

bc^or

ДЕКЕМВРИ / ЈАНУАРИ 2014

СПЕЦИЈАЛИЗИРАН МАГАЗИН ЗА УГОСТИТЕЛСТВО
И НЕГУВАЊЕ НА УБАВИТЕ НАВИКИ

code

БЕСПЛАТЕН ПРИМЕРОК

HOW NOT TO LIVE

ШЕФЕ ВАС НАЈСРЕЌНА ДА ВИ Е!!!

ПСИХОЛОГИЈА И ХРАНА

**ВНИМАВАЈ ШТО ЌЕ ПОМИСЛИШ,
МОЖЕБИ ЌЕ ГО ИЗЕДЕШ**

ГАСТРОЛОГИЈА

**ХРАНА СПОРЕД
ХОРОСКОПСКИ ЗНАК**

БИФЕ НОСТАЛГИЈА

БЛУЗ ЗА ЧАЛАМЦИИТЕ

MAN'S STYLE

BREAKFAST AT THE BRIDGE

ВИНО

**ЗОШТО ВИНАТА ИМААТ
РАЗЛИЧЕН МИРИС?**



COVER PAGE DESIGNED BY MARIJAN BLAZEVIC

www.fb.me/BarcodeMagazine



www.barcode.com.mk




TIKVEŠ
 SINCE 1885

www.tikves.com.mk



СОВРШЕН ПАКЕТ

фиксна, интернет, VoomTV
и бесплатен лаптоп



hp HP ProBook 4540S
за 0 денари

15.6" LED екран
2 GB DDR3 RAM
320 GB HDD

СÈ ВО ЕДНО
1.779
ДЕН/МЕСЕЧНО

Зборувајте и сурфајте неограничено, гледајте дигитална телевизија и добијте бесплатен лаптоп

Изберете совршен пакет за вашиот дом со три услуги и само една претплата. ONE ви нуди промотивен пакет Fix/Net/TV Promo со кој добивате:

- Фиксна линија со неограничени разговори кон сите мобилни и фиксни броеви на ONE
- неограничен интернет со супер брзина до 10 Mbps
- најпопуларната дигитална телевизија VoomTV со 2 бесплатни уреди
- HP ProBook 4540s лаптоп за 0 денари, со подарок торба
- бесплатен Wi-Fi рутер за безжична интернет конекција

Пакетот е достапен со една месечна претплата од само 1.779 денари за сите услуги и лаптопот. Претплатата за промотивниот тарифен модел Fix/Net/TV Promo без лаптопот изнесува 999 денари. Плюс, бесплатно можете да го префрлите вашиот постоечки фиксен број во мрежата на ONE. Понудата со лаптопот е промотивна и достапна со договор на само 24 месеци.

Повеќе информации во Центарот за грижа за корисници на (02) 181

Contributors

bar
code



**Анцела Стефановска и
Маттео Барбароса**

Скопско/италијански кафе-гуруа со невиден ентузијазам да ја прошират кафе културата во сите угостителски објекти во земјава. Искалени бармени и баристи во Италија со дипломи и сертификати добиени од INEI (Национален Институт за Италијанско Еспресо), но и значајно работно искуство, денес се увозници и дистрибутери на престижното италијанско еспресо кафе Attibassi преку својата фирма ИтаБренд И.Т. Скопје.



Ина Многу Фина

Девојка што не знае што сака но знае што нејќе. Професионален хејтер на се што е урбана импровизација. Течно зборува сарказам и иронија. Дебар маалка која тренира Твитер и го уредува Оннет.



**Аријана Коскарова,
дописник од САД**

Аријана Коскарова е ко-автор на првиот урбан туристички водич "Skopje in Style". Дипломец на Филолошкиот Факултет "Блаже Конески" и на Универзитетот за туризам и менаџмент, чие работно искуство во САД ги вклучува, престижниот ланец на ресторани "Cirigliani", хотелот "Harbor View", каде за време на летниот период престојува Белата Куќа, маркетинг агенцијата "Getmeontop" и сл. Зборува 5 јазици и е добитник на престижниот сертификат за професионалност од страна на Белата Куќа.



Николина Стојанова

Преведувач во процес на подготовка на докторат од областа на компаративната книжевност, но пред се љубител на музика изложби и сè какви други настани кои го прават Скопје урбано место за живеење. Стрелец со Водолија... неуморен урбан скитач по улици... љубител на шанкови.



Бујар Муча

Познат критизер на се и сешто, не штедејќи се притоа себе си. Не-скромно еден од најдобрите готвачи-аматери во Скопје. Професионален излегувач во град, моментално во куќен притвор по своја воља. Роден во Скопје во чесно граѓанско семејство. Архитект кој непрекинато работи како проектант во своето партнерско студио Мегарон во Скопје, но и автор и коавтор на над 100 проекти во Македонија и во странство. Активно се бави со филмска и театарска сценографија кај нас и во светот, меѓу другото и на филмот Балкан-кан.



Синиша Станковиќ

Постземјотресен Скопјанец, маалски човек, (за)пишувач... За леб (читај: кебапи & пиво) заработува како новинар, а во паузите напишал неколку книги. Вљубеник во времињата со душа, почитувач на луѓето со срце и исаф, алергичен на ментална нехигиена, агресивност, паланечка завист и апамилак. Зависник од носталгијата...



Маријан Костадиновски

Има завршено Машински факултет со ниту еден ден стаж по струката. Првите чекори во медиумите ги има почнато во Студентското радио уште во далечната 1992 година. Мигрира во неколку локални радиостаници, а најдолго се задржува во „Канал 103“ и две години во Радио „Равел“. Од печатените медиуми има соработувано и пишувано за „Зрак“, „Тротоар“, Студентски збор, „Град“, „Урбан магазин“, „Форум“, најчесто прилози за музика. Уредник е на првиот електронски медиум на македонски и албански јазик „Секој ден“. Од 2005 година ја отвора првата специјализирана продавница за пиво и целосното внимание го посветува токму на таа тема, иако не ја запоставува музиката и понатаму. Од 2007 година е стручен соработник во специјализираното списание за угостителство „Бар Код“, каде што пишува на темата пиво.



Радмила Димовска

Доктор кој прв дипломирал во во својата генерација со највисок просек, со завршена специјализација по ортодонција и магистериум од областа на мултидисциплинарниот менаџмент на расцепите, докторат кој следи, објавени над 100 трудови, студиски престои и обуки низ целиот свет, навлегува и во тајните на анти-агинг медицината, естетиката и ласерската стоматологија. Пишува за Bar Code, Нова Македонија, COSMO, Бебе магазин, 24 часа здравје... Член е на деловниот совет при универзитетот American College Skopje, АДА- американската асоцијација на стоматолози, Светското здружение за анти-агинг медицина, Европското здружение на ортодонтити... Член е Ротари клубот Камен Мост-Скопје. Работи во приватната стоматолошка ординација "КРУНА МС" успешно балансирајќи меѓу четирите најважни потреби: да живееш, да сакаш, да учиш и да оставиш трага.



**Анета Коробкина,
дописник од Москва**

Високо образован и искусен професионалец во областа на угостителството, хотелиерството и туризмот. Генерален менаџер и основач на СЕК Хоспиталити Тренинг и Консалтинг. Магистерската диплома ја има добиено како почесен студент на Универзитетот „С. Ritz“ во Швајцарија, еден од десетте светски топ реномирани универзитети во оваа област. Работното искуство го стекнува во различни земји низ светот (Македонија, Турција, САД, Швајцарија, Русија и Индија) на различни позиции како што се: консултант, сервис тренер, кетеринг менаџер, менаџер на ресторан, ивент менаџер, келнер, администратор и туристички консултант.



Милена Јосифовска

Магистер по меѓународно право, долгогодишен работник во областа на Европски интеграции ангажирана преку УНДП во Владата на РМ. Очигледно е дека има најмалку професионални допирни точки со угостителството, но ако треба да избереме дописник кој е од другата страна на приказната тоа е дефинитивно Милена. Има најдобар талент во уникатно свој стил да ги елаборира стандардите на угостителството, да критикува со аргументи и да сугерира промени кои звучат лесни како песна. За себе вели дека има уште неколку работи да заврши во овој живот за потоа да стане сопственик на ресторан. Кога ја читаме, сфаќаме дека соништата се оправдани. Меѓу другото, блондинка и многу добар човек!



Ивана Симјановска

Ивана Симјановска е ко-автор и издавач на првиот Македонски вински водич, вински ентузијаст и дегустатор. Повеќе од пет години беше член на одборот на првиот Македонски вински клуб, организирајќи дегустации на вина од наши винарии, промовирајќи ја винската култура во земјава. Има широко познавање од винската индустрија во земјава и има работено како консултант за неколку винарии и вински фестивали во Македонија. Во 2012, Ивана беше член на интернационалното жири на првиот Балкански интернационален вински фестивал во Софија (BIWC 2012) како единствен претставник од Македонија. Има дипломирано англиски и италијански јазик и книжевност на Филолошкиот факултет, меѓутоа, сосема случајно запливува во винските води каде е и денес.



Филип Арнаудов

Еден од основачите на Здружението на Бармени на Македонија и потпретседател на истото. Основач и инструктор во BARevolution Центарот за Обука на Бармени. Еден од основачите на Cocktail Room првиот Mixology Bar во Македонија. Организатор на сите досегашни првенства на Бармени во Македонија, ЗБМ Барменска Лига 2010 и 2011, Bacardi Macedonia Flair Open 2011. Учесник на повеќе меѓународни натпревари во класично спремање на коктейли и во флертендинг. Победник на првиот Marie Brizard Cup во Македонија 2010 и учесник на Светскиот Marie Brizard Cup 2010 во Бордо Франција. Креатор на првиот Македонски коктейл Белегија.



Цаци Паковска

Уште еден неуморен критичар на се што нема стил во земјава. Со долгогодишно искуство по медиумите, од 2010 храбро настапува на македонскиот моден пазар со лансирање на сопствена модна марка - Стилисимо. Претходно, на неколку наврати со своите пионерски чекори во модниот бизнис се покажала и како успешен бизнисмен.



Вангел Бурјак

Енигматичарот во него би рекол дека ако место оружја вкрстуваме зборови не би имало војни... Хумористот би рекол дека ако повеќе се смееме повеќе ќе живееме... Карикатуристот ведро го потсеќа на сите наши аномалии... Но, економистот во него вели дека сепак за да живее духовното, мора да постои материјалното ...

содржина

- 08** How not to live
Среќна нова руска салата
- 11** Гастрологија
Храна според хороскопскиот знак
- 15** Man's style
Breakfast at the bridge
- 18** Психологија и храна
Внимавај што ќе помислиш, можеби ќе го изедеш
- 22** How not to live
Шефе вас најсреќна нека ви е!!!
- 24** Lifestyle
Храна за среќна нова година
- 29** Вино
Зошто вината имат различен мирис
- 34** Back to basics
Како да го смените обичниот статус на гостинот од обичен гостин во редовен гостин
- 36** Кафе
Историја во кафематот
- 38** Пиво
Таму каде што никој не пие пиво
- 39** Пиво
Есенски пивски фестивали
- 41** Бифе носталгија
Блуз за чаламџиите
- 46** Најдобар угостителски објект меѓу најдобрите за 2013
- 51** Stilissimo
Милано
- 57** Behind the bar
Се за текила
- 65** Настани
Како помина Вино Скоп 2013



УВОДНИК

bar импресум

ИЗДАВАЧ

BAR CODE Скопје

АДРЕСА

Франклин Рузвелт бр. 14,
1000 Скопје

ГЛАВЕН И ОДГОВОРЕН УРЕДНИК

Радмила Павловска

РЕДАКЦИЈА И СОРАБОТНИЦИ

Бујар Муча

Дарко Ангелески

Игор Пачемски

Маријан Костадиновски

Радмила Павловска

Ангела Стефановска

Матео Барбароса

Радмила Димовска

Цаци Паковска

Мија Костовска

Вангел Бурџаковски

Николина Стојанова

Анета Коробкина

Аријана Коскарова

Синиша Станковиќ

Милена Јосифовска

Филип Араудов

Емили Цветковиќ

Ивана Симјановска

Ина Многу фина

ГРАФИЧКА ПОДГОТОВКА

Поинтер

ПЕЧАТ

Бранко Гапо, Скопје

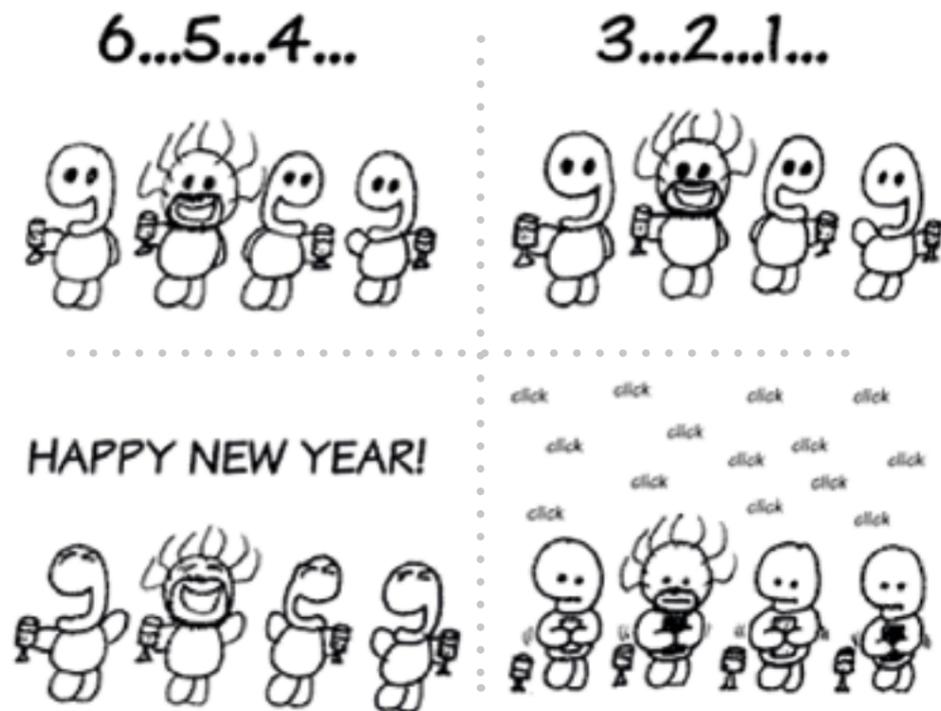
www.barcode.com.mk

info@barcode.com.mk

Цингелбел периодот повторно започнува. Одново и одново, еве веќе седма година имам потреба да ги инспирирам угостителите да бидат покреативни во своите понуди кон гостите, а на гостите да им порачам достоинствено и искрено да уживаат во периодот кој доаѓа. Дали ќе се случи тоа, ќе резимираме во јануари. До тогаш ќе ја резимираме годината која измина низ призмата на погледот од шанковите, кујните и коњопите. Ако мене ме прашате, ова беше година која, ама по ништо не беше впечатлива за македонското угостителство. Ниту добра, ниту лоша. За разлика од песимистите и оптимистите кои чашата ја гледаат како полупразна или полуполна, ние во редакцијата на Бар Код, оваа чаша со ознака 2013 ја гледаме само како две половини. Затоа не ни преостанува ништо друго освен да се надеваме дека онаа следната ќе ни донесе повеќе радост и задоволство.

Темата на овој број некако спонтано се сврте околу нашиот однос кон храната. Психологија на храна, носталгија за храна, храна на мост, храна во астрологијата, празнична храна, здрава храна, необична храна и се разбира храна со вино. И повторно, како и до сега, иако гледано од многу различни аспекти, секој соработник на Бар Код поединечно, се хармонизираше околу единствениот заклучок - дека храната е навистина премногу важен елемент на нашите животи и затоа треба да се внимава таа да биде асоцирана со убави чувства и расположенија. Такви сме ние во Бар Код, непоправливи идеалисти и бранители на уживањето. Нека не ве залажат нашите иронични и на моменти саркастични осврти на секојдневието, тоа е само обид на наш начин да вметнеме хумор во нашето гледање на работите. Во основата, секој од нас има потреба да ви ги покаже начините како да стигнете до повисоки нивоа на уживање. Затоа во овој број, од срце ви ја честитаме новата година и претстојните празници, со најубави желби да бидете здрави, весели и сакани и што повеќе да обраќате внимание на храната која ве прави среќни. А како и секоја година, нашата новогодишна порака ја завршуваме со апелот да бидете умерени одговорни во конзумирањето на алкохолот.

how not to live



СРЕЌНА НОВА РУСКА САЛАТА

Парови и друштва со парови. Најхорор варијантата за Нова Година, бетер од тоа да немаш интернет за Нова Година или струја. Ќе се собираат негде на мезе или најстрашно дома. Девојките ќе се дотеруваат како на прв дејт за во случај да заборавил дечко и колку е јака она. Ќе служи и ќе мести по масата за да, ете оваа атмосфера го потсети дека она е и домаќинка и плус атмосферџика што треба да ги појача нејзините шанси за свадба.

Пишува:

Ина МНОГУ ФИНА



Новогодишните празници се ближат и веќе секој знае каде ќе оди и што ќе носи. Освен оние што викаат дека не одлучиле, тие ќе седат дома ин а рилејшншип со торенти и ќе поминат најјако... Прво броиш денови, нагласуваш дека нема да споиме, вадиш ден два од лански одмор или боловање и фаќаш авионот. Тоа е бест кејс сценарио.

У кафана, у кафана ми се оди така... Ова обично ќе го чуеме од оние кои најгласно кажаа дека забраната на народно е супер, пошто само сељаци слушаат народно. Ама сега дека нема народно, на нив им зафали, а и така се во некое расположение ете да се олабават онака, да се смееле. Овој тип на „јас не слушам народно“ шемаџии, оди во кафани демек за да им се смее на тие што одат по кафани. Ооо ти иронијо на животот! Исто ко оние што прават дакфејс слики на ФБ за да ги исмејваат тие што

прават дакфејс слики на ФБ, зошто по некоја нивна логика ако се исмејуваш, не си еден од нив. Му рече магарето на зајакот имаш големи уши. Во оваа група на луѓе што знаат да си поминат, гардеробата е кошулче во панталоните, саковце на столчето и без кравата, дека кежуал добро? Девојките со пунџи обавезно и фустанчиња со гол грб дека еднаш е Нова Година и проаѓаат и шљокици. Мрсна сенка на очи и плав лак со по некоја ѕвезда. Златен туш само за најјаките, оние што ја препознаваат Сека Алексик на прв такт пошо еве ја мојата!!!



Диско и кафичи се одлични за да си поминеш како и секој друг ден. Само онаа што доаѓа со другарка и сега ќе има и светки на лице пошо е Нова Година.

