

# Dried Fruits & Nuts Exporter

HEALTHY  
NATURAL  
NUTRITIOUS



2022



# 2022

## ÜRÜN KATALOĞU

PRODUCT CATALOGUE

CATALOGUE DES PRODUITS



## HAKKIMIZDA

ABOUT US | À PROPOS DE NOUS

**🇹🇷 Bahçe Tarım, Kuruluşundan bu yana önce bölgenin daha sonra Türkiye'nin kuru gıda ve kuruyemiş alanındaki önde gelen toptancı ve tedarikçi şirkettir.**

Firmamız; 8.000m<sup>2</sup> açık alanı ve 12.000m<sup>2</sup> kapalı üretim alanı ile birlikte yıllık 1500 ton kuru gıda işleme ve paketleme kapasitesine sahiptir. Kuru kayısı, kuru incir, kuru üzüm, kuru hurma, kuru erik, kurutulmuş domates, fındık, badem, ceviz, antep fıstığı işlemekte ve müşterilerinin ihtiyaçları doğrultusunda paketleme yapmaktadır. Ayrıca üretim tesisinde en iyi ve organik tarım teknolojileri ile üretilmiş mahsulleri en yeni teknolojilerle ve uluslararası gıda güvenliği sertifikaları ile işlemekte ve dünyanın her tarafına ihrac etmektedir.

**🇬🇧 Bahçe Tarım, since its establishment first the region and the Turkey. Leading in the field of dried food and nuts from wholesaler and supplier şirkettir.**

Our company; 8.000m<sup>2</sup> open area and 12.000m<sup>2</sup> 21500 tons per year with closed production area dry food processing and packaging capacity has. Dried apricots, dried figs, raisins, dried dates, prunes, dried tomatoes, processing hazelnuts, almonds, walnuts, pistachios and according to the needs of its customers does the packaging. In addition, the production facility with the best and organic farming technologies in produced products with the latest technologies and with international food safety certificates processing and exporting all over the world is doing.

**🇫🇷 Bahçe Tarım, depuis sa création d'abord la région et la Turquie. Leader dans le domaine des aliments secs et des noix de grossiste et fournisseur.**

Notre compagnie; 8.000m<sup>2</sup> d'aire ouverte et 12.000m<sup>2</sup> 21500 tonnes par an avec une zone de production fermée et une capacité de transformation et d'emballage d'aliments secs. Abricots secs, figues sèches, raisins secs, dattes sèches, pruneaux, tomates séchées, noisettes de transformation, amandes, noix, pistaches et selon les besoins de ses clients fait le conditionnement. De plus, l'installation de production avec les meilleures technologies d'agriculture biologique produit des produits avec les dernières technologies et avec des certificats internationaux de sécurité alimentaire, transformant et exportant dans le monde entier.

# İHRACAT

EXPORT | EXPORTATION

**🇹🇷 Türkiye'de ve dünyada tüketicilerine ve iş ortaklarına kuru kayısı ve kuru meyve çözümleri sunan Bahçe Tarım ihracat ağını genişletmenin gayretindedir.**

Yurtiçi ve yurtdışı müşterilerine daha kaliteli kuru kayısı ve kuru meyve sunmak için Malatya 1. Organize Sanayi mevkiinde bulunan fabrikalarımız daha modern makinelerle güncellenmiştir. Kuru kayısı ve diğer kuru meyve ihracatında kapasitemiz yıllık 1500 ton civarındadır. Ağırlıklı olarak Avrupa Ülkelerine ve Rusya'ya yönelik ihracat yapmaktadır. Bahçe Tarım ihracatını başta İngiltere, Finlandiya, Hollanda, Rusya, Ukrayna, Litvanya, Almanya, Yunanistan, Polonya, gibi ülkelere yapmaktadır

**🇬🇧 Consumers and business in Turkey and in the world.dried apricot and dried fruit solution to its partnersBahçe Tarım export network offering solutionsis trying to expand.**

In order to offer better quality dried apricots and dried fruits to our domestic and international customers, our factories located in Malatya 1st Organized Industrial Zone have been updated with more modern machines. Our annual capacity in the export of dried apricots and other dried fruits is around 1500 tons. It mainly exports to European Countries and Russia. Bahçe Tarım exports to countries such as England, Finland, Netherlands, Russia, Ukraine, Lithuania, Germany, Greece, Poland.

**🇫🇷 Consommateurs et entreprises en Turquie et dans le monde.Solution d'abricots et de fruits secs à ses partenairesLe réseau d'exportation de Bahçe Tarım tente de se développer.**

Afin d'offrir des abricots secs et des fruits secs de meilleure qualité à nos clients nationaux et internationaux, nos usines situées dans la 1ère zone industrielle organisée de Malatya ont été mises à jour avec des machines plus modernes. Notre capacité annuelle d'exportation d'abricots secs et autres fruits secs est d'environ 1500 tonnes. Elle exporte principalement vers les pays européens et la Russie. Bahçe Tarım exporte vers des pays tels que l'Angleterre, la Finlande, les Pays-Bas, la Russie, l'Ukraine, la Lituanie, l'Allemagne, la Grèce et la Pologne.





# ÜRÜNLERİMİZ

OUR PRODUCTS | NOS PRODUITS

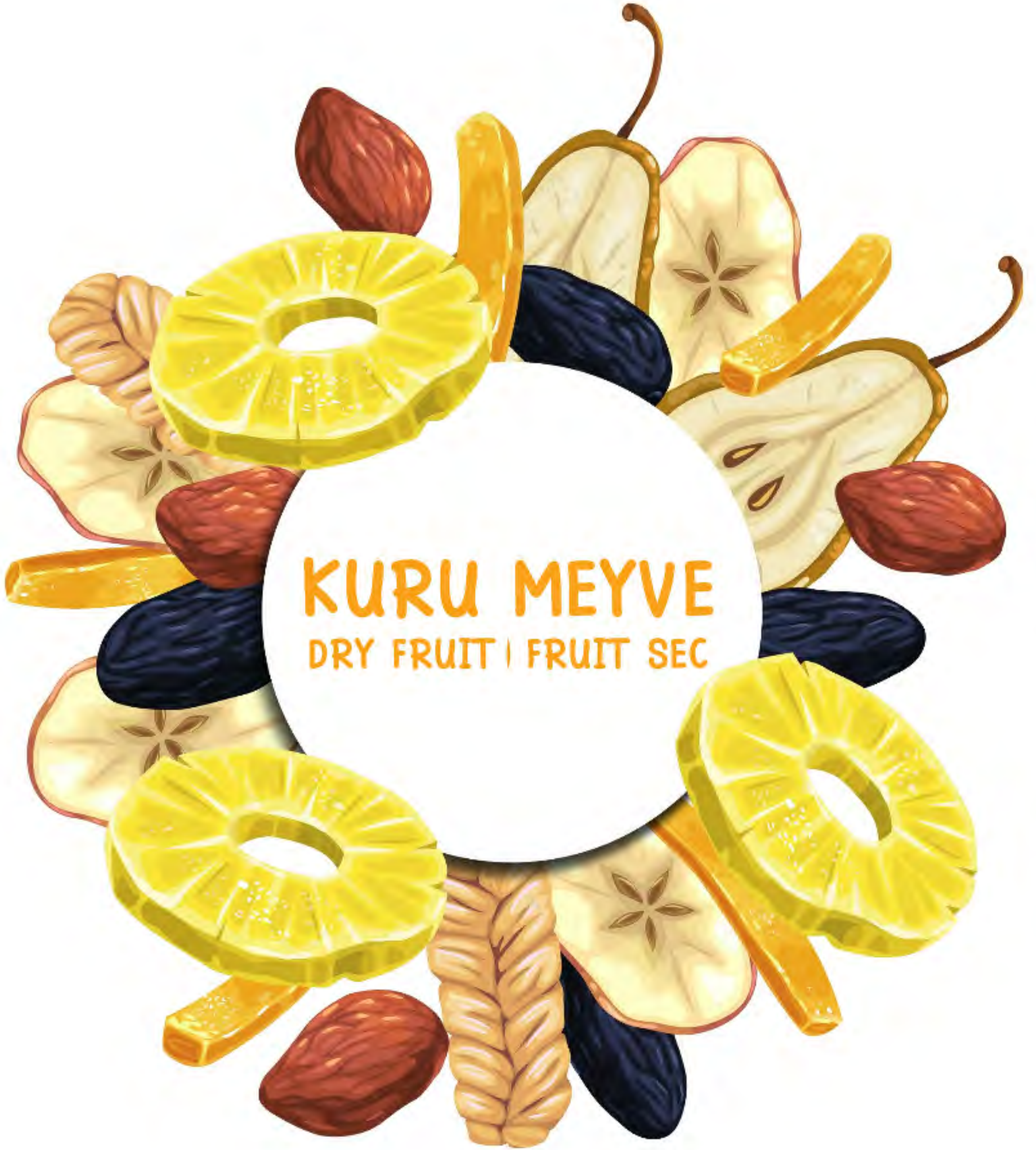
[www.bahcetarim.com](http://www.bahcetarim.com)











**KURU MEYVE**  
DRY FRUIT | FRUIT SEC



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☞ Kayısının içeriğinde antioksidan etkiye sahip "karotenoid" bulunmaktadır. Sarı, turuncu ve kırmızı renkleri barındıran karotenoidlerden olan beta-karoten kayısıda bol miktarda bulunur. A vitaminin ön maddesidir ve ihtiyaç duyulduğunda vücut tarafından A vitaminiye dönüştürülerek kullanılır. Vücutta, A vitaminine dönüşebilen birçok karotenoid arasından, dönüşüm oranı en fazla olanı beta-karotendir. Yağda çözünebilen A vitamini; görme, üreme ve sağlıklı bir cilt ile bağışıklık sisteminin korunması açısından önemlidir.

☞ Apricot contains "carotenoid" which has an antioxidant effect. Beta-carotene, one of the carotenoids with yellow, orange and red colors, is abundant in apricots. It is the precursor of vitamin A and is used by the body by converting it to vitamin A when needed. Among the many carotenoids that can be converted to vitamin A in the body, beta-carotene has the highest conversion rate. Fat-soluble vitamin A; It is important for vision, reproduction and protection of a healthy skin and immune system.

☞ L'abricot contient du "caroténoïde" qui a un effet antioxydant. Le bêta-carotène, l'un des caroténoïdes aux couleurs jaune, orange et rouge, est abondant dans les abricots. C'est le précurseur de la vitamine A et il est utilisé par l'organisme en le convertissant en vitamine A en cas de besoin. Parmi les nombreux caroténoïdes qui peuvent être convertis en vitamine A dans le corps, le bêta-carotène a le taux de conversion le plus élevé. Vitamine A liposoluble; Il est important pour la vision, la reproduction et la protection d'une peau et d'un système immunitaire sains.

## KAYISILI KURABIYE

APRICOT COOKIES | BISCUITS ABRICOTS



3 Adet Taze Kuru Kayısı  
3 Adet Hurma  
1 Su Bardağı Yulaf Ezmesi  
1 Çay Bardağı Çiğ Badem  
2 - 3 Yemek Kaşığı Tereyağı  
1 Adet Portakal

Önceden portakalın suyu sıkılır. Hurma, yulaf, kayısı ve bademler robottan geçirilir. Karışımın üzerine portakal suyu ve tereyağı ilave edilip tekrar robottan geçirilir. Elde edilen hamur, streç film ile sarılarak buzdolabında 20 dakika bekletilir. Hamur bir kaşık yardımıyla yağlı kağıt üzerine yuvarlak toplar halinde bırakılır. Önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında 20 - 25 dk pişirilir.

3 Fresh Dried Apricots  
3 Dates  
1 Cup of Oatmeal  
1 Tea Cup Raw Almonds  
2 - 3 Tablespoons of Butter  
1 Piece Orange

The juice of the orange is squeezed beforehand. Dates, oats, apricots and almonds passed through the robot. on the mix. Add orange juice and butter passed through the robot again. Obtained The dough is wrapped with cling film and refrigerated. kept in the lab for 20 minutes. Dough with a spoon on wax paper. They are left in round balls. Preheated to 180 degrees. Bake in the oven for 20-25 minutes.

3 Abricots Secs Frais  
3 Rendez-vous  
1 Tasse De Flocons D'avoine  
1 Tasse à Thé D'amandes Crues  
2 - 3 Cuillères à Soupe De Beurre  
1 Pièce Orange

Le jus de l'orange est préalablement pressé. Dattes, avoine, abricots et amandes sont passés au robot. sur le mix. Ajouter le jus d'orange et le beurre passé à nouveau dans le robot. Obtenue La pâte est enveloppée de film alimentaire et réfrigérée. conservée au laboratoire pendant 20 minutes. Pâte à la cuillère sur papier ciré sont laissés en boules rondes. Préchauffé à 180 degrés. Cuire au four pendant 20-25 minutes.



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☀️ Gün kurusu, kimyasal işleme maruz kalmadan güneşte kurutulan kayısıdır. Kuru kayısının raf ömrünün uzatılması için kullanılan kükürtleme işlemi, özellikle astım hastalarının olumsuz etkileyebilir. Bu sebeple organik gün kuruları hem doğallığı hem de yüksek besin ve lif değeriyle tercih sebebi olabilir. İçeriğinde A, C vitamini ile demir, fosfor, potasyum, kalsiyum mineralleri barındırmaktadır. Genellikle ara öğün olarak zayıflama diyetlerinde tercih edilir. Yemekten önce tüketilen gün kurusunun, hazımsızlığın giderilmesinde etkili olabileceği belirtilmiştir. İçeriğinde bulunan selüloz ve pektik özellikle sindirim sisteminin düzenlenmesinde etkili olabilir.

