БЫСТРОНОМ

Медовая жизнь
стр. 2

Вокруг света
стр. 12

Умные игрушки
стр. 34

Акция
А
стр. 20–33

Медовая жизнь

Мед — мощный энергетик, иммуномодулятор, полезное лакомство и уникальный ингредиент кулинарии.

Существует цветочный мед и падевый — полученный из «медвяных рос» (сахаристых выделений растений). Цветочный мед разделяется на монофлерный и полифлерный. Первый получают с одного цветка-медоноса — это липовый, гречишный, акациевый и другие сорта меда, а второй — «сборный»: луговой, горный, фруктовый, степной и прочие. Все сорта отличаются по вкусу, цвету, аромату и полезным свойствам.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Топ-5 самых популярных и полезных медов

1. Липовый — победитель простуд

Цвет: белый или светло-янтарный, реже — прозрачный, зеленоватый или желтоватый.
Вкус: очень сладкий, с приятным запахом.
Польза: прекрасно справляется с простудой, кашлем и даже ангиной. Имеет бактерицидные свойства, заживляет ожоги и гнойные раны.

2. Гречишный — тонизирует организм

Цвет: от светло- до темно-коричневого.
Вкус: терпкий, с характерным ярким ароматом.
Польза: рекомендуется при проблемах с желудочно-кишечным трактом, язве желудка, авитаминозе. Укрепляет сердечную мышцу, восполняет дефицит железа.

3. Донниковый — для здоровой печени

Цвет: белый, бежевый или светло-янтарный.
Вкус: нежный, с тонким запахом ванили.
Польза: хорошо зарекомендовал себя в лечении гнойно-воспалительных процессов, а также сердечно-сосудистых заболеваний и дисфункции щитовидной железы. Прием 1-2 чайных ложек такого меда способствует избавлению от проблем с печенью.

4. Цветочный (разнотравье) — ускоряет метаболизм

Цвет: золотистый или желтый, иногда — янтарный, при засахаривании светлеет.
Вкус: сладкий, с цветочным послевкусием и легким ароматом цветов.
Польза: Тонизирует организм, ускоряет метаболизм, полезен при нервных расстройствах, омолаживает и активно питает кожу и волосы.

5. Горный — антистресс

Вкус, цвет и запах разнятся и зависят от места сбора меда.
Польза: объединяет десятки видов трав и цветов (в том числе и лекарственных), поэтому быстро поднимает иммунитет, борется с усталостью, избавляет от депрессий, а также оказывает спазмолитическое действие.

Спецпредложение для лакомок

Ореховый мед. Так называют не только продукт, собранный пчелами на ореховых плантациях, но и лакомство, в которое добавлены орехи. Особенно вкусен и полезен мед с фундуком, кешью, миндалем, грецкими или кедровыми орехами.

Классические медовые пряники

Ингредиенты:
- ***Мед — 300 г***
- ***Мука — 450 г***
- ***Яйцо — 1 шт.***
- ***Сливочное масло — 1 ст. л.***
- ***Пищевая сода — 1/2 ч. л.***
- ***Ваниль, корица, гвоздика — по вкусу***

На небольшом огне подогреть мед, масло и пряности, постоянно помешивая. Остудить, смешать с мукой и разрыхлителем, добавить яйцо. Все хорошо перемешать и выставить на холод на два часа. Затем тесто раскатать и вырезать пряники. Выпекать 8–10 минут при температуре 180 °С.

Мед в кулинарии — и на десерт, и к мясу

Медовый маринад — идеальный способ предварительной обработки мяса, птицы и рыбы. Если эти продукты обмазать медом перед приготовлением и дать полежать несколько часов, готовое блюдо сможет похвастаться золотистой корочкой и особым ароматом. Мед для маринада можно использовать как в чистом виде, так и с добавлением пряностей и специй: имбиря, лука, чеснока, мяты, кориандра, цедры цитрусовых.

Важно помнить, что мед намного слаще сахара, поэтому добавлять его в десерты и кондитерские изделия надо в два раза меньше. Кстати, мед отлично удерживает влагу в выпечке, поэтому сдоба, приготовленная на меду, долго не черствеет.

Приятного аппетита!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Горячие и горячительные

Пригласите в гости друзей и приготовьте вместе горячие алкогольные коктейли — такие напитки поднимут настроение и согреют в промозглую осеннюю погоду.

Давайте пуншевать!

Рецепт пунша был привезен из Индии английскими моряками в середине XVI века. Интересно, что в самом название коктейля «зашифрован» его рецепт. Слово «пунш» (pantscha — «пять» на хинди) обозначает количество обязательных компонентов напитка: чай (или вода), ром, сок, сахар и специи. Став популярным в Европе, коктейль начал активно видоизменяться: появились рецепты холодных и горячих пуншей, вариации с пивом, вином и элем, а также молочные, кофейные и даже огненные напитки. Пунш было принято подавать осенью и зимой на светских мероприятиях — маскарадах и балах. А в России в XVIII веке появился даже глагол «пуншевать», обозначающий процесс распития пунша в приятной компании.

Пунш с апельсином и лимоном

- ***Лимоны — 2 шт.***
- ***Апельсины — 2 шт.***
- ***Белое сухое вино — 0,75 л***
- ***Сахар — 250 г***
- ***Вода — 1 л***
- ***Ром — 0,5 л***
- ***Гвоздика — 8 бутонов***
- ***Корица — 2 палочки***
- ***Мускатный орех — 1/2 ч. л.***

Отжать сок из цитрусовых, добавить к нему вино, сахар и специи, хорошо перемешать. Дать настояться один час, затем смесь подогреть, влив в нее горячую воду и ром. Готовый пунш перемешать и подавать в кружках, украшенных дольками апельсина и лимона.

Продолжение на стр. 6

ВАЖНО!

Идеальная температура согревающих напитков — 60–70 °С, поэтому все горячие коктейли подавайте в посуде из стекла или керамики с толстыми стенками.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

СБЕР МАРКЕТ

Доставим свежие продукты домой в день заказа

sbermarket.ru

На правах рекламы.

Загрузите в App Store

ДОСТУПНО В Google Play

Юр. Адрес Россия, 119180 г. Москва, 2-й Казачий пер. д. 11 стр. 2, эт. 2, помещение 1, комната No 10.
ОГРН 1187746494980 от 22.05.2018

12+

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Яблоко задора

Яблоки — настоящий символ щедрой урожайной осени. Когда за окном холодно, а от завывания ветра стынет кровь, приятно укутаться в уютный плед и насладиться оригинальными коктейлями с богатым яблочным ароматом.

Горячий яблочный сидр

- ***Яблоко — 1 шт.***
- ***Бадьян — 1 звездочка***
- ***Корица — 2 палочки***
- ***Гвоздика — 6 бутонов***
- ***Мед — 4 ст. л.***
- ***Яблочный сидр — 1 л***

Перелить сидр в большую кастрюлю, добавить мед и специи. Подогреть на медленном огне, не доводя до кипения, в течение 10 минут. Добавить нарезанное яблоко и нагревать, пока оно не станет мягким. Разлить напиток по кружкам или бокалам и подавать теплым.

«Шерсть ягненка»

- ***Горячий эль — 1 л***
- ***Запеченные яблоки — 6 шт.***
- ***Мускатный орех — 1/2 ч. л.***
- ***Тертый имбирь — 1/2 ч. л.***
- ***Сахар — 1 ст. л.***

С помощью блендера сделать пюре из мякоти печеных яблок. В кувшине смешать горячий эль, имбирь и сахар, добавить яблочное пюре и подогреть, не доводя до кипения, в течение 10 минут. Снять с огня, разлить по чашкам и посыпать мускатным орехом.

Тодди для леди

Этот горячий коктейль британского происхождения делают из чая с добавлением трав, пряностей, сахара и крепкого алкоголя. Считается, что тодди был придуман специально для женщин, которым вкус чистого виски казался слишком резким.

Классический тодди

- ***Виски — 300 мл***
- ***Мед — 10 ст. л.***
- ***Сок 2 лимонов***
- ***Чайная заварка — 3 ч. л.***
- ***Вода — 1,5 л***
- ***Корица — 1 палочка***
- ***Гвоздика — 6 бутонов***
- ***Мускатный орех — 1/2 ч. л.***
- ***Лимонная цедра — для украшения***

В емкость положить мед, залить виски и лимонным соком. Отдельно заварить чай с пряностями, настоять 10–15 минут, процедить и добавить к смеси с алкоголем. Перемешать, нагреть и подавать горячим.

