



DADI DAMAQLARDA
QALAN LƏZZƏT!



100% TƏBİİ ANTEP FISTIĞI ƏZMƏSİ
%100 PISTACHIO BUTTER

Faydaları:

A və B qrup vitaminləri cəhətdən zəngin bir qida hesab olunan Antep fıstığı; tərkibindəki dəmir, maqnezium, kalium və fosfor birləşmələri ilə bədəni minerallara təmin edir. Tərkibindəki antioksidantlar sayəsində hüceyrə fəaliyyətinə kömək edən Antep fıstığı həm də müxtəlif çeşidli omeqa qrup yağlarla zəngindir.

İstifadə sahəsi:

Qəlyanaltı və ya qida əlavəsi kimi ayrılıqda qəbul edə bilərsiniz. Xəmir işlərinə rəng və ləzzət qatması üçün xəmir yoğurduğunuz zaman əlavə edə bilərsiniz. İçli yeməklərin doldurulması zamanı istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Adam başına üç-dörd çay qaşığı əlavə edilməsi kifayətdir.



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

100% TƏBİİ VƏ
QATQISIZ BİR
LƏZZƏT.



ŞOKOLADLI BALLI FİNDİK ƏZMƏSİ
HAZELNUT BUTTER WITH CHOCOLATE AND HONEY

Faydaları:

Fındıq, bal və kakao toxumlarının faydalarını bir yere toplayan məhsul; təqribən 40% aşağı karbohidrat dəyərinə malik olması ilə yanaşı, fındığın faydalı yağ komponentləri və zülal cəhətdən zəngin qidalanmanı təmin edir.

İstifadə sahəsi:

Ayrılıqda qəlyanaltı kimi qəbul edə bilərsiniz. Birbaşa südə əlavə edilərək qəbul edilə bilər və yaxud smoothie, milkshake və s. reseptlərində istifadə edə bilərsiniz. Piroq, peçenye, brauni və s. xəmir işlərinin ləzzətini artırmaq məqsədilə əlavə material kimi istifadə edə bilərsiniz. Səhər yeməyi üçün olan krispilər, müsli, meyvə salatları və müxtəlif çeşidli smoothie reseptlərinizə əlavə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Yüksək enerji dəyərinə malik olduğundan qəbul edəcəyiniz məhsul miqdarını gündəlik olaraq ümumi kalori ehtiyacınıza əsasən müəyyən etməlisiniz.



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

100% TƏBİİ BADAM ƏZMƏSİ
%100 ALMOND BUTTER

Faydaları:

Yüksək lif və zülal mənbəyi olan qiymətli toxum çeşidində E vitamini və bədənin ən çox ehtiyac duyduğu B vitamini növləri də mövcuddur. Eyni zamanda təkce tərkibində badam südü və min bir dərəcə dərman sayılan badam yağı vardır. Bununla da badamın faydalarından tam şəkildə yararlanmaq mümkündür.

İstifadə sahəsi:

Ayrılıqda qəlyanaltı kimi qəbul edə bilərsiniz. Xəmir işi və ya südlü şirniyyatların hamısında əlavə material kimi istifadə edə bilərsiniz.

Badam unundan hazırlanan makaron və badamlı bisküvitlərdə daha ləziz dad əldə etmək üçün əlavə material kimi istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Adam başına üç-dörd çay qaşığı istifadə edilməsi kifayətdir.



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



ÖZÜNƏMƏXSUS DADI
İLƏ AŞAĞI KALORİLİ
BİR QIDA MƏNBƏYİ.

ŞOKOLADLI XURMALI FİNDİK ƏZMƏSİ
HAZELNUT BUTTER WITH CHOCOLATE AND DATE

Faydaları:

Fındığın təbii və faydalı yağ tərkibi ilə yüksək enerji dəyərinə malik məhsul, bədənin ən çox ehtiyac duyduğu omeqa qrup yağ turşularını təmin edir. Tərkibində şəkər olmadığı üçün pəhrizlərdə də rahatlıqla qəbul edilə bilər.

İstifadə sahəsi:

Krep, pankek kimi qidalarla doyumcul və ləzzətli səhər yeməkləri hazırlaya bilərsiniz.

Dondurma sousu olaraq da istifadə edə bilərsiniz.

Qranola, səhər yeməyi üçün simit və ya meyvə salatlarına əlavə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Şəkərsiz formulu və aşağı karbohidrat tərkibi sayəsində ürəyiniz istədiyi qədər qəbul edə bilərsiniz. Lakin bədən quruluşunuzu qorumaq üçün məhsulun yağ nisbəti və enerji dəyərini də nəzərə almalısınız.



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



ŞİRNIYYAT MƏHSULLARININ
QƏBULU İLƏ BAĞLI BÜTÜN
STEREOTIPLƏRİ QIRMAĞA
DƏVƏT EDİR!

BİR ÇOX FAYDANI BİR ARADA
TƏQDİM EDƏN ZƏNGİN
TƏRKİBLİ, GENİŞ
İSTİFADƏ SEÇİMLƏRİ
TƏKLİF EDİR.