Секс енд д сити друштвото на тазе раскинати и форевер алоун грлс ќе се внесе у филм на невиден провод. Сега кога ќе се дотераме, па кога ќе излеземе, све само на ФБ ќе постирам, да знаат дека не патиме. Сликај ме, сликај ме ма да види што убаво си проаѓам и не мислам на него, и не зборам за него. Два саати после излагање сите свертат у мобилен да видат кој кај е и како била облечена таа



how not to live

некоја. На своите слики коментираш со - си газиме... а вие у ствари си седите и си кликате. Најубаво.

Парови и друштва со парови. Најхорор варијантата за Нова Година, бетер од тоа да немаш интернет за Нова Година или струја. Ќе се собираат негде на мезе или најстрашно дома. Девојките ќе се дотеруваат како на прв дејт за во случај да заборавил дечко и колку е јака она. Ќе служи и ќе мести по масата за да, ете оваа атмосфера го потсети дека она е и домаќинка и плус атмосферџика што треба да ги појача нејзините шанси за свадба. Паровите внатре се делат на подгрупи - журкаџии, он журкаџија она намкор, она атмосферџика он тупаџија, и еден од цело друштво што мисли дека е духовит. Најстрашни се оние тазе фатените што се цикаат цела вечер. Големи друштва секогаш најдобро проаѓаат. Ако се собрани дома објаснувањето е „така интимно друштво 4 пара“.

Колку и обично и досадно да ви е околу Нова Година, сетете се дека барем последниве години не го трпиме трендингот тортура стиховни пораки и останати новогодишни текстови по смс, како и „фала и кај вас“ риплајови сабајлето. Со статус на ФБ барем тоа го решивме. Исто така, гледајте од посветлата страна што во денешно време не мораме да го гледаме Супермен на прва. Родителите не не мкнат по роднини и останати тетки-вујни-стрини да не шлагаат за честито па да се здосадуваме додека не си одиме. Ич не мораме да се осеќаме како заразни ако одлучиме да седиме дома, или да ја дочекаме Нова Година во пижами пред ТВ. Ич не мораме да се дотеруваме ако одлучиме да отпатуваме некаде и да разгледаме нов град. Се се менува, ние се менуваме, навиките се менуваат, само руската салата останува иста. ФМП.



ОВОЈ ДАБ Е ЗА ТЕБЕ!

Да се создаде пиво е да се создаде цел еден свет. Затоа, сета наша традиција, знаење и искуство ги преточивме во пиво по твој вкус!



Прилейска Пиварница

гастрономија

ХРАНА СПОРЕД АСТРОЛОШКИ ЗНАК

МЈ

За мене темата хороскоп е една од подосадните. Не дека јас ја занемарувам астролошката емпирика на оваа значајна област, туку едноставно ми пречи малициозноста на која астрологијата секојдневно се сведува. Имате муабет во кафуле од типот “Он е Девица, а ти Лав А? - Лелеее бе маци, жал ми е за него, жив ќе го изедеш!” или иде понатаму “Шо имам една пријателка маж и Близнак и она има дознаено дека за цело време додека се во брак он да ти имал друга” па после “Скорпи се многу добри во кревет и имаат продорен поглед” и врвот на сè “Науми дека ќе биде и бидна, Бик!”

Хороскопот знае да биде и интересен. На пример кога ќе го начекате на ТВ помеѓу две дневно политички емисии и кога ќе ви раскаже дека баш таа недела ќе добиете на лото и дека љубовта на вашиот живот е до вас само не ја забележувате и кога ќе се подзамислите ќе сфатите дека до вас освен хаусмајсторот што никако да го поправи казанчето, нема апсолутно никој друг. Или на пример читате хороскоп на фризер додека фризерката

ви ја раскажува најновата диета потврдена од нутриционисти од сабајле турско кафе на гладно без шеќер, виршла и полусварено јајце.

Хороскопот кога не се двои од својата суштина знае да биде и тоа како интересен. Појдете од тоа дека астролошката карта ја утврдува медицинската конституција на едно лице. Според тоа експертите кои се занимаваат со медицинска астрологија можат да ги утврдат и медицинските состојби за одредени лице, а според тоа да диктираат и соодветен начин на живот вклучително и исхрана.

Добро познато е дека астролошките знаци се поделени на оган, земја, воздух и вода. Огнени знаци се овен, лав и стрелец и за нив се вели дека поседуваат најмногу виталност и енергија. Воздушни знаци се близнаци, вага и водолија и се втори на ред по енергичност. Водни знаци се рак, скорпија и риби кои се емоционално најчувствителни и склони кон промени. Земјени знаци се бик, девица и јарец кои се одликуваат со најголема цврстина и издржливост. Еве што вели астрологијата за начинот на исхрана за секоја група на знаци:

**Огнени знаци:
овен, лав и стрелец**

Огнот владее со телесните функции на согорување и апсорпција на храната. Тој го прочистува системот преку согорување на отровите, вирусите, бактериите и габите. Поради тоа се проценува дека огнените знаци лесно се борат со заболувања.

При висок оган

Нивната астролошка конституција природно е склона кон високи температури. Но затоа кога оваа огнена енергија не е балансирана се вели дека овие астролошки знаци “ке прегорат”. Вишокот огнена енергија може да премине во висок крвен притисок, проблеми со кардиоваскуларниот систем, чиреви или инфламации. Затоа, овој вишок на огнена енергија се балансира со земање на храна која е ладна и потешка или пак храна која споро согорува.

Се препорачува:
житарици и зеленчук

Да се избегнува:
зачинета храна и црвено месо

Лекување со:
камилица, лимон, валеријана

При низок оган

Кога огнот е стивнат можно е да се јават потешкотии при борба со заболувања како и неадекватно варење на храната. Јадете лута храна, лесна, сува и ароматична. Избегнувајте ладна храна.

Се препорачува:
лимон, јогурт, лут зеленчук како на пример
лук, сенф, рукола

Да се избегнува:
млечни производи и млеко

Лекување со:
дигестивни стимулатори како на пример цимет,
лук, ѓумбир, сенф



**Воздушни знаци:
близнаци, вага, водолија**

Воздухот владее со нервниот и циркулаторниот систем како и со движењето, перисталтиката и дишењето. Воздушните знаци лесно можат да бидат стимулирани, тие имаат брзи но и сензитивни умови кои лесно можат да бидат исфрлени од контрола.

Премногу воздух

Кај овие знаци се јавува хиперактивност, неуморност, чувствителни мисли, анксиозност и истоштеност како и сува коса и кожа, несоница и губење на меморијата.

Се препорачува:
зеленчук варен на пареа, бадеми, лешници, ореви

Да се избегнува:
свежа храна, житарици, тестенини, бел шеќер

Лекување со:
ензими кои помагаат за соодветна апсорпција
на хранливи материи

Недоволно воздух

Кога овој елемент е низок се јавуваат потешкотии со протокот на енергија во телото. На слабиот нервен систем му се потребни минерали како калциумот и магнезиумот како и стимулатори на циркулацијата. Потребно е да се јаде избобиле од свежа храна и цусови од зеленчук. Житариците се неопходни за да го зајакнат нервниот систем.

Се препорачува:
гинко билоба, лук, ѓумбир, јогурт, кефир

Лекување со:
корен од данделион



**Водени знаци:
рак, скорпија, риби**

Елементот вода владее со системот за репродукција и телесните течности: крв и лимфа. Водата го лади организмот. Водните знаци се исклучително чувствителни на околината, особено кога станува збор за габии, бактерии

и вируси. Здравствените проблеми кај водните знаци се најчесто поврзани со емоциите. Водните знаци се склони кон апсорбирање на негативна енергија од околината. Тие имаат склоност да ги преувеличуваат проблемите, нивните здравствени проблеми најчесто доаѓаат во циклуси.

Вишок на вода

Лицата од оваа астролошка група се карактеризираат со споро варење на храната и спор метаболизам. Поради вишок на течности често се јавуваат цисти, тумори, отоци и кандиди. Вишокот на вода се манифестира и како проблем со тежината. Поради тоа често им се препорачува намалено консумирање на млечни производи, намалување на внес на течности, промени на начинот на исхраната и физичка активност. Вишокот на вода се балансира со исхрана која е лута, сува и лесна.

Се препорачува:
зеленчук варен на пареа, грав, овошје

Да се избегнува:
масна храна, млечни производи, бели печива,
леб и сол

Лекување со:
жалфија, диуретици како на пример магдонос,
лук и маслинови лисја

Недоволно вода

Во случај на недостаток на вода се јавуваат проблеми со ослободување на отрови од телото. Се јавува дехидратација и проблеми со спиењето. Се јавуваат симптоми како на пример сува кожа и коса како и тешкотии при апсорпција на хранливи материи. Се препорачува зголемување на внес на течности и топли бањи. Лубеницата и краставицата помагаат за балансирање на оваа состојба. Треба да се избегнува пост како и изложување на топлина и сонце и зголемено внесување на сол.

Се препорачува:
јачмен, ориз, овес, млечни производи и
природен шеќер

Да се избегнува:
грав и природни диуретици како морков,
целер, зелка и аспарагус

Лекување со:
овошни сокови



**Земјени знаци:
бик, девица, јарец**

Елементот земја владее со скелетот и е клучен за растот, репродукцијата и обнова на ткивото. Земјените знаци обично имаат проблеми со тежината. Прејаднувањето и тешката храна обично придонесуваат кон поголема „приземјеност“ поради намалената физичка активност и спориот начин на живот. За овие знаци се вели дека имаат убави заби. Тие имаат зајакнато чувство за поврзаност со земјата, истакната сила и издржливост. Тие се најодбивни кон сезонските настинки од било кој друг знак.

Премногу земја

Премногу земја води кон поголема тежина на телото, мрзеливост и битка да се надмине инертноста. Варењето на храната и метаболизмот се спори, се јавува склероза, зголемено акумулирање на калциум како и длакавост.

Се препорачува:
овошни салати, зеленчук на пареа,
зачини, сокови, супи и чаеви

Да се избегнува:
тешка храна

Лекување со:
лути зачини како на пример бибер и ѓумбир

Недостаток на земја

Потребно е “приземјување”. Овие лица ги избегнуваат своите тела и немаат јаки инстинкти за тоа што им е потребно. Потребни им се рутини кои би ги стабилизирале и би им дале чувство на сигурност. Потребно им е повеќе спиење отколку на другите знаци.

Се препорачува:
месо, компири, интегрални житарици, млечни про-
изводи, зеленчук, сирење, путер, шеќер и масло

Да се избегнува:
овошје и жива храна

Лекување со:
жен шен





BREAKFAST AT THE Bridge

man's style

но задоволување на мотивот на глад, без никакви социјални нус појави и импликации.

Кај луѓето, мотивот на глад и неговото сузбивање трансформирало со развојот на човечката интелигенција и со еволутивните процеси на цивилизацијата. Човекот најпрвин измислил начини како да ги складира и сочува намирниците, а потоа со тек на времето совладал вештини на подготвување и на термичка обработка на храната. Експериментирајќи со неа креирал нови вкусови и ароми кои ги споделувал во својата социјална средина. Храната од ден на ден станувала средство за меѓусебна размена на искуства. Станувало се поинтересно да се јаде во друштво, да се слави со храна и да се слави вкусната храна. Сузбивањето на елементарната глад се повеќе станува крајно интимен чин, сличен на одењето во клозет (кое патем е исто така хомеостатички мотив). Во сите останати пригоди луѓето подготвуваат и консумираат храна за да се дружат, да импресионираат, да понтицираат и да заведат. Преку храната се организираат свадби, коктейли, team building-зи, состаноци, семинари, чочеци, дочеци... Претседателите на САД преку превезот на молитвениот доручек ги собираат највредните човечки примероци од планетата на заедничко дружење. Честа и се по популарна е праксата на градските татковци на светските метрополи да организираат доручеци со сограѓаните еднаш годишно на стратешки места во нивните градови со цел низ дружење да се запознат со проблемите и предизвиците на своите сограѓани од различни социјални и интелектуални слоеви.

Следејќи ги позитивните трендови на практикување на власта во светот, кабинетот на скопскиот градоначалник на чело

Пишува:

Буцо МУЧА

Неизбрианот



Не знам дали во своето неколку годишно постоење, ова списание се занимавало со феноменот на гладот во нашата средина. Според Марица по Психологија, гладот е хомеостатички мотив присутен кај животните и кај луѓето. Се јавува при недостаток на храна во желудникот, а се манифестира со раздрозливост и евидентна физичка слабост. Се сузбива со консумирање на храна, при што како пропратна појава се јавува чувство на задоволство.

Одреден број на животни, особено домашните миленичиња многу често овој мотив го сузбиваат со прекумерно внесување на храна. Животните пак, што живеат во дивината храната ја трошат рационално знаејќи дека секоја следна потрага по неа е нова опасност и нов предизвик. И кај едните и кај другите видови на животни исхраната останала само базич-



JOHNNIE WALKER
WHERE FLAVOUR IS KING

man's style



со самиот тој, веќе трета година го организираат торжесетвениот и величествен Доручек на Мостот. И додека дебитантскиот обид пред три години личеше на разулавано стампедо на пензионери во потрага по храна, ова издание на Breakfast at the Bridge беше пример за организираност и посветеност кон грижата за граѓаните. Најпрвин се организираше конкурс за избор на подобни јадачи на доручек со комплетно нејасни критериуми за избор. Потоа во предвечерието на големиот настан, преку медиумите на народот му се обрати самиот Директор на Средното Угостителско Училиште кој со смирувачки тон го опиша квантитативно и квалитативно приготвениот оброк за Избраните, не заборавајќи притоа да ја истакне калоричната вредност на секој оброк поединечно.

Коментарите на Избраните на самиот настан беа различни, но најчесто се осврнуваа на фактот дека пилешката салама лани била далеку поквалитетна. Имаше и такви кои што тврдеа дека по трет пат доаѓаат под принуда. Многу парови на Метузалема беа раздвоени, па присутниот од парот со гнев се прашуваше како може било што по педесет години да ги раздвои и бараше калоричен Breakfast Pack и за избраничката на неговиот стомак.

Никој жив не го спомна Градоначалникот и неговиот кабинет, никој не спомна дали нешто го мачи или му се допаѓа во градот. Никој кутар не ни знае дека целта на овие доручеци е дружењето на Градоначалникот со претставници од различни социјални и интелектуални слоеви во градот. Не сум веќе сигурен ни дека Градоначалникот тоа го знае.

Скопјанец сум и обично во последно време ми е постојано срам што сум тоа. Меѓутоа во деновите околу Breakfast at the Bridge, ме фаќа таков резил што посакувам да сум дел

од Избраните на мостот, па во стампедото предизвикано од пилешката салама некако да се наденам на врбите на Искра и да се спасам.

www.restorani.com.mk



GOT A LITTLE CAPTAIN IN YOU?

УЖИВАЈТЕ ВО АЛКОХОЛОТ ОДГОВОРНО

ВНИМАВАЈ ШТО ЌЕ ПОМИСЛИШ, МОЖЕБИ ЌЕ ГО ИЗЕДЕШ



Можете да го јадете најздравиот оброк, но ако тој е проследен или му претходат токсични мисли, тогаш и варењето на храната ќе биде буквално токсично, бидејќи недоволно искористените прехранбени производи отпуштаат вид отрови во нашето тело, па тие понатаму се таложат како масти и целулит, а тоа е токму она што нè учи современата култура да го одбегнеме!

Во очи на празниците за време на кои се јаде повеќе од она што сечиј желудник може да собере, ние како народ, а верувам и многу други народи, се опседнуваме со храна до тој степен што се преработуваат тони пиперки, се конзервираат тегли и тегли туршии, се прават огромни подготовки, па дури и се товат прасиња, сè, само да има доволно храна за време на празниците. Ваквото однесување ме тера на размислување. Хранењето е нешто што рутински го правиме. Понекогаш, кога сме преокупирани со други работи, храната се сведува на нешто толку вообичаено и неважно, толку поплатно, што не ни помнине што сме јаделе, ниту со кого, а уште помалку сме одвоиле време да уживаме во нејзиното консумирање. Во

Пишува:

Николина СТОЈАНОВА



такви моменти се снаоѓаме со геврек од улица, сендвич кој нема никаков вкус, чоколатце, што и да е, па дури и кафе со многу шлаг, само колку „желудникот да не работи на празно“. Јадењето го сведуваме на нешто толку банално бидејќи ни одзема време од други поважни работи. Од друга страна, не постои ниту еден битен момент во нашиот живот кој не бил пропатен од длабоко промислено мени, традиционални рецепти и адети, соодветни мезиња за соодветни пригоди и ред други протоколи. Оттука, можеме да претпоставиме дека храната, како неизоставен дел од нашите потреби и навики, и нашиот однос кон неа не е само едноставно задоволување на физиолошките потреби, туку е и неизоставен дел од тоа кои сме, од нашето и ментално и психолошко битие, од нашиот однос кон нас самите.

Некогаш, ѝ придаваме големо значење бидејќи го менува нашето расположение, нè спасува од депресивни или тажни мисли, му дава значење на нашиот живот кога ја делиме со луѓето кои ни се важни, но храната има и темна и не толку популарна страна кога некои граници се преминуваат. Кога храната станува опсесија, влегуваме во борба со нас самите, се трудиме да изгубиме неколку килограми а влегуваме во магичен круг на не-решавање на суштината на проблемот. Некои култури имаат изразено фетишизен однос кон храната. На пример, Јапонците и Французите, имаат исклучително хедонистички контекст кога консумираат храна, иако можеби оние источњаци се далеку поперверзни; но Американците на пример, тотално ја побркале работата. Имено, во нивната култура, здравата храна и здравиот и млад изглед се во постојана конфронтација со брзата храна, огромниот број на морбидно дебели, константните емисии за здрава исхрана и неможност да се изборат со тој проблем. Колку повеќе се преокупираат со храна толку повеќе се појавуваат проблеми кои се поврзани со неа. Ситуацијата дури може да биде и загрижувачки алармантна кога во предвид се земаат сите оние млади луѓе со тела на моржови, и потоа сите оние останати со тела на Памела Андерсон и години на Клинт Иствуд.