Кстати, чтобы приготовить альтернативную версию тодди, используйте зеленый чай и «хвойный» компонент: вместо виски возьмите джин, а гвоздику, мускат и корицу замените розмарином и несколькими ягодами можжевельника.

Согревайтесь с удовольствием!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

УМЕРЕННОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Лови!

Новосибирская птицефабрика

СКИДКИ В ОКТЯБРЕ

ВЕТЧИНА
Нежная

99,90 РУБ./ ШТ.

ВАРЕНАЯ КОЛБАСА
Докторская
С МЯСОМ ЦЫПЛЕНКА БРОЙЛЕРА

109,90 РУБ./ ШТ.

ЗЕЛЬЦ
по-Домашнему

129,90 РУБ./ ШТ.

На крыльях вкуса

Крылышки с хрустящей корочкой или в панировке — идеальное блюдо: они быстро готовятся и всегда получаются очень вкусными.

Рецептов приготовления аппетитных куриных крыльев существует великое множество и в европейской, и в азиатской кухнях. Их жарят на сковороде и на гриле, запекают в духовке и на шпажках, обсыпают специями и подают с разнообразными соусами.

Маринады и специи

Крылышки можно жарить сразу или замариновать перед приготовлением, чтобы кушанье получилось еще сочнее и вкуснее. Если времени у вас немного, то используйте маринад с уксусом. Для того чтобы подготовить крылышки таким способом, потребуется не больше пары часов. Крылья в более «медленных» маринадах — соевом соусе, кефире, пиве или соке — можно смело оставлять в холодильнике на 6–12 часов.

Разумеется, любой маринад надо сдобрить пряностями и приправами. Кроме соли и перца, для крылышек идеально подойдут:

- чеснок и имбирь;
- розмарин и паприка;
- кориандр и зира;
- тимьян, розмарин и шалфей;
- лимонный сок и итальянские травы.

Тонкости приготовления

* Перед приготовлением обязательно уберите излишки маринада, выкладывайте крылья в один слой не слишком плотно друг к другу — так они прожарятся равномерно и аппетитно подрумянятся.

* При приготовлении на решетке обязательно смажьте крылышки растительным маслом — так они не подгорят.

* Любители курочки в панировке рекомендуют сначала отваривать крылья, а потом, отбавляв их в смеси молотых сухарей и кукурузных хлопьев, отправлять в кипящее масло.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Крылышки в апельсиновом соусе

Ингредиенты:

- ***Куриные крылышки — 18–20 шт.***
- ***Апельсины — 2-3 шт.***
- ***Чеснок — 6 зубчиков***
- ***Соевый соус — 4 ст. л.***
- ***Коричневый сахар — 1 ст. л.***
- ***Соль — 1,5 ч. л.***
- ***Черный перец — 1/2 ч. л.***

Смешайте сок апельсинов с их цедрой, измельченным чесноком, соевым соусом, сахаром, солью и перцем. Положите в смесь крылья и тщательно перемешайте, затем выложите мясо на противень. Полейте их частью соуса и запекайте в разогретой до 200 °С духовке 20 минут. Переверните крылышки, полейте оставшимся соусом и готовьте еще 10 минут.

Медово-горчичные крылышки

Ингредиенты:

- ***Куриные крылышки — 18–20 шт.***
- ***Острая горчица — 130 г***
- ***Мед — 170 г***
- ***Сливочное масло — 4 ст. л.***
- ***Лимонный сок — 2 ст. л.***
- ***Куркума — 1/4 ч. л.***

Смешайте в кастрюле горчицу, мед, масло, лимонный сок и куркуму. Помешивая, доведите до кипения. Затем выложите крылышки на противень, покрытый фольгой, и полейте приготовленным соусом. Запекайте в разогретой до 200 °С духовке 20 минут с каждой стороны.

Хрустящие «сырные» крылышки

Ингредиенты:

- ***Куриные крылышки — 10–12 шт.***
- ***Сливочное масло — 120 г***
- ***Чеснок — 2 зубчика***
- ***Панировочные сухари — 100 г***
- ***Твердый сыр — 50 г***
- ***Соль — 1/2 ч. л.***
- ***Черный перец — 1/4 ч. л.***

Смешайте растопленное масло и измельченный чеснок. В другой миске соедините сухари, натертый сыр, соль и перец. Сначала обмакните крылышки в масло, затем обваляйте в сырной смеси. Выложите на покрытый пергаментом противень и выпекайте около часа при температуре 180 °С.

Приятного аппетита!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Охлаждённое мясо в «Быстрономе»

БЫСТР::НОМ
СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
мясной цех

ГАРАНТИЯ СВЕЖЕСТИ БЫСТР::НОМ

Наличие продукции уточняйте в магазинах. Ждем вас в супермаркетах «Быстроном» по адресам: ул. Островского, 200; ул. Никитина, 114; ул. Пермитина, 24; ул. Степная, 25; ул. Тюменская, 2; ул. Линейная, 114; пл. Маркса, 3 (ТЦ «Версаль»); ул. Немировича-Данченко, 145/2; ул. Инженерная, 5/1; ул. Первомайская, 57; г. Бердск, ул. Ленина, 6/1 (ТЦ «Астор»); г. Искитим, ул. Ленинградская, 19 а.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Запеченная свинина, сочное говяжье рагу с овощами, ароматный шашлычок, домашние котлетки, аппетитные отбивные и стейки, пельмени и манты, румяные мясные пироги, диетический куриный супчик — все это мясные блюда, любимые многими. Большинство вкуснейших угощений, которые моментально собирают вокруг стола всю семью, готовятся из мяса и птицы.

Свинина, говядина, курица и индейка ждут вас на прилавках супермаркетов сети.

Ежедневно мы получаем только самую свежую мясную продукцию. Строгий контроль за соблюдением санитарных норм, репутация наших партнеров и самое современное холодильное оборудование позволяют нам предлагать покупателям продукты, сохранившие все полезные свойства.

Наличие продукции уточняйте в магазинах. Ждем вас в супермаркетах «Быстроном» по адресам: ул. Островского, 200; ул. Никитина, 114; ул. Пермитина, 24; ул. Степная, 25; ул. Тюменская, 2; ул. Линейная, 114; пл. Маркса, 3 (ТЦ «Версаль»); ул. Немировича-Данченко, 145/2; ул. Инженерная, 5/1; ул. Первомайская, 57; г. Бердск, ул. Ленина, 6/1 (ТЦ «Астор»); г. Искитим, ул. Ленинградская, 19 а.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Вокруг света

Самый приятный способ открывать для себя культуры других стран — пробовать их гастрономические изыски. Сравниваем, что едят на завтраки, обеды и ужины в разных уголках мира.

США: день начинается с мюсли

Утро американца начинается с хлопьев, яичницы с беконом, а также тостов с джемом или арахисовой пастой. Обед, на который отводится около получаса, редко позволяет перекусить чем-то более существенным, чем гамбургер или сэндвич с тунцом. Зато к ужину в США готовятся основательно: на стол ставят суп, горячее с гарниром и несколькими видами соусов и десерты. Традиционные и любимые американцами блюда — запеченная в панировке курица, стейки, картофельное пюре и вареная кукуруза со сливочным маслом.

ГЕРМАНИЯ: дас ист фантастиш!

Молочные каши по утрам в Германии считаются пищей «старых да малых»: взрослое население предпочитает завтракать бутербродами, сладкой сдобой и тостами с разнообразными топингами. Далее следует обстоятельный немецкий обед. Немцы употребляют в пищу много свинины и различных мясных изделий — колбас, сосисок, сарделек и прочего. Мясные полуфабрикаты здесь не только идут как самостоятельные блюда, но и активно добавляются в супы и салаты. Популярны в Германии и овощи — капуста, морковь, сельдерей, картофель и спаржа. Также немцы обожают фрукты, густые компоты и ягодные десерты. Из прочих сладостей всеобщей любовью пользуются шоколад, мармелад, нуга и марципан.

ИТАЛИЯ: искусство в каждой тарелке

Итальянцам очень важно наслаждаться пищей, поэтому каждое итальянское блюдо борется за звание произведения искусства, даже если речь идет о чашке кофе. Кстати, кофе с молоком здесь пьют только на завтрак, в остальное время предпочитают черный. Основной прием пищи в Италии — ужин, трапеза начинается с небольшой закуски, на первое обычно готовят пасту, суп, рис или поленту (своеобразную кукурузную кашу). Затем идет «секондо», то есть основное блюдо, к которому обязательно подают тарелку овощей — «конторно».