TƏBİİ KAKAO YAĞI ORGANIC CACAO OIL

Faydaları:

Zəngin tərkibə malik kakao yağı, tərkibindəki doymuş və doymamış yağlarla həm qida cəhətdən, həm də dəriyə qulluq zamanı effektiv bəsləyici qidadır. Qida olaraq qəbul edildikdə isə bədəndəki sistemlərin normal fəaliyyətinə dəstək olur.

İstifadə sahəsi:

Madlen, küp, qəlib və s. fərqli şokolad reseptlərində yoxlaya bilərsiniz. Piroq, peçenye, brownie, maffin və s. xəmir xörəklərinin ləzzətini iki qata yüksəldə bilərsiniz. Yeməklərdə və qarnirlərdə kərə yağı və ya marqarin əvəzinə istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Sağ, dırnaq və dəri üzərində istifadə olunduqda dəriyə incə təbəqə şəklində tətbiq edilməsi kifayətdir. Qida məqsədilə qəbul edildikdə reseptlər üçün tövsiyə olunan marqarin və ya kərəyağı miqdarı ilə eyni ölçüdə istifadə edə bilərsiniz.



VEGAN



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

QƏDİM ZAMANLARDA
KAKAONUN "TANRILARIN
YEMƏYİ" OLARAQ
ADLANDIRILDIĞINI
BİLİRDİNİZMİ?



ÇİY KAKAO TOZU RAW COCOA POWDER

Faydaları:

Çiy kakaonun tərkibində, emal edilmiş kakao ilə müqayisədə ortalama dörd dəfə daha çox fenol maddə vardır. Fenol maddələr, bitkilərdəki ən yüksək antioksidant səviyyəsinə sahib elementlərdir. Stressin azalmasında böyük rol oynayan hormonlara təsir etdiyindən əhval-ruhiyyəni qaldırma xüsusiyyəti də bu vacib faydaları arasında yer tutur.

İstifadə sahəsi:

Şokoladın hazırlanması və xəmir xörəklərində istifadə edərək reseptlərinizə təbii və zəngin aromalı bir ləzzət əldə edə bilərsiniz. Səhər yeməyi üçün simit, müsli və sadə yulaf əzməsi kimi qidalarla birlikdə qəbul edə bilərsiniz. Pankek, krep və şirin omelet reseptlərinizdə də istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Çiy kakao tozunu, reseptlərdə tövsiyə olunan standart kakao tozlarına nəzərən zövqə görə yarım və ya üçdə bir nisbətində istifadə edə bilərsiniz.



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

HİND QOZU ŞƏKƏRİ COCONUT SUGAR

Faydaları:

Hind qozu şəkəri, ağ şəkərlə müqayisədə daha aşağı qlisemik indeksinə malik təhlükəsiz dadlandırıcı olması ilə fərqlənir. Bu baxımdan, qəbul edildiyi anda bədəndəki şəkər səviyyəsini artırmaq əvəzinə daha balanslı bir udma təmin edir. Həmçinin, meyvə bəkməzindən alındığı üçün tərkibində hind qozunun zəngin komponentləri də vardır.

İstifadə sahəsi:

Ağ şəkər istifadə etdiyiniz bütün reseptlərinizə əlavə edə bilərsiniz.

Çay və kofedən tutmuş zülal içkilərinə, yoqurt çeşidlərindən südlü və şərbətli şirniyyatlara, xəmir xörəklərindən səhər yeməyinə qədər bütün yemək və içkilərinizə əlavə edə bilərsiniz. Hətta fitness reseptlərinizi rahatlıqla dadlandırma bilərsiniz. Körpəniz üçün ləzzətli və bəsləyici yeməklər hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Hind qozu şəkərini, qəbul etdiyiniz ağ şəkərlə eyni miqdarda istifadə edə bilərsiniz.



ŞEKER İLAVESİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



AĞ ŞƏKƏRƏ
ALTERNATİV OLARAQ
ORTAYA ÇIXAN TƏBİİ
DADLANDIRICI.

ÜYÜDÜLMƏMİŞ KAKAO PARÇALARI RAW COCOA PARTICLES

Faydaları:

Kakaonun faydaları, əsasən antioksidantlar cəhətdən çox güclü bir qida olması ilə seçilir. Stressin azalmasında böyük rol oynamaqla bərabər hormonlara təsir etdiyindən əhval-ruhiyyəni qaldırma xüsusiyyətini də xüsusilə qeyd etmək lazımdır.

İstifadə sahəsi:

Səhər yeməyi üçün simit, müsli, yulaf lopası, qranola və digər qarışımlara əlavə edə bilərsiniz. İsti və soyuq içkilərinizə əlavə edə bilərsiniz. Piroq, peçenye və s. Xəmir işlərində istifadə edərək bol ləzzətli reseptlər əldə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Tərkibində heç bir əlavə qatqı olmadığı üçün reseptlərə az miqdarda əlavə edildikdə belə ətri hər yere yayılır. Adambaşına bir xörək qaşığı qəbul edilə bilər.



