

детский выпуск

Рецепты СТО



ЗАВТРАКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ

СЫРНИКИ,
ГЕРКУЛЕСОВАЯ КАША

GASTROPORT

НОВОЕ ЗАВЕДЕНИЕ
В ЦЕНТРЕ ГОРОДА

ГОСТЬ НОМЕРА:
ДОКТОР ЛЕНА



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ
ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ



РЕЦЕПТЫ «СДЕЛАНО В ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ»

Сегодня, в Международный день защиты детей, мы хотели бы поговорить о том, что действительно важно и значимо - как вкусно и полезно накормить наших малышей. В этом выпуске мы собрали множество рецептов, которые помогут ответить на этот вопрос. А взрослым мы предлагаем отправиться в гастрономическое путешествие по вкусам мира и познакомиться с блюдом паназиатской кухни от шеф-повара корнера Foodji Максима Федотова, ставшего гостем нашего нового видео-выпуска «Рецепты СТО».

«Сделано в Тульской области» — это уникальная по своему содержанию и масштабу программа поддержки производителей пищевой и сувенирной продукции, сельскохозяйственных кооперативов и фермеров, осуществляющих свою деятельность на территории Тульской области.

В ЭТОМ НОМЕРЕ:

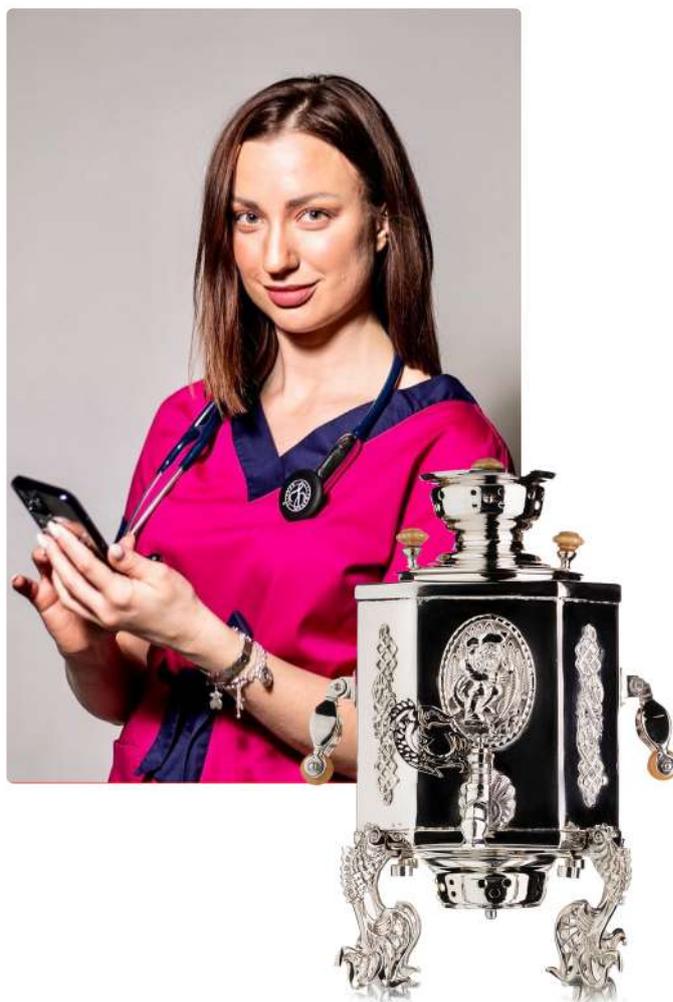
- 5** Рецепт печенья «Гнёзда»
- 7** Участник СТО: «Черный хлеб»
- 8** Бестселлеры месяца «Отруби Elmika»
- 9** Участник СТО: Тульский молочный комбинат
- 11** Чем полезен березовый квас?
- 12** Участник СТО: Суворовские конфеты
- 13** Тульская комбуча покоряет жителей города
- 14** Готовим легкий завтрак
- 15** Путешествуем по кухням мира — Жареный рис татаки из говядины
- 17** Новое заведение Тулы — Gastroport

19 Рецепт «СТО» — сырники

20 Рецепт «СТО» — геркулесовая каша

- 22** Знакомим с новым участником программы «Придворный Фабриканть»

23 Интервью с гостем номера — Доктор Лена





«В феврале этого года программа «Сделано в Тульской области» стала доступна не только для производителей пищевой продукции и напитков, но и для сувенирной продукции. И в этом номере мы начинаем знакомить читателей с новыми участниками программы»

Романов Вячеслав Михайлович
Министр промышленности и торговли Тульской области

ГОТОВЬТЕ С ЛЮБОВЬЮ! ГОТОВЬТЕ ИЗ ТУЛЬСКИХ ПРОДУКТОВ!