Кога станува збор за тоа како ја третираме храната, треба да имаме на ум дека и таа нè третира нас. И тоа не во моментот кога ја јадеме, туку уште и порано, во моментот кога мислиме

на неа, кога се прашуваме што да јадеме а што би било добро за нас. И уште нешто, некогаш не му веруваме на stomакот кога ни вели дека сме сити, ама затоа, скоро секогаш им веруваме на очите, особено ако јадењето е сервирано на начин што ни се допаѓа. Целиот контекст во кој консумираме храна влијае на нашето физичко но и ментално здравје. Така, периодите од денот во кои се храниме, со кого го споделуваме тоа искуство, каде сме во тој момент, се фактори од кои зависи дали добро ќе ги метаболираме хранливите состојки кои ги внесуваме. Се разбира дека контекстуализација во која се чувствуваме добро и опуштено, сигурни во себе дека нема да се здебелиме ако си дозволиме нешто пржено, уживаме во секој залак, ќе се рефлектира позитивно на целокупното наше битие, а особено на емотивниот аспект. Тоа се мали ритуали кои ни даваат смисол, во кои не носиме маски и не се преправаме дека сме нешто што не сме, и секако дека тоа позитивно ќе се одрази и на нашето чувство за самопочит и генерална сатисфакција во животот. Доколку имаме негативни мисли, дека некое сочно парченце свинско би нè здебелило, би го зголемило бројот на мастите во крвта (а се заборава на фактот дека мастите се потребни за оптимално функционирање на метаболизмот), дека правиме нешто што е „непристојно“ што негативно ќе се одрази на нашето здравје, ако го мразиме оброкот поради овие причини а длабоко го посакуваме, тогаш ваквите ставови ќе се одразат на целата здравствена состојба на личноста.

Не би требало да забораваме ниту на фактот дека луѓето се под огромно влијание од средината дури и кога станува збор за внесување храна. Овие процеси се толку несвесни и толку одлучувачки за нас, што секој поединец би требало да биде свесен за тоа. Ако сме опколени со луѓе кои јадат повеќе од

вообичаено, ако се толерира гојазноста и не се презема ништо во врска со тоа, ако се грицка постојано и се станува од кревет во доцните ноќни часови за да се „нападне“ фрижидерот, тогаш и ние ќе го правиме истото, односно ќе ги преземеме и прифатиме оние навики кои се толерираат во нашата средина. Некои студии покажуваат дека особено жените се подложни на ова. Во секој случај, другарките ни се најголеми поддржувачи и најмногу нè фалат, па ако тие ни кажат дека изгледаме добро во фустан што ни е 2 броја помал, ќе го прифатиме тој став без око да ни трепне! Експертите по маркетинг се добро запознаени со овие социјални однесувања и нивните ефекти се користат во многу реклами и пропаганди посветени на консумирањето храна. Не секоја храна која содржи висок процент маснотии е лоша за нашето здравје, а сепак повеќето потрошувачи би избрале продукт со етиката за ниска масленост. Од друга страна, ако храната содржи помалку маснотии не значи дека содржи и помалку калории и не значи дека поради тоа треба да ја внесуваме повеќе. Напротив, склони сме да ја внесуваме повеќе поради заблуда дека е таа добра за нас. Луѓето кои се на диета имаат сериозен проблем бидејќи се бават со храната повеќе од другите и оттука ѝ посветуваат повеќе непродуктивно внимание. Окупираноста со храната е како секоја друга опсесија - не остава простор, ниту време да посветиме ментално внимание на нешто друго. Ако одредена храна содржи етиката на која пишува дека тој производ е здрав, 35% од нас се склони да изедат повеќе од неа! Лошото расположение нè тера да јадеме лоша храна, но и лошата храна предизвикува во нас лошо расположение. Компулсивното грицкање или фазата „морам да изедам чоколадо!“, или станувањето навечер, откако цел ден сте се воздржувале од прекумерно јадење, и ништење на сè што фрижидерот содржи, и те како предизвикува серија негативни емоции кои се надоврзуваат една врз друга.

Претпоставувам сè започнува со грижа на совест, с’трв да се проба, да се касне, да се дојаде последното залче што три саати отпосле сè уште ви предизвикува мачнина; потоа доаѓа негативната перцепција за нас самите,



прекорувањето зошто не сме покажале карактер кога требало, прекорување за сопствената попустливост, брзо донесената решителност дека дефинитивно ќе сторите нешто во врска со тоа, слична борба неколкуте наредни дена, и секако, на крај, се наогате на самиот почеток, а веќе сте поминале недели или месеци во решавањето на тоа клучно прашање. Ваквите чувства и страни нутриционистички навики понатаму ќе имаат уште поголеми последици и во некои случаи можат да ги преминат границите и да имаат фатални последици, скраја да е! Нешто на што сме толку навикнати и што ни е реално неопходно станува долгорочен секојдневен проблем, и единствено што сме успеале да направиме е што сме се впуштиле во потфат кој нас не' консумира целосно, како битие; сме направиле каша попара од нас самите и нашата личност. Од друга страна, некои истражувања докажуваат дека луѓето кои генерално јадат здрава храна се и здрави личности во комплетна смисла на зборот. Овој зеленчукот во свежа форма, не се само здрави за нашиот метаболизам и состојбата на дигестивниот систем, тие се корисни и за нашата општа добросостојба. Се смета дека овие луѓе имаат оптимистички и здрав начин на посматрање на работите. Консументите на свежи производи исто така имаат позитивно видување за нивното тело, оттука и нивната самодоверба но и целокупниот светоглед се движи во позитивна насока. Кај нив не постојат тие постојано опсесивни мисли за тоа колку калории а колку масти се внесува денес. Тие едноставно внесуваат, метаболираат и продолжуваат понатаму. Тие не трошат време на мерење калории на секој производ, немаат грижа на совест по изеденото чоколадо, си дозволуваат од време на време да се впуштат во гурмански екскурзии и продолжуваат понатаму со животот. Тие не прават фетиш од нешто што се подразбира дека ни треба, не го посветуваат целото нивно време на изнаоѓање вистински „здрави“ прехранбени производи. Исто така, кај нив постои несвесниот механизам,

дека јадењето свежо овојшје и зеленчук денес, ќе резултира со позитивно расположение утре.

Кога станува збор за нашите прехранбени навики, треба да се има на ум и фактот дека не само што консумираме храна, туку внесуваме идеи во нашето тело! Одредени истражувачи сметаат дека најважниот конструктивен елемент во нутриционистичкиот метаболизам е однос што го имаме кон храната. Овој однос не се базира само на сопствените ставови и гледишта, туку во многу случаи, во поголема или помала мера, се базира и на општествено устоличените норми и навики кои ги имаме во однос на тоа кога јадеме, што, со кого, како, какви ритуали имаме или не за време на некој ручек или вечера, што се смета за прифатливо јадење од кого (затоа мажите во ресторани нарачуваат стекови, а жените салати), како не' учеле бабите што е добро а што не е за јадење и ред други општествено предизвикани околности и несвесни конвенции. Личниот однос кон храната е сумата од нашите најинтимни мисли и чувства во врска со она што го јадеме. Ако замислиме дека пред нас има две идентични порции, нема да има двајца луѓе на планетава кои еднакво ќе изреагираат на она што го гледаат, тие ќе имаат различни чувства и различно ќе ја доживуваат понудената храна. Оттука, тие и различно ќе ја метаболираат и на различен начин ќе ги искористат хранливите состојки од неа. Ова понатаму, влијае на поединечната телесна тежина, оваа пак влијае на перцепцијата која ја имаме за нас самите, ова пак влијае на менталната слика... и веројатно веќе го сфатите синџирот на односи и причини и последици. Еден илустративен пример бил следниов: замислете си благо стопен чоколаден сладолед и како имате огромна желба да одлижете од тој ладен крем, па потоа да си продолжите со комбинацијата малку корнет малку сладолед, и се така полека, до крај, дури го снеса. Во овој случај, хипоталамусот (оној дел од мозокот што контролира глад, жед, телесна температура, сон и одредени наследни однесувања) ќе ја протолкува ваквата состојба како позитивна информација, бидејќи реално задоволството од лижењето на ваквиот сладолед не се разликува по хемиски состав од некое инакво задоволство, и ќе ја препрати до дигестивните органи. Овие

пак, ќе почнат да работат од кеф, ќе го стимулираат варењето на храната, ќе ја изметаболираат темелно, што значи дека хранливите состојки ќе се искористат максимално, а впрочем и калориите ќе се согорат како што треба. Но тука повторно има едно големо „НО“ - ако претходно споменатиот сладолед ве доведува до искушение, па се думате дали да го или дали да го не, чувствувате вина или грижа на совест, хипоталамусот ќе го сфати ова како негативна информација и ќе прати инхибиторски сигнали до дигестивните органи. Овие пак, ќе се пазат како ќе работат, нема да ги искористат нивните потенцијали максимално, и сладоледот нема да заврши како разграден продукт. Уште повеќе, инхибиторските сигнали во нервниот систем ќе доведат до смалување на капацитетот за метаболирање, па така она што не чини од сладоледот ќе заврши како масни наслаги. Оттука, многу е важно да се сфати дека мислите што ги имаме, гаиме, негуваме и востануваме во врска со она што го јадеме, се претвора во биолошко-физиолошка реалност во нашето тело преку работата на централниот нервен систем. Нервниот систем не прави разлика меѓу реална или замислена опасност, ниту прави разлика помеѓу кокаин и чоколадо. Секоја негативна мисла, чувство на срам од сопственото тело кое може да се нагрди од лоша храна, било каков суд или предрасуда поврзана со консумирањето храна, мозокот го толкува како стрес фактор. Тоа значи дека, можете да го јадете најздравиот оброк, но ако тој е проследен или му претходат токсични мисли, тогаш и варењето на храната ќе биде буквално токсично, бидејќи недоволно искористените прехранбени производи отпуштаат вид отрови во нашето тело, па тие понатаму се таложат како масти и целулит, а тоа е токму она што не учи современата култура да го одбегнеме! Спротивно на ова, можете да му се препуштите на најкалоричниот оброк и со восхитување да ги голтате залаците, и ако вашето срце и глава се на вистинското место, хранливоста која ви е потребна од вашето јадење ќе биде поцелосно искористена и нема да ви предизвикува целулитни главоболки.

Гледаме дека навиките, психолошките predispozicii и општествените норми се огромен дел од кулинарската култура, но се и темел на личниот однос кон она што го јадеме. Во крајна линија, го јадеме она што сме, а храната ни враќа на начин на кој ние ја третираме неа. Од друга страна, некој рецепт, или одлично подготвен оброк може да се спореди со форма на уметност. Некој имал концепт што и како да искombинира, внимавал како ги користи зачините и во кој сооднос, размислувал кое вино најдобро би го придружувало оброкот, и кој десерт најдобро му „лежи“; некој го готвел тој оброк со љубов и внимание, му посветил нежност и креативност, ја внел идејата дека и други ќе уживаат во истото јадење и создал ремек дело, без разлика дали е рецепт од ресторан со 5 ѕвездички или домашно подготвен ручек. Зар не заслужува целата оваа храна на светот, и сите овие егзотични и помалку провокативни рецепти да им се посветиме како што заслужуваат?! Зар сите тие мирудии, комбинации на невозможни вкусови, кои се огледало не само на одредена култура и традиција, туку и актуелен обид да се експериментира и одново создава со нив, не заслужуваат должно внимание, и љубов и почит кога се консумираат? Она што го правиме кога јадеме всушност си го правиме на нас самите, и оттука лично не ја разбираам потребата за идеална тежина, идеален изглед и идеално здравје. Здрави сме во онаа мера во која се однесуваме кон нас самите здраво. Животот ни го подарил она прекрасно нешто наречено храна, зар уживањето во неа треба да се заборава на сметка на различни „здрави“ препарати, или квази-нутриционисти кои ќе ве убедат дека е докажано на пример, дека жалфијата го забавува процесот на стареење? По мене, и таа една брчка плус, и тоа едно килце плус на колковите, и целулитот кој знае да се појави и да не' засрами, се доказ дека знаеме да јадеме, дека знаеме да уживаме и оттука знаеме и да живееме... Затоа од љубов кон животот, дајте ѝ малку љубов и на храната, и таа ќе ве сака подеднакво многу!



how not to live

ШЕФЕ ВАС НАЈСРЕЌНА ДА ВИ Е!!!

Многу сакам предновогодишни забави, собирачки, афтер уорк парти и останати собирања овој период. Последната недела пред Нова година е најдобро, тогаш се корпоративните забави и секој што знае некој може да упадне на гага журка и да се промафта во ВИП филм на спешл гест стар. Мене сепак ми се хит собирањата од фирма. Да речеме ручек. Тие од сметководство нафенирани навнатре, секогаш спастрени. Секретарката најмодерна и најгласна дека најглавна. Се спојуваат маси како за на состанок, се редат луѓе по масите и на чело седи шефот. До шефот седи неговиот најверен „шефе вие сте најдобар“ колега. Од другата страна седи „шеф уана би“ во сенка. Најутепаниците ги чекаат овие моменти за да покажат дека они само на работа се сериозни инаку на собирачки се јаки атмосферички и шегознајачи. Овие ќе ви кажат виц од 2005-та година и ако не се смеете, ќе ве прашаат дали сте го сфатиле, пошто немогуќе таква пресмешнока да не ве преврти. Ако успеете да се извадите од овие журкации пазете да не западнете во најкулока лобито, другарките што се дружат на работа. Овој тип на другарки го најдоа својот живот на работа, другарките најверни и единствени им се од работа и една комшика имаат со која пијат кафе. Овој тип на собирања и патронат прослави им се тамам пошто тоа е моментот кога они ќе го разбудат „Ибицата“ во себе. Меѓу нив секогаш има една најоткачена која ако живее во Маџари ја нарачува „Маџарица млада“ и паѓа во транс од креативнока и откач. Пеат, се вртат, играат, живеат дека мора да се чукнеме сите и да се стане, па најхрабриот и здравица ќе каже а шегацијата ќе го дополни. Шефот тоа ќе го одобри со едно хехе и таа природна атмосфера на забава ќе стане поопуштена и пренајјака. Колешките ќе нарачуваат песни и ќе се наоѓаат во нив, а мажите строго ќе се вртат околу шефот и ќе фаќаат муабет со него, пошто некоко знаат дека шефот баш во овие кежуал моменти може да види иден шеф или менаџер од тие околу него, пошто со ракија и шопска сите многу подевелоперски размислуваат.

Некои од колегите кои се одамна тука почнуваат со муабето од типот - ти текнува ли кога почнувавме, шега чуена сто пати и

Пишува:

Ина МНОГУ ФИНА



никад смешна. Барем една колешка на масата мора да има која ќе глуми тешка аристократија и ќе кути пошто она кај све не била у животов па сеа доживљај и е тука да седи со колегице, глупости. Она и така не може да ги гледа секој ден.

Јадењето е обично скара а се пие виски, пошто сите секогаш пијат виски исто како и шефот. Ако шефот пие пиво сите секогаш пијат пиво. Нарачувањето е секогаш со многу пропратни пресмешни шеге. На келнерот му се обраќаат како на личен слуга „дечко, дај му на шефот од таа нашата знаеш...“, и секогаш се работи за ракија без бандерола што ја прави шурата на газдата во Неготино. Сам ја пече, таква не си пробал шефе.

После таа забава е правата забава, се продолжува било каде, пошто пола од нив едвај успеале да излезат од дома и не се луди да се соберат одма. Почнуваат да се дружат меѓу нив и тука се вадат флертања, пецкања, навреди и све што си оди после многу забавна вечер. Оние што глумат дека имаат живот куцкаат пораки во сред ноќ некому што исто така нема поапаметна работа сред ноќ.

Како и да е, овие журки се супер ако не пишеш многу и не се брукаш ко што знаеш. Пошто утре треба пак да идеш на работа и многу е глупо да дознаеш сабајлето дека си му викал на шефот „Шефе, без лутење ама врска немате“ или на секретарката „раскрени тањириве и оди свари кафе“. Односот према персоналот многу ќе каже за вас во такви официјални средби така да не се опуштајте во „слушај брат“ нарачки. Журките со цела фирма се како добра и лоша вест. Добрата е што се еднаш годишно, лошата е што се секоја година. ФМП.



Jägermeister

ICE COLD



Drink Responsibly
jagermeister.com

lifestyle

ХРАНА ЗА СРЕЌНА НОВА ГОДИНА

Пишува:

Д-р Радмила ДИМОВСКА,
МСц, спец. по ортодонција,
ласерска ортодонција и anti-aging
Круна МС



Секоја Нова Година луѓето низ светот јадат најразлична храна со цел да ја повикат среќата да ги дружи во следните 365 денови. Додека некои народи јадат нудли, други овошје, сите јадења имаат за цел да донесат среќа, напредок и здравје. Без разлика дали сте суеверни или не, погледнете го списокот на свечени новогодишни јадења. На крајот, ако не успеете на овој начин да ја повикате среќата, барем ќе влезете во новата година со полн стомак.

Долги нудли

Во Кина, Јапонија и други земји од Азија традиционално се јадат долги нудли, бидејќи симболизираат долговечност. Истите не смеат да се скинат или скратат, затоа при подготвување само набрзина се пропржуваат на силен оган.



Свинско

Во дадени земји, вклучувајќи ги Куба, Шпанија, Португалија, Унгарија и Австрија, прасињата се симбол на напредок. Некои велат ова е затоа што прасињата никогаш не се движат рикверц, додека пак други веруваат дека истото се должи на начинот на којшто јадат, т.е. со муц-

ката кон напред и нушкаат додека бараат храна. Според верувањето среќата не ја привлекува само прасечкото месо, туку и секоја друга храна во форма на прасе (колациња, на пример). Не сме исклучок ни ние од ова.



Тркалезно овошје

Иако бројот на парчиња што треба да се изеде варира од држава до држава, јадењето тркалезно овошје за Нова Година е честа традиција. Во Филипините традицијата вели дека треба да се изедат 13 парчиња вакво овошје, бидејќи бројот 13 се смета за среќен во оваа земја. Во САД и Европа бројот е 12, како бројот на месеци во годината. И во двата случаи, овошјето се јаде бидејќи наликува на монета и бидејќи е благо.



Риба

Кинескиот збор за „риба“ звучи слично како зборот за „изобилие“, па оттаму рибата е симбол за добра среќа. Рибата во Кина се служи заедно со главата и опашката со цел и среќата да биде целосна во текот на целата следна година.



*** Ултра тенки
порцелански ламинати-**



- * Zirconium порцелански коронки и мостови
- * Моќно ласерско белење на забите
- * Естетска стоматологија
- * Титаниум импланти
- * Ортодонција
- * Безбојни алајнери - Invisalign by KRUNA MS
- * Дигитален Рентген кабинет
- * Најсовремена заботехничка лабораторија

- * Anti-aging третмани
- * Хирургија на лице, вилицы и врат - максилофацијална хирургија

2011/12

Superbrands

Macedonia's Choice



СЕ ОД СОВРЕМЕНАТА СТОМАТОЛОГИЈА

lifestyle

Калинки

Калинките се симбол на добра среќа во Турција од многу причини: црвената боја која е симбол за човековото срце и означува живот и плодност; медицинските поволности кои ги носи кои се симбол на здравје; и нивните многубројни тркалезни семки кои се симбол на просперитет - сите нешта што ги посакуваме за новата година.