GLUTENSİZ



KATKISIZ

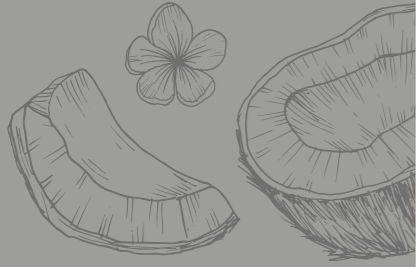


KORUYUCUSUZ



ŞOKOLADIN XAMMALI
HESAB OLUNAN KAKAO
TOXUMLARINI ƏN TƏBİİ
LƏZZƏTİ İLƏ DADIN!

MƏTBƏXLƏRİN
VƏ ŞƏXSİ QULLUQ
QAYDALARININ
OLMAZSA OLMAZI.



HİND QOZU YAĞI COCONUT OIL

Faydaları:

Olduqca güclü vitamin və mineral mənbəyi olan məhsul, tərkibindəki orta zəncirli yağ turşuları ilə bədəndə olduqca sürətli şəkildə həzm oluna bilər. Bu da Hind qozu yağını fitness qidalanma və pəhrizlərin vacib bir parçasına çevirir. Funksional tərkibi ilə dəriyə qulluq zamanı istifadə olunduqda sürətli və gözle görünən nəticələr göstərir.

İstifadə sahəsi:

Piroq, peçenye, pankek və s. bütün reseptlərinizdə şef tərəfindən hazırlanmış kimi qurman ləzzətlər əldə edə bilərsiniz. Bütün yeməklərinizdə kərə yağı və marqarın əvəzinə istifadə edə bilərsiniz. Ağız, diş, saç, dırnaq və dəriyə qulluq zamanı təbii kosmetik vasitə kimi istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Xarici istifadə zamanı nazik təbəqə şəklində tətbiq edilməsi kifayətdir. Reseptlərdə qatı yağ kimi istifadə etsəniz, tövsiyə olunan marqarın və ya kərə yağı miqdarı ilə eyni ölçüdə istifadə edə bilərsiniz.



VEGAN



GLUTENSİZ

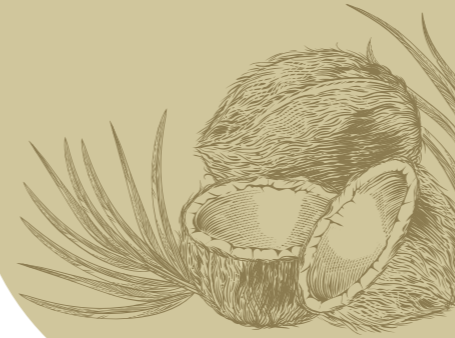


KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

RESEPTLƏRDƏ
İNQILAB YARADAN
BİR LƏZZƏT.



HİND QOZU UNU COCONUT FLOUR

Faydaları:

Hind qozuunun tərkibində təqribən 10% doymuş yağ olmasına baxmayaraq bədəndə çox sürətli şəkildə həzm oluna bilər. Bədənin yağ təminatını yüngül və faydalı şəkildə qarşılaşmaqla yanaşı, tərkibindəki eyni miqdarda təbii şəkər elementləri sayəsində təhlükəsiz şəkər qəbulunu təmin edir.

İstifadə sahəsi:

Piroq, maffin, peçenye, çörək, brownie və s. şirin xəmir xörəklərində əsas və ya köməkçi un olaraq istifadə edə bilərsiniz. Körpəniz üçün ləzzətli və bəsləyici yeməklər hazırlaya bilərsiniz. Zülal bar və fitness içkisi kimi dəstəkləyici qida əlavələri hazırlayarkən istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Buğda unlu reseptlərinizdə 20%-30% əlavə edə bilərsiniz. Təkcə Hind qozu unu reseptlərinizdə isə standart reseptlərinizlə müqayisədə un miqdarını 10%-ə qədər azaldaraq su, süd, maya, qabartma tozu, yumurta və ya karbohidrat istifadəsini artırma bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

KEÇİBUYNUZU UNU %100 ALMOND BUTTER

Faydaları:

Antioksidant tərkibi ilə hüceyrə fəaliyyətlərinə bütövlükdə qatqı təmin etməklə yanaşı, kalsium tərkibi isə bədənin gündəlik ehtiyacını tam şəkildə təmin etməyə kömək edir.

İstifadə sahəsi:

Piroq, peçenye, maffin, brownie, çörək və s. şirin xəmir xörəklərində əsas və ya köməkçi un olaraq istifadə edə bilərsiniz.

Körpəniz üçün bəsləyici yeməklər hazırlaya bilərsiniz. Təkcə küncüt ezməsi və ya şokolad istifadə edərək bişirilməyən peçenyələr hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Qlütenli un istifadə edəcəyiniz reseptlərə 20-30% əlavə edə bilərsiniz. Sadəcə keçibuyunu unu reseptlərinizdə isə istifadə edəcəyiniz un miqdarını standarta görə 10%-ə qədər azaldır; əvəzində su, süd, maya, qabartma tozu, yumurta və ya karbohidrat miqdarını artırma bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



100% TƏBİİLİYİ
İLƏ ÜSTÜN LƏZZƏT
FƏRQLİLİYİ BİR
MƏHSULDƏ TOPLANIR!