Наличие товаров уточняйте в магазинах

БРАЗИЛИЯ: да здравствует карнавал и фейжоада!

Пожалуй, только завтрак в Бразилии обходится без мяса. Национальным блюдом Бразилии для обеда является фейжоада — густая похлебка со свининой и говядиной, которая варится в глиняном горшочке и подается с рисом. В качестве гарнира также едят ямс (корнеплод, похожий на картофель) или тапиоку (зернистый крахмалистый продукт). Бразильский ужин более легкий и может состоять из кофе, хлеба, сыра и ломтиков холодного мяса.

ЯМАЙКА: соленая треска и вареные бананы

В ямайской кухне смешались гастрономические традиции Испании, Великобритании, Африки, Индии и Китая. Главное местное блюдо — рис во всех видах и подачах, популярны также аки (местный фрукт с мякотью, по вкусу напоминающий творог и орехи) и соленая треска. Их едят и на ужин, и на завтрак с хлебом, горохом, жареными овощами и вареными зелеными бананами.

КИТАЙ: основательность во всем

Китайцы предпочитают основательный завтрак: лапшу, пельмени с начинкой из мяса или овощей, рисовую кашу, фаршированные блинчики и горячее соевое молоко. Чтобы сэкономить дневное время большинство китайцев обедают в кафе, заказывают доставку или берут контейнеры с обедом с собой. Традиционный ужин включает несколько перемен блюд. Это может быть и утка по-пекински, и пельмени сяо лун бао, и лапша чоу фан с морепродуктами или мясом, и фрикадельки из рубленых креветок и яичной лапши в бульоне вонтон, и похожее на фондю жаркое. Еда подается с рисом, соевым соусом, уксусом или острым перечным маслом.

Продолжение на стр. 14

Наличие товаров уточняйте в магазинах

ИНДИЯ: в большой семье — большой поднос

Кулинарные традиции Индии очень разнообразны, поэтому говорить о единой индийской кухне практически невозможно. Традиционное блюдо, которое готовят как в кафе, так и дома на обед, — тхали. С хинди это переводится как «большая тарелка» или «поднос». На круглый большой поднос накладывается горка риса, а вокруг нее ставятся небольшие чашки с разными закусками, гарнирами, приправами и соусами. В праздники количество таких «добавок» может достигать двух-трех десятков. Индийский ужин может состоять из риса, лепешек роти (или наан), которые подают с чечевицей, мясом или вареными овощами.

АВСТРАЛИЯ: пироги с кенгурятиной

Типичный австралийский завтрак похож на завтрак европейцев — это мюсли, яичница и бутерброды. А вот дальше начинается экзотика, например, на обед австралиец может съесть рагу из мяса кенгуру. Естественно, кенгурятина в Австралии не считается деликатесом — ее можно купить в обычном супермаркете. А на ужин здесь часто подают местную рыбу, приготовленную на гриле. Визитная карточка австралийской кухни — это пирог из слоеного теста с начинкой из рубленого мяса, приправленного томатным соусом.

ЮАР: торопитесь попробовать, пока цветет лилия

Национальная кухня Южно-Африканской Республики — удивительный синтез восточной, европейской, азиатской и африканской кулинарии. Сложная история страны отразилась и на местных гастрономических традициях. На завтрак жители ЮАР предпочитают есть пикантные колбаски из говядины (буревос) или кашу из белой кукурузной крупы (миелиепап). Обед и ужин обязательно включают мясное блюдо. Кстати, среди них есть настоящие открытия для гурманов. Например, мясо, тушеное с бутонами южноафриканской лилии. К столу его подают только один раз в год — в июле-августе, когда цветет это редкое растение.

ФРАНЦИЯ: Бургундия, Нормандия, Шампань или Прованс. . .

Французы почти не завтракают (национальная гастрономическая гордость — воздушный круассан с чашкой черного кофе — не в счет). А вот обед или ужин во Франции — это не просто прием пищи, а повод собраться за столом с семьей, друзьями и коллегами. Вопреки расхожему мнению, на таком обеде не будет лукового супа или лягушачьих лапок, а скорее подадут мясо по-бургундски: тушеные кусочки говядины с картофелем, макаронами или цветной капустой, а также различные салаты. Попробуем и мы приготовить это нежное и сытное блюдо.

Говядина по-бургундски

Ингредиенты:

- ***Говядина (мякоть) — 800 г***
- ***Бекон — 250 г***
- ***Лук — 2 шт.***
- ***Морковь — 2 шт.***
- ***Чеснок — 1 зубчик***
- ***Помидоры — 3 шт.***
- ***Красное сухое вино — 500 мл***
- ***Крепкий мясной бульон — 250 мл***
- ***Лавровый лист, перец горошком, веточка тимьяна (или 0,5 ч. л. сухого), соль, черный перец, мука, оливковое масло — по вкусу***

Лук, чеснок, морковь очистить, мелко нарезать. Бекон нарезать небольшими кусочками. Говядину нарезать крупными кусками, натереть солью, перцем и обвалять каждый кусок в муке. В сотейнике или кастрюле с толстым дном разогреть немного оливкового масла и обжарить бекон, помешивая, в течение 5 минут. Затем переложить его на тарелку. Порциями обжарить куски говядины на сильном огне до коричневого цвета, при необходимости добавляя масло. Также переложить мясо на тарелку. В том же сотейнике обжарить лук, чеснок и морковь на среднем огне около 10 минут. Помидоры нарезать дольками, добавить в кастрюлю и готовить все вместе 5 минут. Затем влить половину вина, довести до кипения, тушить 10 минут. Добавить бульон и оставшееся вино, довести все до кипения. Вернуть в кастрюлю мясо и бекон, положить горошины перца, тимьян и лавровый лист. Уменьшить огонь до минимума и тушить под крышкой 1,5–2 часа.

Приятного аппетита!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

БЫСТР::НОМ
СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
колбасный цех

Колбасные изделия и мясные деликатесы собственного производства

ГАРАНТИЯ СВЕЖЕСТИ
БЫСТР::НОМ

Ждем вас в супермаркетах «Быстроном» по адресам:
ул. Островского, 200; ул. Степная, 25; ул. Инженерная 5/1; г. Бердск, ул. Ленина, 6/1; ул. Первомайская, 57.
Наличие товаров уточняйте в магазинах

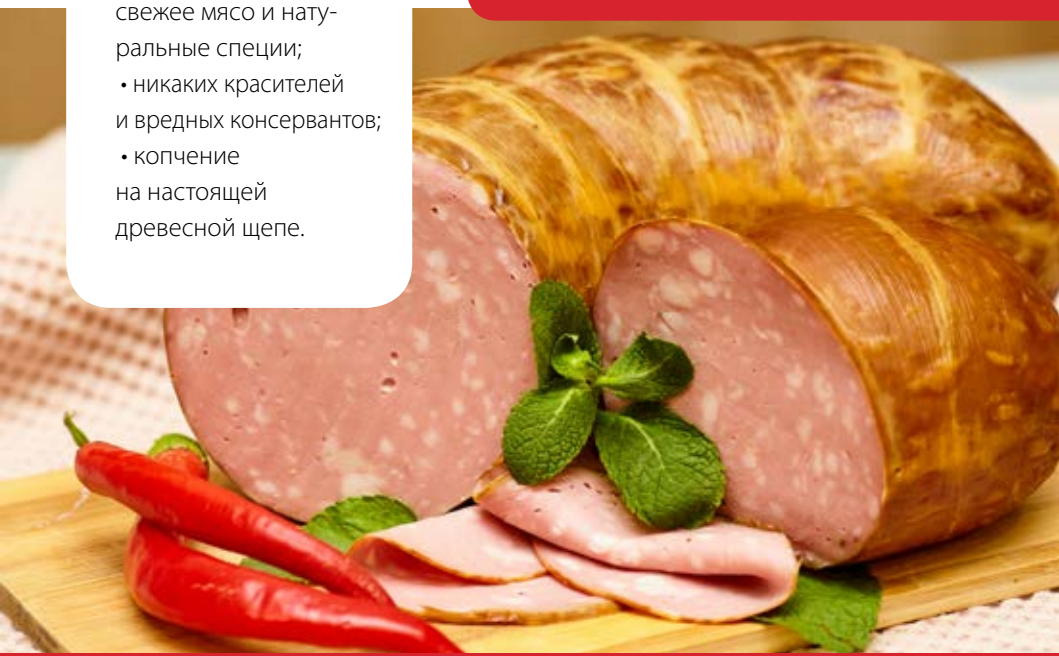
В нашем колбасном цехе кипит работа: повара готовят аппетитные колбасы и сочные, нежные деликатесы — грудинку, карбонад, шейку, окорочка. В ассортименте собственного производства «Быстронома» более 20 видов колбасных изделий и мясных деликатесов, приготовленных по лучшим традиционным рецептам.