Леќа

Популарно јадење во Италија за Нова Година е „Cotechino con Lenticchie“ (зелена леќа со колбаси). Ова доаѓа од зелената боја на леќата и нејзиниот изглед кој наликува на монети. Традицијата оди понатаму и вели дека додека се вари, леќата набабрува, што симболизира растење на богатството. За леќата се верува дека носи среќа и во Унгарија, каде повеќе се јаде во вид на супа.

Харинга

Во Германија, Полска и Скандинавија постои верување дека доколку јадете харинга кога часовникот ќе отчука полноќ, т.е. почеток на новата година, тогаш целата година ќе биде исполнета со изобилие. Ова верување потекнува од таму што харингата ја има во изобилие насекаде низ западна Европа. Исто така, сребрената боја на харингите потсетува на сребрени монети - добар предзнак за среќа во иднина.



Зелен зеленчук

Од брегот на јужен САД до Европа, на Нова Година се јаде зелен зелјест зеленчук, како зелје, блитва и зелка кои заради бојата и изгледот наликуваат на банкноти. Според верувањето, колку повеќе јадете од оваа храна, толку повеќе среќа и успех ќе ве следат во текот на следната година.



Црноок грав

Црноокиот грав се смета дека носи среќа бидејќи наликува на парички и го има во изобилие. Овој грав е застапен во голема мера во јужниот дел од САД и традиционално се служи во јадење наречено „Hoppin' John“. На 1ви јануари, ова јадење од „Hoppin' John“ се преименува во „Skiprin' Jemmy“, со што се покажува умереност/штедливост и се поттикнува просперитетот во новата година што следи.



Леб од пченкарно брашно

Иако се јаде низ целата година, лебот од пченкарно брашно е особена новогодишна посланица во јужниот дел од САД. Зошто? Бојата на ова лепче потсетува на злато. За дополнителна доза среќа, се додаваат и зрна пченка кои наликуваат на парченца злато.

Како и да е... Се што ќе изедете во новогодишната ноќ секако ќе ве направи среќни... Само не претерувајте со јадењето... ќе треба да држите диета...

Среќна Нова Година



IT'S NOT SCOTCH.
IT'S NOT BOURBON.
IT'S JACK.



Maturity isn't just about whiskey. Please drink responsibly.

JACK DANIEL'S AND OLD NO. 7 ARE REGISTERED TRADEMARKS © 2009 JACK DANIEL'S, TENNESSEE WHISKEY ALCOHOL 40% BY VOLUME (80 PROOF), DISTILLED AND BOTTLED BY JACK DANIEL DISTILLERY, LYNCHBURG (POP. 361), TENNESSEE.

На здравје...
...со Здравје!



ПРОИЗВОДОТ Е ДОСТАПЕН ВО ПОГОЛЕМИ ПАКУВАЊА



info@mlekarazdravje.com.mk www.mlekarazdravje.com.mk (02) 32 17 54 1



ВИНО

ЗОШТО ВИНАТА ИМААТ РАЗЛИЧЕН МИРИС?

Пишува:
Ивана Симјановска



За да се опише миризливоста на виното се употребуваат различни термини. Најосновниот термин е арома и се однесува на пријатен мирис кај виното за разлика од непријатен мирис кој најчесто може да се однесува на мана кај виното. Терминот арома не треба да се поистоветува со терминот буке кој пак се однесува на мирисите кои се добиваат при хемиска реакција како ферментација и стареење на виното.

Аромите во виното се составени од неколку стотици испарливи (непостојани) состојки, во концентрации кои се движат од неколку мг/л до неколку нг/л, па дури и помалку. Прагот на мирисниот фактор на овие состојки исто така може да варира значително. Последователно на ова, влијанието на миризливоста на испарливите соединенија во виното зависи од концентрациите и видот. Одредени соединенија присутни во количина на трагови, изразени во нг/л, може да имаат голема улога во аромата, а други соединенија пак, кои ги има во поголеми количини, може само значително да придонесат. Понатаму, влијанието на секоја компонента на привлечноста на аромата на едно вино, зависи од специфичните квалитети на виното.

Комплексноста на аромите на виното, поради која тешко се изучуваат, се должи на различноста на процесите кои се дел од нивното создавање:

1. **Метаболизам на грозјето**, кое зависи од сортата, како и почвата, климата и техниките за менацирање на лозјата.
2. **Биохемиски феномен** (оксидација и хидролиза) кои настануваат пред ферментацијата, предизвикан за време на естрахирање на гроздовиот сок и масцерација.

ВИНО

3. Ферментација на метаболитите на микроорганизмите кои се одговорни за алкохолни и малолактични ферментации.

4. Хемиски или ензимски реакции кои настапуваат по ферментацијата, за време на зреење на виното во садови, буриња или шишиња.

Некои од идентификуваните компоненти на арома се следниве:

1. Метоксипирозини

- мирис на трева и пиперка кој најчесто може да се најдат кај каберне совињон и совињон блан

2. Монотерпени

- одговорни за цветните ароми кај сортите грозје како гевурцтраминер, мускат и ризлинг. Вклучувајќи ги и гераниол, линалол и нерол.

3. Норисопреноидите

- каретеноид добиени од ароматичните компоненти како мегастигматриенон кој ги дава некои од нотите на зачини кои ги има кај сирато. Останатите норисопреноиди вклучуваат малина кетон кој дава ароми на малина кај црвените вина, дамаскенон кој дава ароми на роза кај пино ноар и ванилин.

4. Тиол-сулфур

- содржи компоненти кои може да дадат ароми на лук или кромид кои се сметаат за мана кај виното. Тие исто допринесуваат кај некои ароми кај вината добиени од една сорта грозје како каберне совињон, гевурцтраминер, мерло, петит мансенг, пино блан, пино гри, ризлинг, семијон и силванер.

Миризливите соединенија кои се наоѓаат во грозјето (карактеристични за одредена сорта, клима и почва) играат поголема улога во квалитетот и регионалниот карактер на вината отколку било која друга ароматична состојка. Овие соединенија се одговорни за аромите кај вината добиени од грозје од една сорта. Терминот арома кај вината добиени од грозје од една сорта, не треба да се однесува на тоа дека секоја сорта грозје има карактеристични испарливи соединенија. Всушност, истите миризливи соединенија и нивните прекурсори се наоѓаат во ширата и вината на неколку сорти грозје во иста фамилија, како и некои овошја и растенија. Индивидуалниот ароматичен идентитет на вината кои се направени од една сорта грозје се должи на бескрајните различни комбинации и концентрации на различните соединенија. Секоја сорта грозје дава вина со карактеристични мирисни компоненти и покрај тоа што секое вино има свој карактер во



однос на местото од каде потекнува грозјето, клима и почва, во следниве неколку реда ќе ги дадеме општите препознатливи мириси за некои вина добиени од една сорта грозје:

КАБЕРНЕ СОВИЊОН

Младите кабернеа имаат ноти на цреси, сливи и црни рибизли, а зреените кабернеа пак имаат ноти на мармалад и џем од црни рибизли. Генерално, во земјите од Новиот свет, кабернеата имаа понегласени овошни тонови, додека во земјите од Стариот свет понегласени се земјените тонови. Во регионот Бордо во Франција, кабернеата имаат ноти на темјанушки кај вината од Марго, во Поилак ноти на графит, а пак Сент Жулиен кедар и пури. Каберне совињонот од Тоскана има нагласени ароми на цреша, кабернеата од Сонома на анасон и црни маслинки, а од Напа ноти на црвено и црно овошје. Јужно-африканските кабернеа имаат нагласени ноти на кожа и тутун, а австралиските на зелена пиперка, пеперминт и еукалиптус. Кога каберне совињонот се остава да зрее во дабови буриња, аромите на ванила и зачини, карактеристични за дабот, ги надополнуваат аромите на црна рибизла и тутун кои се карактеристични за оваа сорта грозје.



ШАРДОНЕ

Иако шардонето е релативно неутрална сорта, која своите ароми најчесто ги добива од тероарот и климата каде се одгледува, постојат различни ароми кај оваа сорта. Шардонеата од Бургундија имаат ноти на лешник и марципан. Австралиските шардонеа имаат цитрусни ноти, па се до ноти на лубеница, праска, шеќерни бомбони. Доколку шардонето е ферментирано или зрее во дабови буриња,

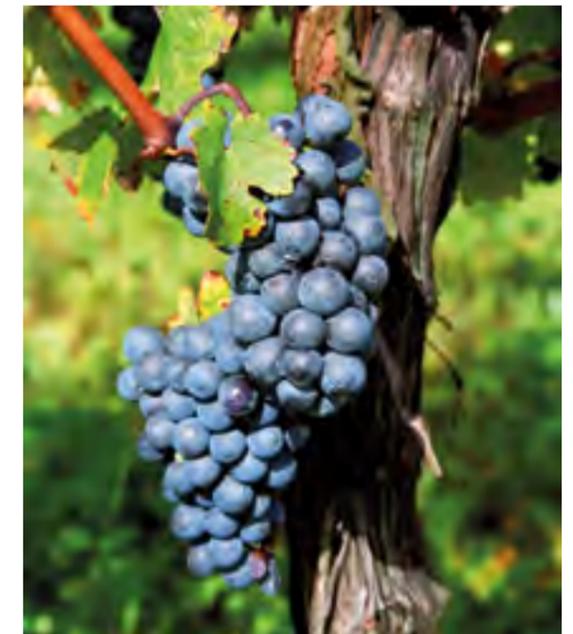
ВИНО

развија кремasti ароми и ароми на карамела, кокос, зачини, цимет, каранџиче, чад и ванила, а доколку се зрее на талог, добива свилена структура и ароми на лешник. Ферментација на шардонето на пониски температури, дава ароми на манго и ананас.



МЕРЛО

Вината добиени од оваа сорта се најчесто со средно тело и имаат ноти на боровинка, слива, рибизла. Италијанските мерлоа се со карактеристични лесни тела и растителни ноти. Мерлоата од Калифорнија, поточно Сонома, имаат ароми на слива, листови од чај и цреша, додека оние од Напа зрела боровинка и црни малини.



ВИНО

СОВИЊОН БЛАН

Можеби едни од најпознатите совињони блан се новозеландските со изразени ноти на аспарагус, рибизла и зелени тонови зелена пиперка и зелен бибер, а со зреење овие ароми преминуваат во ароми на пасифлора и шимшир. Австралиските совињони имаат ноти на праска и зелен лимон.



ВИНСКИ РЕЧНИК

ЕДНОСОРТНО (вино од една сорта грозје)

Кога виното е произведено од една сорта грозје (без блендирање), а виното го добива името според сортата грозје, се нарекува едносортно (вариетал).

ЛЕСНО ТЕЛО

Вина што даваат впечаток на леснотија во устата. Ова чувство е предизвикано од ниска содржина на алкохол (заедно со недостигот од танини и интензивни вкусови).

НОВ СВЕТ (вина од Новиот свет)

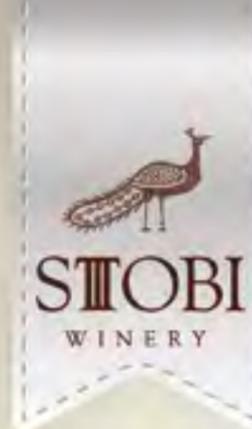
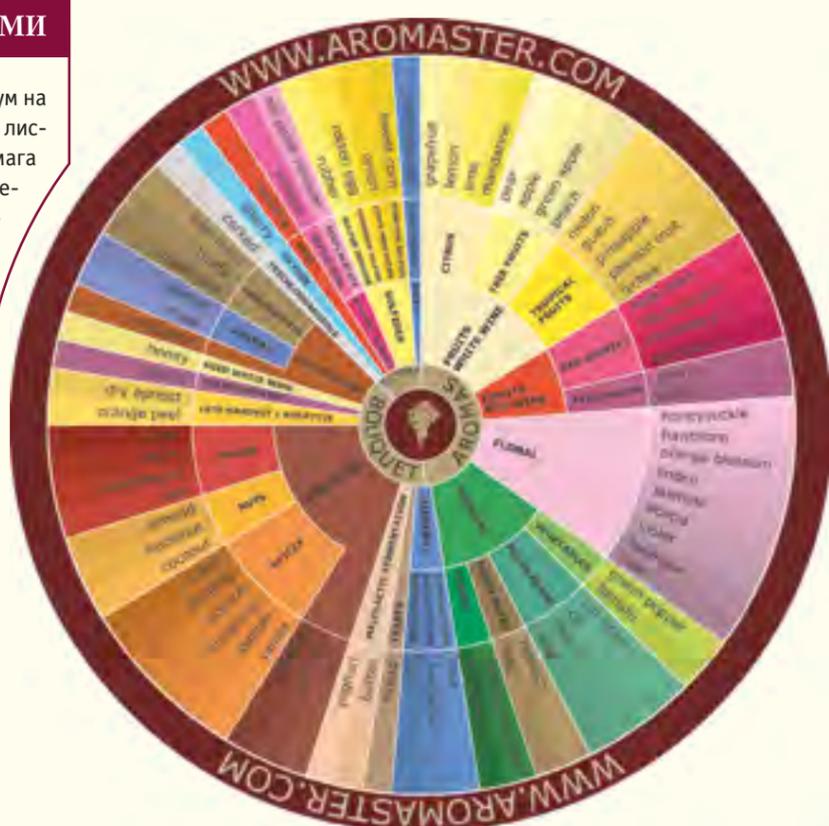
Вина кои се произведени во традиционалните вински региони во Европа и Средниот исток - Аргентина, Австралија, Канада, Чиле, Нов Зеланд, Јужна Африка и САД.

СТАР СВЕТ (вина од Стариот свет)

Вина кои се произведени во земјите со многувековна традиција на винопроизводство - Европа, Северна Африка и Блискиот исток.

ТРКАЛО НА АРОМИ

Тркалото на ароми е изум на Ен Ц. Нобел кое содржи листа на ароми кое им помага на професионалните дегустатори да ги идентификуваат аромите на тој начин што во себе ги листаат потенцијалните ароми на виното кое го дегустираат.

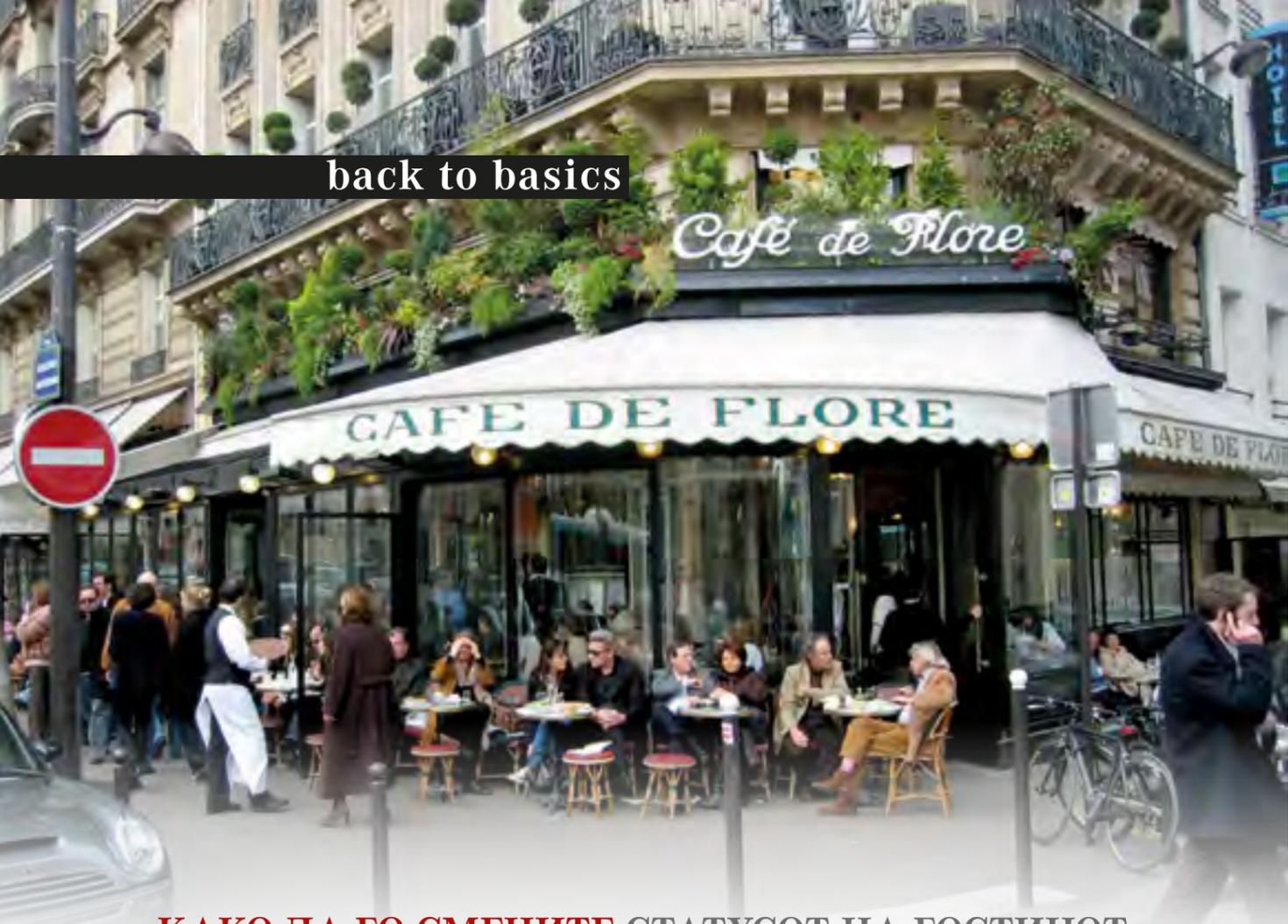


Ништо помалку
од совршенство,
ништо помалку
од злато



"NOVOSADSKI SAJAM" 2013, Serbia: Merlot Barrique 2011 - Gold medal, Aminta 2011 - Gold medal

"BALKAN WINE COMPETITION" 2013, Bulgaria: Merlot barrique 2011 - Gold medal, Aminta 2011 - Gold medal



КАКО ДА ГО СМЕНИТЕ СТАТУСОТ НА ГОСТИНОТ ОД ОБИЧЕН ГОСТИН ВО РЕДОВЕН ГОСТИН?