BADAM UNU ALMOND FLOUR

Faydaları:

Təqribən 21% zülal tərkibli badam; eyni zamanda zəngin vitamin, mineral və faydalı yağ turşularının mənbəyidir. Bütün bu qiymətli tərkiblərinə görə bu qida, müxtəlif çeşidli qidalanma rejimləri üçün ən ideal təbii məhsullar arasında xüsusi yer tutur.

İstifadə sahəsi:

Xəmir xörəklərində ayrılıqda istifadə edərək və ya buğda ununa əlavə edərək daha zəngin bir dad əldə edə bilərsiniz.

Uşaq yeməyi və şirniyyatların hazırlanmasında istifadə edə bilərsiniz. Ketogenik pəhriz zaman fərqli resept təcrübələrinizdə rahatlıqla qəbul edə bilərsiniz.

Toz şəklində super qidalarla rəngləndirilmiş ləziz və bəsləyici amarettilərlə makaronlar hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Badam ununu, reseptlərinizdə adi unla eyni miqdarda istifadə edə bilərsiniz. Zövqə görə xəmir xörəklərində ağ unla birlikdə istifadə edə bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



AŞAĞI KARBOHİDRATLI,
YÜKSƏK ZÜLALLI
VƏ DADINA
DOYMA YACAĞINIZ
RESEPTLƏRİNİZİN BAŞ
QƏHRƏMANI!



RESEPTLƏRİNİZƏ
VERDİYİ BƏNZƏRSİZ
LƏZZƏTDƏN AYRILMA
BİLMƏYƏCƏKSİNİZ!



FINDIQ UNU
NUT FLOUR

Faydaları:

Tərkibində yüksək miqdarda yağ olması ilə yanaşı, doymamış yağ ehtiva etməyən formulu ilə rahatlıqla qəbul etmək mümkündür. Zülal və liflə zəngin olduğu üçün planlı qidalanma proqramlarında tez-tez üstünlük verilir.

İstifadə sahəsi:

Xəmir xörəklərində bütövlükdə buğda unu əvəzinə istifadə edərək daha az karbohidrat tərkibli xırçıldayan ləzzətlər əldə edə bilərsiniz. Balqabağı və şirin kartof kimi sup çeşidlərində avqolemono kimi istifadə edə bilərsiniz. Piroq, brownie, peçenye, pankek və səhər yeməyi üçün kakao kreminin hazırlanmasında istifadə edə bilərsiniz. Körpənizin iştahla yeyəcəyi yeməklər və südlü şirniyyatlar hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Standart reseptlərlə müqayisədə əlavə edəcəyiniz un miqdarını azaldaraq findiq unu reseptlərinizdə su, süd, qabartma tozu, yumurta, maya və ya karbohidrat istifadəsində artıra bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

ÖZÜNƏMƏXSUS LƏZZƏTİ
VƏ RESEPTLƏRƏ
QATDIĞI BƏNZƏRSİZ
TOXUNUŞLA DÜNYANIN
ƏN QƏDİM VƏ GENİŞ
İSTİFADƏ SAHƏSİNƏ
MALİK UNU.



NOXUD UNU
CHICKPEA FLOUR

Faydaları:

Karbohidrat səviyyəsinin bir çox un çeşidinə görə aşağı olması, digər faydalı elementlər cəhətdən güclü və daha balanslı bir qidalanma üstünlüyünə malikdir. Aşağı qlisemik indeksi sayəsində noxud unu reseptləri ağ unlu reseptlərdən fərqli olaraq şəkər səviyyəsini tarazlıqda saxlamağa daha çox kömək edir.

İstifadə sahəsi:

Şirniyyat və duzlu xəmir xörəklərinin hamısında ağ unun əvəzinə istifadə edə bilərsiniz. Humus məzəsi üçün praktik əlavə kimi istifadə edə bilərsiniz. Vəqan reseptlərinin sevimli olan falafel küftələri hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Standart reseptlərinizdə istifadə etdiyiniz un miqdarı ilə eyni ölçüdə istifadə edə bilərsiniz və ya tam buğda unlu reseptlərinizə bir qədər noxud unu əlavə edərək; xəmirinizi tutum, bağlayıcılıq və yumşaq cəhətdən zənginləşdirə bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

DÜYÜ UNU
%100 ALMOND BUTTER

Faydaları:

Yüksək etibarlı karbohidrat mənbəyi olan düyü unu; buğda ununa qarşı doymumlu, bəsləyici və ləzzətli bir alternativ təklif edir. Tərkibində xolesterol olmadığına görə rahat istehlak üstünlüyü ilə seçilir.

