

@akkol® life

01/2017
www.akkol.com.tr



Değerimizi alabilirsiniz, ücretsizdir.

HOŞGELDİN 2017

BALKANLAR

Zengin tarihleri, kültürel çeşitlilikleri ve mimari açıdan değerli yapıları ile görülmeye değer...

Kafekol

İşe kısa bir mola. Sıcak bir kahve yanında keyifli bir sohbet için.



Özge Özpınırçlı

"Bir karaktere çalışırken zorlanmak, kendi dünyaca kalplarının dışına çıkmak zorunda kalmak beni tatmin ediyor."



The Boşnak

Eller'deki The Boşnak Mutfak İriçe'den paça çorbasına, yöresel bûrek ve peynirlere Boşnak yemekleri sunan bir restoran.

Bu sene restoranlarda 1500 TL daha az hesap ödeyeceksiniz!

Çünkü sizi şehrin en seçkin 400+ restoranında indirimlerle
ağırlanacağınız GastroClub'a davet ediyoruz.

31 Mart 2017 tarihine kadar GastroClub akıllı telefon uygulamasını indirin,
Promosyon Kodu olarak **AKKOL** yazın ve 3 ay boyunca GastroClub'ın yüzlerce
indirim ayrıcalıklarından ücretsiz yararlanın! Sınır yok, limit yok!

Artık Her Restoranda Bir Tanıdığınız Var!



* Haftada en az bir defa dışarıda yemek yiyen kullanıcılarımız yılda ortalama 1500 TL - 3500 TL arasında tasarruf yapıyor. GastroClub'ı keşfetmeniz için sizi www.GastroClub.com.tr 'ye davet ediyoruz.



Değerli Okurlar
Merhaba,

Zorlu ve yoğun bir dönemin ardından 2017 yılını büyük bir heyecanla, yeni umutlarla karşılıyoruz. Lezzetli,besleyici, kaliteli yemek ve hizmeti seçen kalıcı dostlarımız; şirketimizin yatırımlarını büyütmesine ve kendimizi geliştirmemize büyük katkılar sağlamışlardır.

Bizim de yeni yıldaki en önemli hedefimiz; başarılarımızın sürekliliğini sağlamak ve hatalarımızı tekrarlamamak olacak.

Yarınlarda da birlikte olmak dileğiyle...

Saygılarımla
Okan AKKAŞ



KAPAK KONUSU

06

Balkanlar'da bulunan bir çok şehir; zengin tarihleri, kültürel çeşitlilikleri ve mimari açıdan değerli yapıları ile görülmeye değer... Seyahat planlarınız arasında Balkanlar varsa bu yazıya göz atmak isteyebilirsiniz.



24 MARKALARIMIZ

KAFEKOL

İşe kısa bir mola..
Sıcak bir kahve yanında keyifli bir atıştırmalık isteyenler için...



14

RÖPORTAJ ÖZGE ÖZPİRİNÇİ

16 LEZZET USTALARI

MURAT GÜNDÜZ

Akkol Grup'da Aşçıbaşı olarak görev yapan Murat Gündüz ile İstanbul Boğazının nefis manzarası eşliğinde keyifli bir sohbet ettik.

26 RÖPORTAJ

UNILEVER

Güvenilir Eller Gıda Güvenliği Online Eğitim Programında 5.000 Şef Eğitimine başladı.

40 HOBI

PLANÖR

"Motorsuz uçtuğunuzu hayal edebilir misiniz?"

20 PORTRE

AZİZ SANCAR

"Nobel'e Giden Yol"

30 SON USTALAR

BAKIRCILIK

Kayıbolan sanatlarımızdan biri olarak gösterilen bakırcılığın, dünü, bugünü ve geleceği hakkında keyifli bir yazı.

22 LEZZET KEŞİFLERİ

The Bošnjak

Etiler'deki The Bošnjak Mutfak trileçeden paşa çorbasına, yöresel börek ve peynirlere Bošnjak yemekleri sunan bir restoran.

34 YAKIN PLAN

MÜZE CAFE

Akkol Grup olarak 2015 Ağustos ayından itibaren Müze Cafe işletmeciliğini yapma ve sanata, sunduğumuz yiyeceklerle dahil olma fırsatı bulduk.

akkollife

© 2016
akkolgrup.com.tr

Yönetim:

Akkol Grup adına imtiyaz sahibi

Okan AKKAŞ

okan@akkol.com.tr

Kurumsal İletişim Direktörü:

Elif ÜNGÖR

elif.ungor@akkol.com.tr

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü:

Gözde ALİCAN

gozde.alican@akkol.com.tr

Yönetim Yeri:

Ferhatpaşa Mh. Akdal Sk.

No:5 Ataşehir/İstanbul

akkol@akkol.com.tr

Yayın Türü:

Yerel, süreli.

Baskı:

PIA Matbaa



Helvalarımız Glikoz-Fruktoz Şurubu İçermez



f seyidoglugida

@seyidoglugida

Google play

Available on the
App Store

SEYİDOĞLU GIDA SAN. ve TİC. A.Ş.
Tel.(0212) 771 19 20 Faks.(0212) 771 39 72
www.seyidoglugida.com.tr



BALKANLAR

Balkanlar'da bulunan bir çok şehir; zengin tarihleri, kültürel çeşitlilikleri ve mimari açıdan değerli yapıları ile görülmeye değer... İster havayolu ile ister karayolu ile Türkiye'den kolaylıkla ziyaret edebileceğiniz bu şehirler, yılın her mevsimi ziyarete elverişli. Seyahat planlarınız arasında Balkanlar varsa bu yazıya göz atmak isteyebilirsiniz.

MAKEDONYA

Avrupa'nın en küçük ülkeleri arasında yer alsa da Makedonya birbirinden farklı gezi rotaları, seyir alanları ve etkinlikleri bünyesinde barındırması sebebiyle bir çok gezginin dikkatini çekiyor.

Öncelikle ülkenin adı Birleşmiş Milletlere göre FYROM (Former Yugoslav Republic of Macedonia) yani Makedonya Eski Yugoslav Cumhuriyeti'dir. Kendileri ve bize göre ise Makedonya Cumhuriyeti. Başkenti Üsküp olan, para birimi olarak da Makedon Dinarı kullanan ülke için denilebilecek ilk şey; "güzel bir ülke".

Arnavutluk, Kosova, Sırbistan, Bulgaristan ve Yunanistan arasında sıkışmış, yedi yüz bin nüfuslu küçük bir ülke burası. Eski Yugoslavya Cumhuriyetlerinden birisi olan Makedonya'nın farklılığı aslında tarihi ve kültürel

özellikleri ile benzerimiz olması. Vardar Nehri'nin iki kıyısına kurulmuş olup, Makedon dilinde Skopje olarak adlandırılan şehir, tarihi ve kültürel özellikleri ile yabancılık hissetmediğimiz bir yer. Ohrid, Balkanlar'ın en güzel şehirlerinden birisi, Makedonya'nın gözbebeği. Küçük, şirin, huzurlu ve yeşil... Ohrid Makedonya'nın tartışmasız en gelişmiş turizm kenti. Makedonya'nın Mavrovo Kasabası, son yıllarda bir kayak tatili için göz çarpan bir destinasyon.

Ülkenin en büyük milli parkı olan Mavrovo, National Park içerisinde yer alıyor. Atatürk'ün okuduğu şehir Bitola, çok kültürlü yapısıyla öne çıkan Manastır, Makedonya'nın ikinci en büyük şehri. Manastır, şehirleşmenin getirdiği karmaşadan uzak, oldukça sakin, şirin ve temiz bir şehir.



Makedonya - Taş Köprü (Skopje)



Makedonya - Ohrid

ARNAVUTLUK

Arnavutluk yıllarca dış dünyaya kapalı bir ülke olarak kalmıştır. 1990'dan sonra sosyalist rejimin değişmesiyle yavaş yavaş kendine gelmeye ve dünyaya açılmaya başlamıştır. Arnavutluk'un başkenti Tiran'a ayak attığınızda baş döndürücü bir trafikle karşılaşacaksınız. 1990'a kadar özel araç kullanımının olmadığı Tiran'da sınırlı sayıda otomobil varken bugün 150 bini kayıtlı olmak üzere 250 bin aracın caddeleri doldurduğunu görüyoruz. Şehrin 1 milyonluk nüfusu ile araç sayısının orantısız olduğunu fark ediyorsunuz. Bunun sebeplerinden biri de son model lüks arabaları 2-3 bin dolar gibi paralara alabilmeniz.

Dünyada Albina olarak tanınan bu ülkeye, sadece Türkler Arnavutluk diyor. Tiran'ın göbeğindeki İskender Bey heykeli, Ethem Bey Camii ve saat kulesi, adeta ülkenin sembolü durumunda. Saat kulesi ve cami Osmanlı'dan yadigar. İskender Bey heykelini gördüğümüzde "kim" olduğunu merak ediyor ve öğrenmeye çalışıyoruz. Bu heykel sosyalist rejim döneminde Osmanlı ve Türkiye karşıtları tarafından diktirilmiş. Yaklaşık % 75'i Müslüman olan Arnavutluk halkının inancı ile uyuşmayan bir insan olan İskender Bey'in bundan 500 yıl önce Osmanlı'ya baş kaldıran ve 25 yıl boyunca direnen bir Hristiyan olduğunu öğreniyorsunuz.

İklim olarak; bulunduğu konum ve yapısı itibarıyla de Arnavutluk'ta iklim şartları da değişkenlik gösterir. Güney ve kıyı kesimlerinde kışlar ılık ve yağışlı, yazları ise sıcak ve kurak geçen Akdeniz iklimine sahiptir. Orta bölümünde ise kış aylarının bol yağışlı soğuk olduğu, yaz aylarında ise nispeten yağışlı kurak geçen karasal iklime sahiptir. Kuzeydoğusunda ise yer alan alpler dolayısıyla yoğun yağışlı ve soğuk hakim olduğu alp iklimi görülmektedir.

Etnik yapı itibarıyla, bölge ülkelerinin



aksine nüfusun yüzde 97'sini Arnavutlar oluşturur. Bu açıdan homojen bir nüfus yapısına sahiptir. Ülkenin en büyük şehri ve başkenti

Tiran'da ise şehrin metropol alanıyla birlikte 765 bin üzerinde insan yaşamaktadır.

KARADAĞ

Adriyatik denizi kıyısındaki Karadağ, büyüklü kumsalları ve panoramik manzarasıyla doğal bir çekiciliğe sahiptir. Macera turizminin çokça geliştiği ülkede kayak, bisiklet, tırmanış, yelken, rüzgar sörfü ve dalış gibi pek çok spor faaliyetleri gerçekleştirilmektedir. Bi-

yolojik çeşitlilik açısından da oldukça zengin olan ülkede pek çok hayvan ve bitki türü vardır.

Çalkantılı bir tarihi olan Karadağ, geçmişte pek çok büyük imparatorluğa da evsahipliği yapmıştır. Soviet döneminde



Yugoslavya'ya bağlı olan Karadağ, sonradan Sırbistan ile birleşmiş ve en son olarak da Sırbistan'la da ayrılarak kendi bağımsızlığını ilan etmiştir. Pek çok tarihi yapının bulunduğu Karadağ'ın Durmitor ve Tara Irmağı kanyonu ile eski bir şehir olan Kotor UNESCO koruması altındadır.

Karadağ'ı ziyaret etmek için en ideal dönem yaz aylarıdır. Şehri gezebilir ve aynı zamanda hayran kalacağınız kumsallarda dolaşp Adriyatik Denizi'ne girebilirsiniz.

Resmi dili Karadağca'dır. Bunun yanı sıra Sırpça, Boşnakça, Arnavutlukça ve Hırvatça dilleri de konuşulmaktadır. Karadağ nüfusunun yüksek çoğunluğu inançlıdır. Ortodoks hristiyanlarının yoğun olduğu bölgede müslüman ve katalik nüfus da mevcuttur.

