЫБОЙ

Новый год без тарталеток с икрой и красной рыбой представить невозможно – они являются украшением любого праздника.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Готовые тарталетки, 10 шт.
- Авокадо, 2 шт.
- Лимон, 1 шт.
- Сливочный сыр, 150 г
- Лосось, 10 ломтиков.
- Зелень по вкусу

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Авокадо порезать на кусочки и размять вилкой. В чаше блендера соединить авокадо, сливочный сыр, чайную ложку лимонного сока. Вместо лимона рекомендуем попробовать **Заправку лимонную на основе лимонного Сока Despar, 2x125 мл**. Получится однородная сливочная масса приятного цвета с потрясающим лимонным ароматом. Ее необходимо немного охладить, поставьте емкость в холодильник на 20-30 минут. Тарталетки наполняем полученной массой и украшаем ломтиком лосося сверху.

## НОВОГОДНЕЕ НАСТРОЕНИЕ



## КАНАПЕ

Чтобы приготовить различные праздничные канапе нужна только Ваша фантазия и определенный набор продуктов. Выбирая их, не забудьте про высококлассные товары Spar. Они добавят в Ваши блюда приятную изюминку.





# НОВОГОДНИЕ СЛАДОСТИ

## НОВОГОДНЯЯ ВЫПЕЧКА

Новый год — это время чудес и исполнения желаний. И невозможно представить рождественские праздники без пряных ароматов имбирного печенья и сладкого вкуса мандаринов. Предлагаем зарядиться волшебством и окунуться в новогоднюю сказку в процессе выпечки рождественского печенья.

Зовите своих маленьких помощников, будем печь настоящее новогоднее печенье!

Дети с радостью помогут приготовить новогодние сладости, а веселая предновогодняя суэта придется по душе родным и близким и подарит праздничное настроение.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

#### Для теста

- Сливочное масло — 110 г
- Мука — 310 г
- Крахмал кукурузный — 40 г
- Яйца — 2 шт.
- Разрыхлитель — 1 ч.ложка
- Корица, имбирь — по 1/2 ч.ложки
- Мёд — 90 г
- Сахар — 100 г

#### Глазурь

- Сахарная пудра от 200 г
- Куриный белок — 1 шт.
- Лимонный сок — 1 ч.ложка

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для начала необходимо мелко порубить холодное сливочное масло. Можно вручную ножом, либо в чаше измельчителя, главное, чтоб масса оставалась холодной. Далее в чашу миксера засыпаем сухие ингредиенты (муку, крахмал, разрыхлитель и специи), добавляем масло. Начинаем перемешивать. Постепенно вводим один за другим 2 яйца. Добавляем сахар. Рекомендуем в этом рецепте использовать **тростниковый сахар Spar**. Далее вливаем мёд — можно заменить сиропом.

Вымешиваем тесто, должна получиться крупная крошка. Выкладываем тесто на рабочую поверхность, вымешивать не надо, тесто просто должно собраться в шар. Тесто необходимо раскатать толщиной 1 см, укрыть пленкой и убрать в холодильник на 1 час. Далее кладем заготовку теста между двумя листами пергаменты, раскатываем до нужной толщины и вырезаем наше печенье. Таким печеньем можно украсить и елку, не забудьте сделать на этом этапе отверстие для атласной ленты.

Выпекаем его в духовке при 180 градусах около 10 минут. Остатки теста необходимо собрать, снова скатать в шар, завернуть в пленку и охладить. С новым пластом теста повторяйте те же самые этапы.

А теперь займемся приготовлением глазури, пока заготовки будут остывать.

Отделяем белок от желтка — делаем это аккуратно, чтоб ни один грамм желтка не попал к белку. Его взбиваем, постепенно повышая скорость миксера до максимальной. После появления пышной пенки постепенно всыпаем просеянную сахарную пудру и лимонный сок. Для контура печенья нужна более плотная глазурь, для основы менее плотная. В среднем уходит около 200 г пудры. Регулируйте в зависимости от размера белка. К глазури можно добавить различные красители, тогда глазурь будет цветная.

**Приятного аппетита!**



SPAR

CANE  
CUBES  
BROWN

САХАР  
ТРОСТНИКОВЫЙ  
КОРИЧНЕВЫЙ  
НЕРАФИНИРОВАННЫЙ  
КУСКОВОЙ

РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ

Сахар Spap,  
тростниковый,  
коричневый,  
500 г

НОВОГОДНЕЕ НАСТРОЕНИЕ



# ПИСЬМО Деду Морозу



**Новый год — это прежде всего детский праздник.**

И пусть не все детки верят в Деда Мороза, но, совершенно точно, все ждут волшебное 31 декабря. Ведь в этот день у всех улыбки на лице, а в сердце радость и ожидание чуда. Заглянешь под елку, а там... подарок. И как дорог именно этот момент, когда срываешь бант, скидываешь обертку и открываешь коробку.

Специально для тех, кто верит в Дедушку Мороза и готовится к приходу Нового года заранее. Очень важно написать письмо и в этом мы Вам поможем.

Просто вырежьте заготовку и заполните с ребенком.



## Деду Морозу

Меня зовут \_\_\_\_\_

Мне \_\_\_\_\_ лет

Я очень люблю своих родителей и всегда слушаюсь их

В этом году я \_\_\_\_\_

Мои хорошие поступки \_\_\_\_\_

В наступающем году я хочу \_\_\_\_\_

На новый год я очень хочу получить в подарок \_\_\_\_\_

Я хочу пожелать своей семье в новом году \_\_\_\_\_

Своим друзьям \_\_\_\_\_

с новым годом и  
весельем!



Кому Деду Морозу

Куда \_\_\_\_\_

От кого \_\_\_\_\_

Индекс \_\_\_\_\_

Поможет Деду Морозу  
добраться до новогодней елки!

А в мешке с подарками наверняка  
у него найдется что-то вкусное.




РЕКОМЕНДУЕМ  
ПОПРОБОВАТЬ

Леденцы Spar,  
в ассорт.,  
150-200 г

Жевательные  
конфеты Despar,  
соски с фруктовым  
вкусом, 175 г

Карамель  
Despar,  
фруктовая,  
200 г





**Поздравляем  
Вас с наступающим  
Новым годом и Рождеством!**



Пусть в Ваших домах будет счастье, а в ваших сердцах живет любовь!

С наилучшими пожеланиями здоровья и успехов в Новом году!  
Сеть магазинов Алми, Spar и EuroSpar.

P.S. в 2021 году постараемся радовать  
Вас изобилием товаров и новинками!