İstifadə sahəsi:

Şirin və duzlu xəmir xörəklərinin hamısında buğda unu əvəzinə istifadə edə bilərsiniz. Körpəniz üçün sağlam, asan həzm olunan yeməklər hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Qlütenli unlara 20-30% qarışdıraraq istifadə edə bilərsiniz. Sadəcə düyü unu istifadə edərək hazırlayacağınız reseptlərdə isə un miqdarını standartla müqayisədə 10%-ə qədər azaldaraq əvəzində istifadə edəcəyiniz su, süd, maya, qabartma tozu, yumurta və yaxud karbonat miqdarını artıra bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



DÜYÜDƏN ƏLDƏ
OLUNAN VƏ
TƏRKİBİNDƏ HEÇ
BİR QATQI MADDƏSİ
OLMAYAN DÜYÜ UNU
İLƏ TANIŞ OLUN!

KİNOA UNU
NUT FLOUR

Faydaları:

Bu dəyərli qida, tərkibindəki faydalı yağ turşuları və antioksidantlarla bədəne lazım olan təbii dəstəyi tam şəkildə qarşılaya bilər.

İstifadə sahəsi:

Kinoa unu ilə qlütensiz piroq, bisküvit, poğaçı, qaleta, kreker, çörək və s. şirniyyat və duzlu xəmir xörəkləri hazırlaya bilərsiniz. Səhər yeməklərində uzunmüddətli toxluq hissi verən pankek və kreplər hazırlaya bilərsiniz. Yüksək zülallı fitnes yeməkləri və ya körpə yeməkləri hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Reseptlərinizdə müəyyən edilən standart ölçüsünə görə istifadə edə bilərsiniz. Kinoa ununu xəmir xörəklərinizə daha yumşaq bir tutumluluq və ləzzət qatmaq üçün 25% buğda unu ilə qarışdırma bilərsiniz. Yaxud daha çox qabartma tozu, yumurta, maya və ya qarğıdalı nişastası istifadə edərək qabarmasını təmin edə bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



VEQAN QIDALANMA
ZAMANI DA OLDUQDA
FAYDALI BİR QIDA
ƏLAVƏSİ.

ÜRƏYİN DOSTU
MÖCÜZƏVİ QIDA!



ÇİY QARABAŞAQ
RAW BUCKWHEAT

Faydaları;

Təhlükəsiz bir karbohidrat mənbəyi olmaqla yanaşı, zülal və lif tərkibi ilə də balanslı bir qida qəbulu təmin edir. Tərkibində təxminən 15% zülal olan toxumlar, vəqan qidalanmadan tutmuş pəhrizlərə qədər bir çox fərqli qidalanma sahəsi üçün ideal bir qidadır.

İstifadə sahəsi;

Salatlara əlavə edərək yeməklərinizin qidalandırıcı və doyuruculuq səviyyəsini artırabilirsiniz. Qarabaşaq plovu və sıyıq kimi içli yeməy reseptləri hazırlaya bilərsiniz. Qatıqla qarışdırıb müxtəlif çeşiddə ədviyyatlarla zənginləşdirərək ləzzətli məzələr əldə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı;

Bişdiyi zaman çiy vəziyyəti ilə müqayisədə üç dəfə böyüyür. Bu baxımdan bir stəkan qarabaşaq üçün iki stəkan su istifadə etmək kifayətdir. Məhsul ilk növbədə yuyularaq təmizlənməli, daha sonra 15 dəqiqə ərzində qaynatmaq lazımdır.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

GÜCLÜ ANTIOKSİDANT
TƏRKİBİ İLƏ
TƏBİƏTİN ƏN ŞİRİN
HƏDİYYƏSİ!



TUT BƏKMƏZİ
RAW BUCKWHEAT

Faydaları;

Bu qiymətli meyvə, bilinən ən güclü antioksidant mənbələrindən biridir. Təbii formulasına mis, dəmir, maqnezium, manqan, selen, sink və beta-karoten də daxildir. Bununla da məhsul; vitamin, mineral və digər faydalı elementlər cəhətdən səmərəli və hərtərəfli fayda təmin edir.

İstifadə sahəsi;

Hər səhər bir çay qaşığı qəbul edə bilərsiniz. Qidalandırılmış və canlı bir görünüş əldə etmək üçün dəriyə qulluq maskası olaraq istifadə edə bilərsiniz. Səhər yeməyi və qəlyanaltılarda çörək, pankek və kreplərlə birlikdə qəbul edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı;

Məhsul, qatılaşdırılmış və çox ətirli olduğundan, dadlandırıcı məqsədi ilə adambaşına bir-iki çay qaşığı əlavə edə bilərsiniz. Qida əlavəsi kimi gündə üç-dörd çay qaşığına qədər qəbul edə bilərsiniz.



ŞEKER İLAVESİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

KEÇİBOYNUZU BƏKMƏZİ
CAROB EXTRACT

Faydaları;

Tərkibindəki fosfor, sink, kalium mineralları və A, E, B vitaminləri bədənin ehtiyac duyduğu faydalı elementlərin əldə olunmasında hərtərəfli dəstək göstərir. Eyni zamanda güclü antioksidant mənbəyi olan bu qida, müntəzəm olaraq qəbul edildiyi zaman hüceyrə və toxumalara müsbət təsir göstərə bilir.