Uzun kumsalları, yüksek tepeleri ve derin kanyonları ile coğrafi açıdan büyüleyici ülkenin başkenti ve aynı zamanda da en büyük kenti Podgorica'dır. Buna ek olarak Budva, Herceg, Petrovac, Tivat, Kotor da diğer gezilecek şehirler arasındadır. Perast, son derece küçük bir köy olmasına rağmen en çok beğenilen noktalardan biridir. Barok evler ve kiliselerle bezenmiş nefis bir yer. Deniz kıyısında oturup iki küçük adacık olan St. George ve Our Lady of the Rock'a karşı bir şeyler atıştırmak çok keyifli. Hollywood ünlülerinin bu küçük köyden ev aldığı söyleniyor.

2500 yıllık geçmişi ile en eski yerleşim yerlerinden birisi olan Budva, aynı zamanda Karadağ'ın dünyanın bir çok yerinden turist çeken gözde tatil merkezlerinden biri. Budva eski şehir, akşam saatlerinde tıklım tıklım. Sveti

Stefan Adası, Adriyatik'in incilerinden sayılıyor. Tarihi küçük şehir inanılmaz güzel ve özellikle karayolundan giderken tepeden fotoğraf çekmenizi öneririz. Terracota tavanlı evler 15.yy'dan beri burada. Adayı Aman Grubu tamamen kiralamış ve dev bir otele dönüştürmek üzere. İçinde Avrupa kraliyetinden, Hollywood yıldızlarına kadar bir çok kişinin evi var. Ostrog Manastırı ise Ortodoks'ların ziyaret ettiği ve hacı olduğu, yamacın tepesine konumlanmış spiritüel bir yer.

Karadağ da Ortodoks inancına sahip olanlar için en önemli yer. Manastırın ne şekilde yapıldığı halen tam olarak bilinmiyor, hacı kafileleri ve kuyruklarıyla karşılaşıyorsunuz.

BOSNA HERSEK

51.197 km² karelik bir yüzölçümüne sahip Bosna-Hersek Boşnaklar, Sırp ve Hırvatlar olmak üzere üç etnik gruba ayrılır. Bunun yanı sıra ülke yine kendi içinde Bosnalı ve Hersekli olarak da ikiye ayrılmaktadır. Bosna ülkenin kuzey bölgesidir. Hersek ise ülkenin güney bölgesi olarak geçmektedir. 1991 yılında yapılan nüfus sayımında ülke nüfusu 4.354.911 iken, bu sayının 2013 yılında yapılan sayımda geçen 22 yıllık zaman diliminde artan göç oranı ve savaşlarda verilen kayıplara bağlı olarak 3.800.000 kişiye düştüğü söylenmektedir.

Bosna-Hersek komünizmin etkilerinden yeni yeni kurtulmaya başlayan bir ülkedir. Şehirlerdeki savaşın etkileri silinmiyor, duvarlardaki mermi izlerinin hâlâ duruyor olması, yeni doğacak olanların, gençlerin tarihlerini unutmaması içindir. Miljacka Nehri ile çevrelenmiş başkent Saraybosna'daki İkinci Dünya Savaşı'nı simgeleyen ve gece gündüz yanan Sönmeyen Ateş; iç savaş zamanında yapılan Umut Tüneli; Birinci Dünya Savaşı'nın ilk izlerin-

in bulunduğu Latin Köprüsü; 1992 yılındaki iç savaşta Sırp milliyetçileri tarafından yakıldıktan sonra restore edilip tekrar halka açılan ve ülkenin en önemli ulusal arşivine sahip Viyeçnitsa Kütüphanesi, Neratva Nehri üzerinde yer alan ve UNESCO'nun Dünya Miras Listesi'nde bulunan Mostar Köprüsü; 1895'ten bu yana Bosna halkının inadını simgeleyen, milli bir sembol haline gelen ve 1997'den beri restoran olarak hizmet veren Inat Kuca Evi; denize kıyısı olan Neum şehri Bosna-Hersek'de görülmesi gereken yerlerdir.

Avrupa'nın en egzotik ve homojen müziği olarak adlandırılan Balkan müziğine Bosna-Hersek'in farklı milletlere ev sahipliği yapan bir ülke olmasının etkisi de yadsınamayacak derecede büyüktür. Dünyaca ünlü müzisyen Goran Bregović bu topraklarda yetişmiş bir sanatçıdır.



KOSOVA

Uzun yıllar işgale maruz kalan Kosova bağımsızlığını 2008 yılında ilan ettikten sonra Birleşmiş Milletler'den Avrupa Birliği'ne geçmiştir. 10.877 kilometrekarelik alana yayılan bu Balkan ülkesi uzun yıllar Osmanlı İmparatorluğu egemenliğinde kaldığı için ülkede Müslüman nüfus yoğundur.

UNESCO Dünya Mirası Koruma Listesi'nde yer alan Sırp Ortodoks Kilisesi'nin topraklarında bulunduğu Kosova çok güzel sahillere sahiptir. Ülkenin turistik değerleri arasında kullas adını verdikleri geleneksel taş evler bulunmaktadır.

Kosova'nın 7 şehri vardır. Hem başkent hem de en kalabalık kent olan Priştine'dir. UNESCO Dünya Mirası Listesi'ndeki ülkenin güneyinde yer alan Gračanica köyü de bu topraklardadır. 14. yüzyılda Sırbistan İmparatorluğu'nun başkenti olan Prizren Kosova'nın en tarihi kenti olma özelliğini taşır. Aynı zamanda Kosova'nın en kalabalık ikinci şehri özelliğini



taşıyan Prizren "büyük kale" anlamına gelmektedir. Bir diğer şehri Kosova Savaşı'nda en çok hasar almış olan şehir olma özelliğini taşır. Şehir bugün en iyi gece hayatı alternatiflerinin sunulduğu kent olma özelliğini taşıyor. Kosova'nın diğer şehirleri ise Ferizovic, İpek, Gilan, Poduyeva, Mitroviça ve Vıçitrin'dir.

Kosova'nın, Sırbistan ile girdiği büyük savaşın ardından 2008'de bağımsızlığını ilan etmiştir. Ülkenin Sırbistan, Karadağ, Makedonya Cumhuriyeti ve Arnavutluk devletleri ile sınırı vardır.

Kosova Cumhuriyeti'nin resmi dilleri Arnavutça ve Sırpçadır. Ayrıca ülke sınırları içerisinde Türkçe, Boşnakça ve Romanca da konuşulmaktadır. Bunun yanı sıra ülkenin Gora bölgesinde Boşnakça ile Makedonca arasında bir dil konuşulmaktadır.

Kosova nüfusunun büyük çoğunluğunu Müslümanlar oluşturmaktadır. Ülke nüfusunun yaklaşık yüzde 95'lik dilimi Müslümanlardan oluşur. Resmi bir dini olmayan ülkede Sufizm ve Bektaşilik oldukça yaygındır. Bunun yanı sıra nüfusun geri kalanının yaklaşık yüzde 4'lük kısmını da Hristiyanlar oluşturur.



SIRBİSTAN

Balkanlarda yer alan Sırbistan'ın sınırları kuzeyde Macaristan'la, doğuda Romanya ve Bulgaristan'la, güneyde Makedonya ve Arnavutluk'la, batıda Bosna Hersek, Hırvatistan ve Karadağ ile çizilmiştir. Konum önemi olarak bakıldığı zaman, Avrupa tarihinin kesişim noktalarından biri olan Sırbistan bir çok etnik gruba, kültüre ve dine ev sahipliği yapmaktadır. Son zamanlarda ülke Avrupa'nın en misafirperver ve davetkâr ülkelerinden biri olarak aday gösterilmiştir.

Sırbistan'da gözünüze çarpacak en önemli şeylerden biri de ulaşım ağının gelişmişliğidir. Otobüs ağı gidilmek istenilen her yere neredeyse ulaşım sağlayabilmektedir. Aynı zamanda trenle seyahat etme şansı bulunmaktadır. Bu sayede gezi planlarınızı çok daha rahat yaparak, gezilebilecek hemen her yeri gezme şansınız vardır. Peki, Sırbistan'da gezilebilecek yerler nerelerdir?

Sırbistan'da gezilebilecek Barok parklar, çarpıcı kaleler, Ortaçağ manas-

tırları, güzel, geleneksel köyler ve kalabalık şehirlerde deko mimarisi bulunan alanlar gibi bir çok turistik bölgeler bulunmaktadır.

En hayat dolu şehri, başkent Belgrad'tır. Prince Michael Street turistik bölgelerinin başında gelmektedir. Bir çok kafe ve restoranın yanı sıra tarihi yapı, askeri müze, kilise, galeri, park, spor alanı ve kuleler bulunmaktadır. Kettler, Romalılar, Bizanslılar, Sırlar, Türkler ve Avusturyalılar tarafından 2000 yıl boyunca tekrar tekrar yenilenmiş olan Kalemegdan Kalesi, Aziz Sava Tapınağı, Ulusal Müze, Eski Kale ve nehir adası olan Ada Ciganlija görülmesi gerekiyor.

Novi Sad muhteşem şehirlerinden bir diğeridir. Bir çok güzel parkı, alanı olan şehir Avrupa'da en büyük ve en iyi korunmuş 17. yüzyıl kalesi Petrovaradin Kalesi'ne ev sahipliği yapmaktadır. Novi Sad'ın yakınında bulunan Sremski Karlovci köklü bir tarihe sahiptir. Kıscası tarih kokan , görmeden edemeyeceğiniz bir şehirden bahsediyoruz.

Sırbistan çok sayıda içerisinde mükemmel fresko baş yapıtları bulunan Ortaçağ Ortodoks manastırına ev sahipliği yapmaktadır. Kraljevo yakınında bulunan 12. yüzyıl Manastırı Studenica en iyi örneklerinden bir tanesidir ve UNESCO tarafından dünya mirası olarak tanımlanmaktadır. Novi Pazar yakınında bulunan Sopocani de bulunan freskler zamanlarının en güzel örneklerinden kabul edilmektedir ve Stari Ras Manastırı'nın kalıntıları ile birlikte Dünya Mirası listesinde bulunmaktadırlar.

Ülke bir çok ulusal parka sahiptir. Fruška Gora, Tara National Park, Kopaonik ve Djerdap görülmesi gerekenler arasında bulunmaktadır. Vrnjacka Banja ve Soko Banja Sırbistan'ın önde gelen kaplıcaları ve tatil köyleridir.

Günümüzde kullanılan hemen hemen bütün elektronik eşyalarda Nicola Tesla'nın icatlarını görmek için Nicola Tesla Müzesi'ne gitmeniz o yıllarda nelerin yapılabileceğini görmeniz açısından tavsiye edilir.



Balkan Lezzetleri

Özellikle hava durumunu öğrenirken sık sık adını duyduğunuz Balkanlar'ı bu sefer farklı bir açıdan, soğuk havası ile değil, leziz yemekleri ile tanıyacaksınız. Çoğu bizim mutfağımızın da vazgeçilmezi olan bu yemekleri açken okumamanız konusunda sizi uyaralım öncelikle!



Yemeklerin kraliçesi: Muhacir Böreği

Malzemeler:

4 adet yufka
2 yumurta
200 gram süt kaymağı
veya krema
1 su bardağı yoğurt
1 su bardağı süt
2 yemek kaşığı sıvı yağ
2 yemek kaşığı un
1 tutam tuz

İçinin Harcı

600 gram lor peyniri veya
beyaz peynir
Maydanoz (isteğe bağlı)
Dereotu (isteğe bağlı)

Yapılışı :

Bir kasede sos malzemeleri iyice karıştırılır daha sonra yufka tezgahın üzerine açılır ve hazırlanan sos fırça ile her tarafına sürülür. Yufkanın yarısına hazırlanan peynirli harcın 1/4'ü serpiştirilir ve boş olan yarısına da hazırlanan peynirli harcın 1/4'ü serpiştirilir. Geriye kalan boş kısmın yarısına ise peynirli kısım kapatılır. Kısacası D harfi görünümü alır diyebiliriz. Aşağıdan ve yukarıdan parmaklarla büzüştürülür, büzüştürülen yufka 6 eşit parçaya bölünür.