ПЕЧЕНЬЯ «ГНЁЗДА»

Замечательный рецепт печенья, который украсит любой праздничный стол! Готовится легко, можно подключить детей для выдавливания теста, им очень понравится.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Время приготовления - 30 минут

- * яйцо - 1 шт
- * масло сливочное - 40-50 гр
- * сахар - 1.5 ст.л.
- * овсяная мука «Чёрный хлеб» - 5-8 ст.л.
- * сода - 1/2 ч.л.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1** Масло растереть с сахаром и яйцом, добавить соду и постепенно подмешать муку. Замесить плотное тесто.
- 2** Нити из теста выдавливать через чесночничную давку, 2 порции соединить между собой, придав форму гнезда.
- 3** Выпекать на медленном огне 10 минут, остудить и переложить на блюдо. Украсить на ваш выбор - глазурью, конфетками, шоколадным драже, мармеладом и присыпать сахарной пудрой.





Компания «Черный Хлеб»

производит пятнадцать видов сертифицированной БИО-муки, но больше всего гордится цельнозерновой: из ржаной удастся хлеб и бездрожжевые лепёшки, из спельты и полбы — блины и оладьи, из овсяной и пшеничной можно испечь печенье, а из ячменной выходят оригинальные кексы. Муку тонкого и особо тонкого помола мы тоже любим, но она более калорийна, поэтому советуем использовать её по особым случаям — в воскресной или праздничной выпечке.



hlebio.ru



chernykhleb

БЕСТСЕЛЛЕРЫ МЕСЯЦА

Мы понимаем, как важно в современном мире правильное питание. Компания «ЭЛЬ-ПРО» под торговой маркой «Elmika» изготавливает диетическую продукцию только из натуральных ингредиентов.

1. Отруби ржаные с морской капустой | 200 гр
2. Отруби ржаные бородинские | 230 гр
3. Отруби овсяные с расторопшей | 200 гр



ТУЛЬСКИЙ МОЛОЧНЫЙ КОМБИНАТ

ПРОДУКЦИЯ С ПОЛОК ЛЮБИМЫХ
МАГАЗИНОВ



Мягкий творог «Бежин луг» «Вишня-Черная смородина-Ежевика», является уникальным продуктом, в котором сохранены сывороточные белки и множество других важных для организма человека веществ благодаря особой технологии ультрафильтрации. Поэтому этот продукт будет крайне полезным, особенно детям.

Мягкий творог «Бежин луг» с наполнителем «Манго-Персик» изготавливается посредством современной технологии ультрафильтрации, что делает его особо полезным. А основа из натуральных ягод создаёт отличный вкус, который обязательно понравится детям.

Мягкий творог «Бежин луг» «Личи», является уникальным продуктом, в котором сохранены сывороточные белки и множество других важных для организма человека веществ благодаря особой технологии ультрафильтрации. Поэтому этот продукт будет крайне полезным, особенно детям.



[club20993240](https://vk.com/club20993240)



tulamilk.ru



tulamilk.ru

ПРОДУКЦИЯ С ПОЛОК ЛЮБИМЫХ МАГАЗИНОВ

Инновации для здоровья нации



ТУЛЬСКИЙ БЕРЕЗОВЫЙ КВАС - «БРАГИН ВЕРХ»



Березовый квас - полностью натуральный продукт, без красителей и консервантов. Способствует усилению обменных процессов, очищению сосудов, оказывает положительное влияние на микрофлору кишечника, улучшает умственную и физическую работоспособность. Длительный срок хранения обусловлен исключительно природными процессами брожения, уникальным составом сока и пониженным температурным режимом.

Произведен без термической обработки, без применения термофильных дрожжей, путем естественного брожения, что позволило максимально сохранить полезные свойства березового сока.

«У нас своя технология, которая совершенствовалась годами. Основа в квасе – 100% натуральный березовый сок. Мы не обрабатываем его термически, это очень важно, а также мы не используем термофильные дрожжи, только дикие природные. Так что продукт полностью природный. Мы гордо носим звание «Тульский березовый квас» и заявляем, что аналога ему в России нет.

У «Тульского кваса» 12 вкусов. Необычные вкусовые оттенки напитку дают натуральные ингредиенты – сосновые шишки, хрен, мята, крапива и другие», - говорит Александр Сулеин, основатель марки «Брагин Верх».