İstifadə sahəsi;

Hər səhər bir çay qaşığı qəbul edə bilərsiniz. Qidalandırıcı qulluq maskası kimi birbaşa dərinizə tətbiq edə bilərsiniz. Çörək, pankek və krep kimi qidalarla sağlam yeməklər hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı;

Keçiboyunu bəkməzini gündəlik üç-dörd çay qaşığına qədər qəbul edə bilərsiniz. Şirinliyi yüksək olduğu üçün dadlandırıcı kimi adambaşına yalnız bir-iki çay qaşığı istifadə edə bilərsiniz.



ŞEKER İLAVESİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



Yüksək Və
Təhlükəsiz ENERJİ
MƏNBƏYİ.



ZƏNGİN TƏRKİBİ İLƏ
"SUPER QIDA" OLARAQ
DÜNYA MİQYASINDA
BÖYÜK TƏLƏBAT GÖRÜR.



MORİNGA TOZU
MORINGA POWDER

Faydaları:

Moringa tozunun faydaları, əsasən tərkibindəki yüksək miqdarda fenol maddədən qaynaqlanır. Bununla da məhsul bədənə daxili sistemlərlə yanaşı, dəriyə də müsbət təsirlər göstərir.

İstifadə sahəsi:

Qaynanmış və içməli temperatúra gətirilmiş isti suya əlavə edərək "moringa çayı" şəklində qəbul edə bilərsiniz. Salatlarla et və səbzili yeməklərə ləzzətdartıcı bir ədviyyat kimi əlavə edə bilərsiniz. Xəmir xörəklərində və südlü şirniyyatlarda qida boyası/ dekorasiya məqsədilə istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Mütəxəssislərin ümumi tövsiyəsinə görə moringa tozunu gündə iki çay qaşığından çox olmamaqla qəbul edə bilərsiniz.



PERUNUN AND
DAĞLARINDAN TA
SİZİN MƏTBƏXİNİZƏ.



MACA TOZU
MACA POWDER

Faydaları:

Tərkibindəki vitaminlər, minerallar, təbii yağ turşuları və zülalların əsas elementi hesab olunan amin turşuları sayəsində maca tozunun faydalarını "sətsiz-hesabsız" sözü ilə təsvir etmək olar. Bunlarla yanaşı, bu super qida güclü karbohidrat və lif tərkibi ilə də əlavə bəsləyici qida xüsusiyyəti qazanır. Bütünü bu keyfiyyətləri də super qida anlayışını lazımcına haqqını verir.

İstifadə sahəsi:

Su, süd, çay, kofe, meyvə şirəsi və s. isti və soyuq içkilərə əlavə edərək qəbul edə bilərsiniz. Meyvə salatlarında, yoqurtlu və yulafli bowl reseptlərinizdə istifadə edə bilərsiniz. Dondurmalara bənzərsiz bir ləzzət qata bilərsiniz. Şokoladlı hazır qida və ya evdə hazırlanma reseptlərinizdə ləzzət tamamlayıcısı kimi istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Gündə maksimum bir-üç çay qaşığı qəbul edə bilərsiniz.



ÇÖL KƏVƏRİ TOZU
PSYLLIUM POWDER

Faydaları:

Psyllium faydaları cəhətdən evdə qəbul zamanı ən geniş yayılmış qida və içkilərin hazırlanmasında istifadə olunur. Tərkibində prebiotik olması ilə yanaşı doymuş yağlar və şəkəri udma xüsusiyyəti isə məhsulun digər vacib keyfiyyətlərini önə çıxarır.

İstifadə sahəsi:

Veqan reseptlərinizdə yumurta əvəzinə istifadə edə bilərsiniz.

Unuz hazırlayacağınız çörək və xəmir xörəklərinə, qatılığı artırmaq və yumşaq ləzzət əldə etmək üçün əlavə edə bilərsiniz.

Ketogenik pəhrizlərinizdə birbaşa qida əlavəsi kimi (su ilə) və ya reseptlərinizdə əlavə inqrediyent kimi istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Qida və içkilərinizin lif dərəcəsini və qatılığını artırmaq məqsədilə istifadə etmək istəyirsinizsə, məhsulu bir çay qaşığı istifadə etməyiniz kifayətdir. Çörək kimi xəmir xörəkləri üçün bir yumurta üçün bir çay qaşığı çöl kəveri tozu əlavə edə bilərsiniz.



İDEAL TUTUMDA, UZUN
MÜDDƏT TOX TUTAN
LƏZZƏTLİ VƏ SAĞLAM
RESEPTLƏR ÜÇÜN.



QLÜTENSİZ YULAF ƏZMƏSİ
GLUTEN-FREE OATMEAL

Faydaları:

Yulaf əzməsi, pəhriz və oruc kimi zamanlarda aclıq hissini və qan şəkərindəki ani dəyişiklikləri uzun müddət tarazlaşdırır. Mütəmadi qəbul edildikdə həzm sisteminin normal fəaliyyətinə dəstək olmaqla yanaşı, digər bəsləyici kompleks elementləri ilə bədənə sətsiz-hesabsız fayda təmin edir.