Yukarıda bahsedilen işlem her yufka için tekrarlanır ve parçalar düzenli bir şekilde yağlanmış fırın tepsinde yerleştirilir. Kasede kalan sos tepsideki böreklerin üzerine fırçayla sürülür, daha sonra 10-15 dakika bekledikten sonra 180 derecede ısıtılmış fırına yerleştirilir. 25-30 dakika üzeri kızarana kadar pişirilir.



Kuzunun en lezzetli hali: Elbasan Tava

Malzemeler:

500 gr kuzu eti (kemikli)
1 su bardağı un
1 su bardağı Yoğurt
2 adet yumurta
2 yemek kaşığı tereyağı
1 baş soğan
Yeteri kadar tuz, karabiber,
kırmızı pul biber
1 çay bardağı su

Yapılışı :

Bir kap içerisinde yağ ile doğranmış soğanı hafifçe öldürün. İçerisine etleri atın. Bir çay bardağı su ile etleri orta ısıda ateşte pişirin. Pişen etleri kemiklerinden ayırarak tuzlayıp bir tepsiye yerleştirin. Üzerine karabiber ve kırmızı pul biber gezdirin.

Bir kapta yoğurt, yumurta ve unu top top olmaması için iyice çırpın. İçerisine et suyunu ilave edip tekrar karıştırın. Yapmış olduğunuz bu karışımı etlerin üzerine düzgünce dökün.

Üzeri kızarıncaya kadar orta ısıda fırında pişirin. Servis tabağına alın, sıcak olarak servise sunun.

**Kalite ve Müşteri Memnuniyeti
Ticaretimizin Ayrılmaz Bir Parçasıdır.**



 **KADİR TARIM**

Tel : +90 216 397 11 30
Fax : +90 216 397 11 24

kadirtarim@gmail.com
www.kadirtarim.com

İçerenköy
Sebze Meyve Hali No: 73

Antalya / Elmalı
Sebze Meyve Hali No: 16



ÖZGE ÖZPİRİNÇCI

Oyunculuk serüveniniz nasıl başladı? Ekranlarla ne zaman tanıştınız?

Oyunculuğa 22 yaşında başladım. Önce reklamlarla başlayan serüven beni bugün buralara getirdi. Üniversite son sınıfta reklam görüşmelerine gidip gelirdim. Olmadığında üzülmedim ama ilk reklamım onaylandığında çok sevindim diyebilirim. Şu an oyunculuk dışında başka bir meslek yaptığımı düşünemiyorum. Sevdiğim işi yaparak para kazanmak bu hayatta en başarılı hissettiğim şey!

Oynamaktan en keyif aldığınız karakter hangisiydi?

Böyle düşününce birbirinden ayırmak zor tabi oynadığım karakterleri ama baktığımda sanırım bana ters düşen rolleri oynamak daha çok hoşuma gidiyor. Bir karaktere çalışırken zorlanmak, kendi düşünce kalıplarımın dışına çıkmak zorunda kalmak beni tatmin

ediyor. Şu ana kadar oynadığım karakterler içinde bu duyguyu hissettiğim iki kadın vardı. Biri Ağır Roman Yeni Dünya'daki Zehir Ahu diğeri ise Tatar Ramazan'daki Alın karakteri. Sinemada ise hep farklı roller oynamaya çalışıyorum. Şu ana kadar da bu konuda başarılı olduğumu düşünüyorum.

Hayvan dostlarımızı çok seviyorsunuz. Geçtiğimiz aylarda nesli tükenmekte olan karakulak yavrusuna yardım ettiğinizi okumuştuk. Yer aldığınız bir Sosyal Sorumluluk Projesi var mı?

Karakulak muazzam bir hayvandı. O kadar vahşi bir hayvanı kucağımda veterinerine yetiştirmek ve onun hayata tutunuşunu görmek çok sevindiriciydi. Şimdilerde ise bir eşek sahiplendim. O da sanırsam dünyanın en tatlı hayvanlarından. Aktif olarak yer aldığım bir sosyal sorumluluk projesi yok fakat dönem dönem yardım ediyorum.

İmkanım olduğu için bireysel olarak yardımlarda bulunuyorum.

Mutfakla aranız nasıl? Yemek yapar mısınız?

Bu konuda maalesef çok yeteneksizim. Şahane yemek yerim. Doymak için değil tad almak için yemek yiyenlerdenim. Farklı ülkelerin mutfaklarını da denemeyi severim. Yemek yapamam diyemem artık ufak ufak bir şeyler yapıyorum. Bu konuda en büyük ilhamım Burak. Mutfağa girip 1 saatte 3 çeşit yemek yapabiliyor. Hayranım ona!

En çok hangi ülke mutfağını seversiniz?

Valla bence en güzel mutfak bizim! Yurtdışından gelip de yemeklerimizi beğenmeyen bir kişiyle karşılaşmadım henüz. Türk mutfağının üstüne tanımam! Fakat son zamanlarda sağlıklı beslenmeyle ilgileniyorum.

Kırmızı et tüketmiyorum. Mevsiminde meyve, sebze ve balık tüketiyorum. Güney Amerika'dan dünyaya yayılan değişik besin değeri yüksek tahılları ve baklagilleri çok seviyorum. Farklı malzemelerin oluşturduğu sağlıklı lezzetler çok hoşuma gidiyor.

Kafa rahatlatmak veya dinlenmek için neler yaparsınız? Mesela geçtiğimiz günlerde sosyal medya hesabınızda 8 saat boyunca lego yaptığınız bir video paylaşmıştınız
Evet... Gözlerimiz artık parçaları görmemeye başlamıştı ki bitti neyse ki! Çok güzel bir aktivite bence lego yapmak herkese tavsiye ederim! Sevdiğim birkaç yabancı dizi var onları izlerim. Spor ve yürüyüş beni en çok rahatlatan şeyler. Onun dışında arkadaşarımla vakit geçirmeyi tercih ederim. Yalnız kalmak ve kafa dinlemek istiyorsam kitap okurum.

Spor yapmayı çok sevdiğinizi biliyoruz, en sevdiğiniz spor dalı hangisi?

Uzun zamandır spor var hayatımda. Hepsinden azar azar yaptım desem yeridir. Yaş artık 30 olunca e bi de yemek yemeyi sevince pilates ve cross

“ Bir karaktere çalışırken zorlanmak, kendi düşünce kalıplarımın dışına çıkmak zorunda kalmak beni tatmin ediyor. ”

fit hayatımın bir parçası tabiki! Onun dışında yürüyüşe çıkmayı çok severim. Hele ki ormana falan gitmek hem vücuduma hem de zihnime çok iyi gelir.

Burak Yamantürk'le iyi giden bir ilişkiniz olduğunu biliyoruz. Özel hayatınız işinizi etkiliyor mu ?

Evet Burakla çok güzel bir ilişkimiz var. Aslında iki farklı insanız ve birlikte hayatı tecrübe etmeyi çok seviyoruz. Bence bir ilişki için en güzel denge. Çok şükür şu ana kadar ne özel hayatım işimi ne de işim özel hayatımı etkilemedi. Umarım böyle de devam eder.

Son zamanlarda başarılı çiftlerin yaptığı işler çok talep görüyor. Sizde Burak beyle bu şekilde bir proje düşünüyor musunuz ?

Biz zaten Burakla aynı işte çalışarak tanıştık. Hatta bu sene belki bir işte beraber oynayacaktık fakat olmadı. Burakla oynamayı tabiki isterim doğru proje olduğu sürece...



Hakkında Bilinmeyenler

- En sevdiğim film - **Leon**
- En sevdiğim şarkıcı - **Sting**
- En sevdiğim şarkı - **Moduma göre hep değişir**
- En sevdiğim ses - **Hayvan sesleri**
- En sevdiğim kelime - **Merhaba**
- En sevdiğim kitap - **Hakan Günday Romanları**
- En sevdiğim renk - **Mor**
- En sevdiğim çizgi film karakteri - **Dory**
- En sevdiğim yemek - **Çorba**
- Asla hayır diyemeyeceğim tatlı - **Hepsi!**
- Tuttuğum takım - **Beşiktaş**
- Günün en sevdiğim anı - **Alarmsız uyandığım her sabah**
- Kendi paramla aldığım ilk şey - **Hiç hatırlamıyorum...**
- Çocukken, büyüyünce ne olmak isterdim? - **Veteriner**
- Ölü ya da diri herhangi biriyle tanışabilecek olsaydım bu kim olurdu?
- **Fikriye Hanım (her şeyi doğru haliyle dinlemek isterdim ondan)**
- Geçmiş ya da gelecekte herhangi bir olaya şahitlik edebilecek olsam, hangi olayı seçerdim? - **Rönesans Devri**

Essiz Lezzetler: MURAT GÜNDÜZ

Akkol Grup'da Aşçıbaşı olarak görev yapan Murat Gündüz ile İstanbul Boğazının nefis manzarası eşliğinde keyifli bir sohbet edip, lezzetli yemekleri ve tatlılarının tadına bakma fırsatı bulduk. Tariflerini de almayı unutmadık.



23.11.1980 Bolu doğumluyum.

İlk ve orta öğrenimimi Bolu Çaydurt İ.Ö. Okulu'nda tamamladım. 1995 yılında Afacan Restaurant'ta aşçı yardımcısı olarak işe başladım. 1997 yılında Manisa Salihli'de Kardelen Restoran'da kalfa olarak 2 yıl çalıştıktan sonra 1999 yılında Andon Pera'da 1 yıl Aşçı olarak çalıştım. 2000 yılında vatani görevimi yapmak üzere Manisa'ya gittim. Usta birliğinde KKK Bakanlıklar Çankaya Orduevinde Genel Kurmay Başkanı Hüseyin Kıvrıkoğlu'nun yedek aşçısı olarak göreve devam ettim. 2001 yılında tayin üzerine Marmaris Beyaz Ev' de 7.Cumhurbaşkanı Kenan Evren'in aşçısı olarak göreve başladım. 2002 yılında Egait Tatil Köyü'nde sous chefi olarak işe başladım. İki yıl tatil köyünde çalıştıktan sonra, 2003 yılında Afacanlar Restaurant'ta sous chefi olarak işe başladım. 2008 yılında Afacan Restaurant'ta aşçıbaşı oldum ve 2014 yılına kadar aynı yerde aşçıbaşı olarak çalıştım.

2014 yılı Ocak ayında Akkol Grup'da aşçıbaşı olarak işe başladım.

Evli ve 3 çocuk babasıyım.



Dana Cordon Blue



Malzemeler;

- 400 gr bonfile
- 30 gr mantar
- 30 gr salam
- 30 gr cheedar peynir
- 100 gr galete unu
- 1 adet yumurta
- 100 gr un
- 100 gr ayçiçek yağı
- 100 gr domates
- 10 gr sarımsak
- 30 gr yeşil biber
- 5 gr salça



Hazırlanışı;

Bonfileler ince bir şekilde açılır. Mantar, salam ve yeşil biber küp küp küçük doğranır. İnce açılan bonfilenin ortasına konularak sarılır. Sarılan bonfile sırayla un, yumurta ve galete ununa bulanır. Orta ateşte ısıtılmış tavada kızartılır.

Domates sosunun hazırlanışı;

Ayrı bir tavada doğranmış domateslerle sarımsak sotelenir. Salça ilave edilerek az miktarda su konur ve kaynatılır.

Kızartılan bonfileler dörde bölünür, üzerlerine domates sos ilave edilerek servise sunulur.