Новата година полека се приближува а јас се надевам повеќето од вас размислуваат што и како понатаму со вашиот угостителски бизнис, нови идеи, ново мени, нови предлози... Но дали размислувате како да го смените статусот на вашите многу обични гости во редовни или посветски кажано - лојални?

Јас веднаш морам да ве разочарам и да ви кажам дека вашата обична услуга нема да го направи тоа за вас во новата година. Размислете што можете да им понудите на гостите за да ги задржите? Јас можам да кажам само дека треба да се потрудите да понудите инзвонредна услуга со висок квалитет на производот кој го нудите (хотел, ресторан, спа центар и итн.)

Дозволете ми да ви дадам еден пример: Од сите мои патувања можам да кажам дека сум повеќе или помалку задоволна - авиолинии, хотели и ресторани. Но тоа е тоа, само задоволна, го добивам оној обичен редовен сервис но таа обична услуга нема да ме направи лојален клиент/гостин кон ниту една авиокомпанија, хотел или ресторан. Потребно е нешто повеќе, оној мал екстра чекор поради кој јас ќе се почувствувам посебно.

Пишува:

М-р Анета КОРОБКИНА

дописник од Москва



На едно од моите патувања, во Париз, шетаваме и сакавме да најдеме автентичен француски ресторан каде ќе дегустираме вистинска француска храна. Кој бил во Париз знае колку ресторани има и знае дека не е лесно да се направи избор. На секој чекор и речиси секоја втора врата е ресторан. Но, ние се одлучивме за еден мал ресторан кој изгледаше како излог од продавница. Се беше одлично, вкусно и пријатно како и во повеќето ресторани. Но, откако ја направивме нарачката, сопственикот на ресторанот дојде на нашата маса, се претстави, со пријатна насмевка не праша од каде сме, во разговорот покажа колку се гордее на фактот што сме го одбрале неговиот ресторан, ни ја подаде својата лична бизнис карта и не покани да дојдеме и да го посетиме неговиот ресторан кога повторно ќе бидеме во Париз. На, крајот пред да си одиме не поздравил уште еднаш и ни подари медалики

(мали француски колачиња). Дали ќе го посетам пак овој ресторан кога ќе бидам во Париз? Уште и прашуваме, со задоволство. Тоа беше екстра чекорот кој многу од угостителите (хотели и ресторани) го пропуштаат за да претворат услугата од обична во извонредна.

Еве 5 чекори кои можат да ја прават разликата :

1. Топли и пријателски одговори.

Кога ги среќавате вашите гости или зборувате по телефон, тие сакаат да се почувствуваат пријатно и да забележат дека вие сте среќни да им помогнете и услужите. Многу пати вработените не обрнуваат внимание на тоа со кој тон разговараат со гостите, па и едно "добро утро" може да звучи лошо. Значи зборовите и стандардите на поздравување не се толку битни, поважно е како ќе звучи тоа поздравување кога ќе го кажете.

2. Гостите сакаат да се чувствуваат важни.

Гостите знаат дека имате и други гости, но секој сака да се почувствува важен. Обрнувајте внимание на мали детали и на тоа што гостите сакаат, а потоа искористете го тоа во позитивна насока. Многу гости едноставно обожаваат ако им се обратите со нивното име.

3. Гостите сакаат да бидат слушани.

Слушањето е веројатно најважната вештина која треба да ја развите ако работите во оваа индустрија. Ако сакате вашите гости да ги разберете, треба отворено да слушате

што зборуваат и како зборуваат, а со тоа ќе можете да ги разберете и нивните емоции и да реагирате на истите.

4. Флексибилност.

Гостите не сакаат да го слушаат одговорот "Не". Секако дека нема да бидете во можност секогаш да одговорите со да, но наместо да кажете "Тоа не може да се направи" подобро кажете "ние можеме да ви понудиме...". Обидете се секогаш да бидете позитивни и флексибилни затоа што многу гости се презадоволни кога ќе направите нешто и нешто различно а не да дејствувате по стандардниот шаблон. Секогаш кажете му на гостинот што можете да направите, а не она што не можете.

5. Брза реакција и решавање на проблеми.

Кога нешто ќе тргне наопаку, гостите сакаат нивниот проблем да биде решен брзо. Никој не сака да слуша оправдувања, кој е виновен за настанатата ситуација или зошто тоа се случило, тие само сакаат брзо и ефективно да се реши нивниот проблем. Искористете ги проблемите за да научите повеќе и секако да не се повторат. Не секогаш се е сјајно, но ако брзо го решите проблемот гостинот пак ќе ве пофали.

И повторно ќе кажам - не треба да правите нешто невозможна да го промените статусот на многу гости во редовни гости, само она малку екстра внимание и љубов.



кафе



ИСТОРИЈА НА КАФЕМАТОТ

Во Италија од самото појавување, кафето е предизвикало вистински бум. Првата кафетерија се отвара во Венеција во 1683 година, на плоштадот Сан Марко.

Во 1750 година во Венеција Карло Голдони ја издава книгата "La Bottega del Caffè", инспирирана од шарениот свет на луѓе, идеи и размислувања кои владееле во кафетериите. Во истите години во Милано, Пиетро Вери го издава списанието "Il Caffè".

Во 1700 и 1800 години, и покрај експанзијата на кафето тоа останува привилегија само на високата класа. Го пијат филозофи, уметници, поети и политичари. Станува пијалок на илуминираните и целиот универзум околу него добива огромен престиж.

ТРАДИЦИОНАЛНА МАШИНА ЗА ЕСПРЕСО

Подоцна во почетокот на 20-от век, во Италија се создава првата машина за подготвување на кафе со систем на притисок и пареа, која во текот на годините ќе стане дел од секоја кафетерија и бар во светот. Во 1901 год. италијанскиот инжињер Луиџи Безера од Милано создава модел на кафемат, кој ги подготвува кафето по пат на екстракција,

Пишуваат:
Анџела СТЕФАНОВСКА,
Матео БАРБОРОСА
Attibassi cafe



создавајќи пијалок со густо тело, силен вкус и дотогаш непочувствувани ароми - Италијанското Еспресо. Овој модел на машина и денеска го произведуваат оние фабрики кое се насочени повеќе кон традиционалното на сметка на модерното.



кафе



МОДЕРНА МАШИНА ЗА ЕСПРЕСО

Кога зборуваме за модерното, на 5 септември 1938 година Achilles Gaggia ја патентира својата машина за еспресо, а подоцна во 1946 година веднаш по Втората Светска Војна основа компанија која започнува со производство на првиот модерен кафемат во светот. Неговата машина поседувала револуционерен клип кој ја испумпувал водата низ меленото кафе под висок притисок, и на тој начин за 15 секунди истекувала една доза на еспресо со густа крема (кајмак) и феноменален вкус и арома, всушност и во сите кафетерии ширум Милано стоел натпис "кафе крем од природно кафе". И така започнала еспресо манијата... Фабриката Gaggia постои и денеска, и сеуште произведува модерни машини за еспресо.

Модерната мануелна машина на Gaggia, ја доусовршува фабриката Фаема која во 1961 година ја произведува првата машина со пумпа која го носи името E61, оваа машина иако е доста копирана, до ден денешен претставува една од најстилските и најубавите машини за еспресо што некогаш е произведена.

Модерните машини за еспресо кои денеска се најраспространети се најчесто автоматски или полуавтоматски. Автоматските се разликуваат од полуавтоматските по тоа што



имаат предодредено време на екстракција на еспресото, додека кај полуавтоматските баристата ја контролира екстракцијата преку единствено копче.

Паралелно со развојот на технологијата низ годините, се развиле и модерните машини за еспресо, па така денес можеме да сретнеме и електронски кафемати кои се карактеризираат по електронските плочи кои се наоѓаат во нив, преку кои се сетираат параметрите. Од електронскиот панел се одредува температурата и притисокот на водата. Автоматски ја контролираат температурата на млекото при матење благодарейќи на сензорот поставен на тубата за пареа. Уште еден модел на кафемати кои поретко се среќаваат во кафетериите се и суперавтоматските. Овие машини користат автоматска технологија, која ја сведува работата на баристата на минимум. Програмирани се за да мелат, дозираат, притискаат, вршат екстракција и го отстрануваат талогот. Екстракцијата на кафето кај овие модели е обично со низок квалитет бидејќи за разлика од другите, овдека недостасува фундаменталната функција на баристата.



ТАМУ КАДЕ ШТО НИКОЈ НЕ ПИЕ ПИВО

Пишува:
Марјан КОСТАДИНОВСКИ

Beershop

Постојат некои земји во светот кои не се особено препорачливи за туризам - дали поради зачестените немири, тероризам, корупција или нешто сосема друго. Сега ќе ви дадам уште една причина повеќе за да не ги посетувате воопшто. Токму така - во овој текст ќе направиме една мала класификација на држави каде што никој не пие пиво

За да ги подредиме топ 10 земјите каде што потрошувачката на пиво се движи кон нулата, користевме податоци од Светската здравствена организација. Во сите наведени земји освен една (Хаити) официјално е регистрирано нула за потрошувачката на пивото.

АВГАНИСТАН

Добредојдовте во Авганистан - земјата во која локалните разузнавачи фрлаат сулфурна киселина во шишињата пиво, за да ги отрујат странските окупатори. Во Авганистан, која е позната и како голем производител на хероин и марихуана, алкохолот официјално е забранет. Но сепак, тоа не е пречка да купите пиво во специјализирани продавници.

БАНГЛАДЕШ

Типично за земјите со муслиманско население, употребата на алкохол е забранета и во Бангладеш. Сепак студено пиво може да се отвори во некои барови и хотели со посебна дозвола. Има и продавници - во сопственост на државата - кои продаваат пиво и жесток алкохол за туристите.

ЛИБИЈА

Во минатото Либија беше многу популарна дестинација за градежните компании од Македонија. Но ниту Либија не се разликува многу од горните две држави во омразата кон алкохолот. На YouTube врие од клипови на кои Либијците кршат огромни количини шишиња со алкохол. И тука главна опција е да се купи пиво на црниот пазар.

МАВРИТАНИЈА

Оваа африканска држава е една од најсиромашните на континентот - не може да понуди којзнае какви опции за ладно пиво во жешките денови. Увозот и употребата на алкохол се забранети, па сепак мора да се потпираат на претприемачкиот дух на рестораните.

ПАКИСТАН

Ако сакате да развиете бизнис со пиво во Пакистан, сепак нема да ви биде толку тешко, бидејќи државата дели лиценци на луѓе од другите религии, различни од исламот за да се занимаваат со оваа дејност.

САУДИСКА АРАБИЈА

Ништо не треба да ве чуди во држава во која локалните жители може да бидат осудени на смрт само поради тоа што разговараат со претставници на други религии. И во оваа земја употребата на алкохолот е најстрого забранета.

СОМАЛИЈА

Во Сомалија не се реткост масовните полициски контроли за алкохол, апсења и пресуди за поседување на алкохол. Не дека и тука нема црн пазар, но снабдувањето се обезбедува главно со помош на "пиратите", со кои Сомалија води голема војна.

СУДАН

Во почетокот на 2013 година суданскиот министер за туризам Мохамед Абдул Карим ал-Хад изјави дека нема да дозволи присуство во земјата на туристи кои "пијат алкохол и одат по дискотеки и разголеми на плажа". Наместо тоа тој им препорачал на туристите да пијат млеко од камила.

ЈЕМЕН

Во рестораните и хотелите на Јемен може да се најде пиво, но да го пиете на сопствена одговорност. Во 2012г група на мажи налетале на хотел во кој се служел алкохол, и почнало да се пука од сите страни па дури и се запалила зградата оставајќи неколку десетици повредени и човечки жртви.

ХАИТИ

Единствената држава во нашата листа, каде што СЗО предвидела макар и мала потрошувачка на пиво. Ова веројатно се должи на фактот дека Хаиканите сакаат "тврд" алкохол - познати се по својата љубов кон пијалците често содржи и метил аcohol, поради што се познати и по високата смртност од алкохол.

СОВЕТ: Доколку мора да патувате во некои од наведени-ве земји воздржете се од алкохол зошто тоа може скапо да ве чини.



ЕСЕНСКИ ПИВСКИ ФЕСТИВАЛИ

PINT BOXBIER FESTIVAL, АМСТЕРДАМ

Доколку сакате да уживате во силно пиво и жива музика на северот во Европа, посетете го амстердамскиот пивски фестивал, тн бокбиер, што значи темна и тешка врста на пиво чиј процент на алкохол варира од 6 до 10 степени. Слично на ароматичните белгиски и некои германски пива. Повеќето пиварници во Амстердам како Хајнекен и Амстел за овој повод прават по еден тип од ова пиво.

ПИВСКИ ФЕСТИВАЛ BLUMENAU, БРАЗИЛ

Дали може да замислите да слушате германска музика со помош на хармоника додека пиете пиво во керамичка кригла во срцето на Јужна Америка? Таа слика не е ништо невообичаено во бразилскиот град Блуменау во покраината Санта Катарина, каде што се меша германската и бразилската култура, на традиционалниот пивски фестивал. Од 1983 г кога е прв пат одржан за да се соберат пари за настраданите во поплавата фестивалот во Блуменау стана најголем пивски настан во светот после минхенскиот Октоберфест. Покрај пивото колбасите и германската носија, овде сепак е неизбежна и самбата.

FREIMARKT, БРЕМЕН

Со оглед на тоа дека првиот фестивал се одржал во 1035 г се смета воедно и за најстар пивски фестивал во Германија, И покрај тоа тој сепак нуди весела и опуштена атмосфера а целиот град каде што се одржува се претвара во голема улична забава или забавен парк. Фестивалот секоја година е посетуван од околу 4 милиони посетители а се слави 17 дена во последните две недели од Октомври.

GREAT AMERICAN BEER FESTIVAL, ДЕНВЕР

Големият пивски фестивал во Денвер собира повеќе од 500 пиварници од цела Америка, Истовремено преку

50 илјади посетители имаат тешка задача да одберат кое им е најдобро од повеќе од 2000 видови на пиво. Освен дегустацијата судиите мора да се посветат и на најтешката задача која ја имаат а тоа е да го одберат и наградат најдоброто во категорија. Покрај претставници од пиварниците од цела Америка овде присуствуваат и домашните производители тн ентузијастички кои со пивските вкусови и ароми експериментираат во сопствениот дом.

KITCHENER WATERLOO OKTOBERFEST- КАНАДА

Задоволете го вашиот интерес за Канада и нејзините обичаи и посетете го овој деветдневен фестивал на пиво во Онтарио кој се одржува една недела пред најголемиот национален празник кон крајот на Октомври. Покрај дегустација на разни видови на пиво посетителите на овој фестивал наместо колбаси јадат сочни палачинки. Фестивалот се одржува без прекин од 1969 година, а со текот на годините како што тврдат организаторите станува најголем баварски фестивал во Северна Америка.

BITTER AND TWISTED BOUTIQUE BEER FESTIVAL, АУСТРАЛИЈА

Маитланд Гаол некогаш бил најстрого чуван затвор и дом на бројни криминалци. Овие денови љубителите на пиво се собираат на ова место во Австралија. Организаторите добиле идеја да најхрабите посетители ги прошеатаат низ затворот, а нудат и курсеви за изработка на пиво и многу музика и храна од сите делови од светот. Само бидете сигурни дека ќе знаете како повторно да "излезете на слобода".

ESSEN, KERSTBIER FESTIVAL, БЕЛГИЈА

Една недела пред Божиќ, организаторите - за пивопијците од регионот од Есен во Белгија-за посетителите подготвуваат избор на селектирани пива кои ќе ве лансираат во "празничното" расположение. Сепак се е многу цивилизирано зошто пивото се дегустира во чаши од 1,5 децилитри. Се работи за единствениот фестивал во Белгија кој нуди само специјални божикни пива. Белгиските божикни пива се достапни во сите бои и вкусови и ги има околу 100-тина на овој фестивал.



FINE HERBAL TEA

Vitea

ВРЕМЕ Е
ЗА ЧАЈ!Vitea чаеви за 100%
енергија и виталност


www.vitaminka.com.mk

бифе носталгија

БЛУЗ ЗА ЧАЛАМЦИИТЕ

Што ќе им се на тоа богатите странци, толку пари, кога не знаат да живеат? Абер да се немало од уживање! А бе, да не знаат ни да се најадат и напијат до балчак, да се претапанат, онака машки, балкански. Се додека во срца до колена, не допрат до песна за херојските им претци, загинати во тежок бој за слобода ем човечки правдини, или барем да залипаат за невозвратените ишарети на селските убавици и за скршените срца на оставените млади моми за мажење, поради печалбата

Пишува:

Синиша СТАНКОВИЌ



Пред едно чудо години, во минатиот век, кога работев во една таверна на Крит, онака шашардисан од мирисот на скапите пури на богатите, белосветски гости, што удираше директ во глава, послано од „подморницата“ („коктел“ - чашка узо нурната во кригла пиво, задолжително испиен на екс, за да застане чашката од узото на врвот на носот на среќниот пијач со црвено лице и со бел круг од пивската пена од криглата, се до веѓите), редовно им се чудев на распиштолениите западњаци кои, со ококорени очи, збрлавуваа од радост што на чинија како раткапна од тркало на „сканија“ добиваа парченце месо, со димензии како новиве, дешни осминки бурек, и испрскано

со 6-7 капки некаков сос... Па, воодушевени од уметничкото дело на готвачот, де мирисаа, де се свереа, де дегустираа залче по залче од тоа мевцето, со минимални голтки од вината со гламурозни етикети, за кои јас им ги менував кофите со мраз.

Немаше дерт и сечење вени, немаше паѓање во севдах и дробено стакло (и на најбрзите критски ора, во кои западњаците, оперирани од осет за ритам, несмасно се сенсаа, се фрлаа само чинии од гипс или дури и листови од роза), немаше хаос... Се така, мирно, со насмевка, одмерено. Лапни залче, сркни голтка... Добро, толку млад и отпојке зелен, секако дека не можев да ја прикријам ироничната насмевка, кога си ги галеа ме-



бифе носталгија

вовите, демек, прејадени. Со келенерите и шанкерите, голтари од јужна Европа и северна Африка, си разменуваме мајтап-погледи, на минување, имитирајќи ги мирисањето на виното во чаши како аквариумот од мојата детската соба и сечењето & палењето на пурите, чудејќи им се на умот... А тие, толку поинаквите од нас, секоја вечер, се така безгрижно, среќни до еуфорија, со прскалките и знаменцата од сладоледот во рацете, ќе си заминае во ресортите, каде во баровите околу базените ги чекаше бесплатната пијачка за лека ноќ. Оставајќи редовно дебел бакшиш и знаменца од нивните земји и ветувајќи на прошталните вечери, дека повторно ќе дојдат следното лето...