🇬🇧 Sun-dried apricots are sun-dried without chemical processing. Sulfurization process used to extend the shelf life of dried apricots, especially in asthma patients. For this reason, organic day Dried dried fruits are preferred due to their naturalness and high nutritional and fiber value. It contains vitamins A, C, iron, phosphorus, potassium, calcium enamel-contains rales. Usually used as a snack in weight loss diets. preferable. It is used to relieve sundryness and indigestion consumed before meals. has been shown to be effective in Contains cellulose and pectict can be especially effective in regulating the digestive system.

🇫🇷 Les abricots séchés au soleil sont séchés au soleil sans traitement chimique. Processus de sulfuration utilisé pour prolonger la durée de conservation des abricots secs, en particulier chez les patients asthmatiques. Pour cette raison, les fruits séchés bio du jour sont préférés en raison de leur caractère naturel et de leur valeur nutritionnelle et fibreuse élevée. Il contient des vitamines A, C, du fer, du phosphore, du potassium, du calcium émail-contient des râles. Habituellement utilisé comme collation dans les régimes amaigrissants. préférable. Il est utilisé pour soulager la sécheresse et l'indigestion consommée avant les repas. s'est avéré efficace dans Contient de la cellulose et des pectiques Il peut être particulièrement efficace pour réguler le système digestif.

## GÜN KURUSU TATLISI

SUN DRIED DESSERT | DESSERT SEC DU JOUR



400 gram Gün Kurusu Kayısı  
1 Yemek Kaşığı Tuzsuz Tereyağı  
3 Yemek Kaşığı Şeker  
1 Buçuk Çay Bardağı Su  
1 Tatlı Kaşığı Limon Suyu

Kayısları iyice yıkayın. Tavaya tereyağını alıp eritin. Kayısları ekleyin. Kayıslardan hafif kavruk bir koku gelene kadar karıştırarak soteleyin. Üç kaşık şekeri, suyu ve limon suyunu ekleyin ve karıştırın. (Eğer kayıslar sertse su miktarını 2 bardağa çıkarabilirsiniz.) Kapağını kapatıp altını kısın. Suyu kıvam almaya başlayınca ocaktan alın. Çok soğutmadan servis edin.

400 grams. Dried Apricots  
1 Tablespoon of Unsalted Butter  
3 Tablespoons of Sugar  
1 Half Tea Glass of Water  
1 Dessert of Lemon Juice

The juice of the orange is squeezed beforehand. Dates, oats, apricots and almonds passed through the robot. on the mix Add orange juice and butter passed through the robot again. Obtained The dough is wrapped with cling film and refrigerated. Kept in the lab for 20 minutes. Dough with a spoon on wax paper. They are left in round balls. Preheated to 180 degrees Bake in the oven for 20-25 minutes.

400 grammes. Abricots secs  
1 cuillère à soupe de beurre non salé  
3 cuillères à soupe de sucre  
1 demi-thé verre d'eau  
1 dessert de jus de citron

Le jus de l'orange est préalablement pressé. Les dattes, l'avoine, les abricots et les amandes sont passés par le robot. sur le mix Ajouter le jus d'orange et le beurre repassé au robot. Obtenu La pâte est enveloppée d'un film alimentaire et réfrigérée. Conservé au laboratoire pendant 20 minutes. Pâte à la cuillère sur papier ciré. Ils sont laissés en boules rondes. Préchauffé à 180 degrés Cuire au four pendant 20-25 minutes.

# KURU ÜZÜM

RAISINS  
RAISINS SECS



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☺ Kuru üzümün en çok bilinen faydası Karaciğerin temizlenmesine, toksinlerden arınmasına ve yüksek performans ile çalışmasına yardımcı olmaktadır. Bu etkisi kolon ve bağırsakların temizlenerek daha sağlıklı olmasına yardımcı oluyor. Sabahları aç karnına içilen üzüm suyu detone etkisi oluşturuyor. Bağışıklık sistemini güçlendirir. Kolesterol seviyesini düzenler. Romatizmal hastalıkları engeller. Yorgunluk ve depresyonun önüne geçer, enerji verir. Kuru üzüm kemiklerin güçlenmesini sağlar. Mide rahatsızlıklarına iyi gelir. İçeriğindeki boron minerali sayesinde kalsiyum emilimini kolaylaştırır ve kemik sağlığını güçlendirir.

✚ The most well-known benefit of raisins is cleansing the liver, removing toxins. It helps it to work and work with high performance. This effect co-It helps to clean the lon and intestines and make them healthier. Morning-Grape juice drunk on an empty stomach creates a detone effect. immune systemstrengthens. Regulates cholesterol level. It prevents rheumatic diseases. Yor-It prevents daily and depression, gives energy. Raisins strengthen your bonesprovides the meat. It is good for stomach ailments. Thanks to the boron mineral in its content, It also facilitates calcium absorption and strengthens bone health.

☺ L'avantage le plus connu des raisins secs est de nettoyer le foie, d'éliminer les toxines. Il l'aide à travailler et à travailler avec des performances élevées. Cet effet co-Il aide à nettoyer le long et les intestins et à les rendre plus sains. Le jus de Morning-Grape bu à jeun crée un effet détonant. le système immunitaire se renforce. Régule le taux de cholestérol. Il prévient les maladies rhumatismales. Yor-It prévient le quotidien et la dépression, donne de l'énergie. Les raisins secs renforcent vos os et fournissent la viande. C'est bon pour les maux d'estomac. Grâce au bore minéral dans sa teneur, il facilite également l'absorption du calcium et renforce la santé des os.

## KURU ÜZÜMLÜ KEK

RAISINE CAKE | GÂTEAU AUX RAISINS



3 adet yumurta, 1 su bardağı şeker, 1 su bardağı yoğurt, 2/3 su bardağı sıvı yağ, 1 paket kabartma tozu, 2 su bardağı un, 1 çay kaşığı tarçın, 1 su bardağı kuru üzüm 1 su bardağı ceviz içi (iri çekilmiş)

Yumurtaları geniş bir kase içine kırın. Üzerin şekeri ekleyerek mikserle çırpmaya başlayın. Karışım açık sarı bir renk alarak kabarana dek çırpmaya devam edin. Yoğurt ve sıvı yağı ekleyip düşük ayarda çırpmaya devam edin. Kabartma tozu, tarçın ve unu eleyerek karışıma ekleyin ve tüm malzemelerle birleşinceye dek mikserle çirpin. Kuru üzüm ve cevizleri ekledikten sonra spatulayla kek karışımına yedirin ve yağladığımız kek kalıbının içine dökün. 180 derecede ısıtmış olduğunuz fırında 30 dakika kadar pişirin.

3 eggs, 1 cup sugar, 1 cup yogurt, 2/3 cup oil, 1 pack of baking powder, 2 cups flour, 1 teaspoon cinnamon, 1 cup of raisins, 1 cup walnut kernels (coarsely ground)

Crack the eggs into a large bowl. Add sugar and beat with mixer. Start yeast. The mixture is a light yellow whisking until it becomes fluffy in color go on. Add yogurt and oil Keep whisking at low setting. Sifting baking powder, cinnamon and flour Add to the mix and with all the ingredients Beat with mixer until combined. Dry After adding the grapes and walnuts, the spainto the cake mix with tula and oil it. Pour into your cake tin. 180 degrees in the oven you have heatedcook for 30 minute.

3 œufs, 1 tasse de sucre, 1 tasse de yaourt, 2/3 tasse d'huile, 1 sachet de levure chimique 2 tasses de farine, 1 cuillère à café de cannelle, 1 tasse de raisins secs, 1 tasse de cerneaux de noix (grossièrement moulus)

Cassez les œufs dans un grand bol. Ajouter le sucre et battre au batteur. Commencez la levure. Le mélange est d'un fouet jaune clair jusqu'à ce qu'il devienne mousseux en couleur continuer. Ajouter le yaourt et l'huile Continuer à fouetter à basse température. Tamiser la levure chimique, la cannelle et la farine Ajouter au mélange et avec tous les ingrédients Battre au mélangeur jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Sécher Après avoir ajouté les raisins et les noix, mélanger l'Espagne au gâteau avec le tula et l'huiler. Versez dans votre moule à cake. 180 degrés dans le four, vous avez chauffé cuire pendant 30 minutes.



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☚ Kalsiyum, demir, magnezyum, fosfor ve B vitaminlerini yüksek oranda içerir. 100 gram kuru incir yenildiğinde vücudun günlük gereksinimi olan kalsiyumun %17'si, demir ile magnezyumun %30'u, fosforun %20'si, B1 vitamininin %5'i, B2 vitaminin ise %4'ü karşılanır. Kan basıncına fayda sağlar. Kan basıncını düzenlemede önemli rolü olan potasyumdan zengindir. Düzenli sebze ve meyve tüketmeyen, işlenmiş sodyum içeriği yüksek gıdaları tüketen kişiler potasyum eksikliği yaşayabilir ve bu da hipertansiyona yol açabilir. Zararlı olan bazı bakterilerden vücudu korur. İncir sindirimi, içerdiği liflerle kolaylaştırır ve bu özelliği sayesinde bedeninizi zararlı olan bakterilerden korumada rol oynar.

☚ It contains high levels of calcium, iron, magnesium, phosphorus and B vitamins. one hundred 17% of the body's daily requirement of calcium when a gram of dried fig is eaten, 30% of iron and magnesium, 20% of phosphorus, 5% of vitamin B1, vitamin B2 4% is met. It benefits blood pressure. Importance in regulating blood pressure it is rich in potassium, which plays an important role. Those who do not consume vegetables and fruits regularly, People who consume foods high in sodium content may experience a potassium deficiency, and this can lead to hypertension. It protects the body from some harmful bacteria. Fig facilitates digestion with the fibers it contains, and thanks to this feature, it harms your body. It plays a role in protection from harmful bacteria.

☚ Il contient des niveaux élevés de calcium, de fer, de magnésium, de phosphore et de vitamines B. cent 17% des besoins quotidiens de l'organisme en calcium lorsqu'un gramme de figue séchée est consommé, 30% de fer et de magnésium, 20% de phosphore, 5% de vitamine B1, vitamine B2 4% sont satisfaits. Il profite de la tension artérielle. Importance dans la régulation de la pression artérielle il est riche en potassium, qui joue un rôle important. Ceux qui ne consomment pas régulièrement de légumes et de fruits, les personnes qui consomment des aliments riches en sodium peuvent souffrir d'une carence en potassium, ce qui peut entraîner une hypertension. Elle protège l'organisme de certaines bactéries nocives. La figue facilite la digestion grâce aux fibres qu'elle contient, et grâce à cette caractéristique, elle nuit à votre organisme. Elle joue un rôle de protection contre les bactéries nocives.

### UNSUZ ÇİKOLATALI İNCİRLİ KURABIYE

FLOURLESS CHOCOLATE | BISCUITS SANS FARINE AU  
FIG COOKIES | CHOCOLAT ET AUX FIGUES



12 Adet kuru incir, 2 Adet yumurtanın  
akı, 1 Çay bardağı tozşeker, Bir buçuk su  
bardağı çekilmiş ceviz.

Üzeri için:  
3 paket (80'er gramlık) sütlü çikolata

İncirleri irice doğrayıp bir kaba alın.  
Üzerine kalan malzemeyi ilave edip  
yoğurun. Harçtan ceviz büyüklüğünde  
parçalar koparıp yuvarlak şekil verin.  
Pişirme kağıdı serilmiş bir finn tepsinine  
dizip önceden ısıtılmış 165 derece  
fırında 15-20 dakika pişirin. Soğuması  
için kenara alın. Üzeri için çikolatayı  
benmarl usulü ertlin. Soğuyan  
kurabiyeleri iki çatal yardımıyla  
çikolataya batırıp, pişirme kağıdı  
üzerine çıkarın. Soğuduktan sonra  
servis ediniz.

12 dried figs, 2 egg whites,  
1 Teaspoon of granulated sugar  
One and a half cups of ground walnuts

To pour over:  
3 packs (80 grams each) of milk  
chocolate

Chop the figs coarsely and put them in  
a bowl. Add remaining ingredients  
and knead. Take walnut-sized pieces  
from the mortar and form a round  
shape. Place on a baking tray lined  
with baking paper and bake in a  
preheated 165 degree oven for 15-20  
minutes. Set aside to cool. For the  
topping, melt the chocolate in a  
bain-marie. Dip the cooled cookies in  
chocolate with the help of two forks  
and remove them on baking paper.  
Serve after freezing.

12 figues sèches, 2 blancs d'œufs,  
1 cuillère à café de sucre granulé  
Une tasse et demie de noix moulues

Verser dessus :  
3 paquets (80 grammes chacun) de  
chocolat au lait

Hachez grossièrement les figues et  
mettez-les dans un bol. Ajouter les  
ingrédients restants et pétrir. Prenez des  
morceaux de la taille d'une noix du mortier  
et formez une forme ronde. Placer sur une  
plaque à pâtisserie tapissée de papier  
sulfurisé et cuire au four préchauffé à 165  
degrés pendant 15 à 20 minutes. Laisser  
refroidir. Pour le nappage, faire fondre le  
chocolat au bain-marie. Tremper les  
biscuits refroidis dans le chocolat à l'aide  
de deux fourchettes et les déposer sur du  
papier cuisson. Servir après congélation.