Muzlu Karaorman Pastası



Malzemeler;

2 adet yumurta
150 gr süt
120 gr şeker
120 gr un
5 gr kabartma tozu
40 gr kakao

Kreması;

800 gr süt
250 gr krem
patisserie tozu
250 gr muz

Hazırlanışı;

Malzemelerin tamamı karıştırılıp kek kalıbına dökülür, 150 derece fırında 30 dakika pişirilir ve soğumaya bırakılır.

Pişen kek 3 eşit kalınlıkta kesilir. Kekin ilk katı üzerine krema ve muzlar konur. Üzerine bir kat daha kek konur ve yine krema ile muz konur. Üzerine bir kat daha kek konur ve krema ile muz dizilir. İsteğe göre rende çikolata ile süsleme de yapılabilir.

KUPA

çözüm ortağınız



KUPA GIDA İLE 3500'DEN FAZLA ÜRÜNE ANINDA ULAŞABİLİRSİNİZ!

Kartal'da 6000 m² merkezimizde başta İstanbul, Ankara ve İzmir gibi büyük şehirler olmak üzere yaklaşık 1500 ayrı noktaya hizmet sunuyoruz. Kupa Satın Alma departmanı tüm tedarikçilerimizi iş ortağı ve çözüm ortağı olarak görüyor. 150'nin üzerinde güçlü tedarikçi portföyümüz ile müşterilerimizin ihtiyaçlarına cevap verecek 3500'den fazla ürünü depolarımızda hazır bulunduruyoruz. Ürünlerin kabul, depolama ve sevkiyat işleri ISO 9001 Kalite Yönetim Sistemi gereklerine uygun olarak gerçekleşmektedir. Yani tüm ürünlerimiz hijyenik, hem kaliteli, hemde aynı zaman "güvenli"dir. Ürün gamımızı Türkiye'nin en seçkin markaları oluştururken, uygun fiyat ve zamanında teslimatla Kupa ile çalışma ayrıcalığını siz değerli müşterilerimize hissettiriyoruz.

www.kupagida.com

“ Bu benim en büyük rüyamdı; hep milli takımda oynamak istemişimdir. Ancak bir süre sonra iyi bir kaleci olmak için boyumun yeterince uzun olmadığına karar verdim ve derslerime daha fazla eğildim ”



NOBEL'E GİDEN YOL : **AZİZ SANÇAR**

Prof. Dr. Aziz Sançar 1946'da Mardin Savur'da 8 kardeşin yedincisi olarak dünyaya geldi. "Annemin ve babamın okuması yazması yoktu" diye konuşan Sançar, "Ancak eğitimin önemini biliyorlardı ve çocuklarının tümünün eğitim alması için ellerinden geleni yaptılar" diyor.

Okulda hep başarılı bir öğrenciydi ama aynı zamanda futbola yeteneği vardı. Lise futbol takımında kalecilik yaparken, Genç Milli Futbol Takımı denemelerine çağrıldı. Diyor ki: "Bu benim en büyük rüyamdı; hep milli takımda oynamak istemişimdir. Ancak bir süre sonra iyi bir kaleci olmak için boyumun yeterince uzun olmadığına karar verdim ve derslerime daha fazla eğildim".

MUM İŞİĞİNDAN NOBEL'E

1963 yılında girdiği İstanbul Tıp Fakültesi'ni 1971 yılında bitirdi. Okuldayken temel bilimler hocalarının bilimsel buluşlar karşındaki heyecanını şöyle dile getiriyor "Kaynaklarımızın yetersizliğini gayret ve heyecanımız ile kapatıyorduk." 6 yıllık tıp eğitiminin ikinci yılında aldığı biyokimya dersinden etkilenen Sançar, biyokimya araştırmacısı olmaya karar verdi. Biyokimya dalında lisansüstü çalışmalar yapma isteğini biyokimya hocasına açtığı zaman, hocası en azından bir süre için doktorluk yapmasını tavsiye etti.

"Tıbbiyeden mezun olan herkesin, temel bilimlerle ilgilenmeden önce birkaç yıl doktorluk yapmasında büyük fayda görüyorum" diyen Sançar hocasının tavsiyesine uyup, doğduğu yer olan Savur'a yakın bir bölgede kendisi için çok yararlı olduğuna inandığı iki yıllık bir doktorluk deneyimi geçirdi.

1997 yılından bugüne Amerika Birleşik Devletleri North Carolina-Chapel Hill'de North Carolina Üniversitesi Biyokimya ve Biyofizik Bölümü'nde Sarah Graham Kenan Profesörü olarak görev yapan Prof. Sançar'ın, 415 bilimsel makalesi var. Başarılı bilim adamları h-endeksine göre değerlendirmede de h-99 gibi yüksek bir nota ulaşmıştı.

Sançar, bilimde başarıya ulaşmak için çok çalışma, kararlılık ve azmin ne denli önemli olduğunun canlı kanıtıdır. 2015 yılında aldığı Nobel Kimya Ödülü dışında Ulusal Bilim Vakfı'nın Başkanlık Genç Araştırmacılar Ödülü (1984), Amerikan Fotobiyoloji Birliği'nin en büyük ödülü (1990) ve Türkiye Bilimsel ve Teknik Araştırma Kurumu (TUBITAK) (1995) ödülü gibi bir çok bilimsel ödül almıştır. Sançar, ayrıca ABD Ulusal Bilimler Akademisi'nin ilk Türk Amerikan üyesidir.



“Bir Türk vatanseveri olarak büyüdüm ve hala daha öyleyim”

ÖDÜLLERİ:

- 2015 – Nobel Kimya Ödülü
- 2008 – Vehbi Koç Ödülü
- 2006 – TÜBA (Türkiye Bilimler Akademisi) Ödülü
- 2005 – ABD Ulusal Bilimler Akademisi üyesi
- 2004 – ABD Fen ve Sosyal Bilimler Akademisi (American Academy of Arts and Sciences) Ödülü
- 1997 – TÜBİTAK Ödülü
- 1995 – ABD Ulusal Sağlık Enstitüsü (National Institutes of Health) Ödülü
- 1990 – Amerikan Fotobiyoloji Derneği (American Society for Photobiology) Ödülü
- 1984 – ABD Ulusal Bilim Vakfı (National Science Foundation) Genç Araştırmacı Ödülü

Sancar, 2008 yılında bilimsel nitelikleri ve insan sağlığına yapmış olduğu üst düzey katkıları nedeniyle Vehbi Koç Ödülü'nü kazandı.

Prof. Sancar, Biyokimya Profesörü olan Gwen Boles Sancar ile evlidir. Gwen Sancar North Carolina-Chapel Hill'de North Carolina Üniversitesi Biyokimya ve Biyofizik Bölümü'nde öğretim üyesi olarak görev yapıyor.

“YETERLİ YIYECEĞİMİZ VARDI AMA AYAKKABI BİZİM İÇİN BİR LÜKSTÜ”

Anıtkabir Derneği Dergisi tarafından Sancar'ın kendi el yazısıyla kaleme aldığı biyografisinde dikkat çeken ifadeler şu şekilde: “Abdülgani ve Meryem Sancar'ın sekiz çocuğunun yedincisi olarak, Mardin'in Savur denilen küçük ilçesinde 8 Eylül 1946'da dünyaya geldim. Ayrıca iki üvey erkek kardeşim vardı. Babam çiftçi iken, annem, ev ve çocuklarla ilgileniyordu. O günün standartlarına göre orta sınıf bir aile idik. Her zaman yeterli yiyeceğimiz vardı ama ayakkabı bizim için bir lükstü ve

7.sınıfa kadar tek bir ayakkabıyı sadece okula giderken giyerdik. Çocukluğumun çoğunu evimizin alt kısmında yer alan bize hem gelir hem de besin kaynağı sağlayan vadide, meyve ve sebze ağaçlarının altında uzanarak geçirdim. Ayrıca bize yıl boyunca hem et hem de süt sağlayan hayvanlarımız vardı. Çocukluğumun en mutlu zamanları ise baharda bahçemizde açan çiçeklerdi. O dönemlerde İslam hakkında bilgi edinmeye başlamıştım ve cennetin, badem ağaçlarının çiçek verdiği dönemde arka bahçemiz gibi gözükmesi gerektiğine inanıyordum.

İLK İDOLLERİM

Eğitimimin ilk yıllarında bende en büyük izi bırakan üç kişi, Mustafa Kemal Atatürk'e ek olarak; annem Meryem, babam Abdülgani ve en büyük abim Kenan'dı. 1911'de başlayarak, 1922'ye kadar süren Türk Kurtuluş Savaşı'na kadar, Osmanlı İmparatorluğu sürekli olarak Avrupalılar tarafından tehdit edilen; Türk Devleti birlikteliği bozulması istenen, devamlı savaş halinde olan bir ülkeydi. Bu du

rum da, nüfus ve bereketli toprakların kaybı yüzünden, ülkeyi ekonomik olarak çok yormuştu. Bu ekonomik zorluk ve karışıklık içerisinde dedem ve babam jenerasyonundakilerinin çoğu ilköğrenim hakkını bile elde edemedi. Mustafa Kemal Atatürk, işgalci Avrupa devletlerine karşı modern Türkiye Cumhuriyeti'ne yol açan Kurtuluş Savaşı'nı yönetti ve kazandı. Yeni cumhuriyet bütün Türk halkına uyabilecek bir sistem geliştirmeye büyük önem verdi. Kısa bir süre içerisinde ülke çapında yeni okullar açıldı ve bu okullarda Atatürk'ün eğitilmiş vatandaşlık vizyonuna bağlı, ülkeleri hakkında idealist olan ve ülkenin geleceği hakkında umutlu olan öğretmenlere görevler verildi.

Sonuç olarak; ebeveynlerim ve dedelerimin aksine Türkiye'nin gelişmemiş, kırsal bölgesinde olmama rağmen ülkemizin tarihiyle ilgili bana gurur veren ve muhteşem başarıları hakkında bana güven veren harika bir eğitim alma şansını elde ettim.



İSTANBUL'DA BİR BOŞNAK

Etiler'deki The Boşnak Mutfak trileçeden paşa çorbasına, yöresel börek ve peynirlere Boşnak yemekleri sunan bir restoran. İşletmecilerinden Hidayet Öner, Boşnak mutfağının çok geniş çeşitlilikte olduğunu, sadece köfte ve börekten ibaret olmadığını” söylüyor.

Osmanlı'nın Balkanlar'daki varlığı kimi yerlerde 500 yıla yakın sürdü ve Balkanların en seçkin yemek kültürü olan Boşnak Mutfağı, Anadolu'da kendine geniş bir yer buldu. Boşnak yemeklerine şöyle bir göz attığımızda çoğunun tanıdık geldiğini görmek olasıdır. Asırlar boyunca birlikte yaşanmış olmanın ortaklıklarını hemen anlamak mümkündür.

Boşnak Mutfağı'nda etin ayrı bir yeri vardır. Sabah kahvaltısı dahil günün bütün öğünlerinde bolca tüketilir. Yemeklerde baharat, sebze, krema bolca kullanılır ve bir denge vardır. Et, sebze ve sosu ile birlikte pişirilen yemekler, bizim tencere yemeklerimizden farklı değildir. Boşnak mutfağı basit, kendi suyunda pişirilerek yapılan lezzetli yemeklere sahiptir.

The Boşnak Mutfak; Etiler, Nispetiye Caddesi'nde küçük Boşnak evlerine benzeyen bir mekan. Aynı zamanda Nusr-et'in de ortağı olan Mithat Erdem burayı yeğenleri Hidayet Öner ve Cüneyt Has'la birlikte işletiyor.

The Boşnak Mutfak için bir aile restoranı diyebiliriz çünkü Bosna'ya özgü yöresel yemeklerin olduğu restoranın ana imalathanesinin başında da Erdem'in kız kardeşleri duruyor. Tüm kontrol kendilerinde yani...

