

ΠΡΟΤΥΠΟΣ
ΓΑΛΑΚΤΟΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ
ΠΙΕΡΙΑΣ ΑΕ

GUSTO WORLD

ΤΕΥΧΟΣ 1

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2015

**ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ
ΤΕΥΧΟΥΣ:**

Η Gusto αλλάζει εμφάνιση 1
Επιχειρηματική φιλοσοφία 1

Βάλτε τα γαλακτοκομικά στην καθημερινή σας διατροφή 2

Η κατανάλωση τυριού ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα των ηλικιωμένων 3

Τα νέα μας προϊόντα 4

Μαγειρική με Gusto 5

Η Gusto αλλάζει εμφάνιση

Στα πλαίσια της συνολικής αλλαγής της εμφάνισης των προϊόντων αλλά και του branding της εταιρείας, η Gusto Dairy παρουσιάζει τις νέες μεκέτες των προϊόντων της. Οι νέες συσκευασίες τόσο στους κωδικούς του retail όσο και σε αυτούς του HO.RE.CA συνδυάζουν καλαισθησία και δυναμισμό ενώ αντανακλούν με τον καλύτερο τρόπο την υψηλή ποιότητα των προϊόντων και τις αρχές της επιχειρηματικής ηθικής που διέπουν την εταιρεία από την έναρξη της λειτουργίας της.



Στη Gusto Dairy δίνουμε έμφαση στην υψηλή ποιότητα των προϊόντων μας και τη μέγιστη ικανοποίηση των πελατών μας σε συνδυασμό πάντα με τη δημιουργία ενός πρότυπου εργασιακού περιβάλλοντος. Για το σκοπό αυτό παρέχουμε μια μεγάλη γκάμα προϊόντων καθημερινής κατανάλωσης πλούσια σε θρεπτική αξία ακολουθώντας τις πιο αυστηρές διαδικασίες ασφάλειας και υγιεινής, ενώ παράλληλα δείχνουμε σεβασμό στο περιβάλλον και τον άνθρωπο, τηρώντας απαρέγκλιτα τις αξίες που διαχρονικά χαρακτηρίζουν την εταιρεία.



Βάλτε τα γαλακτοκομικά προϊόντα στην καθημερινή σας διατροφή



Αν θέλετε να ζήσετε περισσότερο, να αισθάνεστε καλύτερα και να χάσετε βάρος, η λύση είναι μία και βρίσκεται στο... ψυγείο σας! Τα γαλακτοκομικά προϊόντα έχουν εκπληκτικά οφέλη για την υγεία και μπορείτε να τα συμπεριλάβετε με πολλούς τρόπους στη διατροφή σας. Διαβάστε ορισμένους λόγους που το επιβεβαιώνουν.

Μερικά τυριά έχουν αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες

Οι επιστήμονες πρόσφατα διαπίστωσαν ότι το ροκφόρ έχει αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες, προσφέροντας προστασία από τα καρδιαγγειακά νοσήματα και έχει βοηθήσει στη μείωση των καρδιακών παθήσεων στη Γαλλία. Οι ερευνητές ελπίζουν να χρησιμοποιήσουν τα ωφέλιμα χαρακτηριστικά του ροκφόρ στην ιατρική και σε αντιγηραντικές θεραπείες. Βέβαια οι ίδιες ιδιότητες υπάρχουν και σε άλλα τυριά που έχουν υποστεί ζύμωση, όπως το Camembert, οπότε αν δε σας αρέσει το ροκφόρ, υπάρχουν κι άλλες επιλογές.

Τυριά και γαλακτοκομικά που έχουν υποστεί ζύμωση, μειώνουν τον κίνδυνο για διαβήτη

Σύμφωνα με μελέτες, με το να καταναλώνετε τουλάχιστον 55 γραμμάρια τυρί την ημέρα, (δηλαδή δύο κομμάτια) μειώνετε τον κίνδυνο ανάπτυξης διαβήτη τύπου κατά 12% σε σχέση με αυτούς που δεν τρώνε τυρί. Οι ερευνητές θεωρούν ότι αυτό θα μπορούσε να οφείλεται στα προβιοτικά βακτήρια που υπάρχουν στο τυρί και το γιαούρτι και που μπορεί να μειώσουν τη χοληστερόλη και να δημιουργήσουν ορισμένες βιταμίνες που λειτουργούν ως ασπίδα κατά του διαβήτη.