# KURU ERİK

DRIED PLUM  
PRUNE SÉCHÉE



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☞ K vitamini açısından zengin olan erik, kuru haliyle de çok sevilen bir besin haline gelmiştir. Kuru erikte yüksek miktarda potasyum yer alır. Potasyum ise kalp sağlığını koruyan bir mineraldir. Gün içinde tüketilen besinlerden potasyum alarak kalp krizi riskini önleyip, kalp ritmini düzenleyebilirsiniz. Kuru erik ara öğünlerin ve ani acıkların kurtarıcısı olmaktadır. Saçların kuru ve yıpranmış görünmesi demir eksikliğinden kaynaklanabilir. Temiz bağırsaklar ile kendinizi daha iyi hissedebilirsiniz. Bu özelliği ile kuru erik tüketen kişilere enerji verir. A vitamini görme duyusunu geliştirir ve göz kusurlarını önler.

☞ Plum, which is rich in vitamin K, has become a very popular food in its dry form. Prunes contain high amounts of potassium. Potassium is hearthealthy. It is a protective mineral. Heart by taking potassium from the foods consumed during the day. You can prevent the risk of stroke and regulate the heart rhythm. Prune snacks and snacks. He is the savior of pain. Dry and damaged hair may be due to its deficiency. You can feel better with clean intestines-we are mad. With this feature, it gives energy to people who consume prunes. Vitamin A eyesight improves presentation and prevents eye defects.

☞ La prune, riche en vitamine K, est devenue un aliment très apprécié sous sa forme sèche. est arrivé. Les pruneaux contiennent de grandes quantités de potassium. Le potassium est bon pour le cœur. C'est un minéral protecteur. Coeur en prenant du potassium dans les aliments consommés pendant la journée, vous pouvez prévenir le risque d'accident vasculaire cérébral et réguler le rythme cardiaque. Prune snacks et snacks. Il est le sauveur de la douleur. Les cheveux secs et abîmés peuvent être dus à sa carence. Vous pouvez vous sentir mieux avec des intestins propres - nous sommes fous. Avec cette caractéristique, il donne de l'énergie aux personnes qui consomment des pruneaux. La vitamine A améliore la vue et prévient les défauts oculaires.

## KURU ERİK TATLISI

PLUM DESSERT | DESSERT AUX PRUNES

500 gr kuru erik  
2 Su bardağı toz şeker  
(arzu ettiğiniz oranda artırabilir  
ya da azaltabilirsiniz),  
1 Su bardağı liri dövülmüş ceviz

Erikleri iyice yıkayın ve bir tencereye alın. Üzerlerini 1 parmak geçecek kadar su ekleyin. Erikler iyice yumuşayınca kadar 10 dakika tencerenin kapağı kapalı olarak pişirin. Yumuşadıktan sonra şekeri ekleyin ve 7 dakika daha pişirin. Şeker ilavesinden sonra tencerenin kapağı kapalı olarak kaynatmaya devam edin. Tatlının suyu şurup kıvamına geldiğinde ocaktan alıp soğumaya bırakın. Üzerine ceviz serpilip servis yapın.

500 g prunes  
2 cups granulated sugar  
(can increase as you wish  
or you can reduce it)  
1 cup coarsely chopped walnuts

Wash the plums well and put them in a saucepan. Add enough water to cover them by 1 finger. Cook with the lid on for 10 minutes until the plums are soft. After softening, add the sugar and cook for another 7 minutes. After adding sugar, continue to boil with the lid of the pot closed. When the juice of the dessert reaches the consistency of syrup, take it off the stove and let it cool. Sprinkle walnuts on top and serve.

500 g de pruneaux  
2 tasses de sucre cristallisé  
(peut augmenter à volonté)  
ou vous pouvez le réduire)  
1 tasse de noix hachées grossièrement

Lavez bien les prunes et mettez-les dans une casserole. Ajouter suffisamment d'eau pour les recouvrir d'un doigt. Cuire à couvert pendant 10 minutes jusqu'à ce que les prunes soient tendres. Après ramollissement, ajouter le sucre et cuire encore 7 minutes. Après avoir ajouté le sucre, continuer à faire bouillir avec le couvercle de la casserole fermé. Lorsque le jus du dessert atteint la consistance d'un sirop, retirez-le du feu et laissez-le refroidir. Saupoudrer de noix sur le dessus et servir.



# KURU HURMA

DRY DATE  
DATE SÈCHE



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☀️ Hurma kansere karşı koruyucu etki gösterir. Hurma, tok tutan ve posa kaynağı olan hem de içeriğindeki vitaminler sayesinde çok iyi kanser savaşçılarıdır. Antioksidan içeriği ile bağışıklık sistemini güçlendirir. Cilt güzelliği ve sağlığının korunmasında rol oynar. B1, B2 vitamin içeriği ile sinir sistemini korur. Hem bedensel, hem de zihinsel yorgunluğu yok etmektedir. İftarda az miktarda hurma tüketimi, vücudu dinlendirici etki gösterir. Vücuda kan üretimi sağlamaktadır. Kansızlığa son derece iyi gelmektedir. Kemik zayıflığını engellemektedir. Verem hastalığına karşı olumlu etkisi vardır. Böbrek yetmezliğine karşı oldukça faydalı bir meyvedir.

🇬🇧 Dates have a protective effect against cancer. Dates are very good cancer fighters thanks to the vitamins they contain, as well as keeping them full and a source of fiber. It strengthens the immune system with its antioxidant content. It plays a role in maintaining skin beauty and health. It protects the nervous system with its vitamin B1, B2 content. It eliminates both physical and mental fatigue. Consumption of a small amount of dates in iftar has a relaxing effect on the body. It provides blood production to the body. It is extremely good for anemia. It prevents bone weakness. It has a positive effect against tuberculosis. It is a very useful fruit against kidney failure.

🇫🇷 Les dattes ont un effet protecteur contre le cancer. Les dattes sont de très bons combattants du cancer grâce aux vitamines qu'elles contiennent, en plus de les garder rassasiées et d'être une source de fibres. Il renforce le système immunitaire grâce à sa teneur en antioxydants. Il joue un rôle dans le maintien de la beauté et de la santé de la peau. Il protège le système nerveux grâce à sa teneur en vitamine B1, B2. Il élimine la fatigue physique et mentale. La consommation d'une petite quantité de dattes dans l'iftar a un effet relaxant sur le corps. Il fournit la production de sang au corps. C'est extrêmement bon pour l'anémie. Il prévient la fragilité osseuse. Il a un effet positif contre la tuberculose. C'est un fruit très utile contre l'insuffisance rénale.

## HURMA SEKERLEMELERİ

DATE CANDY | BONBONS AUX DATTES



25 Tane hurma  
1/2 Su bardağı ceviz  
1 Su bardağı şeker  
(Pudra yada esmer isteğinize bağlı)  
1/4 Su bardağı su

Hurmaların çekirdeklerini çıkartıp, çekirdeklerin yerine ceviz yerleştirin. Hurmayı bir miktar suyla ıslatıp şekerin üzerinde yuvarlayın. Afiyet olsun!

25 Dates  
1/2 Glass of walnuts  
1 Glass of sugar  
(Powder or brown depending on your request)  
1/4 Cup of water

Take out the cores of the dates, replace the kernels with walnuts. Wet the date with some water and Roll over the sugar. Bon Appetit!

25 rendez-vous  
1/2 verre de noix  
1 verre de sucre  
(Poudre ou brun selon sur votre demande)  
1/4 tasse d'eau

Retirez les noyaux des dattes, remplacez les cerneaux par des noix. Mouiller la datte avec un peu d'eau et Rouler sur le sucre. Bon appétit!



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

Demir, kalsiyum, B1, B2 ve C vitamini açısından kuru dut oldukça zengindir. İçerdiği zengin vitamin ve mineraller sayesinde bağışıklığı güçlendirir. Ateş düşürücü etkisinin olmasının yanı sıra vücutta doğal antibiyotik etkisi yaratır. İçerdiği zengin demir mineralleri sayesinde vücutta kan yapıcı etkisi bulunmaktadır. Kansızlık tedavisinde kuru dutun önemli bir yeri vardır. İdrar söktürücü etkisi, Bağırsak kurtlarının düşmesine yardımcı olur, Karaciğeri güçlendirir, Bağışıklığı güçlendirir, Kalp hastalıklarından korur, Saça ve cilde faydalıdır, Saçı ve cildi temizler ve Kuru dut kaynatılarak suyu ile yıkanıldığında saçı ve cildi temizler, besler ve canlandırır.

Dried mulberry is very rich in terms of iron, calcium, B1, B2 and vitamin C. containsIt strengthens immunity thanks to its rich vitamins and minerals. antipyretic eNectIt also creates a natural antibiotic eNect in the body. The rich in-Thanks to the mir minerals, it has a blood-forming eNect in the body. Anemia treatmentDried mulberry has an important place in the wine. Diuretic eNect, Intestinal wormsHelps to decrease, Strengthens the liver, Strengthens immunity, Heart diseaseIt protects the hair and skin, It is beneficial to the hair and the skin, It cleans the hair and the skin, andIt cleans, nourishes and revitalizes the hair and skin when washed with water.

Le mûrier séché est très riche en fer, calcium, B1, B2 et vitamine C. Contient Il renforce l'immunité grâce à sa richesse en vitamines et minéraux. eNect antipyrétiqueIl crée également un eNect antibiotique naturel dans le corps. Le riche en -Grâce aux minéraux mir, il a un eNect hématopoïétique dans le corps. Traitement de l'anémieLe mûrier séché a une place importante dans le vin. Effet diurétique, Vers intestinauxAide à diminuer, Renforce le foie, Renforce l'immunité, Maladies cardiaquesIl protège les cheveux et la peau,Il est bénéfique pour les cheveux et la peau,Il nettoie les cheveux et la peau,etIl nettoie, nourrit et revitalise le les cheveux et la peau lorsqu'ils sont lavés à l'eau.



## DUT KURABIYELERİ

MULBERRY COOKIES | BISCUITS AU MÛRE

1 Su bardağı dut kuru  
1,5 Su bardağı ceviz içi  
1 Yumurta

Fırını önceden 170 derecede ısıtın. Mutfak robotunda önce dutları un haline getirin. Ceviz içini ekleyip cevizin yağı çıkıncaya kadar ezmeye devam edin. Küçük bir kapta hafifçe çırpığınız yumurtayı da ceviz ve duta karıştırıp, hafif yapışkan bir hamur haline getirin. Cevizden daha ufak parçalar koparıp yuvarlayın ve pişirme kağıdı koyduğunuz fırın tepsisine dizin. Hafifçe kızarıp, üstü sertleşinceye kadar ve soğuyunca servis edin. İsterseniz üstlerine tarçın serpebilirsiniz.

1 Cup of dried mulberry  
1,5 Cups walnuts  
1 Egg

Preheat the oven to 170 degrees. In the food processor, first flour the mulberriesmake it into. Add the walnut kernelsmashing the walnuts until the oil comes outcontinue to. In a small bowlAlso, take the lightly beaten egg.mix viz and mulberry, slightly stickymake it into a dough, from walnuttear oN and roll smaller pieceswool and baking paper where you put Arrange on the baking tray. Slightly blushinguntil the top hardens and coolserve greek. If you want, top-You can sprinkle cinnamon on it.

1 Tasse de mûre séchée  
1,5 Tasse de noix  
1 Oeuf

Préchauffer le four à 170 degrés. Au robot culinaire, farinez d'abord les mûres pour en faire. Ajouter les cemeaux de noix en écrasant les noix jusqu'à ce que l'huile sorte et continuer. dans un petit bol, prenez également l'œuf légèrement battu. mélangez le viz et le mûrier, légèrement collant, faites-en une pâte. de noixdéchirez et roulez de plus petits morceaux de laine et de papier sulfurisé là où vous placez la Disposition sur la plaque de cuisson. Légèrement rougissant jusqu'à ce que le dessus durcisse et refroidisse le grec. Si vous le souhaitez, vous pouvez saupoudrer de cannelle dessus.





# KURU MANGO

DRY MANGO  
MANGUE SÈCHE



BLUEBERRIES  
MYRTILLES

# YABAN MERSİNİ



# YER KIRAZI

GROUND CHERRY  
CERISE MOULUE



DRY BLACKBERRY  
MÛRE SÈCHE

# KURU BÖĞÜRTLEN



# KURU KİVİ

DRY KIWI  
KIWI SEC



DRIED CHERRY  
CERISE SÉCHÉE

# KURU KİRAZ



# KURU ANANAS

DRY PINEAPPLE  
ANANAS SEC



DRY BANANA  
BANANE SÈCHE

# KURU MUZ



# KURU AHUDUDU

DRY RASPBERRY  
FRAMBOISE SEC



DRY APPLE  
POMME SEC

# KURU ELMA



# KURU ARMUT

DRY PEAR  
POIRE SÈCHE



GOLDEN ORANGE  
ORANGE DORÉ

# ALTIN PORTAKAL





**KURU YEMİŞ**  
NUTS | DES NOISETTES

# FINDIK

# HAZELNUT NOISETTE



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

Çiğ fındık tüketimi hem tok tutma yönünden hem de sağlığa faydaları yönünden uzmanlar tarafından şiddetle öneriliyor. Kavrulmamış fındıklar, kavrulmuş fındıklara oranla iki kat fazla antioksidan içeriyor. Bağışıklık Sistemini Güçlendirir, Tokluk Hissi Verir, Sinirleri Sağlamlaştırır, Beyin Sağlığını Korur, Kansere Karşı Korur, Kasları Güçlendirir, Yaşlanmayı Engeller. UVA/ UVB ışınlarının neden olduğu deri kanserinden cildi koruyor. Antioksidanlarla birlikte flavanoidler cilt hücrelerinin rejenerasyonunu uyandır. E vitamininin de desteğiyle ölü hücreleri ortadan kaldırarak daha sağlıklı ve daha genç görümlü bir cilt sağlar.