Березовый квас - семейный проект, который возрождает утраченные русские традиции, ремесленный продукт.



Уже три года напиток значится в гастрономической карте Тульской области, он вошел в издание «Попробуйте Тулу на вкус» и стал участником программы «Сделано в Тульской области».

Квас можно приобрести в павильоне в начале ул. Metallistov 1, Фермерский домик



tula_bereza_kvas



berezovi_kvas

Кредо предприятия — выпускать сладости с заботой о здоровье покупателей, поэтому исходным сырьем для конфет стали разнообразные орехи со всех континентов, сухофрукты, экзотические цукаты, семена, сублимированные ягоды, специи.

- 1 Конфеты ручной работы
- 2 Полезный шоколад
- 3 Фрукты, орехи, желе в шоколаде и йогурте
- 4 Шоколад ручной работы
- 5 Шоколадные фигурки



Что такое Комбуча?

Комбуча — хорошо забытое старое в новом формате.

Почему именно KOMBUCHA LAVA SUPER FOOD?

Наша комбуча ферментируется в естественных условиях. Изготавливается по исключительно оригинальному рецепту, что обеспечивает безупречный вкус.

Целиком и полностью состоит из живых культур.

В составе каждого вкуса чай, который естественным образом улучшает настроение, богат витамином P, а также является великолепным тонизирующим и повышающим работоспособность напитком.

СОСТАВ ПОЛОН ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ БАКТЕРИЙ, ВОССТАНАВЛИВАЮЩИХ МОЛЕКУЛ БЕЛКА И ИСЦЕЛЯЮЩИХ АНТИОКСИДАНТОВ. ПОЛНОСТЬЮ НАТУРАЛЬНЫЙ, НЕ ПАСТЕРИЗОВАННЫЙ И ГАЗИРОВАННЫЙ ЗА СЧЁТ ЕСТЕСТВЕННОГО БРОЖЕНИЯ НАПИТОК.



ГОТОВИМ ЛЕГКИЙ ЗАВТРАК ЗА 60 СЕКУНД

Жареный персик и арахисовая паста

1. Разрежьте персик и удалите косточку.
2. Поставьте сковороду-гриль на средний огонь.
3. Пожарьте персики 3-4 минуты, положив их внутренней стороной вниз.
4. Оставьте остыть. Затем нарежьте пожаренные половинки персиков тонкими ломтиками.
5. Намажьте на ломтик хлеба арахисовую пасту и разложите сверху ломтики персика. Закройте вторым ломтиком хлеба.
6. Смажьте внешние стороны бутерброда сливочным маслом.
7. Пожарьте бутерброд на сковороде-гриль в течение 2-3 минут до появления золотистой корочки.



Арахисово- банановый смузи

Ингредиенты

- Банан – 1 штука
- Молоко – 125 мл
- Натуральный йогурт – 60 г
- Арахисовая паста – 1,5 ст. л.

Взбейте все ингредиенты в блендере. Легкий смузи подойдет для быстрого завтрака или перекуса.

В смузи можно добавить любую арахисовую пасту KRODO:

- натуральная, 250 г/400 г
- натуральная с кусочками арахиса, 250 г/400 г





foodji

Партнер
видео-рецепта
СТО

ЖАРЕННЫЙ РИС С ТАТАКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПОД СОУСОМ КАЛЬБИ

Словом «татаки» называют японский способ приготовления мяса или рыбы, когда их лишь быстро обжаривают снаружи, после чего нарезают ломтиками, маринуют и подают с соусом.

По преданию, японцы придумали этот рецепт, адаптировав манеру жарить мясо на гриле, которую подсмотрели у европейцев, живших в Нагасаки.

GASTROPORT,
пр-т Ленина, 17
ТК «Парадиз», 4 этаж



foodji.asia



Gastroport — новая гастрономическая достопримечательность г. Тулы. Объединившая 20 лучших мировых кухонь под одной крышей. Окунитесь в калейдоскоп цветов и ароматов, кухонь и культур мира, традиций и обычаев разных народов, а также свежих и смелых вкусовых идей!

Каждый день здесь — праздник, особенный, аутентичный и неповторимый Гастрономические фестивали и «битвы поваров», винные вечеринки и авторские шеф-курсы. лекции и игротеки, спортивные трансляции и арт-проекты.





ГАСТРО
ПОРТ

«Мы не кричим всем, что мы лучшие.
Мы делаем всё, чтобы каждый
сделал это сам!»