Τρώγοντας τυρί μετά από το γεύμα, αποτρέπει τη φθορά των δοντιών

Η κατανάλωση τυριού εμποδίζει

τις εκκρίσεις οξέως να προσκολλώνται στα δόντια μας. Το ασβέστιο και το φώσφορο του τυριού, διαχέονται ανάμεσα στα βακτήρια και εμποδίζουν την αύξηση των οξέων. Ένα μικρό κομμάτι τυρί μετά από κάθε γεύμα, μπορεί λοιπόν να αποδειχθεί... θαυματουργό.

Η κατανάλωση γαλακτοκομικών βοηθά στην αϋπνία

Για όσους υποφέρουν από συμπτώματα αϋπνίας, η πρωτεΐνη που υπάρχει φυσικά στο γάλα, μπορεί να βελτιώσει την ποιότητα του ύπνου και την εγρήγορση την επόμενη ημέρα. Επιπρόσθετα, η τρυπτοφάνη αυξάνει τα επίπεδα της σεροτονίνης και της μελατονίνης, οι οποίες βοηθούν στον καλό βραδινό ύπνο. Σε αντίθεση με τη γαλοπούλα, η οποία μας αφήνει με μια αίσθηση φουσκώματος, ένα από τα πλεονεκτήματα στο γάλα, το τυρί ή το γιαούρτι, είναι ότι είναι πιο εύπεπτα για το στομάχι και πλούσια σε ασβέστιο, το οποίο προωθεί τη μετατροπή της τρυπτοφάνης σε κατευναστική μελατονίνη.

Δημιουργούν αίσθημα πληρότητας

Ως συνοδευτικό κάποιου σνακ ή ως προσθήκη σε ένα πλούσιο σάντουιτς, το τυρί μπορεί να σας κρατήσει χορτάτους για αρκετή ώρα. Σύμφωνα με μελέτες, τα παιδιά που χρησιμοποιούν στα σνακ τους ένα συνδυασμό τυριών και λαχανικών, καταναλώνουν 72% λιγότερες θερμίδες από τα παιδιά που τρώνε σκέτα τσιπς.

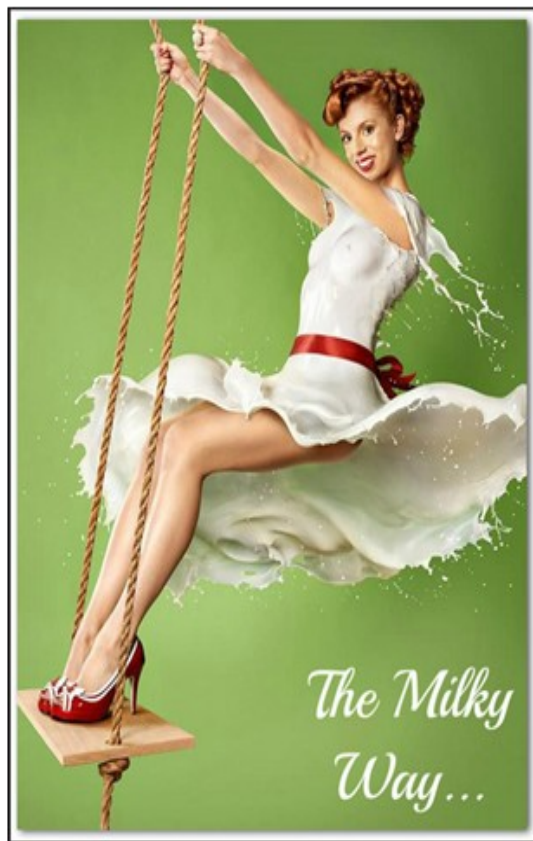
Είναι τέλεια πηγή πρωτεΐνης

Οι κύριες πηγές πρωτεϊνών σας μπορεί να είναι το κοτόπουλο, το ψάρι ή τα φασόλια, αλλά το τυρί είναι επίσης μέσα στα πλούσια σε πρωτεΐνες τρόφιμα. Τα σκλη-

ρότερα τυριά όπως η παρμεζάνα έχουν υψηλότερη περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες απ' ό,τι τα πιο μαλακά τυριά.