Consumption of raw hazelnuts is beneficial both in terms of keeping it full and health. Highly recommended by experts. Unroasted hazelnuts, roasted. It contains twice as many antioxidants as hazelnuts. Strengthen the Immune System-It gives a feeling of satiety, strengthens the nerves, protects the brain health, prevents cancer. Protects Against, Strengthens Muscles, Prevents Aging. What are the UVA/ UVB rays? It protects the skin from skin cancer. Flavonoids with antioxidants stimulates the regeneration of skin cells. With the support of vitamin E, dead cell-It provides a healthier and younger looking skin.

La consommation de noisettes crues est bénéfique à la fois en termes de maintien de sa satiété et de santé. Hautement recommandé par les experts. Noisettes non torréfiées, torréfiées. Elles contiennent deux fois plus d'antioxydants que les noisettes. Renforce le système immunitaire - Il donne une sensation de satiété, renforce les nerfs, protège la santé du cerveau, prévient le cancer. Protège contre, renforce les muscles, prévient le vieillissement. Que sont les rayons UVA/UVB ? Il protège la peau du cancer de la peau. Les flavonoïdes avec des antioxydants stimulent la régénération des cellules de la peau. Avec le soutien de la vitamine E, les cellules mortes procurent une peau d'apparence plus saine et plus jeune.



## FINDIKLI KURABIYE

HAZELNUT COOKIE | BISCUIT AUX NOISETTES

5 su bardağı un, 250 gram tereyağı  
2 çorba kaşığı yoğurt, 1 su bardağı  
şeker, 1 adet yumurta, 1 paket  
kabartma tozu, 1 paket vanilya, 1 su  
bardağı kuru üzüm, 1 su bardağı fındık.

Karıştırma kabına unu alın. Oda sıcaklığındaki tereyağını ortasına koyun. Üzerine şeker ekleyin. Yoğurt ve yumurtadan bir tanesinin beyazını ayırarak geri kalanını kaba alın. Kabartma tozu ve vanilya da ekleyerek hamuru yoğurun. Daha sonra üzerine kuru üzüm ve kırık fındık koyarak karıştırın. Ceviz büyüklüğünde parçalar kopararak yuvarlayın. Kurabiyeleri yağlanmış tepsiye dizdikten sonra üzerini yumurta beyazına batırın. Ardından fındığa batırın ve tepsiye dizin. 170 derecelik fırında pişirin.

5 glasses of flour, 250 grams of butter  
2 tablespoons of yogurt, 1 cup sugar,  
1 egg, 1 pack of baking powder, 1  
pack of vanilla, 1 cup of raisins, 1 cup  
of hazelnuts.

Take flour in mixing bowl. Put the room temperature butter in the middle. Add sugar to it. Separate the white of one from the yogurt and the egg and put the rest in the bowl. Add baking powder and vanilla and knead the dough. Then mix it by putting raisins and cracked nuts on it. Break off walnut-sized pieces and roll them. After placing the cookies on a greased tray, dip them in egg white. Then dip the hazelnuts and place them on the tray. Bake in the oven at 170 degrees.

5 verres de farine, 250 grammes de beurre  
2 cuillères à soupe de yaourt, 1 tasse sucre,  
1 œuf, 1 sachet de levure chimique, 1 sachet  
de vanille, 1 tasse de raisins secs, 1 tasse de  
noisettes.

Prenez la farine dans le bol du mélangeur. Mettre le beurre à température ambiante au milieu. Ajoutez-y du sucre. Séparez le blanc de l'un du yaourt et de l'œuf et mettez le reste dans le bol. Ajouter la levure chimique et la vanille et pétrir la pâte. Mélangez-le ensuite en y mettant des raisins secs et des noix concassées. Cassez des morceaux de la taille d'une noix et roulez-les. Après avoir placé les biscuits sur une plaque graissée, trempez-les dans le blanc d'œuf. Trempez ensuite les noisettes et placez-les sur le plateau. Cuire au four à 170 degrés.





# KAYISI ÇEKİRDEĞİ

APRICOT KERNEL  
NOYAU D'ABRICOT



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

🇹🇷 Kayısı çekirdeğinde yaklaşık %30 oranında protein bulunduğu için meyvenin kendisi gibi çekirdeği de enerji deposu olarak tanımlanıyor. ağırlıklı sistemini kuvvetlendiren çekirdek kışa daha güçlü girmenizi sağlar. Midede şişkinlik ve gaz şikayetlerinin azalmasında etkilidir. Bağırsaklardaki kötü bakterilerin çok daha kısa sürede dışarı atılmasını sağlar. Günde 6 -7 adet kayısı çekirdeği tüketenlerin cildi çok daha parlak ve canlı bir görünüme kavuşur. Yaşlanmaya bağlı nedenlerle oluşan kırışıklıkları azaltır ve yeni kırışıklıkların çıkmasını önler. Güneş lekelerine karşı korur. Sivilleri kurutur. Akne ve siyah noktalara karşı da etkilidir. Ağrıları dindirir.

🇬🇧 Since the apricot kernel contains approximately 30% protein, the kernel, like the fruit itself, is defined as an energy store. The core that strengthens the immune system allows you to enter the winter stronger. It is effective in reducing bloating and gas complaints in the stomach. It allows the bad bacteria in the intestines to be thrown out in a much shorter time. The skin of those who consume 6 -7 apricot seeds a day will have a much brighter and more vibrant appearance. It reduces wrinkles caused by aging and prevents new wrinkles from appearing. Protects against sunspots. It dries up acne. It is also effective against acne and blackheads. It relieves pain.

🇫🇷 Étant donné que le noyau d'abricot contient environ 30% de protéines, le noyau, comme le fruit lui-même, est défini comme une réserve d'énergie. Le noyau qui renforce le système immunitaire vous permet d'entrer plus fort dans l'hiver. Il est efficace pour réduire les ballonnements et les gaz dans l'estomac. Il permet aux mauvaises bactéries présentes dans les intestins d'être expulsées en un temps beaucoup plus court. La peau de ceux qui consomment 6 à 7 graines d'abricot par jour aura une apparence beaucoup plus lumineuse et plus vibrante. Il réduit les rides causées par le vieillissement et prévient l'apparition de nouvelles rides. Protège contre les taches solaires. Il assèche l'acné. Il est également efficace contre l'acné et les points noirs. Il soulage la douleur.

### MALATYA KURABIYESİ

MALATYA COOKIE | BISCUIT DE MALAYA



1 çorba kasesi bitkisel susuz yağ  
1 çorba kasesi pudra şekeri  
Yarım çay bardağı sıvı yağ  
Yeterince un.  
Süslemek için kayısı çekirdeği.

Susuz yağ ve pudra şekerini çırparak yada elinizle rengi açılana kadar yoğurarak krema kıvamına getirin. Sıvı yağı da ekleyip karıştırın. Azar azar un ekleyerek kulak memesinden biraz daha sert bir hamur elde edin. Yuvarlayın ve ortasına kayısı çekirdeği batırın. 200 derece fansız önceden ısıtılmış fırında kontrollü pişirin. Altı pembeleşince hemen alın üzeri kızarmasın. Afiyet olsun.

1 soup bowl vegetable dehydrated oil  
1 soup bowl powdered sugar  
Half a teaspoon of oil  
Enough flour.  
Apricot kernels for garnish.

Make a creamy consistency by whisking the anhydrous oil and powdered sugar or kneading with your hands until the color is lightened. Add the oil and mix. Add flour little by little to form a dough that is a little harder than the earlobe. Roll out and dip apricot kernels in the middle. Bake in a preheated oven at 200 degrees without a fan. When the bottom turns pink, don't let it turn red on the forehead. Bon Appetit.

1 bol à soupe d'huile végétale déshydratée  
1 bol à soupe de sucre en poudre  
Une demi-cuillère à café d'huile  
Assez de farine.  
Noyaux d'abricots pour la décoration.

Faire une consistance crémeuse en fouettant l'huile anhydre et le sucre en poudre ou en pétrissant avec les mains jusqu'à ce que la couleur soit éclaircie. Ajouter l'huile et mélanger. Ajouter la farine petit à petit pour former une pâte un peu plus dure que le lobe de l'oreille. Rouler et tremper les noyaux d'abricot au milieu. Cuire dans un four préchauffé à 200 degrés sans ventilateur. Lorsque le bas devient rose, ne le laissez pas devenir rouge sur le front. Bon appétit.



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☞ Kan basıncının dengelenmesine yardımcı oluyor, bu sayede tansiyon problemi yaşayanlara destek oluyor. Çiğ badem, doymamış yağ asitleri içerdiğinden kötü kolesterol olarak bilinen kolesterolün dengelenmesini sağlıyor. Bu özellikleriyle uzun vadede oluşabilecek çeşitli kalp ve damar hastalıklarının önüne geçiyor, kalp sağlığını koruyor. Kan şekerinin dengelenmesine yardımcı oluyor, bu etkisiyle diyabet rahatsızlığı yaşayanların da yardımına koşuyor. Uzun süre tokluk hissi yaşıyor, bu etkisiyle "çok fazla iştahlıyım" diye yakınanlara çare oluyor. Çiğ badem, kilo verme süreçlerine destek olarak daha sağlıklı ve dengeli bir şekilde zayıflamaya yardımcı olur.

☞ Helps to balance blood pressure, so blood pressure problemIt supports the living. Raw almonds are bad as they contain unsaturated fatty acids.It helps to balance cholesterol known as cholesterol. With these featuresIt prevents various cardiovascular diseases that may occur in the long term,protects heart health. It helps to balance blood sugar, this eÑect-It also helps those who suÑer from diabetes. Feeling full for a long timeWith this eÑect, it is a remedy for those who complain that "I have too much appetite". Rawalmonds in a more healthy and balanced way by supporting weight loss processes.it helps to lose weight.

☞ Aide à équilibrer la pression artérielle, donc problème de tension artérielleIl soutient la vie. Les amandes crues sont mauvaises car elles contiennent des acides gras insaturés. Elles aident à équilibrer le cholestérol connu sous le nom de cholestérol. Avec ces caractéristiques, il prévient diverses maladies cardiovasculaires pouvant survenir à long terme, protège la santé cardiaque. Il aide à équilibrer la glycémie, cet eÑet aide également ceux qui souffrent de diabète. Se sentir rassasié longtempsAvec cet eÑet, c'est un remède pour ceux qui se plaignent que "j'ai trop d'appétit". Rawalmonds d'une manière plus saine et équilibrée en soutenant les processus de perte de poids. Il aide à perdre du poids.

## BADEMLİ KURABIYE

ALMOND COOKIES | BISCUITS AUX AMANDES



1 çay kaşığı kadar tarçın, 1,5 su bardağı oranında un, 1 paket vanilya Yarım su bardağı kadar badem içi 100 gram oranında margarin, yarım su bardağı pudra şekeri, 1 paket kabartma tozu, 1 adet yumurtanın beyazı

Öncelikle fırınınızı 160-170 dereceye ayarlayarak ısınmasını sağlayın. Oda sıcaklığında yumuşayan margarin ve unu genişçe bir kap içerisine koyup harmanlayın. Yağ ve margarin birbirleriyle özdeşleştikten sonra da kabartma tozu, vanilya, pudra şekeri, tarçın ve yumurta beyazı gibi ana malzemeleri ekleyerek yumuşak bir hamur elde etmelisiniz. Son aşamada ise badem içlerini ekleyerek hamuru bir kez daha yoğurun. Şimdi de kurabiyelerin şeklini verme zamanı! Isınmış olan fırında 15-20 dakika pişirdikten sonra da çıkarabilirsiniz.

Teaspoon of cinnamon, 1.5 water cup of flour, 1 packet of vanilla Half a cup of almonds, 100 grams of margarine Half a cup of powdered sugar, 1 packet of baking powder, 1 egg white

First of all, turn your oven to 160-170 degrees. set it to warm up. Roomsoftened margarine andPut the flour in a wide bowl andunderstand it. Oil and margarine are mutually exclusive. baking powder after it has been cleared, vanilla, powdered sugar, cinnamon and eggadding main ingredients such as white You should get a soft dough. Inthe last step, add the almond kernels.Knead the dough once more. Now-it's time to shape the cookieswhat! Bake in the heated oven for 15-20 minutes.- You can also remove it after inflating.

Cullière à café de cannelle, 1,5 tasse d'eau de farine, 1 sachet de vanille Une demi-tasse d'amandes, 100 grammes de margarine Une demi-tasse de sucre en poudre, 1 sachet de levure chimique, 1 blanc d'oeuf

Tout d'abord, tournez votre four à 160-170 degrés. mettez-le à chauffer. Margarine ramollie etMettez la farine dans un grand bol etcomprenez-la. L'hulle et la margarine s'excluent mutuellement. poudre à lever après éclaircissage, vanille, sucre en poudre, cannelle et œuf, ingrédients principaux comme le blanc Vous devez obtenir une pâte souple. Dans la dernière étape, ajouter les amandes décortiquées. Pétrir à nouveau la pâte. Maintenant, il est temps de façonner les cookies quoi! Cuire au four chaud pendant 15 à 20 minutes. Vous pouvez également le retirer après l'avoir gonflé.



## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

Yaklaşık 90 besin maddesi içeren ceviz, insan sağlığı üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Magnezyum, çinko, bakır, demir, fosfor, bir dizi vitamin içeren ceviz; iyi yağlar, folik asit, demir ve potasyum açısından zengindir. Antioksidanların bolluğu nedeniyle, yaşlanmaya bağlı hastalıkları, kanseri ve kardiyovasküler sistem hastalıklarını önlediği bilinmektedir. Ceviz glütensiz bir diyet için uygundur. Vejeteryanlar ile veganlara bir dizi besin ve vitamin desteği sağlamaktadır. Yapılan araştırmalarda, düzenli ceviz tüketenlerde kötü koleserol olarak tanımlanan LDL'nin yemeklerden sonra ortaya çıkan oksidatif hasarını önlediği belirlenmiştir.