Јас, пак, никако не можев да сфатам - како заспиваат луѓено живи гладни, мислам, со онакво гоа-каснување, во количества доволни за просечен гулаб од ескадрилата на маалскиот ни гулабар. Потоа, во утринските часови, пред да заспиеме премалени на полските кревети, меѓу вреќите компир во магацинот, со скарацијата од соседната, ни оддалеку не толку репрезентативна таверна (здраво момче „из једно село, ту близу Лесковац“, кое со гола тупаница ги омекнуваше големите „Т-боун“ јунешки стекови, за да ги потпече на огин за неговите, не толку репрезентативни гости), дебатиравме на тема - што ќе им се на тие богатите, толку пари, кога не знаат да живеат? Абер да се немало од уживање! А бе, да не знаат ни да се најадат и напијат до балчак, да се претапанат, онака машини, балкански. Се додека во срца до колена, не допрат до песна за херојските им претци, загинати во тежок бој за слобода ем човечки правдини, или барем да залипаат за невозвратените ишарети на селските убавици и за скршените срца на оставените млади моми за мажење, поради печалбата... Се думавме

така, со тогашниот ми сонародник, алчно кинејќи ги и цвакајќи ги големите парчиња месо од недопечените „Т-боун“ стекови кои ги „заштедел“ во двете дневни смени, за разликите меѓу нив - блазираните и нас - вечно гладните&жедните... се додека сонот не ќе ни ја прекинеше вечерата/појадокот. Море, и на сон се прашувавме како некој може да ужива само со незачинета салата, две кремнадлички од јagne-цицалче, прелиени со сос од шумско овошје, и чаша-две вино? Кога, душата, си сака многу повеќе...

Потекнувам, нели, од маало во кое „Ли-Ли“ (литро најевтино бело или розе, наливно вино со литро најгазирана минерална вода) со „десетки“, со кромид се нарачуваат како мезе, главно јадење и десерт, ама и потоа, како дижестив, по турското кафе... Чисто онака: „Дете, дај тоа кебапите и виното, нека ја красат масата!“. Можеби и поради тоа што дедовцитеамп; бабите во многуте војни и окупации, ни гладувале, како наследство ни останало дека софрите (оние јавните - за слава и празници и секако на излегување во кафеана) мора да се преполни, за да се види во чија куќа мрсно се јаде. За да цркнат душманите, де... Кој од нашите претци водел сметка за калории, холестерол, висок притисок...? Кога се немало - се гладувало. Кога се имало - се претерувало, во се и сешто! Само еднаш, нели, се живее. Да се истера кеифот, па и „да умрам, да не жалам“. И нема тоа врска со нервниот систем, („јадам на нервна база и, ете, се ми се факка...“) или со лачењето на среќните хормони, со ендорфинот или серотинот, со смирувачкото дејство на полниот желудник... Во историското наследство е проблемот... Може малку и во чаламот.

Носталгично пекајќи за младоста, со години моите до-машни ги индоктринирав со преживеалиците од Крит, кога си бев млад и убав, глорифицирајќи ги до небо убавините на островот (всушност, жалејќи си за

времето на безгрижност, кога уште верував дека некогаш ќе бидеме поинакви и дека се од корен ќе се смени на поарно), и, некако логично беше еднаш да заминеме токму таму на семеен одмор, барем додека наследникот ни, се уште сака да летува со родителите. Нормално, нивното доживување на моето место од бајките, не беше на - од мене посакуваното - ниво, но јас надмоќно се правев дека тоа не го забележувам, терајќи си ја ваканцијата, евоцирајќи си спомени и барајќи ги познатите места и лица. Но, раскажувајќи му на наследникот една моја дамнешна, американска резил-епизода, кога на свечена вечера, додека келнерите забрзано ги раскреваа „раткапните“, а гостите веќе бираа десерт и ново соодветно вино, јас (малку од инает, а малку и затоа што навистина не ме најадоа некакви препелици со боровинки), и покрај шокираните лица на домаќините, си нарачав екстра метро до метро ипол ребра на скара и пиво, ја воочив грешката во педагошкиот пристап. И, решив да го доистрчам кругот, ама од другата страна. За малиот.

Со син ми и со најсреќната „поубава половина“ на светот, мојата де, отидовме на вечера во убедливо најскапиот ресторан во критското гратче, во кое во минатиот век сум им завидува, а не сум бил свесен или не сум сакал да си признаам, на оние толку поразличните од мене, оние со „раткапните“ и со смрзнатите кофи за вино. Додека јас бев повторно опиен од познатиот мирис на пурите, малиот се свереше во есцајгот и во здрвениот келнер - полиглот, а во

бифе носталгија

ширум отворените очи на мајка му, лесно можеше да се прочита благиот прекор поради веќе стокмениот есап за бројот на деновите од одморот што ќе бидат скусени поради само една вечера. Ама, ако е бал..., нели, нема шанси маалскиот гроф да биде циција. Па, келнерот со хирушка прецизност ја обезкостуваше рибата, јас бирав вино (сепак, со исаф - некаде од средината на картата), најубавата „поубава половина“ се смееше од се срце, малиот сјаеше во лицето, бркајќи го десертот по „раткапната“, и си го галеше мевот, тврдејќи дека е сит... Сите - воодушевени. Се така, некако одмерено.... И се така безгрижно. Со прскалките и знаменцата од коктелите во рацете, си заминавме. Додека не следеше мирисот на пурите, не се свртев да видам каков израз на лицето има момчето што ја тргна од масата кофата со мраз. Ич не ми беше гајле....

Со кило ипол кебапи во мрсна хартија, дојдов пред гранпчето и на маалските камаради, почнав да им ја раскажувам приказкава. Некаде на четвртото пиво, распслани по гајбите, почнаа да ми ми признаваат дека не се живее од чалам и дека ние ќе си играме и понатаму дрн-дупка со тие поинаквите од нас, оти... толку и единствено така, можеме да си се браниме. Пред гранпчето. И пративме еден од комшиските копиљаци да донесе уште кебапчиња. Да ја красат импровизираната маса.

НАЈДОБАР CATERING & PARTY SERVICE ВО ГРАДОТ

Ресторанот Далма нуди врвен кетеринг за Вашите деловни и приватни забави. Без разлика на големината на настанот, ние секогаш ги надминуваме Вашите очекувања

За разлика од други кои што имаат утврдени менија, ние го прилагодуваме на Вашите потреби и буџет. Ги следиме најновите светски стандарди во кетеринг сервисот и нудиме разновидни менија и цени. За сите настани, по желба се обезбедува и детско мени.

ул. Петар Поп Арсов 22, 1000 Скопје
тел. (+389 2) 3246 616 • моб. 078 260 410
contact@dalma.com.mk • www.dalma.com.mk





SMIRNOFF

SMIRNOFF
YOURS FOR
THE MAKING

избор



НАЈДОБАР УГОСТИТЕЛСКИ ОБЈЕКТ МЕЃУ НАЈДОБРИТЕ 2013

Изборот за "Најдобар угостителски објект" традиционално се одржува 6-та година. Истражувањето беше спроведено во периодот од 01.10 - 31.10.2013 година. Беа опфатени 50 ресторани и 50 гостилници во Скопје. Изборот на ресторани и гостилници беше направен од страна на координативното тело на проектот. Најдобрите угостителски објекти се избираат по пат на т.н. mystery shopping, односно преку директна посета од страна на независни и објективни тајни купувачи/гости кои го истражуваат и оценуваат квалитетот на услугата според однапред утврдени критериуми. Тајните гости се обични граѓани на различни возрасти со кои SWOT Research има редовна соработка и кои се обучени според светските стандарди на МСПА. Спроведени беа вкупно 300 посети - по 3 посети во секој угостителски објект.

Целта на овој проект е да се разбуди свеста кај угостителите и кај граѓаните за важноста на квалитетот на услугата кон клиентите во угостителската дејност, како и да се подигне општото ниво на квалитет во угостителските објекти на територијата на Градот.

ДОБИТНИЦИ ЗА 2013 ГОДИНА

Ресторани	Гостилници
<ul style="list-style-type: none"> • Лира • Сушико • Гурмет 	<ul style="list-style-type: none"> • Гезме кај Тумба • Капка • Дариа

Испитувани стандарди

- **Прв контакт**
 - поздравување и упатување кон место за седење, приоѓање на келнерот, поздравување
- **Хигиена на објектот**
 - чистота на простор, маси, чаршафи, столови, прибор, мени
- **Тоалет**
 - хигиена на простор и санитарии, бришачи, заклучување
- **Амбиент**
 - осветлување, температура, миризба, музика
- **Услуга на келнерите**
 - љубезност, проактивност, волја да се излезе во пресрет, посветеност, однесување
- **Општа услуга**
 - асортиман, адекватно послужување, време на услужување, издавање фискална сметка
- **Квалитет на храната**
 - свежина, количина, вкус
- **Завршен контакт**
 - заблагодарување и отпоздравување

здравје

ОРАЛНАТА ХИГИЕНА Е ГРИЖА ЗА ЦЕЛОКУПНОТО ЗДРАВЈЕ

Во усната празнина живеат околу 500 различни видови на микроорганизми. Континуираната орална хигиена треба да ги оневозможи сапрофитните бактерии (безопасните) да станат патогени (опасни) по здравјето на усната празнина, усната слузокожа, јазикот, непцата и забите, како и грлото и крајниците. Нередовната и лоша орална хигиена во комбинација со секојдневната исхрана доведува до појава на дентален плак и кариес. Со зголемувањето на количината на плакот, расте и можноста од појава на кариес и лош здив.

Денталниот плак претставува леплива материја на површината на забот која во 1 см³ содржи околу 100 бактерии. Доколку забите не се чистат секојдневно и темелно, плакот тогаш почнува да ја напаѓа глеѓта на забите. Започнуваат да се формираат кредас-то бели точки кои се првиот знак на појава на кариес. Со секојдневното четкање на забите, со употребата на забниот конец, интерденталните четкици и антисептичките водички за плакнење во комбинација со орален иригатор се отстранува денталниот плак. Ова е најефикасниот начин како да го отстраниме денталниот плак, а со тоа и да ги заштитиме нашите заби од појавата на кариес.

ИЗБОР НА ЧЕТКИЧКА ЗА ЗАБИ:

Користете четкички со меки или среднотврди влакна и заоблени краеве, бидејќи тие најмалку можат да ја оштетат забната глеѓ. Исто така, поефикасни се оние со помали глави, бидејќи полесно и поефикасно ги чистат забите.

ИЗБОР НА ПАСТА ЗА ЧЕТКАЊЕ НА ЗАБИТЕ:

На пазарот има многу пасти за заби. Правилниот избор е од голема важност, бидејќи пастата дополнително ги штити забите.

1. Одлучете се за пасти со додаток од флуорид, бидејќи истиот може да навлезе во забната глеѓ и да ја зајакне. На тој начин забите се повеќе отпорни на болестите. Овие пасти навистина добро ги чистат забите, го отстрануваат забниот каменец, а во исто време и ги зајакнуваат забите.
2. Пастите за заби со додаток од водичка за уста помагаат при уништување на бактериите кои понекогаш остануваат на забите дури и после нивното четкање.
3. Пастите за заби со долготрајно дејство нудат неколкучасовна заштита на забите против забен каменец.

Најдобрата паста за заби ги содржи сите горенаведени карактеристики.

ИМАЈТЕ БЛЕСКАВА НАСМЕВКА СЕКОЈ ДЕН :

Од неодамна на нашиот пазар е застепена и најновата линија на пасти и четки за заби WHITE GLOW. Тие во себе содржат посебни

микро партикли кои помагаат во поефикасното чистење на забната површина, воедно оставајќи ја мазна, сјајна и побела...Палетата е широка..Паста за белеење за нормални заби, паста за белеење за пушачи. За оние кои пијат кафе и/или чај, со додаток на флоур, анти плак компоненти, во комбинација со водичка за испирање за подобра хигиена...

ПРОФЕСИОНАЛНА ПАСТА ЗА ИЗБЕЛУВАЊЕ НА ЗАБИТЕ (PROFESSIONAL CHOICE)

Формулата на оваа паста е првично развиена за актери и модел-и. Со редовна употреба се враќа сјајот на забите и прекрасната насмевка.

ПАСТА ЗА ИЗБЕЛУВАЊЕ НА ЗАБИ КАЈ ПУШАЧИ

Помага во отстранување на дамките од тутун и го намалува лошиот здив кај пушачите. Ефикасната формула ги отстранува дамките и дисколорациите и го елиминира мирисот на тутун. Формулата со дополнителна јачина овозможува свежина во текот на целиот ден.

Паста за избелување на забите за консумирачи на кафе и чај

Перфектен производ за лицата кои консумираат кафе и чај. Оваа паста со дополнителна јачина ги отстранува дамките на забната глеѓ предизвикани од кафе и чај.

2 ВО 1 ПАСТА ЗА ИЗБЕЛУВАЊЕ НА ЗАБИТЕ СО ВОДА ЗА ИСПИРАЊЕ НА УСТАТА

Оваа паста го постигнува крајниот избелувачки ефект со помош на основната формула на водата за испирање на устата. Овој уникатен производ помага во превенцијата од лошиот здив.

Паста за избелување на забите со превентивно својство против плак

Овој производ содржи цетилпиридиниум, којшто е специјално создаден за борба против плакот и за оние кои се подложни на орални проблеми, како крвавење на непцата, кариес и повлекување на непцата. Пастата ги белее забите, а во исто време и ги отстранува дисколорациите.

ХЕРБАЛНА ПАСТА ЗА ИЗБЕЛУВАЊЕ НА ЗАБИТЕ

Оваа паста содржи природна хербална формула со двојна јачина (наречена White Glow) и претставува природен начин на избелување на забите. Ексклузивната формула на овој производ се базира на тревки и минерали. Пастата не содржи сода бикарбона, шеќер, флуор, пероксид или било кои други остри хемикалии.

ПАСТА ЗА ИЗБЕЛУВАЊЕ НА ЗАБИТЕ ЗА ДЕН И НОЌ

Овој производ нуди 24 часовна заштита на забите и се состои од два различни елементи - ноќен гел (Night Gel) и дневна паста (Day Toothpaste) со дополнителна специјална четкичка со конец за чистење на забите - кои ги задоволуваат потребите за неџа на забите и устата во текот на утрото и ноќта.

Едноставно со употребата на пастата WHITE GLOW спојте го секојдневното четкање на забите со белеењето на забите.

#1 брендот од Австралија пристигна во Македонија

they've got the
Glo



Smokers Formula

*отстранување на наслаги
*белеење на забите



2 in 1 Formula



Coffee&Tea Drinkers Formula

*отстранување на наслаги
*белеење на забите



Anti-Plaque

*белеење на забите
*орални проблеми
*парадентоза



***whitening**

СЕКОЕ ПАКУВАЊЕ **White Glo**
150 гр. паста + четка за заби + интердентални чепкалки

White Glo

RATED N°1 WHITENING TOOTHPASTE
www.whiteglo.com

stilissimo

МИЛАНО



ДЛ КОНКОРД
ПРОФЕСИОНАЛНА УГОСТИТЕЛСКА ОПРЕМА

02/ 31 19 319, 31 13 788
ул. "Црвена Вода" бр.16 Скопје
e-mail: dlk@dlk.com.mk
www.dlk.com.mk



Пишува:
Цаци Паковска
стилист



Што го прави Милано, толку примамлив град за зависниците од шопинг? Тој е најпознатиот моден град во Италија, каде живеат и работат познатите модни креатори, градот на банкарите, градот на луксузните продавници кои се наоѓаат на познатите модни улици Via Spiga, Montenapoleone и Via Sant Andrea, каде можете да се восхитувате на брилијантните дизајни на најдобрите италијански, но и светски модни дизајнери.

За време на 80 тите години, кога се случил најголемиот економски бум, големите имиња како Армани, Версаче, Фере, Макс Мара и Гучи, од Милано започнаа да му наметнуваат италијанскиот стил на целиот свет. Денес, овие модни брендови стојат зад моќта на овој град. Така и оваа исклучително јака модна сезона, Милано му избега и на



Париз, градот на елеганцијата, и стана највлијателниот моден центар.

Изложите на бутиците во Милано се слуги и курири на модата. Понекогаш сосема едноставни и минималистички, понекогаш внимателно уредени, инвентивни и комични, изложите се предвесници на трендовите, боите и воопшто дизајнот во модата. А изборот е огромен, претежно прилагоден за оние кои имаат вкус и пари. Но веројатно во ова е и магијата на Милано.

Во земја каде и полициските униформи се искреирани од Армани, не е ни чудно што Италијанците дотерувањето го сфаќаат многу сериозно. Вистинскиот Миланез не е "модна жртва", за нив модата е дел од денот. Тие талкаат низ улиците дотерани според своите убедувања, генерално минималистички во симпатични колоритни панталони, или фармерки, совршено испеглани бели кошули, костуми со совршен крој. Чевлите со високи потпетици Миланчанките





најчесто ги заменуваат со рамни чизми или балетанки. Нивните фризури и шминка се секогаш едноставни. Италијанските жени обожаваат да изгледаат секси, а не вулгарно.

Следењето на модата во Милано, не е исто што и следење на трендовите по секоја цена. Суптилната разлика помеѓу овие два поима е тешко да се дефинира, но на неа се навикнувате и ќе научите да ја препознавате кога често ќе го посетувате Милано. А кога еднаш ќе стапнете во Милано, секогаш ќе се враќате таму за да ја доживеете таа незаборавна атмосфера, исполнета со неповторлив шопинг, вкусна храна, незаборавна архитектура и животен стил што посакувате да го живеете.

МИЛАНО РАЈ ЗА МАШКА МОДА

Миланчаните шопингот го сфаќаат многу сериозно, дури по тој повод и се дотеруваат.

Долгите и лежерни разгледувања на продавниците за нив се непознат поим, а тоа задоволство во текот на неделата им го препуштаат на туристите, најчесто Руси и Јапоници. Но затоа пак викендот е резервиран за Миланчаните, кои тие два дена избезумено пазаруваат како да им е последен ден.

Мажите во Милано не купуваат нешто, во кое не можат да се замислат облечени и во наредните 5 години. Секое парче мора да е посебно и безвременско, без разлика дали се работи за фармерки, чевли, костими, кошули или пак

Во Милано е најлесно да направите лош избор на хотел. Свездичките на хотелите речиси и да не значат ништо, па така може да се случи хотел со 3 ѕвезди да е полуксузен и почист од оној со 4 ѕвезди. Секогаш планирајте ги патувањата и избегнувајте да го посетите Милано за време на многубројните саеми, бидејќи тогаш хотелите ја дуплираат својата цена. За време на саемите, една двокреветна соба во хотел со 2 ѕвезди, која вообичаено би чинела 70 евра, може да ја платите дури 250 евра по ноќевање.