пр. Ленина, 17, 4 этаж



tula.gastroport



gastroport-tula.ru

СЫРНИКИ

- Творог зернистый 500 гр
- Яйцо куриное 2 шт
- Мука или манка 60 гр
- Сахар 20 гр



Творог предварительно протереть через мелкое сито, добавить соль, сахар, яйца, муку или манку, тщательно перемешать, готовую массу выкладывать на разогретую сковородку небольшими порциями, обжарить с двух сторон на средней температуре до готовности.

ГЕРКУЛЕСОВАЯ КАША

- Овсянка 60 гр
- Молоко 200 мл
- Сахар 10 гр
- Масло сливочное 20 гр
- Ягоды/фрукты 15 гр

A close-up photograph of a light blue ceramic bowl filled with oatmeal porridge. The porridge is topped with several fresh raspberries and blueberries. A thin red line is drawn across the image, curving around the bowl.

Влить в сотейник молоко 200 мл и нагреть не доводя до кипения, добавить соль, сахар по вкусу, затем всыпать овсянку и готовить на малом огне 10-15 минут до готовности. Готовую кашу оформить сливочным маслом, ягоды, фрукты по вкусу.

«НАРАДА» — ЗДОРОВЬЕ В РАДОСТИ ВКУСА!

Зерновые хлопья Нарادا – продукт без пищевых добавок и генно-модифицированных организмов. В процессе производства зерновые хлопья сохраняют все природные витамины и микроэлементы, а также пищевые волокна и незаменимые аминокислоты.

Состав овсяных хлопьев

В овсяных хлопьях много углеводов, полезного белка и жира, в состав которого входят насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты; есть пищевые волокна, крахмал – их тоже много; витамины – РР, Е, группы В, Н; минералы – калий, магний, фосфор, кальций, сера, хлор, натрий, марганец, железо, цинк, йод, медь, фтор, кобальт.

Здоровье в радости вкуса! - это девиз нашего предприятия, миссия которого – дарить нашим клиентам силу здоровья через радость вкуса хлопьев Нарادا.

Овсянка обладает многими лечебными свойствами: предупреждает нервные расстройства, устраняет слабость и депрессию, смягчает и лечит воспалённую кожу, предотвращает развитие туберкулёза – в ней много кремния, и туберкулёзные палочки от этого ослабевают; стимулирует работу половых органов, щитовидной железы, поддерживает в норме гормональный фон; снижает количество общего холестерина в крови; помогает больным сахарным диабетом, предотвращая резкое повышение уровня сахара; выводит некоторые тяжёлые металлы; укрепляет костную и мышечную ткань и т.д.



[naradarussia](https://www.instagram.com/naradarussia)



tulamelzavod.ru

НОВЫЙ УЧАСТНИК ПРОГРАММЫ «СТО»

ПРИДВОРНЫЙ ФАБРИКАНТЪ



Самовар – это один из символов Тулы, традиционный вид продукции тульской металлообрабатывающей промышленности уже более двухсот лет.

Мастерская художественного литья «Придворный фабрикант» - уже более 10 лет занимается производством эксклюзивных коллекционных самоваров и сувениров из латуни и меди.

Ассортимент продукции предприятия, помимо эксклюзивных коллекционных самоваров, включает походные самовары, сувенирные самовары с применением в декорировании техники художественной эмали, сувенирные мини-самовары с использованием техники художественного литья. Так же используется разнообразные методы металлообработки: гальванопластика, применение листогибочного пресса, литье, ручная гравировка, золочение, никелирование. Все деревянные комплектующие выполняются из ценных пород дерева путем ручной токарной обработки.

Мастерская художественного литья «Придворный фабрикант» может изготовить сувениры с символикой вашей компании или в качестве корпоративных подарков к любому празднику.

 [samovar.suvenir](https://www.instagram.com/samovar.suvenir)

 г. Тула ул. Демидовская д.67



ДОКТОР ЛЕНА

Героиню нашего нового видео-выпуска «Рецепты СТО» знают все родители Тульской области. И неудивительно, ведь это самый известный педиатр, пульмонолог и заведующая приемным отделением 1 БСМП им. Д.Я. Ванькина Елена Викторовна Никифорова, или доктор Лена. В своем личном блоге в инстаграм @doctor_lenaa Елена делится с родителями профессиональными советами по лечению и профилактике различных заболеваний, простым и понятным родителям языком донося медицинские истины, основанные на научных исследованиях.

В преддверии Международного дня защиты ребенка мы поговорили с Еленой о детях и не только.