Walnut, which contains about 90 nutrients, has a positive effect on human health. It contains magnesium, zinc, copper, iron, phosphorus, a number of vitamins. It is rich in good fats, folic acid, iron and potassium. Antioxidant - due to the abundance of aging-related diseases, cancer and cardiovascular diseases. It is known to prevent circulatory system diseases. Walnuts on a gluten-free diet. Also suitable for China. A range of nutritional and vitamin supplements for vegetarians and vegans provides. In studies, bad cholesterol was found in those who consume walnuts regularly. The oxidative state of LDL, defined as cholesterol, that occurs after meals. It has been determined that it prevents yellowing.

La noix, qui contient environ 90 nutriments, a un effet positif sur la santé humaine. Elle contient du magnésium, du zinc, du cuivre, du fer, du phosphore, un certain nombre de vitamines. Elle est riche en bonnes graisses, en acide folique, en fer et en potassium. Antioxydant - en raison de l'abondance des maladies liées au vieillissement, du cancer et des maladies cardiovasculaires. Elle est connue pour prévenir les maladies du système circulatoire. Noix dans un régime sans gluten. Convient également pour la Chine. Une gamme de compléments nutritionnels et vitaminiques pour les végétariens et les végétaliens. Dans des études, le mauvais cholestérol a été trouvé chez ceux qui consomment régulièrement des noix. L'état oxydatif des LDL, défini comme le cholestérol, qui se produit après les repas. Il a été déterminé qu'il prévient le jaunissement.

## CEVİZ KREMASI

WALNUT CREAM | CRÈME DE NOIX

265 gram ceviz içi, 3/4 su bardağı pudra şekerli, 100 ml krema, 1,5 yemek kaşığı eritilmiş tereyağı, 1/3 çay bardağı süt, 1 çay kaşığı tuz

265 grams of walnut kernels, 3/4 cup powdered sugar, 100 ml cream, 1.5 tablespoons of melted butter, 1/3 cup of milk, 1 teaspoon salt

265 grammes de cerneaux de noix 3/4 tasse de sucre en poudre 100 ml de crème 1,5 cuillère à soupe de beurre fondu 1/3 tasse de lait 1 cuillère à café de sel

Pudra şekerli yerine 1/2 su bardağı oranında toz şekerde kullanabilirsiniz. Ancak toz şekerin içinde tamamen kaybolduğundan emin olana kadar blenderdan geçirmeniz gerekiyor. Dilerseniz tatlandırmak adına içine vanilya özütü ilave edebilirsiniz. Kıvamı çok yoğun gelirse krema ve süt miktarını arttırarak dengeleyebilirsiniz. Kıvamı çok sulu gelirse biraz ceviz ilave edebilir, kıvamını toparlayabilirsiniz. Renklendirmek isterseniz içine 1 yemek kaşığı kadar kakao ekleyebilir, keyifle tüketebilirsiniz.

Instead of powdered sugar, you can use 1/2 cup of granulated sugar. However, you have to pass it through the blender until you are sure that the granulated sugar is completely lost in it. If you wish, you can add vanilla extract to sweeten it. If the consistency is too thick, you can balance it by increasing the amount of cream and milk. If the consistency is too watery, you can add some walnuts and recover the consistency. If you want to color it, you can add 1 tablespoon of cocoa and enjoy it.

Au lieu de sucre en poudre, vous pouvez utiliser 1/2 tasse de sucre cristallisé. Cependant, vous devez le passer dans le mélangeur jusqu'à ce que vous soyez sûr que le sucre cristallisé s'y soit complètement perdu. Si vous le souhaitez, vous pouvez ajouter de l'extrait de vanille pour l'adoucir. Si la consistance est trop épaisse, vous pouvez l'équilibrer en augmentant la quantité de crème et de lait. Si la consistance est trop liquide, vous pouvez ajouter quelques noix et récupérer la consistance. Si vous souhaitez le colorer, vous pouvez ajouter 1 cuillère à soupe de cacao et en profiter.





## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

🇹🇷 Akciğer için iyi bir iltihap temizleyicidir. Göğsü yumuşatır, ağrılarını hafifletir, öksürüğün geçmesine yardımcı olur. Antep fıstığı kandaki kolesterol seviyesini düşürür. Kroner kalp hastalığı riskini azaltır. B6 vitamini sayesinde çeşitli kanser türlerinin ve enfeksiyonların engellenmesine yardımcı olur. Antep fıstığı içerdiği antioksidan oranı açısından yaşlılığa bağlı olarak görülen bazı hastalıklara yakalanma riskini düşürür. Kandaki kötü kolesterol (LDL) seviyesini düşürür. Kroner kalp hastalığının riskini azaltır. Ayrıca içerdiği antioksidanlar ve doymamış yağ asitleri sayesinde kalbi de koruduğu bilinmektedir. Antep fıstığı içerdiği E, C ve B vitaminleri böbrek ve mesane bölgesinde oluşan kumların daha rahat dökülmesini sağlar.

🇬🇧 It is a good anti-inflammatory for the lungs. It softens the chest, relieves pain, cough helps the rut pass. Pistachios reduce the level of cholesterol in the blood. It reduces the risk of coronary heart disease. Thanks to vitamin B6, various types of cancer and helps prevent infections. Antioxidant in pistachios risk of catching some diseases related to old age in terms of flowers it. It lowers the bad cholesterol (LDL) level in the blood. coronary heart disease reduces the risk. In addition, thanks to the antioxidants and unsaturated fatty acids it contains, it is also known to protect the heart. Pistachio contains vitamins E, C and B. and allows the sand formed in the bladder area to be poured more easily.

🇫🇷 C'est un bon anti-inflammatoire pour les poumons. Il adoucit la poitrine, soulage la douleur, aide la toux à passer le rut. Les pistaches réduisent le taux de cholestérol dans le sang. Elles réduisent le risque de maladie coronarienne. Grâce à la vitamine B6, différents types de cancer et aide à prévenir les infections. Antioxydant dans les pistaches risque d'attraper certaines maladies liées à la vieillesse en termes de diminution de celle-ci. Il abaisse le taux de mauvais cholestérol (LDL) dans le sang. la maladie coronarienne réduit le risque. De plus, grâce aux antioxydants et aux acides gras insaturés qu'elle contient, elle est également connue pour protéger le cœur. La pistache contient des vitamines E, C et B. et permet de déverser plus facilement le sable formé au niveau de la vessie.

## FISTIKLI MEKİK

PISTACHIO SHUTTLE | NAVETTE PISTACHES



1 çay bardağı Antep fıstığı  
4 yumurta  
7 yemek kaşığı toz şeker  
16 yemek kaşığı un  
4 yemek kaşığı ayçiçek yağı  
2 çay bardağı süt  
2 çay kaşığı kabartma tozu

Lezzetli çay davetleriniz için harika tarifler sunuyor. Bir kaptan yumurta ve şekerli çırpın. Ayçiçek yağın ve sütü ekleyip çırpmaya devam edin. Un, kabartma tozu ve ince çekilmiş Antep fıstığını ilave edip iyice harmanlayın. Hamuru mekik kalıplarına döküp her birinin ortasına bir Antep fıstığı yerleştirin. 180 dereceye ayarlı fırında 20 dakika pişirin. İlininca servis yapın.

1 Teaspoon of pistachios,  
4 Eggs  
7 Tablespoons of granulated sugar  
16 Tablespoons of flour  
4 Tablespoons of sunflower oil  
2 Teaspoons of milk  
2 Teaspoons of baking powder

Great for your delicious tea invitations Offers recipes. Eggs in a bowl and beat the sugar. sunflower oil and Add milk and continue whisking. Flour, baking powder and finely ground Add the pistachios and mix well. understand it. Plasticine shuttle molds-pour it into the middle of each Place pistachios. 180 degrees-Bake in the oven set to 20 minutes. Serve when hot.

1 cuillère à café de pistaches,  
4 œufs  
7 cuillères à soupe de sucre granulé  
16 cuillères à soupe de farine  
4 cuillères à soupe d'huile de tournesol  
2 cuillères à café de lait  
2 cuillères à café de levure chimique

Idéal pour vos délicieuses invitations au thé Offers recettes. Les œufs dans un bol et battre le sucre. l'huile de tournesol et Ajouter le lait et continuer à fouetter. Farine, levure chimique et finement moulu Ajouter les pistaches et bien mélanger. comprendre. Moules à navette en pâte à modeler - versez-les au milieu de chaque placez les pistaches. 180 degrés - Cuire au four réglé sur 20 minutes. Servir chaud.

# KABUKLU YER FISTIĞI

PEANUTS IN SHELL  
ARACHIDES EN COQUE



PEANUT WITHOUT SALT  
ARACHIDES SANS SEL

# TUZSUZ YER FISTIĞI



# TUZLU YER FISTIĞI

SALTED PEANUT  
ARACHIDES SALÉES



CASHEW ROASTED WITH SALT  
NOIX DE CAJOU RÔTIES AU SEL

# KAJU TUZLU KAVRULMUS



# SOSLU MISIR

SAUCE CORN  
SAUCE MAİS



PEANUT WITH SAUCET  
ARACHIDES AVEC SAUCE

# SOSLU YER FISTIĞI



# KULAH MISIR CİPS

KULAH CORN CHIPS  
CROUSTILLES DE MAÏS KULAH



WHITE CHICKPEAST  
POIS CHICHES BLANCS

# BEYAZ LEBLEBİ





# ÇITIR LEBLEBİ

CRISPY CHICKPEA  
POIS CHICHES  
CROUSTILLANTS



YELLOW CHICKPEAST  
POIS CHICHES JAUNES

# SARI LEBLEBİ



# SEKERLİ LEBLEBİ

CANDIED CHICKPEAS  
POIS CHICHES CONFITS



PUMPKIN SEEDS  
(ROASTED WITHOUT SALT)

KABAK ÇEKİRDEĞİ  
(TUZSUZ KAVRULMUS)

GRAINES DE  
CITROUILLE  
(RÔTI SANS SEL)



PUMPKIN SEEDS  
(SALT ROASTED)

KABAK ÇEKİRDEĞİ  
(TUZLU KAVRULMUS)

GRAINES DE  
CITROUILLE  
(GRILLÉ AU SEL)



WATERMELON SEEDS  
GRAINES DE PASTÈQUE

KARPUZ ÇEKİRDEĞİ



# SİYAH AY ÇEKİRDEĞİ

BLACK MOON SEEDST  
GRAINES DE LUNE NOIRE



BLACK MOON SEEDST  
(ROASTED)

SİYAH AY ÇEKİRDEĞİ  
(KAVRULMUS)

GRAINES DE LUNE NOIRE  
(RÔTI)

# BEYAZ AY ÇEKİRDEĞİ

WHITE MOON SEEDST  
GRAINES DE LUNE BLANCHE



WHITE MOON SEEDST  
(ROASTED)

BEYAZ AY ÇEKİRDEĞİ  
(KAVRULMUS)

GRAINES DE LUNE BLANCHE  
(RÔTI)





# KURU SEBZE

DRY VEGETABLES | LÉGUMES SECS

# KURU DOMATES

## DRY TOMATO TOMATE SECHE



### SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

☀ Güneşte kurutulmuş domatesler, özellikle A, K, C vitamini ve Niasin açısından beslenmeye büyük katkıda bulunur. Vitamin K, vücut kemik dokusunun korunmasında yardımcı, kan pıhtı oluşumunda önemli bir rol oynarken, bir B vitamini olan Niasin metabolizmayı destekler ve sağlıklı beyin işlevine katkıda bulunur. Bir fincan güneşte kurutulmuş domates, önerilen günlük C vitamininin %23'ünü, A vitamininin %16'sını sağlar. Vitamin C, bağışıklık sistemini destekler ve vücuttaki serbest radikalleri etkisiz hale getirir. A vitamini ise görme fonksiyonları için gereklidir, bağışıklık sistemini güçlendirir. Güçlü antioksidanlardan olan Likopen kaynağıdır, bu özelliği ile hücreleri kanserden koruyucu etki gösterir.

☀ Sun-dried tomatoes are especially nutritious in terms of vitamins A, K, C and niacin. contributes greatly to the Vitamin K protects body bone tissue also plays an important role in helping blood clot formation, while Ni-Acin supports metabolism and contributes to healthy brain function. One cup sun-dried tomatoes, 23% of the recommended daily vitamin C, vitamin A provides 16%. Vitamin C supports the immune system and free radicals in the body. neutralizes the calluses. Vitamin A is necessary for visual functions, strengthens the elegance system. It is a source of Lycopene, one of the powerful antioxidants. It has a cancer-protective effect on cells.

☀ Les tomates séchées au soleil sont particulièrement nutritives en termes de vitamines A, K, C et de niacine. contribue grandement à la Vitamine K protège le tissu osseux du corps il joue également un rôle important dans la formation de caillots sanguins, tandis que la Ni-Acine soutient le métabolisme et contribue au bon fonctionnement du cerveau. Une tasse de tomates séchées au soleil, 23% de l'apport quotidien recommandé en vitamine C, la vitamine A en apporte 16%. La vitamine C soutient le système immunitaire et les radicaux libres dans le corps. neutralise les callosités. La vitamine A est nécessaire pour les fonctions visuelles, renforce le système d'élégance. C'est une source de lycopené, l'un des puissants antioxydants. Il a un effet protecteur contre le cancer sur les cellules.