Мы готовим нашу продукцию БЕЗ ХИМИИ:

- в составе только свежее мясо и натуральные специи;
- никаких красителей и вредных консервантов;
- копчение на настоящей древесной щепе.

Срок годности наших колбас, сосисок и мясных деликатесов — от 3 до 7 дней.

Молочные сосиски нашего производства подходят даже для детского меню!



Ждем вас в супермаркетах «Быстроном» по адресам:
ул. Островского, 200; ул. Степная, 25; ул. Инженерная 5/1; г. Бердск, ул. Ленина, 6/1; ул. Первомайская, 57.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

БЫСТР::НОМ
СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
кулинария

Баклажаны жареные с помидорами и чесноком

Ингредиенты:

- ***Баклажаны — 1 кг***
- ***Соль — 1 ч. л.***
- ***Помидоры — 2-3 шт.***
- ***Майонез — 160 г***
- ***Чеснок — 1-2 зубчика***
- ***Сыр тертый — 150 г***
- ***Масло растительное — для жарки***
- ***Зелень укропа — по вкусу***

Приготовление

Баклажаны вымыть, удалить плодоножку и нарезать вдоль на пластины толщиной 0,5 см. Пластины посолить и оставить на 10 минут, затем выделившийся сок слить. Обжарить баклажаны с двух сторон и выложить на салфетку, чтобы удалить лишний жир.

Сыр натереть на терке и смешать с майонезом и пропущенным через пресс чесноком. На каждую пластинку баклажана выложить начинку, ломтик помидора и свернуть ее рулетиком. Сверху рулетики посыпать рубленой зеленью.

Приятного аппетита!

Готовое блюдо вы можете купить в магазине «Быстроном» по цене 45.90 руб. за 100 г либо приготовить самостоятельно. Все ингредиенты вы найдете на полках наших магазинов.

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г.
Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя».
Указанные цены могут быть изменены.
Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Количество товара ограничено.
Подробная информация на сайте: быстроном.рф

БЫСТР::НОМ
СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
кулинария

Салат «Орхидея»

Ингредиенты:

- ***Говядина отварная — 200 г***
- ***Свекла отварная — 160 г***
- ***Закуска корейская из моркови — 130 г***
- ***Капуста белокочанная — 150 г***
- ***Огурец свежий — 130 г***
- ***Яблоки зеленые — 60 г***
- ***Майонез — 120 г***
- ***Картофель пай — 50 г***
- ***Зелень петрушки, соль — по вкусу***

Приготовление

Огурцы, яблоки и отварную говядину нарезать тонкой соломкой. Свеклу очистить и натереть на крупной терке (или на терке для корейской моркови). Капусту нарезать соломкой, растереть с солью, однако сильно не мять, чтобы не было много сока.

Соединить мясо, яблоки и овощи, заправить майонезом и хорошо перемешать. Украсить салат картофелем пай (поджаренной картофельной соломкой), а сверху посыпать измельченной петрушкой.

Приятного аппетита!

Готовое блюдо вы можете купить в любом магазине «Быстроном» по цене 55.80 руб. за 100 г либо приготовить самостоятельно. Все ингредиенты вы найдете на полках наших магазинов.

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г.
Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя».
Указанные цены могут быть изменены.
Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Количество товара ограничено.
Подробная информация на сайте: быстроном.рф

Лучшие цены «Быстронома»

Креветки ВИЧИ Королевские неочищенные *глазурь не более 14% свежемороженые*

1 кг 549.90

Форель САНТА БРЕМОР Артезианская *филе-кусок слабосоленая*

150 г 199.90

Сельдь АВАНГАРД Олюторская *слабосоленая*

1 кг 119.90

Сельдь ЗОЛОТАЯ ФИШКА *подкопченная, в майонезе, в масле с лимоном, с паприкой*

150 г 49.90

Сельдь КАМШАТ *в масле с лимоном*

180 г 49.90

Крабовые палочки ВИЧИ *свежемороженые*

100 г 35.90

Бекон ДЫМОВ Венгерский *нарезка сырокопченый*

200 г 99.90

Колбаса ОМСКИЙ БЕКОН Докторская

450 г 99.90

Сервелат КМК Кудряшовский *варено-копченый*

400 г 109.90

Колбаса ТОРГОВАЯ ПЛОЩАДЬ Краковская фирменная *полукопченая*

270 г 109.90

Сосиски ДЫМОВ Немецкие, Голландские с сыром, Английские с беконом

340 г 119.90

Сосиски ТОРГОВАЯ ПЛОЩАДЬ Баварские

350 г 119.90

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах *Заморожено*

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

Лучшие цены «Быстронома»

Плавленый продукт с сыром ПЛАВЫЧ копченый сзмж 40%

Сыр плавленый ПЛАВЫЧ ассорти европейское, классическое, сливочный бзмж 50%

Сыр ИЗ-ЗА ГОР АЛТАЯ Российский, Сливочный, Сметанковый, Королевский бзмж 50%

Сыр ЛЕБЕДЕВСКАЯ АФ Кавказский по-домашнему мягкий бзмж 45%

Сыр ТОМСКОЕ МОЛОКО Кавказский бзмж 45%

Сыр КИПРИНО Лайт бзмж 30%

Сыр ЛАМБЕР бзмж 50%

Сыр АЛТАЙСКИЕ ПРОДУКТЫ Российский бзмж 50%

Заморожено *Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах*

Лучшие цены «Быстронома»

Молоко ЛЕБЕДЕВСКАЯ АФ
пастеризованное бзмж 2.5%

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

900 г **42.90**

Молоко ВЕСЕЛЫЙ МОЛОЧНИК
пастеризованное бзмж 2.5%

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

950 мл **44.90**

Молоко ПРОСТОКВАШИНО
пастеризованное бзмж 2.5%

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

930 мл **49.90**

Молоко ТОМСКОЕ МОЛОКО *бзмж 2.5%*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

2000 г **79.90**

Молоко ТЕМА Детское
стерилизованное бзмж 3.2%

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

500 мл **39.90**

Кефир ЛЕБЕДЕВСКАЯ
бзмж 2.5%

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

900 г **44.90**

Творог ТОМСКОЕ МОЛОКО *бзмж 5%*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

180 г **44.90**

Сметана ВЕСЕЛЫЙ МОЛОЧНИК *бзмж 10%*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

300 г **44.90**

Сметана ПРОСТОКВАШИНО
бзмж 20%

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

315 г **64.90**

Молоко ПАРМАЛАТ Диетлат *0.5% бзмж*

1 л **79.90**

Напиток овсяный НЕМОЛОКО *ванильный 3.2%*

1 л **79.90**

Сырок глазированный ЧУДО *ваниль, кокос, шоколад бзмж 25.6%*

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

40 г **19.90**

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах

Заморожено

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

Лучшие цены «Быстронома»

Пельмени САЛЬНИКОВ Классические Стандарт

800 г
199.90

Пельмени МЯСНАЯ ЯРМАРКА Деревенские

900 г
149.90

Манты ДОБРОДАР Узбекские *из баранины*

480 г
169.90

Тесто ЕДИМ ДОМА *слоеное пресное*

500 г
55.90

Наггетсы АЙСВЕЛ *куриные в панировке*

300 г
69.90

Салат ХОРТЕКС Вип царский *свежемороженый*

400 г
79.90

Мороженое СЛАВИЦА Чистый пломбир *стаканчик бзмж*

50 г
19.90

Мороженое КУПИНО Много молока *пломбир ванильный стакан бзмж*

90 г
29.90

Мороженое МАГНАТ Брюнетка *эскимо бзмж*

74 г
49.90

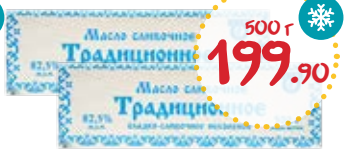
Масло сливочное СЛИВОЧНЫЙ БЕРЕГ Крестьянское *бзмж 72,5%*