Mekanın içinde de Boşnak esintileri hakim. İçeri girerkenle birlikte sizi hafif, ağır tempolu Boşnakların sevdalinke dediği aşk şarkıları karşılıyor. Etrafta Mithat Erdem'in Bosna'dan getirdiği farklı boy ve çeşitlerdeki testileri, ibrikleri görüyorsunuz. Duvarlarda da yine aynı duyguyu yansıtsın diye Bosna evlerindeki benzer ahşap pencere gibi aksesuarlar, çiçek, yaprak motifli resimler var.



The Boşnjak Mutfak aslen Boşnak olan Mithat Erdem ve ailesinin hep açmayı istediği bir yermiş ama Nusret'in yoğunluğu sebebiyle ancak fırsat bulabilmişler. Hidayet Öner "Boşnak Mutfağı denilince insanın aklına ya köfte geliyor ya börek... Bizim amacımız burada bütün mutfağımızı ele almak. Yöresel lezzetlerimizi de tanıtmak istedik" diyor. Mesela başlangıç olarak begova supa (paşa çorbası) ve bizimkinden farklı olarak altı kere pişirdikleri, içinde sebze de olan şkembe supa dedikleri işkembe çorbalarını sunuyorlar. Ayrıca bizim isli et dediğimiz kuru etle yaptıkları kuru fasulye ve bulgur pilavları var. Mantıları da bizimkinden farklı, börek gibi ve ufak baklava dilimleri şeklinde.

Ana yemek olarak çevabi ve pleskavica isimli, altında yöresel ekmek, üzerinde yine kendi yörelerine ait tuzlu kaymak ile servis edilen köfteler öne çıkıyor. Boşnak böreklerinin klasik peynirli, patatesli ve ıspanaklı seçeneklerinin dışında kabaklı ve pırasalı olanları da var. Börekleri ve turşuları kendileri yapıyorlar ailece. Köfteler ve yöresel yemekler için de Bosna'dan aşçı getirmişler. Kullandıkları malzemelerin çoğunu buradan temin ediyorlar ama kuru etleri ile stari (eski) ve mladi (yeni) adını verdikleri yöresel peynirleri Bosna'dan geliyor.



The Boşnjak Mutfak haftanın yedi günü 09:00 -24:00 arası açık. Erken açtıkları için kahvaltı servisi de veriyorlar. Klasik kahvaltı tabaklarının yanında yöresel tatlılarını öneriyorlar. Mesela krepin farklı bir versiyonu polacinka ya da pişiyeye yakın, lokmanın tuzlusu dedikleri uştipak...

Boşnakları temsil ettiklerini ve ilerisi için planlarının her hafta kendi yörelerine ait spesiyaliteleri ekleyip menüyü genişletmek olduğunu söylüyorlar. Hatta Mithat Erdem bu konuda iddali; "**yeni bir Türkiye markası geliyor**" diyor.





KAFEKOL

İŞE KISA BİR MOLA!

İşe kısa bir mola mottosu ile yola çıktık ve 2010 yılında Kafekol markamızı yarattık.

Hepimiz iş yoğunluğu arasında sıkışıp kalırız ve bizim için tek iyi gelen şey bazen sıcak bir kahve yudumlamak bazen de mis kokulu demleme bir çay içmektir. Yanında da sohbet varsa keyfimize diyecek yoktur.

Kafekol ile bu yola çıktığımızda amacımız yiyecek içecek sektöründe müşteri beklentilerini karşılamaktır. Çalışanların öğle yemeği dışında da gerek sohbet etme, gerek toplantı yapma, gerekse bir şeyler atıştırma talepleri olmaktadır. Bu beklentileri karşılamak için de kahveden çaya, simitten salataya geniş bir ürün gamı oluşturduk.

Kahvelerimizi en iyi çekirdek kahve üreticilerinden seçip profesyonel makinelerle kendimiz öğütürük, çayımızı demleyip ince belli cam bardaklarla servis etmekte, simitin en çitirini, tiramisunun orjinalini sunmaktayız.

Çalışanlarımızı kahve eğitiminden, müşteri memnuniyeti, misafir ağırlama ve hizmet, hijyen ve kalite eğitimlerine tabi tutarak profesyonel hizmet anlayışını aşılamaktayız. Modern konseptimizin altında geleneksel lezzetleri samimi mekanlarımıza sığdırarak, 10 farklı işyerinde 5000 kişiye hizmetimizi sunmaktayız.

2017 yılı için hedefimiz ise yeni işletmelerde yer almak ve şube sayımızı 20' ye çıkarmaktır.



Kafekol, Akkol Grup içinde tamamen ayrı operasyona sahip, saha yöneticilerinin farklı olduğu bir markadır. Bu politika da müşterilerimize almış olduğu yemek hizmeti ve kafe hizmetinin ayrı ayrı ve kendi alanında uzman kişilerce yönetilmesi avantajını sunmaktadır.

Global bilgi birikimimiz ve tecrübemizle şeflerin hayatına kolaylık getirirken, mutfaklara verim, işletmelere de misafirlerinin tekrar gelmelerini sağlayacak çözümleri sunuyoruz.



Önder Arsan, Unilever Food Solutions Türkiye, Orta Asya ve İran Genel Müdürü

GÜVENİLİR ELLER GIDA GÜVENLİĞİ ONLINE EĞİTİM PROGRAMINDA 5.000 ŞEF EĞİTİME BAŞLADI!

Unilever Food Solutions'tan kısaca bahseder misiniz?

Unilever Food Solutions olarak 120 yıldır 74 ülkede yemeğe tutku ile bağlıyız. 2001 yılından itibaren Türkiye'deyiz. Ev dışı gıda sektöründe her iki noktadan birinde ürünlerimizle varız. Geniş ürün portföyümüz ve servislerimizle ev dışı tüketim sektörünün Türkiye'de gelişmesi için çalışıyoruz.

Güçlü marka portföyümüzün yanı sıra sektörümüzün ihtiyaç ve beklentilerine göre şekillendirdiğimiz 'servislerimiz' ile rakiplerimizden farklılaşıyoruz. Kendimizi sadece tedarikçi değil, aynı zamanda bir çözüm ortağı olarak konumlandırıyoruz.

Şefleri işimizin kalbine alıyoruz ve sürdürülebilirlik yaklaşımımızla gelecek nesilleri de düşünüyoruz.

Gücümüzü Unilever markalarından (Knorr, Lipton, Carte d'Or, Hellmann's, Calve, Sana, Becel) alıyoruz. Ürünlerimiz, Unilever kalite standartlarıyla doğallık ön planda tutularak üretiliyor.

Ürün portföyümüzde çorbalar, tatlılar, soğuk soslar, bulyon ve çeşniler, yemek sosları, margarin ve çay segmentlerinden ürünler bulunuyor.

Global bilgi birikimimiz ve tecrübemizle şeflerin hayatına kolaylık getirirken, mutfaklara verim, işletmelere de misafirlerinin tekrar gelmelerini sağlayacak çözümleri sunuyoruz.

Unilever Food Solutions olarak Güvenilir Eller Gıda Güvenliği Online Eğitim Programına başladınız. Bu proje nasıl ortaya çıktı?

Unilever Food Solutions olarak yalnızca ürünlerimizle değil, servislerimiz ve sosyal sorumluluk projelerimizle de ev dışı sektöründe şeflerimizin ve sektör çalışanlarının hayatlarını kolaylaştırmaya ve onların hayatlarına değer katmaya çalışıyoruz.

Sektörümüzün gelişimi ve mutfak ekiplerinin standartlarını yukarı taşımak için geçtiğimiz yıl gerçekleştirdiğimiz Türkiye Şef Araştırması'na katılan şeflerin %80'i 'Gıda Güvenliği' alanında eğitim almayı en önemli ihtiyacı olarak tanımladı. Son şef araştırmamızda beklenti bir alanda bu kadar açık ara önde olunca açıkçası bizim Unilever Food Solutions olarak harekete geçmemiz kaçınılmazdı. Şeflerimizden aldığımız bu değerlendirme bizleri harekete geçirdi.

Gıda Güvenliği Derneği işbirliğiyle Türkiye'nin ilk ve tek online gıda güvenliği eğitim-sertifika programı 'Güvenilir Eller' projesini Mayıs 2016'da başlattık.

Gıda Güvenliği Eğitim Programı'nı neden online olarak planladınız?

Başlangıç noktamız online platform üzerinden tüm Türkiye genelindeki şeflerin bu eğitim içeriğine kolayca ulaşmasını sağlamaktı. Yaptığımız araştırmalarla Türk şeflerimizin online dünyaya yakın olduklarını gördük. Aslında bizim eğitimleri online olarak planlamamızda en önemli etken bu oldu.

TNS ile Şef Davranış ve Tutum Araştırması gerçekleştirdik. Araştırmaya katılan şeflerin yüzde 82'sinin kişisel amaçlarla, yüzde 76'sının ise profesyonel amaçlarla bilgisayar ya da mobil cihaz üzerinden internet kullanıyor. Araştırmaya göre her gün mutlaka internete giren şeflerin oranı ise yüzde 88.

Biz de hem şeflerimize en doğru kanaldan ulaşmak hem de Güvenilir Eller Gıda Güvenliği Sertifika programı ile Türkiye geneline açılabilmek için eğitimlerimizi online olarak planladık.

Güvenilir Eller Gıda Güvenliği Online Eğitim Programı içeriğinden bahsedebilir misiniz?

Gıda Güvenliği Derneği tarafından içeriği oluşturulan ve her konu için farklı beş modülden oluşan online eğitim programıyla, gıda güvenliği konusunda temel bilgileri şeflerimize veriyoruz. Eğitim başlıkları, fiziksel ve kimyasal tehlikeler, temizlik, üretim güvenliği, çapraz bulaşma ve HACCP uygulamalarından oluşuyor.

Şefler Eğitim Programı'na nasıl katılabilir?

Projemizde, tüm Türkiye'den şeflerimiz beş modüllük eğitim videolarına guvenilireller.com platformundan giriş yapıyor. Videoların kodları Unilever Food Solutions ürünlerinde yer alıyor. Burada en çok tercih edilen ürünlerimiz üzerinde online eğitim kodlarının yer almasına dikkat ettik. Mutfak personelleri de böylece eğitimleri rahatlıkla tamamlayabilecekler.

Eğitimde öğrendiklerini diğer mutfak personelleriyle de paylaşabilecekler.

Eğitimleri alan şeflerimize ufs.com'dan düzenli olarak gıda güvenliği, reçeteler ve ürünlerle ilgili bilgiler içeren bültenler de gönderiyoruz. İletişimi sürekli hale getirmek istiyoruz.

Güvenilir Eller projesinin hedeflerini öğrenebilir miyiz?

Bugüne kadar guvenilireller.com platformu üzerinden her ölçekte işletmeden katılım aldığımızı görüyoruz. Çok başarılı, lüks klasmanda yer alan restoranlar var, Anadolu'dan bir toplu yemek şirketinden de var, İstanbul'dan bir büfeden eğitimlere başlayan da.

Her ölçekte işletme için gıda güvenliği öncelikli gündem. Büyük catering şirketleri, restoran zincirleri bu konuda daha dikkatli ama amacımız her boyutta işletmeye bunu taşımak. Türkiye'de çok fazla yeme-içme noktası olduğu için hepsine eş zamanlı ulaşmak zor. Biz de akıllı telefon ve tablet yoluyla ulaşabilecekleri dijital bir sistem kurduk.





Online eğitimleri tamamlayan şeflerimize Gıda Güvenliği Derneği onaylı isme özel sertifika gönderiyoruz. Bugüne kadar yaklaşık 5 bin şef güvenilireller.com'a kayıt olarak eğitimlere başladı. 5 videoluk eğitimleri tamamlayanların oranı ise %50'in üzerinde. İlk yıl 5.000 şefimizin ve 3 yılın sonunda da 30.000 şefimizin gıda güvenliği eğitimini tamamlayarak sertifikalarını almalarını sağlayacağız. Şu anda ilk yıl hedefimize ilk 6 aylık dönemde yaklaştık.