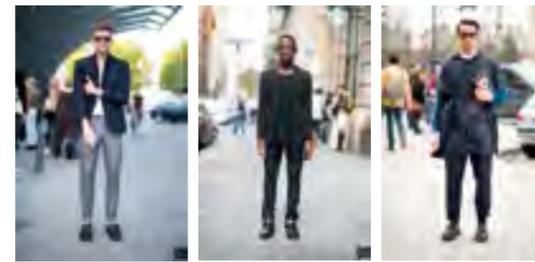


вратоврски. На нив не им е битно дали нешто е модерно во моментот, но сепак сакаат и да ги следат моменталните трендови, кои им се инспирација за сопствениот стил.

Клучна работа е да пронајдат златна средина, помеѓу она што е квалитетно и она што во моментот е најмодерно.

Но секогаш постојат и оние мажи кои му вртат грб на трендот, а остануваат фокусирани на сопствениот стил.

Треба да запомнете дека формулата за тоа како да се облечете оваа зима 2014, ќе се промени во нешто сосемо



друго следната сезона. Модната филозофија се содржи во тоа да одберете гардероба која е за Вас, а не она што во мометот е допадливо.

Можеби повремено е потребен и микс од класични парчиња кои се дизајнирани со модерен шмек. Дури и класичниот изглед можете да го направите модерен, со модерни кроеви и материјали. На пример, еден убав костум кој очигледно е класичен избор, одберете го во вистинскиот број, затоа што во спротивно ќе потсетувате на Американски сенатор од 90 тите. Она што прво ќе го забележите на Миланските улици, се перфектните кроеви на костумите на мажите, како и совршената должина на кошулите и пантоланите. Кај нас многу мажи своите кошули и панталони ги носат многу подолги од должината на екстремитетите, па затоа најчесто и изгледаат како позајмени. Едно е костумот да изгледа добро кога стоите, а друго е костумот да биде совршен и кога се движите. Модните додатоци, посебно часовниците се најважниот дел од стајлингот на мажите. Затоа и должината на ракавите во целост не треба да го покрива, ниту пак открива часовникот. А изборот на часовници е огромен и приспособен за секој џеб, иако во Милано најчесто се практикува часовникот да е на ниво на статусот на мажот,

колку поскап толку подобар. И вратоврските се важен детал. На улиците на Милано ќе забележите дека горниот и долниот дел од вратоврската се во совршена линија која се преклопува, а најверојатно тоа и не е случајно. Најчесто прашање кај мажите е дали чорапите би требало да одговараат со чевлите или пантоланите. Но одговорот веројатно зависи од тоа каде живеете. Американците би ве посветувале да ги вклопите боите на чорапите со пантоланите, Англичаните секогаш сакаат да бидат ексцентрични, и носат костенливи чорапи со се. Италијаните пак ги сакаат контрастите и со чевлите и со пантоланите.

Мажите кои носат голем број на чевли, кога ќе го посетат Милано, треба да бидат подготвени и на разочарување. Затоа заштедете си време и прашајте ги вработените во многуте продавници за чевли, дали имаат чевли во вашиот број, кои најверојатно ќе бидат многу малку модели.

Шетајќи се по Миланските улици на крај ќе сфатите дека најчесто модниот бизнис е наклонет кон оние кои имаат пари да си дозволат се што ќе посакаат.

Брендот "Made in Italy" е заштитен знак за стил и квалитет, на кој се гордеат сите Италијани. Затоа е многу битно да запаметите дека во Италија е забрането да се продава и пазарува фалсификати од познатите модни дизајнери. Казните се огромни и достигнуваат и до 15000 евра.



СВЕТЛОСНИ ИНФОРМАТИВНИ РЕКЛАМНИ ПАНЕЛИ

МОКНА УЛИЧНА РЕКЛАМА!

Панел Плус светлосните информативни рекламни панели се поставени низ целиот град и денонојно го промовираат имиџот на Вашата фирма, Вашиот производ и го покажуваат правецот до Вашата локација.

STREET OUTDOOR РЕКЛАМИРАЊЕТО СЕ ПРИМЕНУВА ВО СИТЕ СВЕТСКИ МЕТРОПОЛИ И ПРЕТСТАВУВА НАЈУСПЕШЕН НАЧИН НА РЕКЛАМИРАЊЕ.

ул. "Васил Главинов" 16/6, Бизнес Центар Палома Бјанка, 1000 Скопје, Македонија Т. +389(0)2 32 36 616 Ф. +389(0)2 31 11 024

www.panelplus.com.mk e-mail: info@panelplus.com.mk

Зошто мојот бренд да е присутен на социјалните мрежи?

Почетококот на 21-виот век ни го донесе феноменот - интернет-маркетинг. Во последните две години со Facebook, Twitter и Youtube започнува нова маркетинг ера.

Мојот бренд не е присутен на социјалните мрежи, но сакам да биде?

Честитки! Преземавте голем чекор и се придруживте на повеќе од 300.000 успешни бизниси што се веќе присутни на социјалните мрежи.

Имам фан-страница на социјалните мрежи, но сакам да биде повеќе популарна?

Честитки! Вие веќе сте ја откриле моќта на социјалните мрежи и свесни сте за нивниот потенцијал, но не можете да најдете начин целосно да го искористите потенцијалот. Ние ќе ви помогнеме...

www.imam.mk

Успешен пример

Canon Macedonia

Предизвици

Креирање на база на фанови на Canon што ја сакаат фотографијата, професионални фотографии и Canon Brand Loyalties.

Решение

Креирање на официјална фан-страница и стартување на апликација „Цело лето со Canon фотки“

Резултат

За многу краток период бројот на корисници на оваа апликација се искачи на 10.000



ВИНО

Варено вино - симбол на зимата и празнувањето

Зиме, особено пред и за време на зимските празници на многу места во светот се пие варено вино. Тоа е дел од традицијата, но и манифестација на празнично расположение. Вареното вино дава веселост, затоплува, се пие во друштво, зачинето е и многу пријатно.

На традиционалните предбожиќни панаѓури, вареното вино е задолжителен пијалок. За нашите бадникари, покрај ракијата ова е идеалниот пијалок.

Најчесто како варено се пие лесно, црвено вино, со мал процент на алкохол. Но се пие и варено бело вино.

Првите записи за варено вино датираат уште од Римско време. Тогаш виното го засладувале со мед кој се варел заедно со виното. На оваа течност се додавал црн пипер, анасон, лорбер, шафран, а во него се потопувале и свежи урми претходно одлежани во вино.

Во Средниот век вака подготвеното вино било мошне популарно. За варење се користело вино во кое веќе имало додатоци од егзотични зачини.

Обичај за варено вино се споменува во германската историја уште од многу одамна и е сврзан со новогодишните панаѓури. Најстариот германски сад наменет за варено вино датира уште од 1420 година. Во Шведска, традицијата за варено вино ја воспоставил кралот Густав Први, кој самиот подготвувал рајнско вино со додавање шеќер, мед, цимет, ѓумбир и кардамон. Вареното вино бил ексклузивен аристократски пијалок, но го прифатиле и другите. Едно време толку се раширил обичајот да се пие што во 17 век била законски ограничена консумацијата на варено вино.

Некаде околу 1900 година, потрошувачката на варено вино се зголемува и тоа масовно се пие околу Божиќ и Нова Година. Многу трговци во Западна Европа имале своја верзија на вино со зачини кое се продавало готово за варење. Едно време вареното зачинето вино се нарекувало вино "а ла франсез".

Обичајот од дамина се негува и во Австрија, Франција, Италија, Швајцарија, Белгија, Холандија, Полска, Луксембург и Романија.



Вареното вино или виното кое се пие главно зимно време е своевиден гастрономски предизвик, бидејќи постојат стотици начини за негова подготовка. Во него се компонираат многу зачини и додатоци: каранфиличе, црн бибер, портокал, лимон, ванила, цимет, шеќер, морско оревче, суво овошје...

И кај нас овој обичај за варено вино постоеше и немаше кафеана која зимно време не служеше варено вино. Со време обичајот како да се изгуби, за да заживее во последните години на бројните есенски и зимски панаѓури. Освен што е популарно на ваквите настани вареното вино со црн пипер веројатно останува нај-ефикасниот домашен лек против настинка.

Подготовката за варено вино е едноставна. Користете вино со помала алкохолност. Особено погодно вино за оваа намена се покажала "кавадараката" на винарската визба Тиквеш. За шест чаши или шолји ви требаат 750мл вино, 300мл вода, 125гр шеќер, 15гр цимет и 1 лимон исечен на кришки. Се тоа заедно се доведува до вриење и се вари минута-две (можете најнапред да го испечете шеќерот во садот, а потоа да го попарите со виното). Нема ограничувања да користите и други додатоци и зачини, затоа што вака подготвеното вино дозволува експериментирање.

Консултирајте и други рецепти, ги има многу во разни варијанти и со цела гама додатоци, зачини и начини на подготовка. Препорачуваме Тиквешко црвено или Витач од винарската визба Тиквеш за поголемо уживање во ладните денови.



СЕ ЗА ТЕКИЛА

1 ДЕЛ

Пишува:

Филип АРНАУДОВ

здружение на бармени на Македонија



Текилата и нејзиниот братучед и земјак Мескалот, се направени со дестилација на ферментиран сок од агава растение во Мексико. Агава е растение со заострени листови, член на семејството крин (тоа не е кактус). Според мексиканскиот закон алкохолен пијалок добиен од агава може да се нарече Текила само ако е направен од еден одреден тип на агава сино агава (Agave Tequiliana Weber), и можат да бидат произведени само во одредени географски области, пред се Халиско во централно - западниот дел од Мексико.

Мескалот е направен од ферментиран сок од други видови на агава. Се произведува низ поголемиот дел од Мексико.

И текила и мескалот се подготвуваат за дестилација на сличен начин. Агавата исто така позната како maguey (се изговара му-геј), се одгледува на плантажите осум до десет години, во зависност од видот на агавата. Кога растението достигнува сексуална зрелост таа почнува да расте еден цвет во вид на стебленце. Одгледувачите на агава т.н. sampesino, ја сечат дршката како што почнува да расте. Ова предизвикува раст на растенијата во централниот труп, оток во вид голема луковична форма која содржи слатка сочна пулпа. Кога отокот е завршен, одгледувачите ги отсекуваат растенијата од своите корени и ги отстрануваат долгите

behind the bar

лисја во вид на меч со помош на специјални ножеви за таа намена. Останатата т.н. Риџа ("ананас" - така се нарекува бидејќи личи на огромен ананас) може да тежи од 25-100 килограми.

Во дестилеријата големите "ананаси" се сечат на четвртини. За добивање на текила тие потоа полека се печат во печки на пара или автоклави (големи печки под притисок) се додека сиот скроб не се претвори во шеќери. За добивање на мескал тие се печат во подземни печки загреани со дрвен јаглен (што му дава на мескалот карактеристичен чаден вкус). Тие потоа се гмечат (традиционално со камени тркала кои се вртат во круг со помош на мазги) и рендаат за да се извлече слаток сок, наречен агуамиел (медова вода).



Фазата на ферментација одредува дали финалниот производ ќе биде 100 проценти агава или мешавина ("Mixto"). Текилата со највисок квалитет е направена од ферментација, а потоа и дестилација само на сок од агава помешан со малку вода. Mixto е направен со ферментација, а и потоа дестилација на мешавина од сок од агава и други шеќери, обично шеќер од шеќерна трска со вода. Mixtos се произведуваат и полни во Мексико и може да содржи до 40% алкохол добиен од други шеќери. Mixtos кои биле испратени рефус во други земји за флаширање (првенствено САД) можат да имаат агава содржина дополнително намалена до 51% од страна на странски полнач. Според мексиканскиот закон сите 100% агава или одлежани текила мора да се полнат во Мексико. Ако Текила е 100 проценти агава тоа секогаш ќе стои на етикетата на шишето. Ако тоа не го пишува тоа е Mixto, иако тој термин ретко стои на етикетите.

behind the bar

Дестилација и стареење

Традиционално Текила и Мескал се дестилираат во казани за дестилација во вид на тенцере до 55% проценти на алкохол. Како резултат се добива чист алкохолен пијалок, но содржи значителен износ на сродни и други елементи на вкус. Некои светли текили повторно дестилираат во казани за дестилација во вид на колона за да се добие почист и понеутрален алкохолен пијалок.

Бојата на Текилата и Мескалот доаѓа главно од додавање на карамела, иако стареењето во буриња е фактор кај некои високо-квалитетни брендови. Дополнително, некои од дестилаторите додаваат мала количина на природни аромии, како што е Шери, концентрат од модра слива или кокос со што се манипулира вкусот на производот. Овие додадени вкусови не се издвојуваат сами, наместо тоа служат за да се изедначи на честопати остриот вкус на алкохолните пијалоци добиени од агава.

Класификација

Надвор од двете основни ознаки за Текила - 100 % агава и Mixto - постојат четири категории:

Silver or Blanco - бели текили кои се јасни и одлежуваат не повеќе од 60 дена во казани од нерѓосувачки челик или воопшто не одлежуваат. Тие можат да бидат или 100% агава или Mixto. Белите текили се користат првенствено за мешање и се вклопуваат особено добро во пијалоци со свежо овошје..

Златна Текила е неодлежана бела Текила која е обоена и зачинета со карамела. Тоа е обично Mixto.

Reposado ("одморена") Текила се чува во дрвени резервоари или буриња минимум 2 месеци според мекси-

канскиот закон. Подобрите брендови одлежуваат три до девет месеци во дрво. Таа може да биде 100% агава или Mixto. Репосадо текилите се најдобро продаваните текили во Мексико.

Ањејо ("одлежана") Овие текили се чуваат во дрвени буриња (обично стари Бурбон буриња) минимум 12 месеци. Најквалитетните одлежани текили се на возраст од 18 месеци до три години за mixtos, и до четири години за 100% агава. Одлежување на Текила повеќе од четири години е прашање на контроверзност. Повеќето производители на текила се противат на тоа, бидејќи тие чувствуваат дека "прекумерното" одлежување во даб ќе надвлее над карактеристичниот земјен вкус и агава нотите на текилата.

Мескал и црвот

Правилата и прописите со кои се уредува производството и пакувањето на Текила не се применуваат на алкохолните пијалоци од агава произведени надвор од назначените Текила области во Мексико. Некои дестилерии на мескал се многу примитивни и многу мали. Најпознатите брендови на мескал доаѓаат од јужната држава Оахака, иако мескалот се произведува во голем број на други држави. Осум видови на агава се одобрени за производство на мескал, но најмногу се користи еспадин агава (agava angustifolia Haw).

Познатиот "црв" кој се наоѓа во некои шишиња од мескал (cop gusano - "со црв") е всушност ларва од еден или два месеца кои живеат на агава растение. Причината за додавање на црвот во шише мескал се нејасни. Но, една од приказните, која барем има логика, е дека црвот служи како доказ на високиот процент на алкохол, што може да се каже дека ако црв останува недопрен во шишето, процентот на алкохол во духот е доволно висок за да се зачува црвот цел. Конзумирањето на црвот, кој може да се направи без никаква штета, служеше како обред на премин од деца во момчиња на многу генерации. Правило е дека мескалот со врвен квалитет нема црв во шишето.

Коктели со текила:

behind the bar

Classic Margarita

- 4cl silver Tequila
- 2cl triple sec
- 2cl lime juice

Ставете ги состојките во шејкер заедно со мраз и добро исшејкајте. Сипете го коктейлот во ладна мартини чаша со солени врв и декорирајте со парче лајм.



Frozen Fruit Margarita

Состојките се исти како за класичната Маргарита, само што плус се додава свежо овошје по избор (јагоди, малини, ананас...) и се подготвува во блендер со дробен мраз.



Tequila Sunrise

- 4cl silver Tequila
- 10cl Orange juice
- 1cl grenadine syrup

Сипете ги состојките во висока чаша со мраз по редослед и внимателно сипете го гренадинот за да се добие ефект на изгрејсонце. Декорирајте со парче портокал и цреша.



барrevolution

КОКТЕЛ ШКОЛО ЗА ОБУКА НА ПРОФЕСИОНАЛНИ БАРМЕНИ



• ИЗВОНРЕДНА МОЖНОСТ ЗА ВРАБОТУВАЊЕ ВО БАРОВИТЕ НА СВЕТСКИТЕ МЕТРОПОЛИ

• ЗА САМО 3 (ТРИ) НЕДЕЛИ ОБУКА НАУЧЕТЕ ГИ НАЈПОЗНАТИТЕ СВЕТСКИ КОКТЕЛИ СО ИНТЕРНАЦИОНАЛНИ РЕЦЕПТИ

• ДОБИВАТЕ ДИПЛОМА КОЈА ВАЖИ ВО СИТЕ ЗЕМЈИ НА СВЕТОТ

• ЧЛЕН НА ИНТЕРНАЦИОНАЛНАТА АСОЦИЈАЦИЈА НА БАРТЕНДЕРСКИТЕ АСОЦИЈАЦИИ (ИБА)

• НАЈПРОФИТАБИЛНА И НАЈЗАБАВНА ПРОФЕСИЈА ВО УГОСТИТЕЛСКИОТ БИЗНИС

Mixology Bar "Cocktail Room" ул. Теодосије Гологанов бр.39 лок.14 Скопје

www.barevolution.mk

www.facebook.com/kokteliskolo

tel: 02/ 31 36 355 // mob: 078 61 88 72 ; 077 53 00 93



FUTURE NOW

Спектакуларен ДИГИТАЛЕН БИЛБОРД

ПРВ ИНТЕРАКТИВЕН OUTDOOR МЕДИУМ ВО МАКЕДОНИЈА

на Плоштад Македонија, Скопје



MEDIA CITY
ADVERTISING

00389 2 3100010

office@mediacity.mk

www.mediacity.mk

ФЕСТИВАЛ НА МЛАДО ВИНО ВО „ТИКВЕШ“

ВИНО

Нашата најголема винарница „Тиквеш“ ја продолжува традицијата на организирање на Фестивалот на младо вино. На четвртиот по ред Фестивал, љубителите на виното имаа уникатна можност да присуствуваат на првото отворање на бочвите со вино од годинешната берба и да го дегустираат младото вино од бербата 2013-та. Пред дипломатскиот кор, бизнис заедницата и останатите почитувачи на виното, на 16-ти и 17-ти ноември, во кругот на винарницата, „Тиквеш“ ги претстави вината произведени од бербата 2013-та.