### KAHVALTILIK KURU DOMATES

FLOURLESS CHOCOLATE FIG COOKIES | BISCUITS SANS FARINE AU CHOCOLAT ET AUX FIGUES



250 gr. kuru domates, 3-4 diş sarımsak, 1-2 sap taze biberiye yaprakları, 1-2 sap taze kekik yaprakları, 1 yeme şıgı tane karabiber, Kavanozu dolduracak kadar sızma zeytinyağı, 1 çay kaşığından az tuz. Ceviz

Kuru domatesleri sıcak suda 10-15 dakika bekletip süzün. Sarımsakları soyup hazırlayın. Aromasının iyice geçmesi için ikiye, üçe bölebilirsiniz. Yarım kiloluk kavanoza sırayla kuru domates, sarımsak aralara biberiye yaprakları kekik yaprakları, tane karabiber dizin. Tuz ekleyecekseniz de ilave edin. Kavanozu doldurana kadar kuru domateslerin üzerine zeytinyağı doldurun. Kavanozun kapağını sıkıca kapatın. Kavanozu bir kaç kez sallayarak alt üst edin. Buzdolabında saklayın.

250 gr. dried tomatoes, 3-4 cloves of garlic, 1-2 stalks of fresh rosemary leaves, 1-2 stalks of fresh thyme leaves, 1 tablespoon of black pepper, Extra virgin olive oil to fill the jar, less than 1 teaspoon of salt. Walnut

Dry tomatoes in hot water 10-15 wait a minute and strain. Garlics peel and prepare. the aroma thoroughly You can divide it by two or three. Dry in order in halfpound jar tomatoes, garlic, rosemary in between leaves thyme leaves, grain black- Pepper directory. If you add salt add it. Until you fill the jar olive oil on dried tomatoes fill it. Tighten the jar lid close. Shake the jar a few times. turn the rack upside down. Keep refrigerated.

250 gr. tomates séchées, 3-4 gousses d'ail, 1-2 tiges de feuilles de romarin frais, 1-2 tiges de feuilles de thym frais, 1 cuillère à soupe de poivre noir, huile d'olive extra vierge pour remplir le pot, moins de 1 cuillère à café de sel. Noyer

Sécher les tomates dans l'eau chaude 10-15 attendre une minute et filtrer. Peler l'ail et préparer. l'arôme à fond, vous pouvez le diviser par deux ou trois. Séchez dans l'ordre en demi-livre les tomates, l'ail, le romarin entre les feuilles de thym, le répertoire des grains de poivre noir. Si vous ajoutez du sel, ajoutez-le. Jusqu'à ce que vous remplissiez le pot d'huile d'olive sur les tomates séchées, remplissez-le. Fermez le couvercle du bocal. Agiter le bocal plusieurs fois. Retourner la grille à l'envers. Garder réfrigéré.



### SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

🇹🇷 Kurutulmuş patlıcan, taze patlıcanların uygun şartlar altında gerekli olan ön işlemlerden de kurtulabilmesi adına üretilmiştir. Kurutma sonucunda da kurutulan bu ürünlerin suyunun buharlaşması sonucunda elde sadece patlıcanın özü kalmaktadır. Kalan bu patlıcan özü içerisinde de besin değerleri oldukça yüksektir. Vitaminler, mineraller, erken maddeler ve taze doğallıkların her biri bu patlıcan içerisinde çok sayıdadır. Normal patlıcana oranla 10 kat daha fazla bu etken maddelerden içermektedir. Aynı miktarlarda taze patlıcan tüketimi ile kurutulmuş halinin tüketimi arasında dağlar kadar fark vardır. Çünkü kuru halinden aynı miktarda tüketildiğinde daha fazla besin elde edilmiş olunur.

🇬🇧 Dried aubergines are pre-processing of fresh aubergines under suitable conditions. It is produced in order to get rid of embarrasments. As a result of drying, As a result of the evaporation of the water of these products, only the pulp of the eggplant remains. is working. The remaining aubergine extract has very high nutritional values. Vitamins, minerals, early ingredients and fresh naturalness are all in this eggplant. there are many in it. This factor is 10 times more than normal eggplant. contains substances. Consumption of fresh aubergines in the same amounts and dried-There is a difference between the consumption of musk state and mountains.

🇫🇷 Les aubergines séchées sont un prétraitement des aubergines fraîches dans des conditions appropriées. Il est produit afin de se débarrasser des embarras. À la suite du séchage, En raison de l'évaporation de l'eau de ces produits, il ne reste que la pulpe de l'aubergine. travaille. L'extrait d'aubergine restant a des valeurs nutritionnelles très élevées. Des vitamines, des minéraux, des ingrédients précoces et un naturel frais sont tous dans cette aubergine. Il y en a beaucoup. Ce facteur est 10 fois plus que l'aubergine normale. contient des substances. Consommation d'aubergines fraîches dans les mêmes quantités et séchées-Il y a une différence entre la consommation de l'état musqué et des montagnes. Parce qu'il est sec. Lorsqu'il est consommé dans la même quantité, plus de nutriments sont obtenus.



### PATLICAN KAVURMASI FRIED EGGPLANT | AUBERGINES FRITES



80 gr kuru patlıcan 150 gr kıyma,  
1 soğan 1 yemek kaşığı domates salçası  
1 yemek kaşığı biber salçası Soğuk sıkım  
zeytinyağı Tuz, karabiber, kırmızı biber

Kuru patlıcanları soğuk suya koyarak ateşe koyun. Kaynayı suyunu süzerek bir kez daha soğuk su ilave edin ve tekrar kaynatın. Kuru patlıcanlar hafifçe yumuşayınca ateşten alın. Diğer tarafta, zeytinyağında soğanı ve kıymayı kavurun, içine salçaları ilave ederek pişirmeye devam edin. Patlıcanları süzüp, kesme tahtasında doğrayın, kavurulmuş kıymanın ateşini yükseğe alarak patlıcanları içine atın ve hızlıca çevirin. Üzerine iki kahve fincanı ılık su ilave edin, kapağını kapatın, suyunu çekinceye kadar kısık ateşte pişirin. Son olarak istediğiniz miktarda tuz ve baharat ilave edin.

80 g dried eggplant 150 g minced meat, 1 onion 1 tablespoon tomato paste 1 tablespoon pepper paste Cold-pressed olive oil Salt, black pepper, red pepper

Put the dried aubergines in cold water. put it on fire. Water at the boil cold water once again strain it. Add and boil again. Dry When the eggplants are soft take it off the fire. On the other hand, olive Fry the onion and minced meat, cooking by adding tomato paste continue to. Strain the eggplants chop on cutting board, roast take the fire of musk mince to high Throw the eggplants in the rack and quickly turn it. Two warm cups of coffee add water, close the lid, water-on low heat until the cook it. Finally, the microwave Add salt and spices to the jar.

80 g d'aubergines séchées 150 g de viande hachée, 1 oignon 1 cuillère à soupe de concentré de tomate 1 cuillère à soupe de concentré de poivre Hulle d'olive pressée à froid Sel, poivre noir, poivre rouge

Mettre les aubergines séchées dans de l'eau froide. mettre le feu. L'eau à ébullition l'eau froide encore une fois en filtrant. Ajouter et faire bouillir à nouveau. Séchez Lorsque les aubergines sont tendres, retirez-les du feu. D'autre part, faites revenir l'oignon et la viande hachée d'olive, cuisson en ajoutant de la pâte de tomate continuez à. Égouttez la côtelette d'aubergine sur une planche à découper, faites rôti le feu du hachis de mousse à feu vif. Jetez les aubergines dans la grille et retournez-la rapidement. Deux tasses de café chaud ajouter de l'eau, fermer le couvercle, eau à feu doux jusqu'à ce qu'il soit cuit. Enfin, le micro-ondes Ajouter du sel et des épices au goudron.



# KURU BİBER

DRIED PEPPER  
POIVRON SEC

## SAĞLIKLI BİLGİLER

HEALTHY INFORMATION | INFORMATIONS SANTÉ

En başta kırmızı biber mide öz suyunun salgılanmasında önemli rol oynamaktadır. Sindirim sisteminin düzgün şekilde işlevini yerine getirmesine yardımcı olur. Yine kırmızı biberin metabolizmanın gelişmesine katkısı bulunmaktadır ve vücudun içerisinde biriken gazların atılmasına da yardımcı olmaktadır. Acı biber pek çok hastalığa karşı şifa kaynağıdır. Gripe karşı vücudu korur, Ağrı azaltıcı etkisi vardır, Kolesterolün düşürülmesine yardımcı olur, Kalp krizine yakalanma riskini azaltır, Ülserle karşı korur, Zayıflamaya yardımcıdır, Sindirim sistemini destekler, Sindirim salgısını artırarak iştah açar ve sindirim sisteminin rahatlamasına yardımcı olur.

Primarily, red pepper plays an important role in the secretion of gastric juice. It helps the digestive system to function properly. Red pepper contributes to the development of metabolism and it also helps to get rid of the gases accumulated in the skin. Cayenne pepper many patients it is a source of healing. Protects the body against flu, has a pain-reducing effect, Cholesterol - Helps to lower cholesterol, Reduces the risk of heart attack, Ulcer - Protects against, Helps to lose weight, Supports the digestive system, Digestive secretion - It increases appetite and helps to relax the digestive system.

Principalement, le poivron rouge joue un rôle important dans la sécrétion du suc gastrique. Il aide le système digestif à fonctionner correctement. Le poivron rouge contribue au développement du métabolisme et il aide également à se débarrasser des gaz accumulés dans la peau. Le piment de Cayenne de nombreux patients C'est une source de guérison. Protège l'organisme contre la grippe, a un effet anti-douleur, Cholesterol - Aide à diminuer le cholestérol, Réduit le risque de crise cardiaque, Ulcère - Protège contre, Aide à perdre du poids, Soutient le système digestif, Sécrétion digestive - augmente l'appétit et aide à détendre le système digestif.

## KURU BİBER MEZESİ

DRIED PEPPER APPROACH | APPROCHE POIVRON SÉCHÉ

100 gram kurutulmuş biber  
1 adet soğan, 1 tatlı kaşığı biber  
salçası, 4-5 yemek kaşığı  
zeytinyağı, 1 çay kaşığı tuz  
4-5 yemek kaşığı  
sarımsaklı yoğurt

Bir tabak kuru biberi kaynayan suya bırakıp haşlıyoruz. Yumuşaklığını kontrol edip altını kapatıp süzüyoruz. Bu arada soğanı kavuruyoruz. Salçasını ekleyip kavurmaya devam ediyoruz. Sonra biberleri ve tuzu ekliyoruz birkaç dakika daha ocakta tutuyoruz. Üzerine sarımsaklı yoğurt gezdiriyoruz. Servise hazır. Afiyet olsun.

100 grams of dried pepper,  
1 onion, 1 teaspoon pepper paste  
4-5 tablespoons of olive oil,  
1 teaspoon salt, 4-5 tablespoons  
of garlic yogurt

We leave a plate of dried pepper in boiling water and boil it. We check its softness and close the bottom and strain it. Meanwhile, fry the onions. Add the tomato paste and continue to fry. Then we add the peppers and salt and keep it on the stove for a few more minutes. Drizzle yogurt with garlic on it. Ready to serve. Bon Appetit.

100 grammes de poivre séché,  
1 oignon, 1 cuillère à café de pâte de  
piment, 4-5 cuillères à soupe d'huile  
d'olive, 1 cuillère à café de sel, 4-5 cuillères  
à soupe de yaourt à l'ail

Nous laissons une assiette de poivre séché dans de l'eau bouillante et la faisons bouillir. Nous vérifions sa douceur et fermons le fond et le tendons. Pendant ce temps, faire revenir les oignons. Ajouter le concentré de tomate et continuer à faire frire. Ensuite, nous ajoutons les poivrons et le sel et le gardons sur la cuisinière pendant quelques minutes de plus. Arroser de yaourt à l'ail dessus. Prêt à servir. Bon appétit.





