Натуральные продукты Алтая (3 октября 2016)



Фотографии Анастасии Житенской

Хочу рассказать о моих открытиях. Попробовала товары магазина " Образ жизни". Для себя открыла крупы из резаного зерна. До этого покупала прямо цельное зерно в магазине, но было неудобно в варке - плохо проваривалась крупа. А вот резаное зерно варится очень хорошо. Правда, я его немного замачиваю перед варкой. Получается отличный гарнир - просто вареная крупа с кусочком сливочного масла.



Из всех круп очень понравилась полбяная крупа. Но и овсяная и пшеничная тоже хороши.

Из цельносмолотой муки понравилась больше всего - полбяная мука. Попробали конопляную, но моих смутил темный цвет, который она дает, поэтому ее добавляю в небольших количествах в блины. Другие виды муки постоянно использую, как добавки в хлеб - цельнозерновую, ржаную, овсяную.



Еще открыла для себя шоколад с проросткам льна - шоколад на натуральном сахаре.



У ребят в магазине можно найти много интересного, особенно для тех, кто поддерживает здоровое питание.

Elena Tsoy (Tsoy)

Готовлю торты, пирожные, зефир и панеттоне на заказ

ТЕЛЕФОН +7 911-213-67-68

ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ @ТелеЦойка ·

https://t.me/tsoikaeast