Gıda güvenliği neden önemli ve gerekli?

Gıda Güvenliği, gıdaların çiftlikten çatıya kadar tüketici sağlığını bozmayacak şekilde gelmesini sağlayan bilimsel disiplin. Bizim de iş ortağı olarak yer aldığımız ev dışı tüketim sektöründe çalışan herkesin, müşterilerinin tüketimine sunulan gıdaların güvenliğini sağlamakla yükümlülüğü bulunuyor. Bu gıdalardaki risk faktörleri göz önüne alınarak müşteriye ulaştırılmadan önce tedbirlerin alınması gerekiyor. İşletmelerin Gıda Tarım ve Hayvancılık

Bakanlığının yayınlamış olduğu yasal mevzuata uygun çalışması esas. Her boyutta işletme için gıda güvenliği konusunda bilinç oluşturulması gerekiyor.

İşletmeler kendi bünyesinde gerçekleşen işlemlere uygun olarak kritik noktaları belirlemeli ve bu doğrultuda tehlikeleri yok edecek ya da en aza indirecek şekilde bir uygulama başlatmalı.

Projeniz kapsamında kimlerle işbirliği yapıyorsunuz?

Gıda Güvenliği Derneği ile işbirliği yapıyoruz. Gıda Güvenliği Derneği, gıda güvenliği alanında faaliyet gösteren Türkiye'deki ilk ve tek sivil toplum örgütü. Bu anlamda planladığımız proje için çok doğru bir partnerimiz var. Meslek birliklerini işbirliklerinin daha çok şefe ulaşmak için çok önemsiyoruz. Bugüne kadar İstanbul Yemek Sanayicileri Derneği, Türkiye Yemek Sanayicileri Dernekleri Federasyonu, Aşçılar Derneği, Turizm Restaurant Yatırımcıları ve İşletmecileri Derneği ile işbirliği yaptık. Yine Akkol Grup gibi

sektördeki iş ortaklarımızın desteği çok önemli. Metro Group, Sodexo, Cookshop ve Sardunya da proje kapsamında birlikte çalıştığımız markalar arasında.

Meslek birlikleri ve özel sektörden iş ortaklarımızla gerçekleştirdiğimiz iş birlikleri ile de ulaşılan kişi sayısını artırmayı planlıyoruz.

Son olarak Akkol Grup ile iş birliği sürecinden kısaca bahsedebilir misiniz?

Güvenilir Eller projesi kapsamında Akkol Grup mutfak ekibi için gıda güvenliği yüz yüze eğitimi düzenlendi. Yaklaşık 70 kişilik bir mutfak personelinin katılımıyla özel bir eğitim gerçekleştirildi ve katılımcılara fiziksel ve kimyasal tehlikeler, temizlik, üretim güvenliği, çapraz bulaşma ve HACCP uygulamaları başlıklarında bilgiler verildi. Önümüzdeki dönem içinde Güvenilir Eller online kayıt sistemi üzerinden eğitimi tamamlayarak Akkol Grup çalışanlarının Gıda Güvenliği Derneği onaylı sertifikalarını almalarını sağlayacağız.



HER DERDE DEVA: ÇÖREKOTU

Çörek otu aromatik bir baharat türü ve siyah rengi hariç susam tohumuna benzemektedir.

Ülkemizde sıklıkla hemen her yerde yetişmesine karşın, çörek otunun yetişmediği ülkeler de mevcut. Dünyada Güney Avrupa ülkelerinde, Türkiye’de, Hindistan’da ve Afrika’nın bir kısmında yetişir. Bize göre çok bol olan çörek otu, dünyanın pek çok ülkesinde tanınmıyor bile.

Hamur işlerinin vazgeçilmez süs malzemesi olarak tanıdığımız çörek otu tam bir sağlık deposu. Uzmanların tüketilmesini ısrarla belirttikleri çörek otunun faydaları saymakla bitmiyor. İçeriğinde bol miktarda bitkisel yağlar ve protein bulundurmaları birlikte, A,B,C vitaminleri, sodyum, potasyum, demir, çinko, bakır, magnezyum, fosfor da mevcut.

Kullanımı:

Çörek otunu günlük hayatta her yemekte kullanabilirsiniz. Genellikle sal-

atalarda, böreklerde ve pastalarda kullanılmakla birlikte, sabah kahvaltılarında peynirle tüketilmesi de önerilir. Bunlara ek olarak düzenli olarak tüketmek isteyenler için yemeklerden yaklaşık 1 saat önce 1 tatlı kaşığı çiğnenebilir. Tadı acı gelecektir. Bu nedenle bir kase yoğurt eşliğinde tüketilebilir.

Çörek otu yağı ise hemen hemen her alanda kullanılmaktadır. Salatalara ayrı bir lezzet katan çörek otu yağı, romatizma ağrıları, migren ağrılarında çok etkilidir. Saç diplerinize çörek otu yağı ile masaj yaparsanız, dökülmesine engel olabilirsiniz.

Faydaları:

- Bağımsızlık sistemini güçlendiren çörekotu, mikroplara geçit vermez.
- Karaciğeri korur.
- Anne sütünü artırır
- Unutkanlığa faydalıdır.
- Diş ağrıları ve iltihaplanmalarında kullanılır.
- Kansere yakalanma riskini azaltıcı

etkisi bir çok ülkede gerçekleştirilen araştırmalarda kanıtlanmıştır.

- Kan şekerinde dengeyi sağlar.
- Böbrekteki kum ve taşları dökmekte etkilidir.
- Astım, bronşit, bahar nezlesi gibi alerjik hastalıklarda faydalıdır.
- Mide zarını koruyucu etkisi vardır.
- Kalp sağlığını korur.

Yan Etkileri:

Aşırı ve bilinçsiz kullanımında bazı yan etkileri olabilmektedir. Epilepsi, kalp hastaları, tansiyon hastalarının doktor kontrolünde tüketmeleri önerilmektedir. Gıdalarla birlikte tüketilen çörek otu genellikle güvenli olmakla birlikte, hamilelik ve emzirme dönemindeki kişilerin de doktorlarına danışmaları gerekmektedir.

“Çörek otuna devam ediniz, zira çörek otunda ölümden başka her derde fayda vardır.”

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) Hz. Muhammed



KAYBOLAN SANAT: BAKIRCILIK

Bakırcılık; bakır ve bakırla çinkonun karışımından elde edilen pirinç tabakalarının işlenip günlük hayatın her alanında kullanılan eşyaların üretilmesi mesleğidir.

Bakırcılık sanatı sırasıyla Bizans, Selçuklu ve Osmanlı Devletleri dönemlerinde ivme kazanmış, yapım teknikleri ve süslemeler konusunda önemli gelişmeler sağlanmıştır. Osmanlı İmparatorluğu döneminde Anadolu'da bakırcılığın merkezlerinden biri Gaziantep olmuş, Adıyaman ve Kilis de halkın ihtiyacı olan bakır eşyaların üretilip satıldığı kentler arasında yer almıştır. Mardin, Gaziantep, Kilis ve Adıyaman'ın zengin mutfak kültürüne sahip oluşları da yörede bakırdan çok çeşitli kaplar üretilmesini sağlamış,

bakırın mutfaklarda kullanımını artırmıştır. Ülkemizde şu an bakırcılık mesleğini yoğun olarak devam ettiren illerden bazıları ise: Erzincan, Rize, Kahramanmaraş, Trabzon, Afyon, Bursa, Edirne.

Bakırcılık, gelişen teknoloji ile yok olmak üzere olan meslekler arasında.

Sayıları giderek azalan bakır ustaları, eski dönemlerde her ailede bakır kapların mevcut olduğunu, çeliğin çıkmasıyla bakır talebinin bittiğini belirtiyor. 2000'li yıllara doğru şark odası ile bakırcılığın tekrar canlanmaya başladığını da ekliyorlar.



O halde, bakır bardaktan su içmenin faydalarını da biz paylaşalım:

- Bakterileri öldürebilme özelliğiyle tanınan bakır, bu özelliğiyle suyu sterilize eder.
- Beynimizdeki veri alışverişini etkin hale getirir
- Tiroid bezlerinin düzenli çalışmamasının en önemli nedenlerinden birisi bakır eksikliğidir.
- Bakırın özelliğini alan su, içildiğinde kireçlenme ve romatizma gibi eklem ağrılarını hafifletme özelliğine sahiptir.
- Melanin üretimi açısından etkili olan bakır, bu maddenin oluşmasını sağlar. Böylelikle cildimizdeki yaralar daha hızlı iyileşir.
- Bakırın suya pozitif elektrik yüklemeye özelliği nedeniyle vücudun sinirsel anlamda dengelenmesini sağlar.

Bakırcılık mesleğinin yok olmaya yüz tutmasının 4 temel nedeni var. Gelişen teknoloji, el emeğinin pahalı bulunması, bakır ustalarının azlığı ve çırakların yetişememesi. Teknolojinin gelişmesi ile birlikte makineler el emeğinin yerini aldılar. 1 bakır ustası 1 günde tamamlayabildiklerinden satış fiyatını da buna göre belirlemek durumunda kalıyorlar. Bu durum da tüketicinin pek hoşuna gitmiyor. Makine ile yapılan bakırlar da daha ucuza satılınca haliyle tüketicinin tercihini tahmin etmek zor olmuyor.

Eskiden babadan oğula aktarılan bakırcılık mesleğinde artık çırakların yetişmemesi nedeniyle çeşitli kültür merkezleri açılıyor fakat başvuru yapılmayınca maalesef dersler başlatılmıyor.

Bağımsız çalışmaktan hoşlanan kişiler için uygun olan bu sanatsal meslek için şu özellikler de oldukça önemlidir:

- Bedence sağlam olmak
- Ellerini ustalikle kullanabilmek
- Şekilleri zihinde canlandırabilmek
- Nesnelere çalışmaktan hoşlanmak
- Dikkatli ve sabırlı olmak

Bakır ustaları, çelik tencerede yapılan yemeğin bakır tencerede yapılan yemeğin tadına ulaşamayacağını özellikle belirtiyor.

Bakır doğrudan içtiğiniz suya temas ediyorsa siz de bu özelliklerinden faydalanabilirsiniz.

Tabiki kullanacağınız bakırın usta ellerden geçmesi şartıyla..

Bakırlar, günümüzde ülkemizi ziyaret eden turistler tarafından süs eşyası olarak ilgi görmektedir.



Burj Khalifa - Dubai

Dünyanın en yüksek binası. Abu Dabi Emiri Şeyh Halife'nin ortağı olduğu Emaar Properties tarafından Dubai'de inşa edilen 828 metre yüksekliğindeki 160 katlı Burj Halife, Ocak 2009'da tamamlandı, 2010'da hizmete açıldı.

Burj Halife Nerede?

Dünyanın en yüksek insan yapımı binası Burj Halife (Burj Khalifa), Emaar'ın lokomotif projesi Birleşik Arap Emirlikleri Dubai, Birleşik Arap Emirlikleri'ndeki Downtown Dubai'nin tam kalbinde yer alıyor. 21 Eylül 2004 başlanan inşaatı 4 Ocak 2009'da tamamlanan Burj Khalifa, kule ucu yüksekliği, kullanımda olan kat sayısının çokluğu ve çatı yüksekliği açısından Yüksek Yapılar ve Kentsel Habitat Konseyi'nin (CTBUH) tüm kriterlerini karşılayarak dünyanın en yüksek binası seçilmiştir. Tasarımında çöl çiçeği Hymenocalis'ten esinlenen Burk Khalifa, aynı zamanda İslami mimaride kullanılan biçimlendirme sistemlerinin mükemmel uygulaması olarak da simge niteliğinde bir projedir.

Burj Halife'nin Genel Özellikleri Nelerdir?