**BAHARATLAR**  
**SPICES | ÉPICES**



**TANE ANASON**  
GRAIN ANISINE | GRAIN D'ANISINE



**ÇİĞKÖFTE HARCİ**  
CİGKÖFTE MORTAR | CİGKÖFTE MORTIER



**ÇÖREK OTU**  
BLACK CUMIN | CUMIN NOIR



**KAHVALTILIK ZAHTER**  
BREAKFAST ZAHTER | PETIT DÉJEUNER



**KEKİK**  
OREGANO | ORIGAN

**KETEN TOHUMU**  
FLAXSEED | LA GRAINE DE LIN



**KARABİBER**  
BLACK PEPPER | POIVRE NOIR



**KİMYON (TANELİ)**  
CUMIN (GRAIN) | CUMIN (CÉRÉALES)



**KIŞNIŞ(TANE)**  
CORRIAN (GRAIN) | CORRIAN (GRAIN)

**KÖRİ**  
CURRY | CURRY



**LIMON TOZU (TANE)**  
LEMON POWDER (GRAIN)  
POUDRE DE CITRON (GRAINS)

**REZENE**  
FENNEL | FENOUIL





## NANE (İRİ)

MINT (LARGE)  
MENTHE (GRAND)

## SUCUK BAHARATI KARIŞIMI

SAUSAGE SPICE MIXTURE  
MÉLANGE D'ÉPICES À SAUCISSE



## SUMAK (TANE)

SUMAC (GRAIN) | SUMAC (CÉRÉALES)

## TARÇIN

CINNAMON | CANELLE





## TAVUK BAHARATI KARIŞIMI

CHICKEN SPICE MIX  
MÉLANGE D'ÉPICES AU POULET

## YENİ BAHAR

ALLSPICE | PIMENT DE LA ALLEPICE



## ZENCEFİL (ÖĞÜTÜLMÜŞ)

GINGER (GROUND) | GINGEMBRE (MOULU)

## ZERDEÇAL (ÖĞÜTÜLMÜŞ)

TURMERIC (GROUND) | SAFRAN DES INDES (MOULU)





## ZERDEÇAL (TANE)

TURMERIC (GRAIN)  
SAFRAN DES INDES (GRAINS)

## NANE (TOZ)

POWDER MINT  
MENTHE POUDRE



## KÖFTE BAHARATI KARIŞIMI

MEATBALL SPICE MIXTURE  
MÉLANGE D'ÉPICES POUR  
BOULETTES DE VIANDE

## PUL BİBER

PEPPER | POIVRE







**İSOT**  
PIMENT İSOT | İSOT PEPPER

**KİMYON**  
CUMIN POWDER  
POUDRE DE CUMIN





FINDIK & FISTIK  
EZMELERİ

HAZELNUT & PEANUT BUTTER  
MOISSETTS & BEURRE DE CACAHUËTES





## ŞEKERLİ FINDIK EZMESİ

SUGARED HAZELNUT BUTTER  
BEURRE DE NOISETTE SUCRÉ

## KAHVELİ FINDIK EZMESİ

HAZELNUT BUTTER WITH COFFEE  
BEURRE DE NOISETTE AU CAFÉ



## BİTTER FINDIK KREMASI

BITTER HAZELNUT CREAM  
CRÈME DE NOISETTE AMER



## KAKAOLU FINDIK KREMASI

COCOA HAZELNUT CREAM  
CRÈME CACAO ET NOISETTES





## SÜTLÜ FINDIK KREMASI

MILK HAZELNUT CREAM  
CRÈME DE NOISETTE AU LAIT



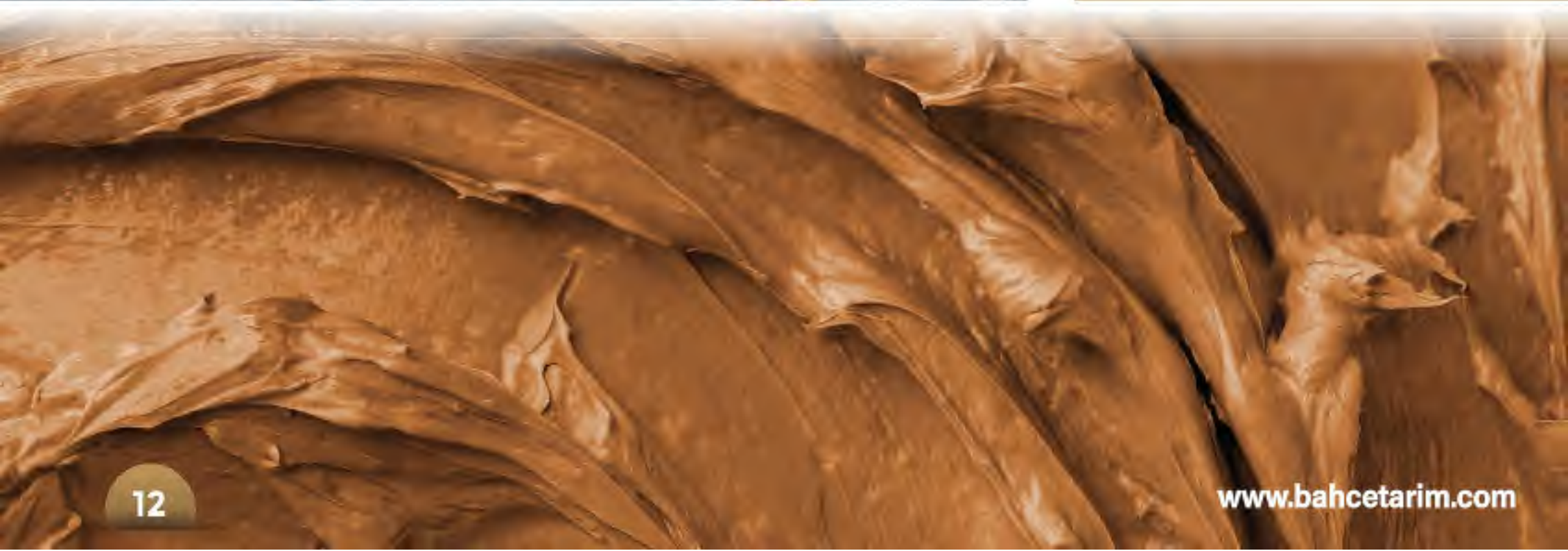
## PARÇA FINDIKLI KAKAOLU KREMA

COCOA CREAM WITH PIECE HAZELNUT  
CRÈME DE CACAO AVEC MORCEAU DE NOISETTE



## FISTIK EZMESİ

PEANUT BUTTER  
BEURRE D'ARACHIDE



# SALÇA ÇEŞİTLERİ

TYPES OF PASTE

TYPES DE PÂTE





**ACI BİBER SALÇASI**  
HOT PEPPER SAUCE  
SAUCE AU PIMENT

**TATLI BİBER SALÇASI**  
SWEET PEPASSES  
PEPASSES DOUX



**ACI BİBER SALÇASI  
(EV YAPIMI)**  
HOT PEPPER SAUCE  
(HOMEMADE)  
SAUCE AU PIMENT  
(FAIT MAISON)

**TATLI BİBER SALÇASI  
(EV YAPIMI)**  
SWEET PEPASSES  
(HOMEMADE)  
PEPASSES DOUX  
(FAIT MAISON)



# DOMATES SALÇASI

TOMATO PASTE

PÂTE DE TOMATE





LOKUM

TURKISH DELIGHT  
DÉLICE TURQUE







## FISTIKLI FİTİL LOKUMU

Pistachio wick delight  
Délice mèche pistache

## FISTIKLI NARLI FİTİL LOKUMU

Pomegranate Turkish delight  
hars with pistachio

Barres de délices turcs à la  
grenade et à La pistache



## FISTIKLI HÜRREM FİTİL LOKUMU

Hürrem's turkish delight  
hars with pistachio

Barres de délices turcs de  
Hürrem à la pistache

## FISTIKLI KAHVELİ FİTİL LOKUMU

Pistachio turkish delight  
hars with coffee

Barres de délices turcs à la  
pistache avec café





## ÇİKOLATA KAPLI FISTIKLI FİTİL LOKUM

Pistachio turkish delight  
bars covered with chocolate  
Barres de délices turcs à la  
pistache recouvertes de chocolat

## FINDIKLI FİTİL LOKUMU

Hazelnut turkish delight bar  
Barre de délices turcs aux noisettes



## FINDIKLI PORTAKAL AROMALI FİTİL LOKUMU

Orange-flavored hazelnut  
Turkish delight bar  
Barre de délices Turcs aux  
noisettes à l'orange

## BADEMLİ FİTİL LOKUMU

Almond Turkish delight bar  
Barre de délices Turcs  
aux amandes





## FISTIKLI HALEP LOKUMU

Aleppo delight with pistachio  
Délice d'alep   la pistache

## FISTIKLI NARLI HALEP LOKUMU

Aleppo delight with pistachio  
and pomegranate  
Délice d'alep   la pistache  
et   la grenade



## FINDIKLI HALEP LOKUMU

Aleppo delight with hazelnut  
Délice d'alep   la noisette

## BADEMLI HALEP LOKUMU

Aleppo delight with almond  
Délice d'alep aux amandes





## BADEMLİ TARCINLI HALEP LOKUMU

Aleppo delight with  
almond and cinnamon

Délice d'alep aux  
amandes et à la cannelle

## FISTIKLI HALEP HÜRREM LOKUMU

Hürrem' s aleppo  
delight with pistachio

Délice d'alep  
d'hürrem à la pistache



## ANTEP FISTIKLI NARLI AÇMA

Rolls with pistachio  
and pomegranate

Petits pains à la  
pistache et à la grenade

## ANTEP FISTIKLI KAHVELİ AÇMA

Rolls with pistachio  
and coffee

Petits pains à la  
pistache et au café





## ANTEP FISTIKLI ACMA

Rolls with pistachio  
Roulés à la pistache

## GÜL YAPRAKLI FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Rosy aleppo sausage  
with pistachio  
saucisse d'alep rosée  
à la pistache



## İÇİ DIŞI FISTIKLI NARLI HALEP SUCUĞU

Aleppo sausage with inside  
out pistachio and pomegranate  
Saucisse d'alep à l'envers  
pistache et grenade

## SAFRAN KAPLI ANTEP FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo 's pistachio  
sausage covered with saffron  
Saucisse d'alep à la pistache  
recouverte de safran





## NAR ÇİÇEĞİ KAPLI FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo 's pistachio  
sausage covered with gamet  
Saucisse d'alep à la  
pistache recouverte de gamette

## FRAMBUAZLI FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo 's pistachio  
sausage with raspberry  
Saucisse d'alep à la  
pistache et à la framboise



## BEYAZ ÇİKOLATALI FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo's pistachio sausage  
with white chocolate  
Saucisson pistache  
d'alep au chocolat blanc

## TARCIN KAPLI BADEMLİ HALEP SUCUĞU

Aleppo 's almond sausage  
covered with cinnamon  
Saucisse d'alep aux amandes  
recouverte de cannelle





## BİTTER ÇİKOLATALI FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo 's pistachio  
sausage with dark chocolate  
Saucisse pistache  
d'alep au chocolat noir

## DIŞI FİLE FISTIKLI İÇİ NARLI FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo sausage  
with pomegranate and pistachio  
overed with filet pistachio

Saucisse d'alep à la grenade  
et à la pistache recouverte d'un  
filet de pistache



## ANTEP FISTIKLI HÜRREM HALEP SUCUĞU

Hürrem's aleppo  
ausage with pistachio

Saucisse d'alep  
hürrem's à la pistache

## FINDIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo sausage with hazelnut  
Saucisse d'alep aux noisettes





## MELENGİÇ KAHVELİ FISTIKLI HALEP SUCUĞU

Aleppo sausage with  
hackberry coffee and pistachio  
Saucisse d'Alep au  
café micocouller et pistache

## ÇİKOLATA KAPLI ANTEP FISTIKLI ÇİFTE KAVRULMUŞ

Chocolate-covered double  
roasted with pistachio  
Enrobé de chocolat double  
torréfaction à la pistache



## GÜL AROMALI ANTEP FISTIKLI ÇİFTE KAVRULMUŞ

Rose flavored double  
roasted with pistachio  
Double torréfaction  
à la rose à la pistache

## ANTEP FISTIKLI ÇİFTE KAVRULMUŞ (PUDRALI)

Double roasted  
with pistachio (powdered)  
Double torréfaction  
à la pistache (en poudre)







## ANTEP FISTIKLI CEZERYE ÇİFTE KAVRULMUS

Double roasted cezerye  
with pistachio  
Cézéry double  
torréfaction à la pistache

## ÇİKOLATA AROMALI FISTIKLI ÇİFTE KAVRULMUS

Chocolate-flavored double  
roasted with pistachio  
Saveur chocolat double  
torréfaction à la pistache



## FISTIKLI LOKUM (PUDRALI)

Pistachio Turkish  
delight (powdered)  
Délice Turc à la  
pistache (en poudre)

## FINDIKLI LOKUM (PUDRALI)

Hazelnut Turkish  
delight (powdered)  
Délice Turc aux  
noisettes (en poudre)





## FISTIKLI HİNDİSTAN CEVİZLİ ÇİFTE KAVRULMUS

Double roasted with  
coconut and pistachio  
Double torr fation   la  
noix de coco et   la pistache

## ANTEP FISTIKLI KAHVELİ ÇİFTE KAVRULMUS

Double roasted  
with pistachio and coffee  
Double torr fation   la  
pistache et au café



## ANTEP FISTIKLI SULTAN ÇİFTE KAVRULMUS

Sultan's double roasted  
with pistachio  
Double torr fation du  
sultan   la pistache

## FINDIKLI SULTAN ÇİFTE KAVRULMUS

Sultan's double  
roasted with hazelnut  
Double torr fation  
du sultan aux noisettes





## CEVİZLİ LOKUM

Walnut turkish delight  
Délice turc aux noix

## FİSTIKLI VALİ

Governor's pistachio  
Turkish delight  
Délice Turc à la pistache  
du gouverneur



## FINDIKLI VALİ

Governor's hazelnut  
Turkish delight  
Délice Turc aux noisettes  
du gouverneur

## FİSTIKLI LOKUM

Pistachio Turkish delight  
Délice Turc à la pistache





## CEVİZLİ LOKUM (PUDRALI)

Walnut Turkish delight  
(powdered)

Loukoum aux noix  
(en poudre)

## DUBLE FİNDİKLİ BATON

Double hazelnut baton  
Bâton double noisette



## DUBLE FİSTİKLİ BATON

Double pistachio baton  
Bâton double pistache

## BADEMLİSULTAN DİLİM

Sultan slice with almond  
Tranche de sultan  
aux amandes





## FİLE FISTIKLI ÇİKOLATALI SARMA DİLİM

Wrapped slice with filet  
pistachio and chocolate  
Tranche enveloppée de  
filet pistache et chocolat

## TOZ FISTIKLI SULTAN DİLİM

Sultan slice with  
powder pistachio  
Tranche de sultan à la  
poudre de pistache



## BADEMLİ ÇİKOLATALI SARMA DİLİM

Wrapped slice with  
almond and chocolate  
Tranche enveloppée  
d'amande et de chocolat

## FISTIKLI PAŞA LOKUMU

Pasha delight with pistachio  
Délice de pacha à la pistache





## FINDIKLI PASA LOKUMU

Pasha delight with hazelnut  
Déllice de pacha aux noisettes

## MEYVE AROMALI PASA LOKUMU

Fruit flavored pasha delight  
Déllice de pacha aux fruits



## SUSAMLI SARMA DİLİM

Wrapped slice with sesame  
Tranche enveloppée  
de sésame

## BADEMLİ PASA LOKUMU

Pasha delight with almond  
Déllice de pacha  
aux amandes





## SERPME FISTIKLI PASA LOKUMU

Pasha delight  
with scattered pistachio  
Délice de pacha  
aux pistaches dispersées

