

Тема:

КОРИСНІ ЦУКЕРКИ





ВИДИ ЦУКЕРОК:

- ❖ помадки і батончики
- ❖ льодяники і желейки,
- ❖ карамельки з різними начинками,
- ❖ іриски і трюфелі,
- ❖ грильяж і шоколадні,
- ❖ молочні та вафельні цукерки ...

Кожен житель планети споживає в середньому за рік близько 30 кг солодощів, а Україна входить у десятку країн-любителів солодкого.





Сьогодні виробники
солодощів
використовують
величезну кількість
шкідливих хімічних
речовин,
цукрозамінників,
барвників і трансжирів,
що негативно
впливають на весь
організм без винятку.

Натуральні солодощі та цукерки без цукру можуть здорово вас виручити, якщо ви вирішили зробити перерву у стосунках із магазинними ласощами.



Беремо курс на домашню кондитерську і готуємо корисні цукерки своїми руками тільки з натуральних компонентів: сухофруктів, какао, фруктових соків, горіхів...





**Пропонуємо вам взяти для
своїх експериментів такі
натуральні ласощі:**

Фініки: зміцнюють серце, печінку та нирки, покращують стан кишечника, підтримують кислотний баланс організму, сприяють розвитку кореневих закінчень мозку, посилюють здатність організму протистояти різним інфекціям, у тому числі вірусним..



Інжир: здатний усунути неполадки у шлунково-кишковому тракті, зняти запалення слизової оболонки шлунка, а також допоможе накопичити енергію та забезпечить приплив сил. Якщо хочете допомогти своїй імунній системі та вивести з організму шлаки, то готуйте цукерки з банану та інжиру.



Курага: відмінно справляється з проблемами серця і судин, а в'ялений абрикос просто знахідка для тих, хто хоче відновити рівень заліза в організмі при боротьбі з анемією. Бажаєте підвищити рівень гемоглобіну? Спробуйте корисні цукерки з кокосу та кураги!



Чорнослив: безцінний за вмістом клітковини, а тому дуже допомагає у боротьбі із запорами та зайвою вагою. Підкорегуйте свій раціон та приготуйте цукерки із сухофруктів для схуднення!



ЦУКЕРКИ ІЗ СУХОФРУКТІВ:



ЖЕЛЕЙНІ ЦУКЕРКИ:



ОСНОВА ДЛЯ ЖЕЛЕЙНИХ ЦУКЕРОК:

Фруктові соки:



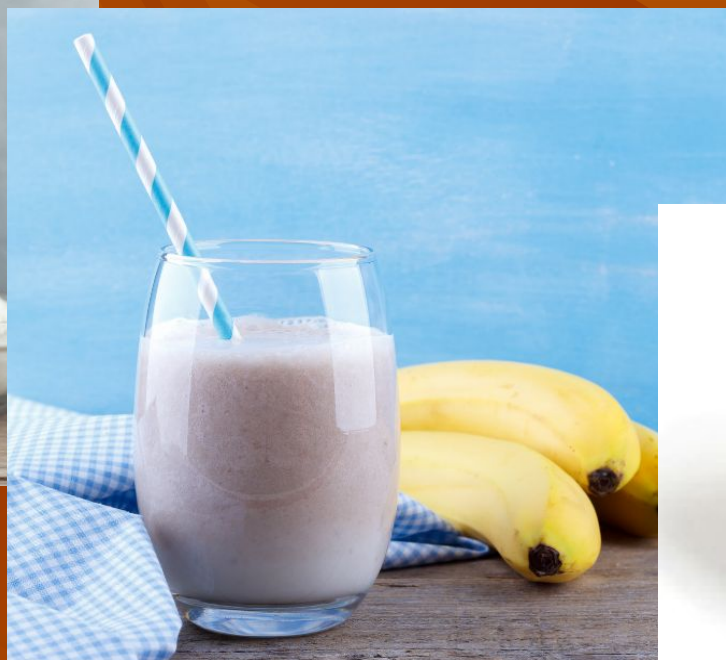
ОСНОВА ДЛЯ ЖЕЛЕЙНИХ ЦУКЕРОК:

Фруктові та овочеві пюре:



ОСНОВА ДЛЯ ЖЕЛЕЙНИХ ЦУКЕРОК:

Сиропи: молочні, молочні з какао,
молочні з фруктовими чи ягідними соками:



ЗАГУЩУВАЧ ДЛЯ ЖЕЛЕЙНИХ ЦУКЕРОК

АГАР-АГАР



- ❖ не містить калорій,
- ❖ покращує функціонування печінки,
- ❖ виводить токсини.
- ❖ Завдяки вмісту йоду, він дуже корисний для щитовидної залози.
- ❖ Крім того, він містить вітаміни B₅, E і K, магній, мідь, залізо, кальцій.

ЖЕЛЕЙНІ ЦУКЕРКИ:



ЖЕЛЕЙНІ ЦУКЕРКИ НА ОСНОВІ ГАРБУЗОВОГО ПЮРЕ:



ЖЕЛЕЙНІ ЦУКЕРКИ НА ОСНОВІ ЯБЛУЧНОГО СОКУ:



ЖЕЛЕЙНІ ЦУКЕРКИ НА ОСНОВІ МОЛОЧНОГО СИРОПУ З КАКАО-ПОРОШКОМ:



ЖЕЛЕЙНІ ЦУКЕРКИ НА ОСНОВІ МОЛОЧНОГО СИРОПУ :



**ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!
УСПІШНОГО ПРИГОТУВАННЯ!
КОРИСНОГО СПОЖИВАННЯ!**