Toplam 344,000 m² alan üzerine inşa edilen binanın mimarları Skidmore, Owings ve Merrill (Adrian Smith) şirketleri olup müteahhit firması Emaar'dır. Burj Halife'nin inşaat maliyeti 1,5 milyar dolardır. Burj Halife (Arapça: برج خليفة; İngilizce: Burj Khalifa) Dubai'de adını Halife Bin Zayid El Nahyan'dan almıştır.

Binanın yaklaşık 150. kattan sonra geri kalan katları çelik olarak yapılmıştır. Bu da dünyada ilk defa betonarme kütle üzerine çelik konstrüksiyonla devam edilen ilk bina özelliğini kazandırmıştır. Ayrıca binanın cephelerine gelen rüzgâr yüklerini en aza indirmek için binanın hiçbir cephesi düz olarak tasarlanmamıştır. Köşeleri ise keskin değil, dairesel birleşimlerle yapılmıştır.

Temmuz 2008 itibarıyla kulenin yüksekliği yapımcıları tarafından 681.7 m olarak rapor ediliyor. Toplam tamamlanmış 165 kat. Bu da gösteriyor ki Burj Halife dünyanın en yüksek yapısı olan Taipei 101 (509 metre)'i uzun süredir geçmiş durumda. Şubat 2007'de de, Burj Halife dünyanın en çok katlı yapısı olan Sears Kulesi'ni geçmişti.

Tarihler 22 Temmuz 2007'yi gösterdiğinde BBC News 512 metre yüksekliğe ulaşan Burj Halife'nin dünyanın en uzun yapısı olduğunu rapor etti. Oysa Kanada, Toronto'daki, CN Kulesi'nin halihazırda 553 metre yükseklik ile ayakta duran en uzun kalan yapı olmasına rağmen. 4 Ocak 2010 tarihindeki resmi açılışında kulenin resmi yüksekliğinin 828 metre olduğu kamuoyuna bildirildi.



Anten kulesiyle 818 metreye ulaşan Dubai Kulesi'nin en dikkat çeken özellikleri ise şöyle: - 95 kilometreden bile görülüyor. Bu yapının bir kaç özelliğinden bahsetmek gerekirse;

- Gökdelenin 124. katı, dünyanın halka açık, en yüksek ve dışarıda terası bulunan gözlem katı.

- 160 lüks otel odası ve suite sahip.
- Binada 57 asansör, 1044 daire, 3000 araçlık yer altı park yeri var.

- Dış cephesini ve iki kanadını oluşturan cepheyi kaplayan cam panellerin sayısı 28 bin 261.

- Dubai Kulesi için 330 bin ton metre küp beton döküldü, 39 bin ton çelik kullanıldı, 22 milyon saat çalışıldı.

Burj Halife'nin Kırdığı Rekorlar Neler?

Dünyanın en yüksek binası.
Dünyada kendi başına ayakta duran en yüksek bina.

Dünyanın en yükseğe çıkan asansörü (saatte 64 km, 2 dakikada 500 metre yol alıyor), En yüksek kendi başına du-

ran yapı: 828 m (2,717 ft)(önceki CN Tower), Dünyanın en yüksekte yer alan yüzme havuzu (76. kat),

Dünyanın en yüksekte yer alan restoranı (122. Katta) bu binada bulunmaktadır.

Dünyanın en geniş alanda kurulan binası.
Dünyanın gözlem bölümü en yüksekte bulunan binası.

Burj Halife Ne Zaman, Kim Tarafından Açıldı?

Dünyanın Dubai'de inşa edilen en yüksek binası 04 Ocak 2010 tarihinde törenle açıldı. Finansal krizin ve çöllerin ortasında yükselen 200 katlı dev bina, Tayvan'daki Taipei 101 binasının rekorunu da elinden aldı. Uzmanlara göre, Burj Dubai'nin yükseklik rekoru en az 10 yıl boyunca kırılmayacak.

Dubai Şeyhi Muhammed Bin Raşid El Mahdum'un açılışı yapmasıyla birlikte geleneksel Arap dansları ve Birleşik Arap Emirlikleri bayrağının renklerinden oluşan paraşütçülerin gösterilerinin de yer aldığı şenlikler başladı.

Havai fişek gösterilerinin de yapıldığı açılışı binlerce Dubaili ve turist izledi. BAE haber ajansı, binaya BAE Emiri Halife Bin Zaid El Nahyan'ın isminden esinlenerek Halife Kulesi (Burc Halife) adı verildiğini duyurdu.

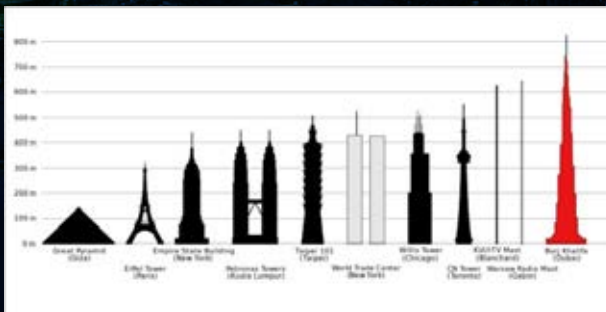
Açılıştaki aralarında keskin nişancılarla sivil polislerin bulunduğu 1000'den fazla polis görev yaptı.

818 metre yüksekliğindeki Dubai Kulesi'nin açılışı Dubai Emirligi'nin mali sıkıntılar içinde olduğu bir döneme denk geldi. Binanın yapı mühendisi Bill Baker, açılış töreni için bulunduğu Dubai'de yaptığı açıklamada, inşaat sürecinde ne kadar yükseğe çıkabileceklerinden emin olmadıklarını, nihai yüksekliğin kendileri için bir keşif ve öğrenme deneyimi olduğunu söyledi. Baker, Dubai Kulesi'nin ilk tasarımlarında binanın 508 metre yüksekliğindeki Taipei 101'den 10 metre daha yüksek olmasının planlandığını da vurguladı. Gökdeleni yapan şirket Emaar Emlak, maliyetin kat kat çıkarılacağından emin. Zira bu dev binanın yüzde 90'ı satılmış bile; hem de 10 metrekaresi ortalama 1500-2000 dolardan.

Burj Dubai Nasıl Burj Halife Oldu?

İğneye benzeyen, çelik ve camdan oluşan gövdesi ile "dikey şehir" olarak anılan Burj Dubai'nin adı sürpriz şekilde değiştirildi. Açılışı yapan Dubai Emiri Şeyh Muhammed bin Raşid El Maktum binaya, kriz ortamında Dubai'ye 10 milyar dolarlık destek sağlayan Abu Dabi Emiri Şeyh Halife'nin adını verdi. Şeyhin ortağı olduğu Emaar Properties'in yaptığı kulenin yüksekliği de ilk kez net olarak açıklandı;

828 metre.





MÜZE CAFE

Hafta içi Borusan Holding'in ofis işlevini sürdürdüğü Perili Köşk hafta sonu sanatseverlere farklı deneyimler yaşatan, Türkiye'den ve Dünya'dan seçkin koleksiyonların yer aldığı bir müze haline dönerek, Türkiye'de kendi alanında öncüler arasında yer almaktadır.

Borusan Contemporary Borusan Çağdaş Sanat Koleksiyonu'nu daha geniş kitlelerle buluşturmak ve Türkiye'de çağdaş sanata olan ilgiyi artırmak amacıyla kurulmuştur. Zaman, ışık, teknoloji, video, yazılım ve benzeri araçları kullanan sanatçıların eserleri sergilenmektedir. Her yaş grubundan çocuk ve yetişkinlere yönelik özel eğitim programları ve söyleşilerle destekleyerek Türkiye'nin kültür ve sanat ortamına katkıda bulunmaktadır. Butiği ve şık kafeteryası ile Borusan Contemporary, sanatseverlere tam donanımlı ve eşsiz bir müze deneyimi sunmaktadır.



Boğazın tüm güzelliği gözlerinizin önündeyken kulağınızda martı sesleri, zihninizde modern sanatın en güzel eserleri dolaşırken içtiğiniz kahvenin tadı bir başka güzel gelecektir.

Zengin menüsü ile sunumlarımıza şeflerimiz tarafından biraz da sanat katılarak dünya mutfağını sunmaktayız.

Hafta sonları ruhunuz sanatla doyarken, midenizi de lezzetli menülerimizle doyurmak bizler için büyük bir keyiftir.

Akkol Grup olarak 2015 Ağustos ayından itibaren Müze Cafe işletmeciliğini yapma ve sanata, sunduğumuz yiyeceklerle dahil olma fırsatı bulduk.

Müze Cafe eşsiz manzarası ile sanat severlere lezzet molası sunmaktadır. Zengin ve modern menüsü ile ister sabah kahvaltınızı yapabilir, ister öğle yemeğinizi yiyebilir veya kahve molanızı verebilirsiniz.

Burrata Peynirli Salata



MUTLAKA DENEMELİSİNİZ

Yolunuz Müze Cafe'ye düştüğünde mutlaka denemeniz gereken bir lezzetten bahsetmeden geçemedik

BOĞAZDA BALIK KEYFİNİN EN İYİ 10 ADRESİ



İstanbul'un en güzel zamanıdır bu zaman... Teoman'ın da söylediği gibi ıslak, hüznü ve her yıl daha da artan trafikle alabildiğine isyankar. Bu hüzne ve isyana ne yakışır? Boğaz manzarası. Boğaza en çok ne yakışır? Balık. İşte boğazın tadına doyum olmaz lezzet noktaları...GastroClub sizler için seçti.



ZIPKIN

Arnavutköy'ün boğaz manzarasında ama mezelerinden size Egeyi anlatan bir İzmirli mekanı. Ahtapot tandır, akya pastırma, eroin ve mavi yengeç dolması gibi sadece Zıpkın'da bulabileceğiniz alışagelmışin dışında reçeteleriyle sizleri 'Buna ne koydunuz?' diye sorduracak! Mekanın alt katı özel toplantılar veya iş yemekleri için yerli-yabancı bir çok misafiri tarafından tercih edilirken; üst katında da enfes lezzetleri tadarken eşsiz boğaz manzarasına dalabiliyorsunuz. GastroClub üyelerinin %15 indirimli ağırlandığı Zıpkın'a rezervasyon için 0 212 358 51 58'den ulaşabilirsiniz.



MAVİ BALIK

Kuruçeşme'de boğazın mavi sularına bakan ve sırtını İstanbul'un yeşil tepelerine dayamış Mavi Balık, balık gurmelerinin ve iş yemeklerinin yıllardır değişmeyen adreslerinden. Fesleğenli Levrek, Gerçek Torik Lakerdası, Kalamar Izgara, Balık Tandır ve Ev Yapımı Baklava Mavi Balık'ın mutlaka denemenizi önerdiğimiz lezzetlerinden. GastroClub üyelerinin %10 indirimli ağırlandığı Mavi Balık'a rezervasyon için 0 212 265 54 80'den ulaşabilirsiniz.



USKUMRU

Beykoz'da, denizle bütünleşmiş bir yalıda. Bu manzara Uskumru'nun nefis menüleriyle birleşince, vazgeçilmez bir lezzet iskelesine dönüşmüş. Başlangıçlardan fesleğen soslu levrek, sıcak mezelerden deniz mahsullü

güveci denemeden kalkmayın! Set menü alabileceğiniz gibi a la carte da söyleyebiliyorsunuz. Denizde balık seçenekleri olarak levrek ızgara, lagos şiş, boğazda lüfer, dülger şiş ve çiftlik çupra ızgara var. GastroClub üyelerinin %15 indirimli ağırlandığı Uskumru'ya rezervasyon için 0 216 460 10 00'dan ulaşabilirsiniz.