170 г
95.90

Масло сладко-сливочное ЭКОМИЛК Традиционное *несоленое бзмж 82.5%*

180 г
99.90

Масло сладко-сливочное ЛАВ-ПРОДУКТ Традиционное *несоленое бзмж 82.5%*



500 г
199.90

Заморожено

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах

Лучшие цены «Быстронома»

Рис НАЦИОНАЛЬ Лазер *длиннозерный*

800 г **69.90**

Гречневая крупа АГРОМАСТЕР

800 г **59.90**

Гречневая крупа МИСТРАЛЬ *ядрица*

900 г **79.90**

Макаронные изделия ГРАНМУЛИНО *вермишель, рожки витые, серпантин, сапожок*

400 г **29.90**

Макаронные изделия МАКФА *перья любительские, вермишель паутинка*

400 г **34.90**

Мука АЛЕЙКА *пшеничная высший сорт*

1 кг **29.90**

Масло подсолнечное ЗЛАТО *рафинированное*

1 л **79.90**

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

Кукуруза, Горошек ШЕСТЬ СОТОК

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

425 мл **59.90**

Шпроты 5 МОРЕЙ *в масле*

160 г **69.90**

Сгущенное молоко ЛЮБИМО Сгустена ГОСТ *бзмж 8.5%*

380 г **59.90**

Сгущенное молоко РОГАЧЕВ *цельное с сахаром бзмж 8.5%*

380 г **79.90**

Майонез НОВОСИБИРСКИЙ ПРОВАНСАЛЬ Домашний 55%

700 мл **79.90**

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах

Заморожено

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

Лучшие цены «Быстронома»

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

Шоколад АЛЬПЕН ГОЛД
молочный, молочный с клубнично-йогуртовой начинкой, черничнo-йогуртовой начинкой

85 г
34.90

Шоколад РОССИЯ *пористый молочный, молочный карамель-арахис, кофе с молоком*

90 г
37.90

Конфеты НШФ Ромашка

250 г
49.90

Конфеты НШФ Новосибирские

250 г
99.90

Набор конфет НШФ Новосибирское птичье молоко

300 г
99.90

Набор конфет А.КОРКУНОВ *ассорти*

110 г
129.90

Набор конфет НШФ Овация

520 г
149.90

Печенье ГАРИБАЛЬДИ
изюм-яблоко-корица, изюм

180 г
49.90

Замороженo *Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах*

Лучшие цены «Быстронома»

Кофе ЯКОБС МОНАРХ Крема, Эспрессо зерно

230 г
199.90

Кофе НЕСКАФЕ Голд

190 г
219.90

Кофе КАРТ НУАР *растворимый сублимированный*

75 г
249.90

Кофе ЭГОИСТ Эспрессо зерно, молотый

250 г
269.90

Кофе ЖАРДИН Американо Крема зерно

1000 г
599.90

Чай ИНДУС Высокогорный, Классический черный

25 пакетиков
24.90

Чай ГРИНФИЛД Голден Цейлон, Классик брэкфаст черный

Срок действия предложения
с 14.10 по 27.10.2020 г.

25 пакетиков
64.90

Чай АЗЕРЧАЙ Букет
черный байховый

100 пакетиков
139.90

Чай ТЕСС Лайм зеленый, **Плежэ** черный

Срок действия предложения
с 30.09 по 13.10.2020 г.

100 пакетиков
149.90

Чай АХМАД Английский №1, Английский завтрак
черный

Срок действия предложения
с 30.09 по 13.10.2020 г.

100 пакетиков
219.90

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах *Заморожено*

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

Лучшие цены «Быстронома»

Минеральная вода КАРАЧИНСКАЯ

0,5 л 14.90

Вода питьевая АССОЛЬ *артезианская негазированная*

1,5 л 19.90

Питьевая вода БОНАКВА *негазированная, сильногазированная*

2 л 35.90

Газированный напиток КОКА-КОЛА, ФАНТА Оранж, СПРАЙТ

0,9 л 49.90

Газированный напиток ПЕПСИ, ПЕПСИ Манго

1,5 л 69.90

Лимонад САМО *дюшес, крюшон*

0,5 л 48.90

Нектар АРАРАТ Премиум *манго*

0,75 л 139.90

Сок Я *яблоко, персик, мультифрукт, томат*

0,97 л 89.90

Энергетический напиток АДРЕНАЛИН РАШ

0,449 л 84.90

Финики ФРУТОВИТ Тунис *сушеные*

200 г 69.90

Орех грецкий ФРУТОВИТ *очищенный*

200 г 249.90

Семена подсолнечника ЗУМ ЗУМ *жареные с гималайской солью*

90 г 26.90

Замороженo *Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах*

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Лучшие цены «Быстронома»

Пиво ЛОВЕНБРАУ Оригинальное *светлое*

Пиво ВЕЛКОПОПОВЕЦКИЙ КОЗЕЛ *светлое*

Пивной напиток ВЕЛКОПОПОВЕЦКИЙ КОЗЕЛ *темный*

Пивной напиток ЭССА *ананас-грейпфрут*

Пивной напиток МИЛЛЕР Дженьюин драфт *светлый пастеризованный*

Пиво СТАРОПРАМЕН *светлое*

Пиво БОДДИНГТОНС Паб Эль *светлое*

Пиво ФРАНЦИСКАНЕР *пшеничное светлое*

Сухарики ХРУСТИМ *баварские колбаски, холодец-хрен, кальмар*

Чипсы РУССКАЯ КАРТОШКА *бекон, сыр, курица, сметана-лук*

Чипсы ЛЕЙС *в ассортименте*

Чипсы ПРИНГЛС *сыр, паприка, сметана-лук, оригинал*

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах *Заморожено*

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

Лучшие цены «Быстронома»

Вино ТАВЕРНЕЛЛО Бьянко Терре Сицилиане *белое сухое,* **Монтепульчано Д`Абруццо** *красное сухое*

0,75 л 299.90

Вино ИСЛА НЕГРА Розе *розовое полусухое*

0,75 л 499.90

Вино ЭЛИЗИС Розе д`Анжу *розовое полусладкое*

0,75 л 599.90

Игристое вино АКУЭЗИ Москато д`Асти Казарито *белое сладкое*

0,75 л 449.90

Игристое вино ШАТО ТАМАНЬ Флерс дю Сюд *белое брют, розовое полусухое*

0,75 л 299.90

Игристое вино ВИЛЛА АЛЬБА Просекко Спуманте *белое сухое*

0,75 л 799.90

Коньяк НОЙ 3 звезды

0,5 л 499.90

Коньяк НОЙ 5 звезд

0,5 л 599.90

Виски БЭЛЛС Ориджинал, Напиток спиртной БЭЛЛС Пряный

0,5 л 549.90

Водка ГОСУДАРЕВ ЗАКАЗ Царь

0,5 л 239.90

Водка МЯГКОВ *классическая*

0,5 л 249.90

Настойка ПЕРВАК ДОМАШНИЙ *замутненная*

0,5 л 259.90

Замороженo *Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах*

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Смесь НЕСТОЖЕН 3, 4 *бзмж*

***Детское молочко* НУТРИЦИЯ МАЛЮТКА 3, 4** *бзмж*

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

Смесь НУТРИЛОН ПРЕМИУМ 3, 4 *бзмж*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

Каша ФРУТОНЯНЯ жидкая молочная *в ассортименте бзмж*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

Кашка ХАЙНЦ молочная *в ассортименте бзмж*

Каша НЕСТЛЕ *мультизлаковая яблоко-банан, овсяная яблоко, молочная бзмж*

Пюре АГУША *в ассортименте*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

Пюре БАБУШКИНО ЛУКОШКО *индейка, рагу овощное с кроликом, говядина*

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

Пюре ГЕРБЕР *лакомство по-итальянски, рагу индейка-рис, овощи-фрикадельки-говядина*

Сок ТЕМА *в ассортименте*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

Сок АГУША *в ассортименте*

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

Напиток ПЕДИАШУР *Малоежка* *со вкусом шоколада, со вкусом ванили*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах *Замороженo*

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

Для малышей

Батончик ФИТНЕС цельные злаки *спелые ягоды, шоколад с карамелью*

23,5 г
29.90

Хлопья ЛЮБЯТОВО *кукурузные легкие, кукурузные медовые, мультизлаковые*

250-270 г
79.-

Завтрак НЕСТЛЕ Лион

230 г
119.-

Подгузники-трусики ЛИБЕРО Ап&Гоу *16-26 кг 12 шт.., 10-14 кг 16 шт., 7-11 кг 18 шт., 13-20 кг 14 шт.*