İstifadə sahəsi:

Süd və yoqurt kimi qidalarla birbaşa çiy şəkildə əlavə edərək səhər yeməklərinizdə qəbul edə bilərsiniz. Su və ya süd ilə qaynaraq yulaf lopası (sıyq) şəklində qəbul edə bilərsiniz.

Müxtəlif çeşiddə yeyilən bilən toxumlarla (findıq, fıstıq, badam, çia, kinoa) qızardıb quru meyvələr əlavə edərək səhər yeməyi üçün qranola hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Yulaf əzməsi maye ilə birləşdikdə həcmi çox dəyişikliyə məruz qalmadığı üçün bütün vaxtlarda istədiyiniz ölçüdə birbaşa əlavə edə bilərsiniz.



Hər Kəs
Tərəfindən
Sevilən Yulaf
Əzməsi!



ASAI GİLƏMEYVƏSİNİN
FAYDALARI VƏ
LƏZZƏTİNİ ƏN
MÜKƏMMƏL TOZ
ŞƏKLİNDƏ SİNAYIN!



ASAI TOZU
ACAI POWDER

Faydaları;

Asai tozunun tərkibi, əsasən fenol maddələr, vitaminlər və minerallardan ibarətdir. Eyni zamanda kalsium və dəmirle zəngin olan asai tozu, bədəne lazım olan əsas mineralların gündəlik təmin edilməsinə kömək edir. Asai tozunun tərkibindəki digər qiymətli mineralları isə mis, manqan, maqnezium və sinkdən təşkil olunmuşdur.

İstifadə sahəsi;

Gündəlik qida əlavəsi olaraq süd və ya suya əlavə edərək içə bilərsiniz. Pasta kremi, qatqı materialı, dondurma, puding, smoothie və milkshake hazırlayarkən istifadə edə bilərsiniz. Dəriyə qulluq maskalarına əlavə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı;

Adambaşına bir çay qaşığı əlavə edə bilərsiniz. Tərkibində zəngin elementlər olduğuna görə asai tozunun gündəlik istehlak miqdarını bir çay qaşığı ilə məhdudlaşdırma bilərsiniz.



VEGAN



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

BİR ÇOX BITKİ
MƏNŞƏLİ QIDA, HƏTTA
ƏT MƏHSULUNUN
TƏRKİBİNDƏ
OLDUĞUNDAN
DAHA ÇOX
ZÜLAL VARDIR.



SPİRULİNA TOZU
SPIRULINA POWDER

Faydaları;

Tərkibində yüksək miqdarda əsas amin turşuları olan spirulina tozu, ən təsirli zülal mənbələri arasındadır. Möcüzəvi komponentləri ilə dəriyə qulluqda ən çox sevilən maddələrdən biridir. Yaşlanma əleyhinə təsir göstərən bu yosun növü dərinin nəm və yağ balansının təmin olunmasına və canlı görünüş qazanmasına kömək edir.

İstifadə sahəsi;

İçməli çay, bitki çayı və kofe kimi isti içkilərə əlavə edə bilərsiniz. Yoqurtla qarışdıraraq və ya daha zəngin inqrediyentli bowl-lar hazırlaya bilərsiniz. Qranola bar, meyvəli bar və zülal bar reseptlərini sınaqdan keçirərək ləzzətli və faydalı qəlyanaltılar hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı;

Spirulina tozunu gündə ən çox üç qram (ortalama bir çay qaşığı) qəbul etməyiniz tövsiyə edilir.



VEGAN



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

KƏNƏVİR TOXUMU TOZU
CANNABIS SEED POWDER

Faydaları;

50%i zülallardan təşkil olunduğuna görə dünyanın ən zəngin bitki mənşəli zülal mənbələri arasında birinci yerdədir. Gündə üç xörək qaşığı qəbul edildikdə belə, bədənin gündəlik ehtiyaclarının çoxunu ödəməyə bəs edir.

İstifadə sahəsi;

Yulaf əzməsi, müsli və simitlərə əlavə edərək günə enerji ilə başlaya bilərsiniz. Yoqurtla birlikdə ara yemək kimi qəbul edə bilərsiniz. Xəmir xörəkləri reseptlərinə birbaşa buğda unu yerinə istifadə edə bilərsiniz. Quru meyvə s. qidalarla zülal barlar hazırlaya bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı;

Kənəvir toxumu tozunu gündəlik iki-dörd çay qaşığı qəbul edə bilərsiniz.



VEGAN



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ



DÜNYANIN ƏN
ZƏNGİN BITKİ
MƏNŞƏLİ ZÜLAL
QAYNAQLARINDAN
BİRİDİR.



YUMŞAQ DADI VƏ QISA MÜDDƏTDƏ BİŞMƏSİNƏ GÖRƏ ƏN ÇOX İSTEHLAK EDİLƏN KİNOA ÇEŞİDLƏRİ ARASINDADIR.



AĞ KİNOA
WHITE QUINOA

Faydaları:

Tərkibində insan bədəninə lazım olan, lakin özlüyündə sintez edə bilmədiyi doqquz fərqli amin turşusu vardır. Bədəndə həzm olunma cəhətdən isə eyni xüsusiyyətə malik ət məhsulları ilə müqayisədə daha sürətli həzm olunur. Bütün bunlarla yanaşı, tərkibində xolestrol yoxdur.