Πηγή:

www.clickatlife.gr



Το γνωρίζετε ότι.....

Στην εγκυμοσύνη, λόγω του κινδύνου για λιστέρια, πρέπει να αποφεύγονται τα τυριά που προέρχονται από μη παστεριωμένο γάλα. όπως το brie, κάμαμπερ, ροκφόρ, blue cheese. Αντίθετα τυριά των οποίων το γάλα παστεριώνεται μπορούν να καταναλωθούν άφοβα

Η κατανάλωση τυριού ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα των ηλικιωμένων



Το Ανθότυρο της Gusto Dairy είναι προϊόν με ελάχιστη περιεκτικότητα σε αλάτι, ιδανικό για όσους ακολουθούν έναν πιο υγιεινό τρόπο διατροφής

Η κατανάλωση τυριού ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα των ηλικιωμένων, σύμφωνα με νέα μελέτη στη Φινλανδία. Οι ερευνητές στο Πανεπιστήμιο του Τουρκού διαπίστωσαν ότι το τυρί μπορεί να λειτουργήσει ως πηγή προβιοτικών βακτηριδίων, τα οποία είναι ευρέως γνωστά για την ευεργετική δράση τους στο ανοσοποιητικό σύστημα.

Ο Δρ. Fandi Ibrahim, επικεφαλής της μελέτης, υποστηρίζει:

«Η αύξηση του ποσοστού των ηλικιωμένων ατόμων στις σύγχρονες κοινωνίες κάνει επιτακτική την εύρεση καινοτόμων τρόπων για ανάσχεση της φυσιολογικής επιδείνωσης του ανοσοποιητικού συστήματος. Έχει ήδη διαπιστωθεί ότι η χρήση προβιοτικών βακτηριδίων μέσω άλλων προϊόντων (π.χ. γιαούρτι και ορισμένα γάλατα) ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα, και τώρα πλέον έχουμε ανακαλύψει ότι και το τυρί αποτελεί φορέα των ίδιων βακτηριδίων».

Η έρευνα διεξήχθη σε εθελοντές ηλικίας 72 – 103 ετών που ζούσαν στον ίδιο οίκο ευγηρίας, ώστε να εξαλειφθούν πιθανές διαφορές στη διατροφή ή σε άλλους περιβαλλοντικούς παράγοντες, και διαπιστώθηκε ότι όλοι όσοι κατανάλωσαν τυριά πλούσια σε προβιοτικά βακτηρίδια εμφάνισαν σημαντική ενίσχυση του ανοσοποιητικού τους συστήματος.

Πηγή:

www.advancehealth.gr



ΕΙΠΑΝ ΓΙΑ ΤΟ ΤΥΡΙ.....

‘Πως είναι δυνατόν να κυβερνήσει κανείς ένα έθνος που έχει 246 είδη τυριού;’

*Charles De Gaulle
Γάλλος Πρόεδρος (1890-1970)*

Τα νέα μας προϊόντα

Η **Gusto Dairy** δημιούργησε και εισάγει στο καταναλωτικό κοινό 3 νέα προϊόντα, διευρύνοντας έτσι το χαρτοφυλάκιο των προϊόντων της και προσφέροντας νέες επιλογές στους πελάτες της.



Το Olympico κρέμα τυριού είναι ένα ακόμα νέο προϊόν της Gusto Dairy, πλούσιο σε γεύση και πολλαπλή χρήση στη μαγειρική και ζαχαροπλαστική.

Οι πρώτος κωδικός είναι το **Parma Top** (σκληρό τυρί τύπου Παρμεζάνα) με ζωϊκά λιπαρά. Αποτελεί ιδανικό τυρί για τρίψιμο, ενώ είναι άριστο για μακαρονάδες και κάθε είδους ζυμαρικά, αφού λιώνει μοναδικά χαρίζοντας ξεχωριστή γεύση στα πιάτα.

