

Editör

Yaşamak için yemek
Yemek için yaşamak

Atıştırıp geçiştirirken kaliteyi elden bırakmayın...

Tatil döneminin en 'civcivli' sezonundan herkese merhaba... İnkâr etmemek lazım; bu dönemler yeme - içme alışkanlıklarının en rölantiye alındığı zamanlar... İster 'sıcaklardan' deyin, isterseniz yoğun 'tatil temposu'ndan, bir şekilde tam atıştırma - geçiştirme günlerinin ortasındayız... Elbette doğru bir rota çizilirse buradan bir sürü faydalı çıkarımlar yapılabilir. Mesela tatilden bir kaç kilo eksikle gayet 'fit' ve 'çikolata' p dönülebilir. Aranızdan niyetlenenler internet, blog, tv, gazete, dergi v.s ne varsa derin - geniş bir araştırma yapabilir, menüler konusunda ise size yardımcı olacak doneyi elinizde tutuyorsunuz zaten... Bu Ağustos'u sağlıklı bir şekilde, ayaküstü, atıştırarak geçirmek istiyorsanız buyurun buradan yakın..! Ekibimizin uzman şef, danışman, diyetisyen ve doktorlarından oluşan bir kadroyla "lezzetli, sağlıklı ve de hafif bir dergiye imza atık" diyebilirim. En azından biz öyle olduğuna ve başka yerde de olmadığına inanıyoruz ;)

Üstüne üstelik, gerçekliğini ispat etmek için mutfakta ilk gönüllülerde bizler olduk. Şu ana kadar bir sıkıntı yok gibi görünüyor.

Arkadaşımız Müşerref Kartaler'in ayın sebzezi olarak seçtiği Kabak ile taçlanan yaz sofraları, tecrübeli isim Ebru Omurcalı'nın atıştırmalık önerileri, Milli Takım seferinin hazırladığı madalyalı menüler, çay saati ikramlarınız için önerilen birbirinden renkli cheesecake tarifleri, Konsept Danışmanımız İnci Bak'ın yaz sofraları için ince eleyip sık dokuduğu ve de özenle hazırladığı sebzezi ana yemek çeşitleri, bu vakitlerde vazgeçilmez olarak düşündüğümüz salatalar, beğeniyle takip edilen blogger Zehra Gürbüzler Şener'den pratik yaz lezzetleri, ilgi çekecek dosya konuları, araştırma ve köşe yazılarıyla dolu, mevsimine yakışır renkli bir Ağustos sayı ile sizleri baş başa bırakıyoruz. Keyifli okumalar...

Yeni bir sayıda tekrar görüşmek dileğiyle,

Her durumdan fayda sağlayan çakrallarınız açık, neşeniz ve eğlenmeniz daim olsun...



eren.aydin@img.com.tr

f @erenaydin

t erenaydin77

i erenaydin77

Eren AYDIN