İstifadə sahəsi:

Bulqurun istifadə olunduğu bütün reseptlərdə istifadə edə bilərsiniz. Suyu udaraq bağlayıcılıq xüsusiyyətinə malik olması sayəsində yumurtasız hazırlayacağınız xəmir xörəklərində əlavə məhsul kimi istifadə edə bilərsiniz. Ağır olmayan yüngül dadı sayəsində salatların qida dəyərini artırmaq üçün əlavə inqrediyent olaraq istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Bir stəkan kinoanın qaynadılıb ideal şəkildə bişməsi üçün iki stəkan su lazımdır. Məhsulu əsas inqrediyent kimi adam sayı qədər çay stəkanı, əlavə inqrediyent kimi isə nəzərdə tutulan porsiya qədər çay qaşığına istifadə edə bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ

ÖZÜNƏMƏXSUS ZƏNGİN DADI İLƏ ALTERNATİV UN ÇEŞİDLƏRİNİN ƏN ÇOX SEVİLƏN NÖVLƏRİ ARASINDA.



ÇİY QARABAŞAQ UNU
SPIRULINA POWDER

Faydaları:

Yüksək karbohidrat tərkibi ilə bədənin gündəlik ehtiyacını güclü və etibarlı şəkildə qarşılaya bilər. Bununla yanaşı, qarabaşaq ununun tərkibindəki az miqdarda təbii yağ komponentləri də bədəne hərtərəfli qatqı təmin edərək balanslı qidalanmanı təmin edir.

İstifadə sahəsi:

Körpəniz üçün zəngin qida dəyərində malik yeməklər hazırlaya bilərsiniz. Bütün standart xəmir xörəklərində ağ unun əvəzində və yaxud əlavə inqrediyent kimi istifadə edə bilərsiniz. Xüsusilə şokoladlı peçenyə və brownie kimi şirniyyatlarda qurman ləzzətlər yarada bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Un miqdarını standartla müqayisədə 10%-ə qədər azalda bilərsiniz. Bunun əvəzində istifadə etdiyiniz su, süd, maya, qabartma tozu, yumurta və ya karbohidrat miqdarını artıraraq daha yumşaq tutumlu ləzzətlər əldə edə bilərsiniz.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



KATKISIZ



KORUYUCUSUZ

QARIŞIQ KİNOA
MIXED QUINOA

Faydaları:

Uzun müddət tox tutması, ət məhsulları ilə bərabər zülal tərkibi, tərkibində xolestrol olmaması və antioksidant mənbəyi olması sayəsində kinoa; məqsədli qidalanma proqramlarında, qlütensiz və vegan qidalanma sahələrində tez-tez üstünlük verilir.

İstifadə sahəsi:

Əsas yeməklərin yanında plov kimi yeyə bilərsiniz. Mərci küftəsi və falafellə birlikdə hazırlayaraq qəbul edə bilərsiniz. İroq, poğaçə, ispanaqlı piroq və çörəklərin bişirilməsində istifadə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Bir stəkan qarışıq kinoanı ideal səviyyədə bişirmək üçün iki stəkan su əlavə etməlisiniz. Toxumun acitəhər dada sahib təbii qoruyucu təbəqəsi olan saponin qatını təmizləmək üçün məhsulu ilk növbədə yaxşıca yumalı və 15 dəqiqə suda saxlamalısınız.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



AĞ, QIRMIZI VƏ QARA KİNOA ÇEŞİDLƏRİNİN BİR YERƏ TOPLANDIĞI BU MƏHSUL İLƏ YEMƏKLƏRİNİZƏ LƏZZƏT QATA BİLƏRSİNİZ.

QARA ÇİA TOXUMU
BLACK CHIA

Faydaları:

Təmin etdiyi faydalar səbəbindən çia toxumu, çəki atmağa kömək edən pəhrizlərdə tez-tez istifadə edilir. Veqan qidalanma zamanı ət məhsullarının əvəzinə qəbul edilə bilən çia toxumu güclü alternativdir.

İstifadə sahəsi:

Supplarınızın qatılıq və ləzzətini artırmaq məqsədilə istifadə edə bilərsiniz. Xəmir xörəkləri hazırlayarkən xəmirin daha yaxşı yoğrulmasını və daha yumşaq tutarlılıq təmin etmək üçün istifadə edə bilərsiniz. Ayran, qatıq, səhər yeməyi üçün simit, meyvə salata, müsli, qranola və s. qidalara əlavə edə bilərsiniz.

İstifadə Miqdarı:

Standart qidalanma zamanı çia toxumunun tövsiyə olunan qəbul miqdarı 25 qram (9 qram lif) olduğu halda ketogenik (aşağı karbohidratlı) qidalanmada daha artıq ola bilər.



YÜKSEK LİF



GLUTENSİZ



FAYDALI OMEQA-3 YAĞLARI VƏ YÜKSƏK LİF TƏRKİBLİ SEVİLƏN LƏZZƏT!