289.-

Подгузники-трусики ЙОКОСАН *9-14 кг 44 шт., 12-20 кг 38 шт.*

749.-

Подгузники ПАМПЕРС Актив Бэби *6-10 кг 82 шт., 9-14 кг 70 шт.,13-18 кг 52 шт., 11-16 кг 60 шт.*

789.-

Подгузники-трусики МЕРРИС *6-11 кг M 58 шт., 9-14 кг L 44 шт., 12-22 кг XL 38 шт.*

1299.-

Подгузники-трусики ХАГГИС Элит софт *6-11 кг 54 шт., 14 кг 42 шт., 12-17 кг 38 шт.*

1329.-

Крем-мыло детское ВЕСНА Нейтральное

90 г
15.90

Пена для ванн УШАСТЫЙ НЯНЬ *с чередой*

250 мл
89.90

Зубная паста детская 2080 КИДС *яблоко, клубника*

80 г
89.90

Зубная паста детская РОКС *шоколад и карамель*

74 г
114.90

Заморожено

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах

Лучшие цены «Быстронома»

Шампунь, Бальзам ЭЛЬСЕВ Роскошь 6 масел

400 мл
189.90

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

Дезодорант ДЕОНИКА Легкость пудры, Невидимый женский спрей

200 мл
99.90

Жидкое мыло ПАЛМОЛИВ *масло макадамии, экстракт пиона*

250 мл
127.90

Диски ватные БЕЛЛА *круглые*

120 шт.
47.90

Прокладки ЛИБРЕСС Ультра нормал винг *10 шт.*, **Ультра** *ночные 8 шт.*

62.90

Туалетная бумага ПАПИА *белая, балийский цветок 3 слоя 4 рулона*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

69.90

Зубная паста СПЛАТ Зеленый чай, Ликвиум гель

100 мл
127.90

Зубная паста РОКС Двойная мята

74г
189.90

Чистящий гель для труб САНФОР Пять минут

750 мл
99.90

Средства для стирки ЛОСК Дуо-капс Колор *12 шт.*, **Горное озеро** *автомат 2700г*

Срок действия предложения с 30.09 по 13.10.2020 г.

189.90

Средства для стирки БИ МАКС 100 пятен концентрат *1500 мл*, **Колор автомат** *3000 г*

Срок действия предложения с 14.10 по 27.10.2020 г.

199.90

Таблетки для ПММ СИНЕРГЕТИК *биоразлагаемые*

25 шт.
379.90

Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах

Заморожено

Предложение действительно с 30 сентября (с 13:00) по 27 октября 2020 г. Цены указаны с учетом скидки по карте «Билет докупателя». Указанные цены могут быть изменены. Изображение товара в журнале может отличаться от представленного в зале. Наличие товаров уточняйте в магазинах. Количество товара ограничено. **Подробная информация на сайте: быстроном.рф**

Лучшие цены «Быстронома»

Ролик чистящий СЕЛЕСТА *для одежды*

Губка для посуды СЕЛЕСТА *для тефлоновых поверхностей*

Губка кухонная ФРЕКЕН БОК Максима

Салфетки ПАКЛАН Практи *губчатые 2 шт. 18*18 см*

Салфетка ФРЕКЕН БОК *в рулоне для экспресс-уборки*

Мешочки для льда ПАКЛАН

Мешочки для завтрака ПАКЛАН *с клипсами 18*28 см 80 шт.*

Пакеты для мусора ФРЕКЕН БОК *прочные с затяжками 60 л 10 шт.*

Пакеты фасовочные СЕЛЕСТА

Рукав для запекания КВАЛИТА

Пергамент для выпечки ФРЕКЕН БОК Фэмили-пак

Фольга пищевая ФРЕКЕН БОК

Замороженo *Ассортимент продукции, участвующей в акции, уточняйте в магазинах*

Умные игрушки

Разбираемся, какие именно развивающие игрушки необходимы детям разных возрастов.

Развивающие игрушки очень полезны: играя с ними, малыш познает мир, стимулирует сенсорное восприятие, тактильные ощущения, тренирует мышление и воображение. Но не стремитесь ради блага вашего чада скупить весь ассортимент детского магазина. Педагоги и психологи утверждают, что игрушек не должно быть много, ведь это мешает концентрации внимания.

Для самых маленьких

1–3 месяца: время погремушек

Умения и навыки малыша: ребенок уже держит голову, реагирует на звук, поворачивает голову в сторону его источника, рассматривает и исследует свои пальчики. Он проявляет интерес к игрушкам и тянется к ним.

Подходящие игрушки: яркие, контрастные, но при этом простые для восприятия — погремушки и мобили.

3–6 месяцев: кубики и мягкие книжки

Умения и навыки малыша: кроха переворачивается, в вертикальном положении пытается оттолкнуться ножками от опоры, а к шести месяцам садится при поддержке взрослых. Он держит игрушки, учится перекладывать их из одной ручки в другую.

Подходящие игрушки: крупные, но удобные для захвата — мягкие кубики и мячики, прорезыватели для зубов, игрушки для пальчикового кукольного театра, игрушки для купания. Отдельно надо сказать о мягких книжках из материалов разных цветов и фактур. Малыши с удовольствием трогают их странички — мягкие, бархатистые, шуршащие, с безопасными зеркальцами и бубенчиками.

Продолжение на стр. 36

Наличие товаров уточняйте в магазинах

На правах рекламы

Свежий вкус лета дарим каждый день!

КУХМАСТЕР

20%-20%-20%-20%-20%-20%-20%-20%-20%-20%-20%-20%

По выгодной цене

Наличие товаров уточняйте в магазинах

7–9 месяцев: больше музыки!

Умения и навыки малыша: ребенок ползает, начинает садиться, вставать. В этот период происходит настоящий скачок в физическом и психическом развитии.

Подходящие игрушки: музыкальные, они знакомят малыша с разнообразием звуков. Эту же функцию выполняют гавкающие игрушечные собачки, хрюкающие свинки, мяукающие котята и прочие зверушки.

10–12 месяцев: от матрешки до бизиборда

Умения и навыки малыша: ребенок пытается самостоятельно ходить, играть с игрушками и даже взаимодействовать с другими детьми.

Подходящие игрушки: пирамидки, матрешки, конструкторы с крупными деталями — все, что способствует развитию интеллекта. В последнее время стали очень популярны бизиборды — настоящие центры для развития мелкой моторики — доски, на которых закреплены шнуровки, кнопки, выключатели, щеколды и прочее.

Выбирая подарок крохе, помните, что любые игрушки должны быть безопасными — без мелких элементов, сколов и царапин. От них не должен исходить резкий, неприятный запах. Окрашенные игрушки перед покупкой необходимо потереть рукой: если след от краски остается на пальцах, покупать их не стоит. Перед первым использованием пластиковые и резиновые игрушки нужно вымыть в растворе из детского мыла, а текстильные — постирать.

Для тех, кто постарше

Чем старше становится малыш, тем важнее родителям учитывать не только уровень развития, но и предпочтения ребенка. Особенно стоит обратить внимание на развитие творческих способностей. Одним из любимых занятий детей в этом возрасте является рисование — пальчиковыми красками на бумаге, мелками на асфальте или на специальных досках. А юные любители конструировать оценят «воздушный» пластилин, плейкорн (экологический конструктор на основе кукурузы), кинетический песок и деревянные пазлы.

Пусть ваш ребенок радует вас каждый день!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

На правах рекламы.

БКК

БОЛЬШЕ ЧЕМ МЯСО!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Будьте здоровы!

10 простых советов, которые помогут укрепить иммунитет, а значит, сохранить здоровье и работоспособность в сезон простуды и гриппа.

1 Разнообразьте меню

Правильное полноценное питание — залог здоровья, поэтому ешьте больше фруктов и овощей, рыбы и мяса, бобовых, орехов и семечек. Хотя бы на время откажитесь от фастфуда и полуфабрикатов. Постарайтесь уменьшить количество потребляемого сахара (его просто обожают болезнетворные микроорганизмы!), а вместо него выбирайте природные подсластители, например мед или стевию.