Лена, как ты пришла в медицину?

— В моем случае это была рекомендация семьи. Дедушка четко определил приоритеты, в общем-то, так и поступили, о чем ни разу не жалею и до сих пор благодарна ему.

Настоящий врач, он какой?

— Хороший вопрос! Ну, во-первых, настоящий врач никогда не перестает учиться и повышать квалификацию, постоянно профессионально развивается и следит за новостями медицины. А она не стоит на месте. А во-вторых, для меня важно не только поставить диагноз и назначить лечение, но и сделать все возможное, чтобы ребенок был здоров.

Какая наиболее актуальная и обсуждаемая тема сегодня в медицинском сообществе?

— Ни для кого не секрет, как и во всем мире, в медицине сейчас на повестке дня вакцинация и ее необходимость. Для меня, как для врача, вопрос выбора не стоял, я и моя семья вакцинировались, как только это стало возможным.

**МОЙ ПРИНЦИП
— ОГРОМНАЯ
РОДИТЕЛЬСКАЯ
ЛЮБОВЬ, НО
БЕЗ
ФАНАТИЗМА!**

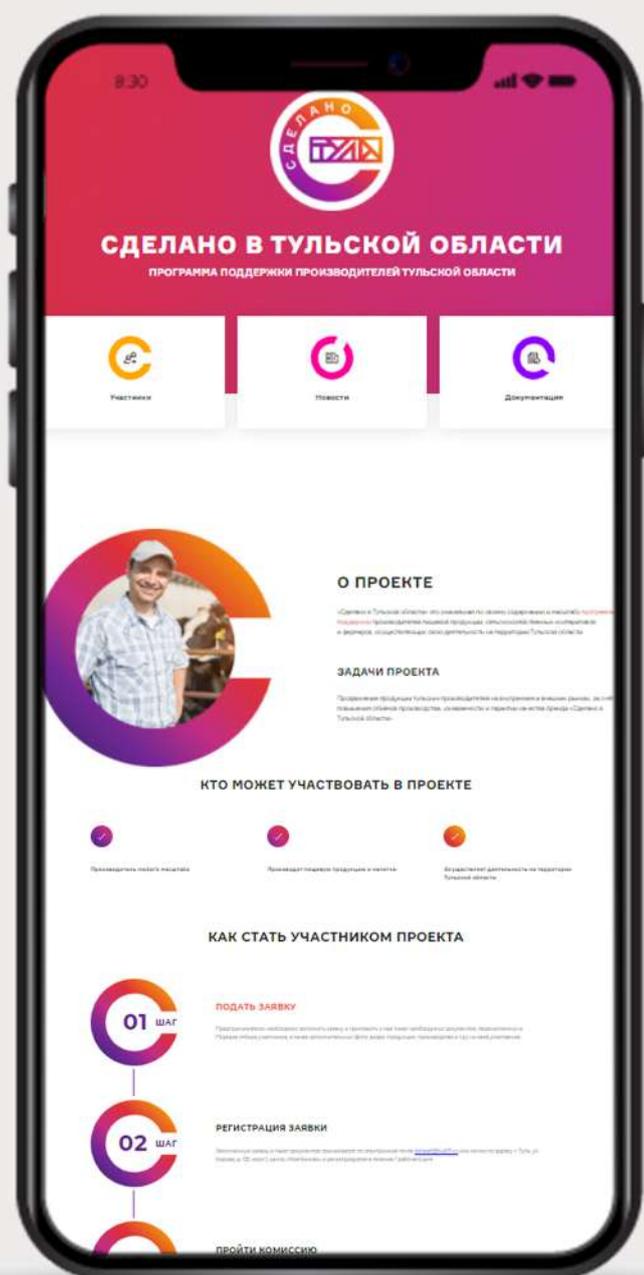


ЕЛЕНА НИКИФОРОВА
ПЕДИАТР, ПУЛЬМОНОЛОГ, ЗАВЕДУЮЩАЯ ПРИЁМНЫМ ОТДЕЛЕНИЕМ
ГУЗ «ТУЛЬСКАЯ ГОРОДСКАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА СКОРОЙ
МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ИМ. Д.Я.ВАНЬКИНА»



DOCTOR_LENAA

«СДЕЛАНО В ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ» — СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!



Подписывайтесь на нас в социальных сетях:

УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ О ПРОГРАММЕ И О ЕЕ УЧАСТНИКАХ!