## ANTEP FISTIKLI SARMA DİLİM

Wrapped slice with pistachio  
Tranche enveloppée de pistache



## ANTEP FISTIKLI KAKAOLU SARMA DİLİM

Wrapped slice  
with pistachio and cacao  
Tranche enveloppée de  
pistache et de cacao

## VEZİR LOKUM MEYVE AROMALI

Fruit flavored vizier delight  
Délice de vizir aux fruits





## PRENS LOKUM MEYVE AROMALI

Fruit flavored prince delight  
Déllice prince aux fruits

## KUS LOKUMU MEYVE AROMALI

Fruit flavored nestling  
Turkish delight  
Déllice Turc niché  
aromatisé aux fruits



## DAMLA SAKIZLI FISTIKLI LOKUM

Mastic gummy  
Turkish delight with pistachio

Déllice Turc gommeux  
au mastic à la pistache

## FRANBUAZLI FINDIKLI LOKUM

Hazelnut Turkish  
delight with raspberry  
Déllice Turc à la  
noisette et à la framboise







## SAFRANBOLU LOKUMU

Safrabolu delight  
Délice safrabolu

## FİLE FISTIKLI ÇİKOLATALI SARMA

Wrapping with filet  
pistachio and chocolate  
Emballage au filet  
pistache et chocolat



## TOZ FISTIKLI SULTAN SARMA

Sultan's wrapping  
with powder pistachio  
Emballage du sultan  
à la poudre de pistache

## SUSAMLI SULTAN FISTIKLI SARMA

Sultan's wrapping  
with pistachio and sesame  
Emballage du sultan  
à la pistache et au sésame





## FİLE BADEMLİ ÇİKOLATALI SARMA

Wrapping with filet  
almond and chocolate

Emballage avec filet  
d'amande et chocolat

## OSMANLI CEVİZLİ

Ottoman with walnut  
Pouf en noyer



## ANTEP FISTIKLI KRAL BATON

King baton with pistachio

Bâton de roi à la pistache

## MEYVE AROMALI VEZİR SARMA

Fruit-flavored  
vizier's wrapping  
Emballage du  
vizir aux fruits





## MEYVE AROMALI SAFRANBOLU SARMA

Fruit flavored  
safranbolu wrapping  
Emballage de safranbolu  
aromatisé aux fruits

## ANTEP FISTIKLI SULTAN SARMA

Sultan' s wrapping with pistachio  
emballage du sultan à la pistache



## CEVİZLİ SADRAZAM SUCUĞU

Grand vizier's  
walnut sausage  
Saucisse aux noix  
du grand vizir



## FISTIKLI MALATYA SUCUĞU

Malatya sausage with pistachio  
Saucisse malatya à la pistache





## CEVİZLİ MALATYA SUCUĞU

Malatya sausage with walnut  
Saucisse malatya aux noix

## SADE LOKUM

Plain Turkish delight  
Délice Turc ordinaire



## GÜL AROMALI LOKUM

Rose flavored Turkish delight  
Délice Turc à la rose

## HİNDİSTAN CEVİZLİ SADE LOKUM

Plain Turkish  
delight with coconut  
Délice Turc nature  
à la noix de coco



[www.bahcetarim.com](http://www.bahcetarim.com)



## ANTEP FISTIKLI YAPRAK CEZERYE

Leaf cezerye with pistachio  
Feuille de cezerye à la pistache

## FINDIKLI YAPRAK CEZERYE

Leaf cezerye with hazelnut  
Feuille de cezerye à la noisette



## FİLE FISTIKLI DİNAMİT CEZERYE

Dynamite cezerye  
with filet pistachio  
Cezerye dynamite  
au filet pistache

## ANTEP FISTIKLI DİLİM CEZERYE

cezerye slice with pistachio  
Tranche de cezerye à la pistache





## DUBLE CEVİZ KAPLAMALI ATOM

Double walnut covered atom  
Double atome recouvert de noyer

## DUBLE FINDIK KAPLAMALI ATOM

Double hazelnut covered atom  
Double atome couvert de noisette



## PİRİNÇ FISTIKLI KAPLAMA ATOM

Rise pistachio covered atom  
Atome recouvert de pistache



## FİLE ANTEP FISTIKLI KAPLAMA ATOM

Filet pistachio  
covered atom  
Atome couvert de  
filet de pistache





## DUBLE FISTIK KAPLAMALI ATOM

Double pistachio covered atom  
Double atome  
recouvert de pistache

## DUBLE BADEM KAPLAMALI ATOM

Double almond covered atom  
Atome recouvert  
d'amande double



## FINDIKLI ATOM

Hazelnut atom  
Atome de noisette

## BADEMLİ ATOM

Almond atom  
Atome d'amande





## ANTEP FISTIKLI ATOM

Pistachio atom  
Atome de pistache

## CEVİZLİ ATOM

Walnut atom  
Atome de noix



ANTEP FISTIKLI MUSKA  
Pastry pockets with pistachio  
Poches pâtisseries à la pistache

BALLI FINDIKLI  
PESTİL SARMASI  
Dried pulp wrapped  
with honey and hazelnut  
Pulpe séchée enrobée  
de miel et noisette







## KARE MUSKA

Square pastry pockets  
Poches de pâtisserie carrées

## ANTEP FISTIKLI PEKMEZLİ MUSKA

Pistachio molasses amulet  
Amulette pistache mélasse



## FINDIKLI PESTİL

Hazelnut pulp  
Pulpe de noisette

## ANTEP FISTIĞI EZMESİ

Pistachio paste  
Pâte de pistache





## JÖLE KALPLI

Jelly hearts  
Coeurs de gelée

## JÖLE DİLİM

Jelly slices  
Tranches de gelée



## JÖLE OVAL

Oval jelly  
Gelée ovale

## MEBRUME LOKUM

Marbled Turkish delight  
Délice Turc marbré



# ANTEP FISTIKLI KOVA LOKUM

Bucket pistachio Turkish delight  
Seau pistache d elice Turc

- Bu ürünün kayısılsı, ahududulusu, incirlisi, portakallısı, narlısı, kavunlusu, ananaslısı ve kivilisi bulunmaktadır.
- This product is available with apricot, raspberry, fig, orange, pomegranate, melon, pineapple and kiwi.
- Ce produit est disponible avec abricot, framboise, figue, orange, grenade, melon, ananas et kiwi.



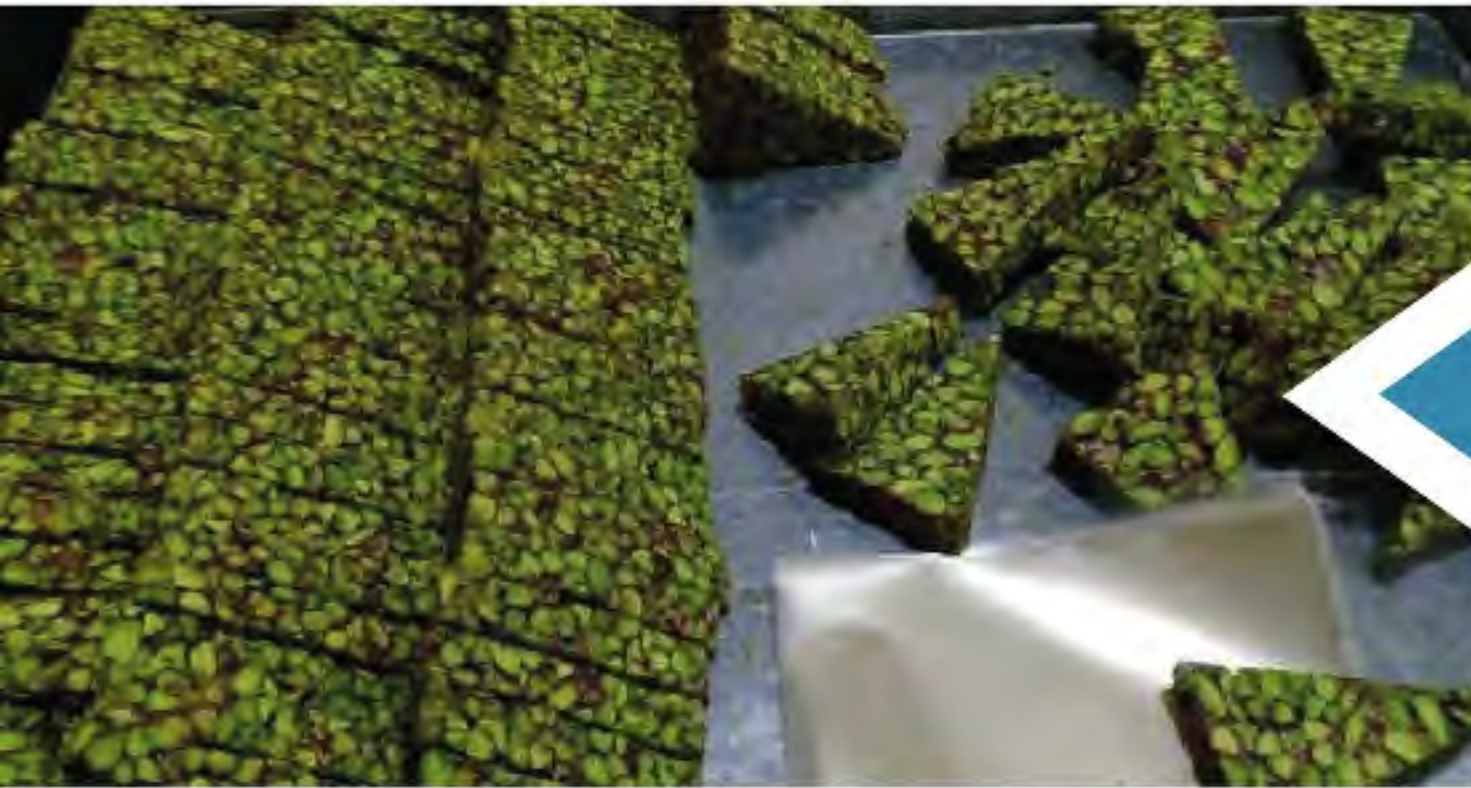


## ANTEP FISTIKLI YUVARLAMA

Pistachio roll  
Rouleau pistache

## BADEM EZMELİ MÜVECCEH

Marzipan muvecceh  
Massepain muvecceh



## BOL FISTIKLI MÜSELLES LOKUM

Musselles Turkish delight  
with plenty of pistachio  
Délice turc aux moules avec  
beaucoup de pistaches

## DIŞI FISTIKLI LUX HALEB LOKUM

Luxe haleb  
delight with pistachio  
Luxe haleb  
délice à la pistache





## FİLE FİSTIKLI FINDIK EZMELİ SARMA

Pistachio particle coated  
hazelnut butter wrap  
Wrap au beurre de noisette  
enrobé de particules de pistache

## FİSTIKLI NOGA

Pistachio nougat  
Nougat pistache



## FİSTIKLI KESME LOKUM

Turkish delight with pistachio  
Délice Turc à la pistache

## FINDIK EZMELİ SARMA LOKUM

Turkish delight wrapped  
with hazelnut butter  
Délice Turc enveloppé  
de beurre de noisette





## KADAYIFLI FINDIK EZEMELİ SARMA

Kadayif hazelnut butter wrap  
Kadayif wrap au beurre  
de noisette

## MEYVELİ İRİ KARE LOKUM

Fruit huge square  
Turkish delight  
Délice Turc aux  
fruits énormes carrés



## SÜTLÜ TOZ FISTIKLI HALEP LOKUMU

Aleppo Turkish delight with  
milk powder and pistachio  
Délice Turc d'Alep au lait en  
poudre et à la pistache

## TOZ FISTIKLI İRİ ÇIFTE KAVRULMUŞ LOKUM

Double roasted Turkish delight  
with powdered pistachio  
Délice turc double torréfaction  
avec pistache en poudre





## ZİL BADEM EZMESİ (FISTIKLI)

Bell almond butter  
(pistachio)  
Beurre d'amande bell  
(pistache)

## KAKAOLU BOHÇA LOKUM

Packed Turkish delight  
with cocoa  
Délice Turc emballé au cacao



## TOZ FISTIKLI BOHÇA LOKUM

Packed Turkish delight  
with cocoa  
Délice Turc emballé au cacao

## FINDIK EZMELİ SARMA LOKUM

Turkish delight wrapped  
with hazelnut butter  
Délice Turc enveloppé  
de beurre de noisette





## HİNDİSTAN CEVİZLİ BOHÇA LOKUM

Packed Turkish delight  
with coconut  
Délice Turc emballé à la  
noix de coco

## KADAYIFLI BOHÇA LOKUM

Packed Turkish delight  
with kadayif  
Délice Turc emballé  
avec Kadayif



## BOL FISTIKLI MUSKA

Plenty of pistachio amulet  
Beaucoup d'amulette  
de pistache





[www.bahcetarim.com](http://www.bahcetarim.com)



İzzetiye Mah. Mücellî Caddesi  
Yakıncıoğlu İş Merkezi Kat:1  
No:33 Battalgazi / Malatya

26 London Road,  
Enfield London En2 6 ed  
London / İngiltere



+90 (422) 321 21 41  
+90 (532) 254 44 86



+90 (532) 254 44 86



[www.bahcetarim.com](http://www.bahcetarim.com)  
[info@bahcetarim.com](mailto:info@bahcetarim.com)



Web Sitesine Gitmek İçin  
QR Kodu Okutun  
Scan The QR Code For  
Go To The Website