2 Больше гуляйте

Променад на свежем воздухе укрепит ваше здоровье в любое время года. Замените прогулкой вечернее возвращение с работы, особенно если добираетесь на общественном транспорте вместе с чихающими и кашляющими согражданами.

3 Постарайтесь не нервничать

Многочисленные исследования ученых подтверждают, что психологическое напряжение подавляет защитные функции организма и может стать причиной снижения иммунитета и заболеваний. Кстати, высокий уровень «гормона стресса» кортизола вреден не только для самочувствия, но и для красоты: он вызывает шелушение кожи, делает волосы тусклыми и способствует появлению акне.

4 Займитесь спортом

Выберите те физические занятия, которые вам нравятся: ходьба, бег, плавание, йога, пилатес или что-то другое, и упражняйтесь регулярно. Получасовые физические нагрузки два-три раза в неделю являются эффективным способом укрепления иммунной системы.

5 Высыпайтесь!

Ученые подсчитали, что у людей, спящих менее семи часов в сутки, риск подцепить простудное заболевание увеличивается в три раза! В то время как восемь (а в идеале — девять) часов спокойного сна являются основой сохранения здоровья.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

6 Добавьте витаминов

Прекрасную профилактику простуды и гриппа обеспечивают витамины С и D. Они укрепляют иммунитет, помогают уменьшить частоту болезней и их продолжительность. Съев одно киви, вы получите суточную норму витамина С. Также много «аскорбинки» содержится в апельсинах, черной смородине, луке и паприке. Витамином D богаты яйца, масло, рыба и морепродукты.

7 Проветривайте

Сухой воздух помещений, отопление и кондиционирование делают наши слизистые оболочки и дыхательные пути более восприимчивыми к вирусам и бактериям. Поэтому не забывайте проветривать рабочее пространство или жилую комнату несколько раз в день. Кроме того, время от времени воздух надо увлажнять. С этой задачей справится как специальный прибор, так и простое распыление воды из пульверизатора.

8 Пейте воду

И болеющему, и здоровому человеку необходимо пить много чистой воды. Это самая лучшая профилактика — вирусы и бактерии буквально «вымываются» из организма.

9 Откажитесь от вредных привычек

Неумеренное потребление алкоголя и курение заметно ослабляют иммунитет. Если отказаться от этих пагубных пристрастий, ваш организм будет бороться с возбудителями недугов намного успешнее.

10 Соблюдайте гигиену

Регулярно мойте руки, пользуйтесь влажными салфетками и бытовыми антисептиками. Постарайтесь без необходимости не трогать лицо, не прикасаться к носу, губам или глазам: таким образом вы облегчаете микробам путь в ваш организм.

Берегите себя и не болейте!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Сырная тарелка

Сыры, выложенные на блюде в особом порядке, — удачная идея и для торжественного застолья, и для дружеской вечеринки. Разбираемся, как удивить гостей французским шиком и эффектной подачей сырного ассорти.

Традиционно во Франции, где родилось это блюдо, сырную тарелку предлагают после основного блюда — перед десертом или даже вместо него. А в России ассорти из разных видов сыров, сопровождаемое орехами и фруктами, чаще становится закуской перед началом трапезы или же изысканным дополнением к алкогольным напиткам.

Великое разнообразие сыров

Перед тем как приступить к формированию «правильной» сырной тарелки, следует разобраться в ингредиентах. Большинство сыров производится из коровьего молока. Однако белок из козьего и овечьего сыра легче усваивается и является прекрасной альтернативой для людей, страдающих аллергией на коровье молоко. Чаще всего сыры классифицируются по способу их приготовления и плотности продукта.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Мягкие сыры бывают свежие (у нас в России этот вид к сырам не относят и называют просто «творог»), а также с плесневой или промытой корочкой из натурального козьего молока (адыгейский, рикотта, бри, камамбер, лимбургер, сен-мор и другие). При их изготовлении используются старинные технологии без дополнительной термообработки. Многие из рассольных сортов сыра, созревающих в специальной жидкости, также относят к мягким сырам, например фету, сулугуни, брынзу и моцареллу.

Полутвердые сыры, снискавшие всенародную любовь в России, обладают ярко выраженной сливочной консистенцией и относительно нежным вкусом (гауда, колби, эдам, а также отечественные продукты — российский, голландский и пошехонский). От мягких сортов такие сыры отличаются более длительными сроками созревания и особым способом прессовки. Продукт может иметь натуральную или плесневую корочку, а некоторые сорта упаковываются в воск. К этой категории также относятся и благородные «голубые» сыры с плесенью (горгонзола, рокфор, бавария блю).

Твердые сыры имеют плотную консистенцию, от других сортов отличаются сроками созревания, прессовкой и полным отсутствием плесени. Корочка может быть натуральной, восковой или плотной естественной (чеддер, маасдам, грюйер, пармезан).

Продолжение на стр. 42

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Копченые сыры очень плотные, но от твердых и полутвердых сортов отличаются способом приготовления и наличием дополнительной обработки. Такой продукт имеет характерный привкус дымка.

Добавим, что сейчас в магазинах часто можно встретить сорта сыров с разнообразными наполнителями: специями, орехами, зеленью, шоколадом, грибами, томатами и прочим. При внесении таких ингредиентов в рецепт часто меняется не только вкус, аромат, но и цвет.

Упомянем мы и о **плавленых сырах,** хотя для сырной тарелки их не используют, да и к натуральным молочным продуктам они в полной мере не относятся, так как имеют в своем составе растительные компоненты. Консистенция плавленых сыров приближена к мягким, сроки созревания небольшие, а одним из этапов обработки является плавление. Для их приготовления смешивают разные виды сыров, сливки и жиры, а затем пастеризуют при высокой температуре, превращая массу в эмульсию.

Какие сыры выбрать для сырной тарелки

По мнению французских «сырных сомелье», палитра представленных в блюде вкусов и фактур должна быть максимально разнообразной. В классическом варианте желательно присутствие сыров шести вкусов: свежего, нейтрального, нежного, выраженного, острого и очень острого. Однако каждый руководствуется своими гастрономическими предпочтениями и бюджетными возможностями. Поэтому и вариаций сырных тарелок существует множество. Например:

- **Свежие и мягкие: рикотта, моцарелла, фета.**
- **Мягкие с выраженным вкусом: бри, камамбер.**
- **Полумягкие: гауда, эдам.**
- **Твердые: маасдам, эмменталь.**
- **Твердые с выраженным вкусом: пармезан, грюйер.**
- **Острые с плесенью: горгонзола, дорблю, рокфор.**

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Сырный «циферблат»

Для подачи сырной тарелки вам понадобится большое плоское блюдо или деревянная (каменная) доска. Сыры располагают по часовой стрелке в порядке нарастания остроты. Специалисты рекомендуют начинать с самого мягкого — его выкладывают «на 6 часов», а от него выкладывают все остальные. В результате самый нежный и самый острый сыры оказываются по соседству. Чтобы их ароматы не смешивались, между ними обязательно оставляют небольшой промежуток.

Вообще, на сырной тарелке должно быть просторно — ведь у каждого сорта свой запах, и по возможности их не стоит смешивать. Кусочки сыра вырезаются из основного куска сегментами или треугольниками — таким образом, чтобы в каждом присутствовали и корочка, и край, и самое вкусное — сердцевина. А классическая русская нарезка «ломтями» подходит только для твердых сыров. Температура — еще один важный момент для получения удовольствия от закуски. Поэтому сыры для сырной тарелки стоит достать из холодильника за час до подачи — так они успеют согреться до комнатной температуры и максимально раскроют свои вкусовые и ароматические свойства.

Достойный аккомпанемент

С каждой сырной тарелкой принято подавать хлеб. Он необходим для перехода от одного сыра к другому, так как является отличным нейтрализатором вкуса. Ржаные хлеба с ярким сладковатым вкусом хорошо оттеняют сыры типа рокфора — с ярким, острым и соленым вкусом. Также к сырам часто подают крекеры, которые добавляют в дегустацию хрустящую «нотку».

Мед, различные ягодные конфитюры и сладкие фрукты также добавляют гармоничности во вкус сыров. Для свежих и мягких сыров можно подавать и овощи. Для моцареллы подойдут помидоры, особенно черри, для нежного шевре — свежий огурец или редис, а для мягких сыров с белой плесенью — яблоки, груши, персики, вишня и виноград, а также сухофрукты — курага, инжир, чернослив.