Επιπρόσθετα η Gusto Dairy, προσηλωμένη στις ανάγκες του καταναλωτικού κοινού δημιούργησε το **Gustoso**, κίτρινο αναπλήρωμα με φυτικά λιπαρά, το οποίο μπορεί να καταναλωθεί όλες τις ώρες της ημέρας



**Επιχειρηματική
ηθική και
Καινοτομία**



Ο τρίτος κωδικός αφορά την κατηγορία των spreads. Πρόκειται για το **Olympico**-κρέμα τυριού (τύπου Philadelphia), το οποίο αποτελεί ιδανική επιλογή για τη ζαχαροπλαστική και τη μαγειρική σε πλήθος συνταγών, ενώ μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί και ως πρώτη ύλη για γεμίσματα.

*“In a spinning world we challenge
the way you think about cheese”*

Μαγειρική με ..Gusto

ΚΑΝΤΑΪΦΙ ΜΕ ΑΝΘΟΤΥΡΟ ΚΑΙ ΜΕΛΙ

Υλικά

- 1 πακέτο φύλλο κανταΐφι
- Μισό κιλό ανθότυρο «Gusto Dairy»
- 250 γραμμ. βούτυρο φρέσκο
- 2 κουταλιές σούπας μέλι

Για το σιρόπι

- 1,5 ποτήρι νερό
- 1 κουτ. σούπας χυμό λεμονιού
- 2 ποτήρια ζάχαρη
- 1 ξυλαράκι κανέλας

Εκτέλεση

Λιώνουμε το βούτυρο, χωρίς να κάψει, και το αφήνουμε να κρυώσει. Ανοίγουμε το φύλλο

με τα δάχτυλά μας να ξεχωρίσει, το χωρίζουμε στα δύο και το ραντίζουμε με το βούτυρο.

Προσοχή όμως, το βούτυρο δεν πρέπει να είναι καυτό όταν περιχύνουμε το φύλλο, γιατί θα μας λασπώσει. Απλώνουμε το μισό σε ταψί των 28 εκατοστών και το πιέζουμε με τα δάχτυλά μας,

ώστε να το στρώσουμε στον πάτο του ταψιού. Χτυπάμε το ανθότυρο και το μέλι μέχρι να αφρατέψει το μείγμα μας και το ρίχνουμε πάνω στο φύλλο.

Απλώνουμε το υπόλοιπο φύλλο από πάνω και το πιέζουμε ελαφρά. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180ο C και για μισή ώρα.



Στο μεταξύ βράζουμε το σιρόπι για 5-6 λεπτά. Αφαιρούμε την κανέλα και, όταν το γλυκό είναι χλιαρό, το περιχύνουμε με το σιρόπι

ΣΤΡΑΠΑΤΣΑΔΑ ΜΕ ΜΥΖΗΘΡΑ

Υλικά (για 2 μερίδες)

- ♦ 4 μεγάλα αυγά
- ♦ Φρέσκο βούτυρο και Βιτάμ
- ♦ Φρέσκο βασιλικό, ψιλοκομμένο
- ♦ 250 γρ. νωπή μυζήθρα «Gusto Dairy»
- ♦ 2 φέτες ψωμί ολικής άλεσης, πάχους 1 εκ., ελαφρώς ψημένο
- ♦ Αλάτι, πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε τα αυγά, το βασιλικό και το αλάτι σε ένα μπολ μέχρι να ανακατευτούν καλά. Λιώνουμε το βούτυρο και το βιτάμ σε ένα αντικολητικό τηγάνι μεσαίου μεγέθους σε μέτρια φωτιά. Ρίχνουμε τα αυγά στο τηγάνι κι ανακατεύουμε

με μία ξύλινη σπάτουλα.

Βγάζουμε το τηγάνι από τη φωτιά όσο ακόμα είναι τα αυγά υγρά. Προσθέτουμε τη μυζήθρα κι ανακατεύουμε μέχρι να γίνουν μία μάζα, αλλά το τυρί να φαίνεται.

Ρίχνουμε λίγο αλάτι και λίγο πιπέρι. Βάζουμε μία φέτα ψωμί σε κάθε πιάτο και ρίχνουμε τα αυγά πάνω στις φέτες.



Τα προϊόντα της Gusto μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε πλήθος μαγειρικών συνταγών

Let's get cooking