Во третата недела од ноември отворањето на бочвите со младо вино е традиција ширум светот. Во земјите со винска традиција, како и на овој Фестивал, се оценува потенцијалот на младите вина и се дава предвидување на идниот квалитет на виното по конечното одлежување. Енолозите на ВВ „Тиквеш“ искажаа задоволство од првичниот квалитет на виното од годинешната берба, а според првите проценки со висока ароматика особено се истакнуваат белите сорти. Најдобри резултати се очекуваат кај шардоне и темјаника, но по ништо не заостануваат ниту црните сорти вранец и каберне совинјон. Токму меѓу овие вина може да се очекуваат ѕвездите од бербата 2013-та.

Првите впечатоци од младото вино и од карактеристиките на бербата дополнително ги подгреваат амбициите



ВИНО

те на винарницата за уште поголем извоз во наредната година.

Во своето обраќање до присутните г.Игор Илиевски, генерален директор на ВВ „Тиквеш“, искажа задоволство што предвидувањата за квалитетот на вината на минатогодишниот Фестивал на младо вино се покажале како оправдани, потсетувајќи на речиси 50-те награди и признанија кои вината на „Тиквеш“ ги освоија на различни светски вински натпревари во текот на оваа година. Меѓу останатото тој најави и диверзификација на портфолиото на „Тиквеш“ со нови вина во премиум сегментот кои ќе се произведуваат на локалитетот Лепово во нова мала винарница.

Овој Фестивал на младо вино е единствен настан од ваков вид во Македонија и како таков има големо значење во афирмацијата на домашната винска култура.

„Во изминатите десет години, се грижаме и развојот на винската култура и подигнување на стандардите и развој на македонскиот вински пазар. Овој четврти по ред „Фестивал на младо вино“ е само еден од примерите како го славиме виното и ја градиме модерната македонска винска традиција. Се надевам дека за неколку години од сега, ќе може да наздравиме за Македонија како етаблирана винска земја, за „Тиквеш“ како препознатлив бренд на светската винска мапа“ - рече г. Светозар Јаневски, претседател на УО на ВВ „Тиквеш“.

Освен во младото вино, присутните на Фестивалот може да уживаат и во кулинарските специјалитети подготвени во ресторанот на винарницата, а за уживањето да биде комплетно се погрижија бендовите Анимус и Day Off.



ВИНАТА НА „ТИКВЕШ“ ГО ОСВОЈУВААТ ПАЗАРОТ ВО ВЕЛИКА БРИТАНИЈА

Вината на винарската визба „Тиквеш“ го освојуваат престижниот пазар на Велика Британија. На еден од најпрестижните вински пазари првите пратки на вината од сортите Смедеревка - Ркацител и Вранец - Мерло веќе се во продажба во познатите маркети на „Marks and Spencer“ и тоа во 156 продажни места на овој трговски синџир. Првата пратка за Велика Британија ВВ „Тиквеш“ ја реализираше во септември, а се очекува во следниот период да следи и нова пратка. Во маркетите „Marks and Spencer“, вината на „Тиквеш“ се продаваат во високиот ценовен сегмент, што е дополнителна потврда за квалитетот на вината.

За пласманот на вината на „Тиквеш“ во познатиот трговски синџир „Marks and Spencer“ во Велика Британија, пишуваше и водечкиот британски весник „The Times“. Во текстот под наслов „Alexander the grape invades M&S“ авторот на текстот правејќи асоцијација на Македонија, пишува за вината на „Тиквеш“.

МЕНТАЛЕН ИНТЕРНЕТ РЕЛАКСАТОР...



WWW.CENTRALA.MK





ATTIBASSI

Bologna

PIAZZA R.
DEL
COLOSSEO

ATTIBASSI
Bologna

ESPRESSO
ITALIANO

Italian Style and Tradition



Само во најдобрите кафеетери!

ITA BRAND
ГЕНЕРАЛЕН УВОЗНИК И ДИСТРИБУТЕР
www.itabrand.com.mk

НАСТАНИ



Како помина ВИНО СКОП 2013

колку вино се испи за време на фестивалот. Гостите имаа можност да експериментираат со најразлични видови на вино, од зелено вино па се до голем број овошни, сортни и трпезни бели и црни вина. Покрај одличните вина посетителите имаа можност да пробаат и деликатесна храна која дополнително го збогатуваше уживањето во убавата атмосфера. Музиката пак беше приказна за себе, сите присутни, од млади до постари постојано танцуваа со добра чашка вино во рака, бидејќи во музичкиот избор имаше за секого по нешто. Од италијанска традиционална музика, до далматин-

Петте фестивалски дена колку што траеше традиционалниот Вино Скоп, ги сплотија сите љубители на вино и музика во една културолошки неодолива атмосфера. Виното испреплетено со насмевки, љубов и музика комплетно ги освои посетителите од Македонија како и многубројните гости од странство. Овој фестивал е одлика на Скопје и како таков уште еднаш се докажа како искуство кое не смее да се прескокне.

Задоволен беше и градоначалникот Коце Трајановски, кој последната вечер славеше заедно со своите колеги градоначалници од Прилеп и Битола и овогодинашниот Вино Скоп го посочи како најдобриот досега.

Сопствениците на винариите беа воодушевени од тоа колку македонскиот народ знае да ужива во сортни вина и знае да ги комбинира со различни мезе и десерти, а беа и изненадени и од тоа





настани

ски песни, преку старите македонски евергрини до одличниот македонски рок и традиционална македонска музика.

Овој вински фестивал оваа година беше посетен во рекорден број, а за насмевката на присутните придонесоа и артистите од Баскер фест кои постојано ја забавуваа публиката. Се бараше место повеќе за седење, место повеќе за играње... Затоа и догодина организаторите ветува повторно одлична промоција на македонските вина и храна, повторно одлична забава со македонските изведувачи и повторно уште една незаборавна винска авантура. Дотогаш ќе уживаме во сите оние мигови од Вино Скоп 2013, кои веќе се незаборавни спомени.



HOSTESSES AND MODELS
DINAMODELS@GMAIL.COM
Kontakt: 075/40 44 43



Mixhibit

ПРВАТА АПЛИКАЦИЈА
ЗА РАСКАЖУВАЊЕ ПРИКАЗНИ

Новата апликација на Facebook, Instagram и Twitter на корисниците им овозможува да креираат видео кое ќе ги содржи повеќето нивни спомени било да се слики или објавување постови на нивните профили.

Smirnoff Co. Производител на најдобрата - број еден водка во светот, на 7 ноември ја промовираше Mixhibit апликацијата-револуционерната нова алатка која им овозможува на корисниците на Facebook, Instagram и Twitter од своите објави кои можат да бидат: промена на статуси, пријавувања или слики, да креираат свое уникатно видео. Апликацијата е достапна за превземање преку iTunes Store и Google Play и е активна во 25 земји. Mixhibit апликацијата овозможува здружено раскажување на вашите приказни со повлекување на содржини директно од корисниците, но и од профилите на нивните пријатели од социјалните мрежи, овозможувајќи им на лесен начин уште еднаш да ги преживеат своите заеднички моменти.

Компанијата Smirnoff Co. се обрати на својата заедница преку своите 10 милиони фанови на facebook да направат тестирање на бета верзијата на Mixhibit започнувајќи од Март 2013. Во текот на неколку месеци, компанијата ја презентираше апликацијата на неколку настани и преку интернетот како и преку своите партнери од музичката сцена. Со тоа таа доби директен увид во тоа што корисниците бараат и очекуваат од Mixhibit искуствата. Крајниот резултат е од тоа беше едноставна за користење и иновативна нова апликација креирана од Smirnoff заедницата.

"Mixhibit е фантастичен начин за поврзување со моите фанови" изјави Paul van Dyk познат светски диџеј и истовремено бета тестер на Mixhibit апликацијата. "Повеќе не е само слика или пост-раскажувам приказна низ овие видеа на еден кул и лесен начин, интересен за моите пријатели и фанови.

Во една дигитална ера каде убавите моменти ретко се случуваат без мобилен телефон во рака, Mixhibit апликацијата покажува лесен начин за луѓето "покажи и кажи." Креирањето на процесот е оставено во рацете на корисниците кои мора да се над 18 години, да ги одберат саканите слики и објави од своите профили и да изберат една од над 10.000 песни подредени по расположение и жанр-и да го креираат своето видео. Заедно со опцијата да ги додадат

и искуствата од своите пријатели од социјалните мрежи, за прв пат се овозможува додавање на различни аспекти во нивното Mixhibit видео со цел и раскажување на колективна приказна.

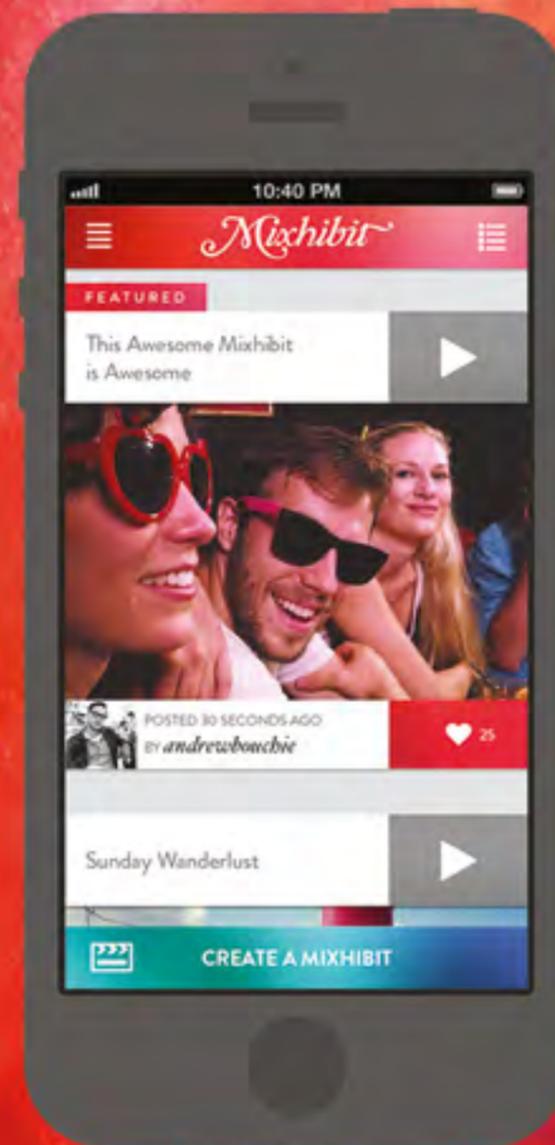
Како и да е, поврзувањето со пријателите или музичките артисти, Mixhibit апликацијата е платформа за раскажување и споделување на приказни. Следејќи го Smirnoff Nightlife Exchange и Smirnoff Midnight Circus, Mixhibit апликацијата е најнов бренд и претставува пат која ќе им овозможи на луѓето заедно да уживаат во добрите времиња со нивните пријатели. Smirnoff Co. ќе го заврши враќањето информации до фановите обезбедувајќи Mixhibit апликацијата да вклучи искусни луѓе кои се вклучени во креирањето и надоградувањето на апликацијата.



SMIRNOFF

Mixhibit

КРЕИРАЈТЕ ЈА ВАШАТА ВИДЕО ПРИКАЗНА
СО СПОМЕНИТЕ ОД



ПРЕВЗЕМЕТЕ ОД
App Store

ДОСТАПНО НА
Google play



БУР ЈАК	ГЕРМАНСКИ ЦЕНТАР ЗИМСКА ОЛИМПИЈАДА 1936	ПОСМРТНО ЛЕГЛО	СКИ ЦЕНТАР ВО САД ЗИМСКА ОЛИМПИЈАДА 1932	АМЕРИКАНСКИ ПОЛИТИЧАР ГОР	КОСОВСКИ БЕЗБЕДНОСНИ СИЛИ	БАР КОД	ГО СТАВА „ АД АКТА “	УСЛОВЕН СВРЗНИК ШТОМ КОГА (АРХАИЗАМ)	ТЕНКО (МИЈАЧКИ ДИЈАЛЕКТ)	АВСТРИЈА
МАКЕДОНСКА ПЛАНИНА ПОЗНАТ ТУРИСТИЧКИ РЕКРЕАТИВЕН ЦЕНТАР						ИТАЛИЈАНСКИ СКИ ЦЕНТАР РЕКА ВО РУСИЈА				
ШВАЦАРСКИСКИ ЦЕНТАР СВЕТСКИ КУП ВО СЛАЛОМ И ВЕЛЕСЛАЛОМ										МАКЕДОНСКИ БОР СИМБОЛНА НАЦИОНАЛЕН ПАРК ПЕЛИСТЕР
МЕСТО КАДЕ ШТО ПРАВЕДНИТЕ ЖИВЕАТ ВО БЛИЖЕСТВО				СПУСТ СО СКИИ НИЗ ВРАТИКА ВИД ЖИТНО РАСТЕНИЕ						
НАМУРТЕНО, МРАЧНО, ЛУТО					ЈАПОНСКА ВИОЛИНИСТКА СУВАНАИ АКТИНИУМ					
ИМАГИНАРЕН БРОЈ		ПРЕФИКС КОЈ ОЗНАЧУВА НЕШТО МНОГУ СТАРО				ТОН БУГАРСКИ СКИЈАЧКИ ЦЕНТАР НА ПЛ. РИЛА		МАФИЈАШОТ КАПОНЕ 14 И 23 БУКВА		
ПОСЛЕДНАТА БУКВА ОД КИРИЛИЦАТА		АВСТРИСКИ СКИ ЦЕНТАР РАНКО РАНГЕЛОВ							СВРЗНИК ШВАЦАРСКИ СКИЈАЧКИ ЦЕНТАР	
ПРЕДЛОГ СО ВРЕМЕНСКО ЗНАЧЕЊЕ: ЗА / ВО ВРЕМЕ НА					СОРАБОТНИК ПАРТНЕР ЗИМЗЕЛЕНО ДРВО					
УМЕТНОСТ (ЛАТИНСКИ)				ДОЛГ ВРЕМЕНСКИ ПЕРИОД ГРАМ				САРАЕВО 7 И 2 БУКВА		
РЕОМИР		ЗИМСКА СНЕЖНА КУКА ЕДИНИЦА ЗА ЕЛЕКТР. ОТПОР					СТИХУВАНА ХЕРОЈСЛА ТВОРБА ОХРИДСКА ФАБРИКА			
АМЕРИКАНСКИ КОШАРКАР ОД МАКЕДОНСКО ПОТЕКЛО ЗАФИРОВСКИ				КАНАДСКА ПОКРАИНА ИЗБЕГА, ОТКОРНА						
ЕЛЕКТРО МАКЕДОНИЈА			ПАНАГУР ОРГАНИЗАЦИЈА НА ЖЕНИ ОСКОПЈЕ					ПРВИОТ ФИЛМ НА ЦЕМС БОНД ДР... ЛОРЕНС ОЛИВИЕ		
НЕГУНАРОДНА ОЗНАКА ЗА СЕВЕР		КРАТЕНКА ЗА ВО РЕД (АНГЛ) СТАРИО И МАКЕДОНСКО МИЈАЧКО ИМЕ		АНГЛИСКА МЕРКА ЗА ДОЛЖИНА (СЛИЧНА СО ИНЧ)				ФОСФОР ВОДОВОДИСКИ АЛАТ ЗА РЕЖЕЊЕ НАВОИ		
НАЈНОВИОТ МАКЕДОНСКИ СКИ - ЦЕНТАР					РОМАНИЈА МЕРКА ЗА ТЕЖИНА 1282 ГРАМА ЗБОРУВАЊЕ ПРЕД ЛУТЕ					
АВСТРИСКИ СКИЈАЧКИ ЦЕНТАР								ЛАВ НИКОЛАЕВИЧ ЛИТАР		
РИСТО ДАРЛЕВ			НОРВЕШКА МАЈКАТА НА РОМУЛ И РЕМ	ОДЕЊЕ ОД (СРПСКИ) ЖЛЕБ ЗА ИСТЕКУВАЊЕ ВОДА ДВЕТЕ (СРПСКИ)						
ЧЕШКИ СКИЈАЧКИ ЦЕНТАР								ЛУДОЛФОВ БРОЈ И СОСТАВЕН И РАЗДЕЛЕН СВРЗНИК		
ЧЕСТИЧКА ЗА ИСТАКНУВАЊЕ И ПОСОЧУВАЊЕ НА ПРЕДМЕТИ ПОЈАВИ ...				НЕКОЈ ШТО Е ВО БОЈА НОМЕН						ТЕМПЕРАТУРА
17 - ТА БУКВА ОД ЛИРИЛИЦАТА		ПОЗНАТ ШВАЦАРСКИ ЗИМСКИ ЦЕНТАР								



Golf TSI Trendline
14.990€
(926.382 ден)

Новиот Golf 7 ЕДЕН И ЕДИНСТВЕН!

Седмата генерација продолжува со успешната приказна. Golf е, и останува најуспешно возило во Европа. Покрај наградата Европски автомобил на годината, а сега надополнет и со наградата Светски автомобил на годината, Golf го потврдува безвременскиот квалитет и високите стандарди кои ги исполнуваат очекувањата на сите генерации. Новата генерација на Golf е богато опремена со голем број сервиски вградени системи како систем за принудно сопирање, систем за детекција на замор, електрична паркирна сопирачка Auto Hold, START/STOP систем, ESP систем за контрола на стабилноста, електронска блокада на диференцијал XDS, 7 воздушни перничкиња за врвна сигурност, двозонски клима уред Climatronic, управувач обложен во кожа, екран на командната табла во боја и осетлив на допир, патен компјутер и многу повеќе.



Das Auto.

ЗВУЧИ ОДЛИЧНО!

НЕОГРАНИЧЕНИ РАЗГОВОРИ, ИНТЕРНЕТ И СМАРТФОН ЗА СОВРШЕНИ ПРАЗНИЦИ

Со оваа промотивна постпејд понуда, за само 499 денари месечно добивате:

- Неограничени разговори кон T-Mobile и T-Home
- Неограничен супербрз интернет
- 200 вклучени минути за разговор кон другите мрежи
- Нов смартфон по промотивна цена

Плус, со оваа понуда добивате можност да земете MaxTV за дома, за само 499 денари месечно!

За комплетно празнично доживување, купете го вашиот омилен смартфон по празнична цена преку Купи онлајн на www.t-mobile.mk, а ние ќе ви го доставиме бесплатно до дома.

Повеќе информации на 122, www.t-mobile.mk или во најблиската Телеком продавница.

PROMO PLAY
499 ДЕНАРИ
МЕСЕЧНО

T-Mobile

СПОДЕЛИ ДОЖИВУВАЊА