Отличным сопровождением для твердых выдержанных и голубых сыров с плесенью являются орехи. Лучше всего подойдут грецкие, миндаль и кедровые. Также стоит добавить на тарелку зелень с выраженным вкусом: рукколу, кинзу и мяту.

Учтите, что к каждому сорту сыра подходит определенное вино. Но, если вы не желаете покупать несколько видов напитка, выбирайте универсальный вариант — легкие вина с фруктовыми оттенками.

Дегустируйте с удовольствием, открывайте для себя новые вкусы и наслаждайтесь!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Консультация Мойдодыра

Блеск раковины и чистота унитаза не только радуют глаз, но и гарантируют, что вредные микроорганизмы, живущие на поверхности сантехники, уничтожены.

Запаситесь удобным арсеналом — практичными меламиновыми губками, полиуретановыми скребками для душевой кабины, тряпками из микрофибры для полировки и, конечно же, подходящими чистящими средствами. А чтобы правильно выбрать бытовую химию для уборки, важно разобраться, с какими именно «врагами»-загрязнениями придется сражаться.

Проблема: ржавчина
Оранжевые разводы на эмали, которые появляются из-за процессов коррозии в трубах.

Решение: щелочные средства
Такие составы не имеют резкого запаха, хорошо смываются проточной водой и не раздражают слизистые оболочки обитателей дома.

Проблема: известковые отложения
Они возникают из-за чрезмерной жесткости воды: соли кальция кристаллизуются на поверхности, разрастаются и даже меняют цвет за счет размножения бактерий.

Решение: средства с кислотами
Чистящие препараты с ортофосфорной, соляной, муравьиной и другими кислотами (или их комбинациями) универсальны для борьбы с известковым налетом и мочевым камнем. Однако работать с ними надо крайне осторожно. При частом применении такой химии есть вероятность разрушения эмали.

Проблема: темные пятна
Поверхность ванны, утратившая эмаль из-за абразивных щеток или агрессивных средств для чистки, становится «рыхлой», насыщенной микротрещинами и задерживает грязь.

Решение: хлорсодержащие средства
Они эффективно чистят сантехнику, дезинфицируют и препятствуют размножению микроорганизмов. Не агрессивны для материалов, но могут раздражать дыхательные пути человека.

Продолжение на стр. 46

Наличие товаров уточняйте в магазинах

БЫСТР::НОМ

Новинки

Собственное производство

Комбо-обед с тефтелями
450 г

Винегрет 100г
Тефтели 150г
Картофельное пюре 200г

На правах рекламы.

Комбо-обед с рыбой
450 г

Салат Витаминный 100г
Минтай жареный в специях 200г
Картофельное пюре 100г

Комбо-обед с куриной котлетой
460 г

Винегрет 100г
Котлета куриная Нежная ...200г
Гречка с овощами.....160г

Наличие товаров уточняйте в магазинах

Приготовлено сегодня!

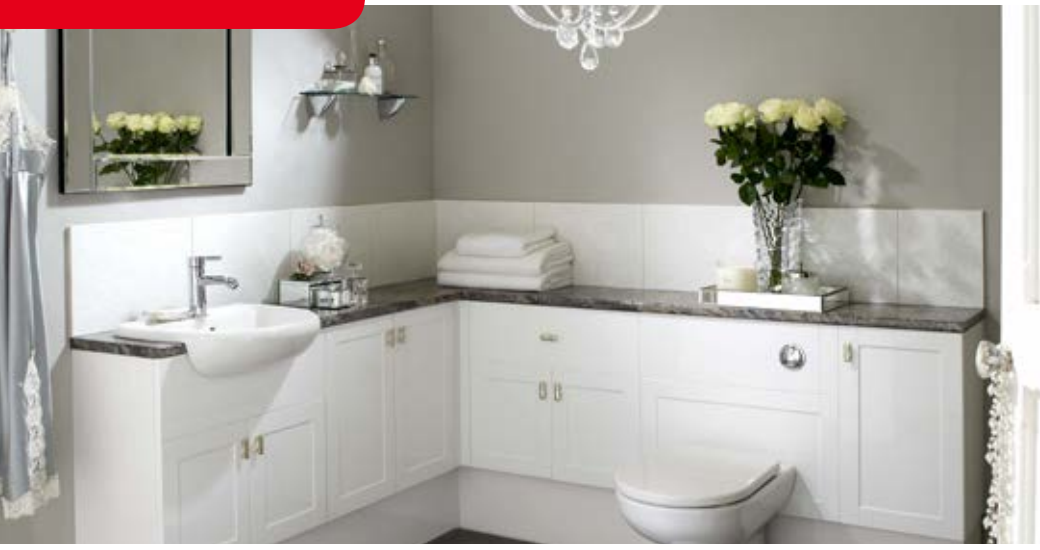
Наличие продукции уточняйте в супермаркетах «Быстроном» по адресам:
ул. Островского, 200; пл. Маркса, 3 (ТЦ «Версаль»); ул. Инженерная, 5/1; г. Бердск, ул. Ленина, 6/1 (ТЦ «Астор»)

СОВЕТ!

Выбирая препарат для чистки сантехники, отдавайте предпочтение густым кремам и гелям. С ними легче работать, и они экономичнее расходуются.

Для очистки сантехники подойдут и «народные» средства: столовый уксус, лимонная кислота или сода. Особенно они выручают, если кто-то в семье чувствителен к химии, склонен к аллергии или принципиально отказывается от использования промышленных составов.

Рецепт: чтобы удалить пятна известкового налета, нужно смешать уксус и жидкое мыло в пропорции 1:1, нанести на загрязнения, подождать, пока реагенты подействуют, а затем потереть поверхность щеткой или губкой.



Полезные лайфхаки

* Блеск кранам и вентилям придаст полировка сухой салфеткой из микрофибры.

* Чистя ванну и раковину, уделите внимание и сливному отверстию — засыпьте в слив гранулы средства для растворения отложений в канализации. Это устранит затхлый запах и уменьшит вероятность засоров.

*Для очистки стеклянных дверей душевой кабины как нельзя лучше подойдет сода. Разведите ее небольшим количеством воды и нанесите на поверхность. Оставьте пасту на 10–15 минут, а затем промойте двери раствором уксуса и вытрите насухо чистой тканью.

* Регулярно очищайте вентиляционную решетку в санузле, используя для этого дезинфицирующее средство с хлором, которое уничтожит микробы и грибок.

* Чтобы избежать появления плесни, проветривайте ванную комнату как можно чаще.

Помните, что с любым чистящим средством нужно работать в перчатках, следуя инструкции и соблюдая меры предосторожности!

Наличие товаров уточняйте в магазинах

На правах рекламы.

Холодушка
Банкетная

Когда любовь и мастерство соединяются, рождается шедевр!

Торговая марка «Холодушка банкетная» представляет вам истинное чудо традиционной русской кухни-холодцы и заливное, приготовленными нашими лучшими поварами с искренней любовью и исключительным профессионализмом. Эти блюда станут настоящим украшением стола и покорят сердца самых требовательным гурманов. Холодец- несомненный царь домашнего застолья!

Прозрачный наваристый бульон, нежная свинина, сочная курочка, пикантная говядина и ароматные специи. Чувствуете, как разгорается аппетит?

Порадуйте себя и близких изысканными мясными закусками от торговой марки «Холодушка банкетная».

Наличие товаров уточняйте в магазинах

На правах рекламы.

Наличие товаров уточняйте в магазинах

*Частично основано на данных аудита розничной торговли Nielsen в городской России за период март 2018 – февраль 2019 г. рынок подгузников, сегмент трусиков (сегмент определен клиентом); на 02 апреля 2019. (© 2019, Nielsen – ООО «ЭЙ СИ НИЛЬСЕН»)

НАШИ МАГАЗИНЫ

г. Новосибирск

- ул. Инженерная, 5/1
- ул. Первомайская, 57
- пл. К. Маркса, 3 (ТОЦ «Версаль»)
- ул. Никитина, 114
- ул. Островского, 200
- ул. Пермитина, 24
- ул. Степная, 25
- ул. Тюменская, 2
- ул. Линейная, 114
- ул. Н.-Данченко, 145/2

г. Бердск

- ул. Ленина, 6/1 (ТЦ «Астор»)

г. Искитим

- ул. Ленинградская, 19а (ТЦ «Апельсин»)

Едадил

Google play

App Store

Скидки супермаркета «Быстроном» в мобильном приложении Едадил

ДИСКОНТНЫЕ ПРОГРАММЫ

www.быстроном.рф