НЕ ПРОПУСКАЙТЕ ИНТЕРЕСНЫЕ ЯРМАРКИ И НОВЫЕ ВИДЕО-РЕЦЕПТЫ!



SDELANOTULA



SDELANO_TULA



SDELANO_TULA

ООО «АгроПром»
ООО ПКФ «КРОДО»
ИП Парамонов Юрий Валентинович
ООО «Торговый Дом «Богучарово-Маркет»
ООО Тульская кондитерская фабрика «Пряничная столица»
ООО «Граф Суворов»
ООО Агроцентр «Русская нива»
ООО «Торговый дом «Медовые традиции»
ООО «ТПК «Старые Традиции»
ЗАО «Черока»
ООО «Суворовские конфеты»
АО «Тульский молочный комбинат»
ООО «Перепелкины и Жоевъ»
ООО «Ефремовский хлебозавод»
ООО «Традиции Белёва»
ООО «Боярские сладости»
ИП Кюлян Ашот Хачикович
ООО «Пищевик»
ООО «Белевская пастила»
ООО «Торговый Дом «Пряничный город»
ООО «Русские традиции»
ИП Сулеин Александр Николаевич
ООО «Производственная Компания «Вотерхаус»
ООО «Первый купажный завод»
ООО «ЛЕДА»
ООО «Торговая Компания «Белевский эталон»
ООО «ЕКФ «Сластена»
Потребительское общество Хлебокомбинат
Производственный кооператив «Ясногорский хлебозавод»
ИП Шехватов Владимир Юрьевич
ООО «Белевские сладости»
ООО «Болоховский хлебозавод»
ООО «Лье»
ООО «М-ГРУПП»
ООО «Белёвский десерт»
ООО «Тульский хлебокомбинат»
ООО «Дубенский хлеб»
ООО «Черный хлеб»
ООО «Кондитерская Фабрика Тулячка»
ООО «Сладкий дом»
ОАО «Алексинский мясокомбинат»
ООО «МиниШеф»
ИП Тимохин Юрий Аркадьевич
ИП Улитин Владимир леонидович
ООО «Тульский винокуренный завод 1911»
ООО «Заокский хлеб»
ООО «Сладкий край»
ООО «Прощёный колодец»
Плавское РАЙПО
ИП Мельникова Оксана Александровна

ООО «ТОРГ-М»
ООО «Мингазвода»
ООО «Водносоковая Компания»
ООО «Агрофармтрест»
ИП Сигин М. В.
ООО «НИКА-М»
ООО «РОДНИКОВОЕ ПОЛЕ»
ООО «РОССИНИ»
ООО «Юнилевер Русь» Филиал г. Тула
ИП Полякова Ирина Анатольевна
ООО «Спар Тула»
ООО «Тульский Мясокомбинат»
ЗАО «Краснобор»
ОАО «Воловский молочный завод»
ООО «Авангард»
ООО «Белевский продукт»
СППК «Тульская Ягодная Компания»
ЗАО «КФ «Старая Тула»
ИП Соболева Наталия Витальевна
ООО «Белевская кондитерская мануфактура»
ООО «Энергия»
ООО «Эль-Про»
ООО «Шоколадница»
АО Птицефабрика «Тульская»
ЗАО «Новомосковский мелькомбинат»
ООО «ДС»
ООО «Новогуровский молочный завод»
ООО Ордена Ленина племзавод «Новая жизнь»
им. И.М. Семенова
ООО "ПХ "Лазаревское"
ООО МАТЯШ
ООО «ОРГАНИК»
ООО «Максим Горький Плюс»
ООО «СП Рассвет»
ООО «Возрождение»
ООО «Сабуровский комбинат хлебопродуктов»
ОП «Тульское»
ООО «Вкус»
ООО «КФ "АЛКИОН»
ООО «Тульский поставщик»
ООО «АДС»
ООО «Тульский Пионер»
ООО «Тульская самоварная фабрика «Придворный фабрикант»
ООО «КВАТТРО»
ООО «Тульская Гармонь»
ИП Дмитриев Андрей Викторович
КФХ Толкачев Николай Николаевич
КФХ Зубков Михаил Григорьевич
ИП Шкретий Людмила Ивановна
ИП Мальцева Лилия Александровна

СТО

Угасмншкш

98



Хотите стать участником программы? Вся необходимая информация на сайте — мойбизнесула.рф в разделе «Сделано в Тульской области».

Задать вопрос можно по бесплатному телефону:
8 800 600 777 1

Анастасия Таратынова

Над номером работали:

Полина Пшик

Юлия Шляхова