KYDONIA

Kydonia, Girit'in Yunancadaki ismi. Sloganları 'bir deniz, iki yaka, tek sofrâ'. Mübadele zamanında Girit ve diğer adalardan Alaçatı ve Ayvalık'a yerleşmiş ailelerin tarihi reçetelerinden faydalanılarak hazırlanan 70 çeşit mezeyi burada bulabilirsiniz! Kuruçeşme'nin boğaz manzarasında Ege denizinin tadını ve kokusunu almak isteyenler için birebir! GastroClub olarak Kydonia'nın 'denemeden olmazı' sakızlı ahtapot yahnisini yemeden kalkmayın diyoruz! GastroClub üyelerinin %15 indirimli ağırlandığı Kydonia'ya rezervasyon için 0 212 257 11 31'den ulaşabilirsiniz.



SARDUNYA

Mottoları 'şiir gibi bir şehre şiir gibi bir mekan'. Karaköy'de boğaza sıfır bir restoran. Solunuzda Boğaziçi Köprüsü, karşınızda Kız Kulesi, sağınızda Topkapı Sarayı önünüzde sardunya çiçekleri var. Mekanın her köşesinde denizin verdiği ferahlığı hissedebiliyorsunuz. Şehrin akışından uzak ama her cephesiyle İstanbul kokan Sardunya'da taptaze balığına nefis mezeler eşlik ediyor. Favorilerimiz tuzda balık ve mısır ekmeği üzerinde servis edilen kılçıksız hamsi tava. Balığın ardından tatlı iyi gider diyorsanız güveçte yapılan ve çikolatasının tadı damağınızda kalacak suflelerini denemeden kalkmayın. GastroClub üyelerinin %15 ayrıcalıklı ağırlandığı Sardunya Karaköy'e rezervasyon için 0212 249 10 92'den ulaşabilirsiniz.



VILLA BOSPHORUS

Çengelköy'de harika bir boğaz manzarası, denize uzayan iskelesi ve önündeki ufak kumsalıyla Bodrum Türkbükü'nü aratmıyor. 4 menüsü var. İlki geceyi biraz daha kısa tutmak isteyenler, diğerleri acelemiz yok diyenler için. Limitsiz içkiyle servis edilen menülerde boğazın ve balığın keyfini çıkaracaksınız. GastroClub üyelerinin %20 indirimli ağırlandığı Villa Bosphorus'a rezervasyon için 0 216 422 80 80'den ulaşabilirsiniz.



ATLAS BALIK

Arnavutköy'de harika bir İstanbul manzarasında, en keyiflisinden bir rakı balık keyfi isteyenlerin ve balık gurmelerinin en uğrak yerlerinden Atlas Balık! GastroClub olarak favorilerimiz arasında olan beğendili ahtapot, balık içli köfte ve asma yaprağında kremalı levreği denemeden kalkmayın! Menüsü ve kaliteli servisi ile Atlas Balık'ta GastroClub üyeleri öğlen %20, akşam %15 indirimli ağırlanıyor. Atlas Balık'a rezervasyon için 0212 263 11 44'den ulaşabilirsiniz.



MİRA BALIK

Arnavutköy sahilinde, lezzet tutkularının vazgeçemediği "boğazın en samimi balıkçısı" konumunda. Mekan sahiplerinin uzun yıllar yurt içi ve dışındaki lezzet araştırmalarıyla bir araya getirdikleri yenilikçi mutfağında, Ege Mutfağının nadide otlarını, eski İstanbul'un en sevilen mezelerini ve kendi yorumlarıyla hazırladıkları deniz mahsullerini sunarak misafirlerini keyifli bir yolculuğa çıkarıyor. Cibes salatası, torik lakerda, acılı Girit ezme, Ermeni usulü pilaki, yaprak sarma ve topik ile İstanbul'da çok az yerde görebileceğiniz sübye güveç ve sübye pilaki, levrek pazı sarma, palamut güveç ve paella Mira Balık'ta mutlaka tatmanız gereken lezzetler. GastroClub üyelerinin %10 indirimli ağırlandığı Mira Balık'a rezervasyon için 0212 265 31 31'den ulaşabilirsiniz.



YELKEN

Yeniköy'de İstanbul'un en leziz Akdeniz mutfaklarından birisi ve balık tutkularının buluşma noktası. GastroClub olarak menüdeki favorilerimiz kadayıfa sarılı karides, mavi yengeç, buharda midye ve siyah risotto. Moules marinieres, surf and turf, istakoz roasting, deniz mahsullü linguini, paella, balık şnitzel ve balık kiş gibi Akdeniz mutfağının birbirinden rafine tatlarıyla zengin bir menü sunan ve balık sevmeyen insanları bile balık gurmeleri yapacak lezzetleriyle Yelken, GastroClub üyelerini %10 indirimli ağırlanıyor! Rezervasyon için 0212 262 94 90'dan ulaşabilirsiniz.



ALIMENTO

Boğaz manzarası, menüsü, sıcak ortamı, güler yüzlü personeli ve kaliteli servisi ile Alimento, boğazın en güzel koylarından biri olan Tarabya'nın merkezinde. Midye tava, marine levrek, dil şişi özellikle öneriyoruz. 'Yemeden olmaz'ımız parmesan peynirli dil balığı. GastroClub üyelerinin %20 indirimli ağırlandığı Alimento'ya rezervasyon için 0212 223 33 33'den ulaşabilirsiniz.

OKUL ÖNCESİ ve OKUL ÇAĞI DÖNEMİNDE BESLENME

Akkol Grup
Aytaç Saka
Diyetisyen

Sağlıklı beslenmek için günde 3 ana ve en az 2 ara öğün yenilmelidir.

Beslenme; insanın büyüme, gelişme, sağlıklı ve üretken olarak uzun süre yaşaması için gerekli olan besin öğelerinin vücuda alınması ve kullanılabilmesidir.

Okul öncesi dönem 3-5 yaş arası çocukları kapsar. Bu dönem, beslenme alışkanlıklarının temelini atıldığı en önemli dönemdir.

Okul çağı dönemi büyüme ve gelişmenin hızlı, besin öğesi gereksiniminin yüksek olduğu ve duygusal gelişim hızının arttığı bir dönemdir.

- Süt, kefir, yoğurt, peynir ve ayran grubu protein ve kalsiyum kaynağıdır. Kemik ve diş sağlığı için önemlidir. Büyüme ve gelişme için gereklidir. Günde 2-3 porsiyon tüketilmelidir.

- Et grubu, yani kırmızı et, beyaz et, yumurta, kuru baklagiller ve diğer et ürün-

leri demir ve protein kaynağıdır. Günde 2-4 porsiyon tüketilmelidir.

- Sebze ve meyve grubu vitamin, mineral ve posa içerir. Meyve ve sebzelerin mevsiminde tüketilmesi tercih edilmelidir. Günde 4-5 porsiyon tüketilmelidir.

- Ekmek ve tahıl grubu enerji verir. Günde 3-5 porsiyon tüketilmelidir. Rafine edilmiş tahıllar yerine tam taneli tahılların tüketilmesi tercih edilmelidir.

Yukarıdaki 4 besin grubu, gün içerisinde dengeli bir şekilde dağıtılmalıdır.

Günde ortalama su tüketimi ise en az 5-8 bardak (1-1.5 litre) arası olmalıdır.

Bireylerin alması gereken enerji, karbonhidrat, protein ve yağ miktarları, yaşa, cinsiyete, boya ve kiloya göre değişebilmektedir. Belirtilen porsiyon değerlerine ulaşıldığı takdirde yeterli besin öğeleri vücuda alınabilmektedir. 4-6 yaş aralığında en düşük porsiyon değerleri yeterli olurken, 6-9 yaş aralığında ortalama porsiyonlar ve 9 yaş üstünde ise ortalama ve en üst porsiyon değerleri yeterlidir. Daha fazlası aşırı beslenmeye ve dolayısıyla kilo artışına sebep olabilmektedir.

Kahvaltı günün en önemli öğünüdür. Kahvaltı yapılmadığında okul başarısı azalır. Yorgunluk, halsizlik ve dikkat dağınıklığı görülür.

Kahvaltı öğününde mutlaka süt grubu ve ekmek-tahıl grubundan birer besin bulunmalıdır. Haftada 2-4 gün yumurta tüketilmelidir. Siyah ve yeşil zeytin, bal-reçel-pekmez ve söğüş sebzeler seçenekli olarak menülere dağıtılmalıdır.

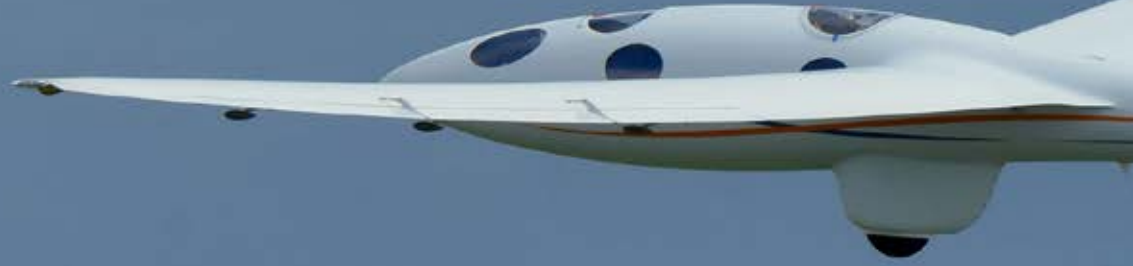
Öğle ve akşam yemekleri birbirilerini tamamlamalıdır. Burada ebeveynlere büyük iş düşmektedir. Çocukların, akşam yemeğinde, öğle yemeğinde yediğinden farklı bir türde yemek yemesi gerekir ki bütün besin öğelerini gün içerisinde alabilsin. Örneğin; öğlen et-tavuk-balık yiyen bir çocuk akşam yemeğinde sebze yemeği yemelidir.



Ayrıca, yine evde akşam ara öğünü olarak çocuklara meyve verilebilir. Fakat miktarı önemlidir. 1-2 porsiyonu geçmemelidir.



“Motorsuz uçuşunuzu hayal edebilir misiniz?”



Planör Hava akımlarından yararlanarak uçan motorsuz hava taşıtı. Bu uçuş aracının uçaklardan ayrılan özelliği motorsuz oluşu ve aynı zamanda üzerinde herhangi bir hareket eden güç kaynağı olmamasıdır. Bundan dolayı planör, “motorsuz uçak” ve planörcülük de, “motorsuz uçuş” diye adlandırılır.

Planör Nasıl Kalkar?

Otovinç Kalkışı:

Özellikle eğitim uçuşlarında yaygın olarak kullanılan, ekonomik bir yöntemdir. Otovinçler planörleri havalandırmak için, hususi olarak imal edilmiş özel araçlardır. Otovinç planör pist başından yaklaşık 900 mt. ileriye tespit edilir, yani pistin diğer başındadır. Büyük bir kasnağa sarılı olan çelik tel bir araç vasıtasıyla pist başına getirilir, planörün gövde altında bulunan kancaya halatın ucundaki halka takılır. Kalkışa hazır olan planöre takılan halatı, otovinç yüksek devirli motoru sayesinde kasnağa sarar. Tırmanışa başlayan planör, uçurtmanın havalanışı misali, tel uzunluğunun 1/3 oranında, yaklaşık 90-110 km. süratle tırmanışa geçerek halat uzunluğu nispetinde rüzgar ve havanın şartlarına göre

değişebilen, 250 ila 400 mt. civarında bir irtifada halatı bırakarak uçuşuna devam eder.

Uçak ile Çekilerek:

Özellikle uzun mesafe uçuşlarda, yüksek irtifa uçuşlarında kullanılır. Maliyeti Otovince göre daha fazladır. Planörü çekebilecek yüksek güce sahip motorlu uçağın kuyruğuna, özel kanca sistemiyle tespit edilen esneme, gerilme kabiliyeti yüksek, yaklaşık 30 ila 50 mt. arası değişken uzunlukta ipek-ip halat vasıtasıyla planörü, tayyare römorkunda istenilen irtifaya çıkartılır. Daha sonra, planör kendi uçuşuna devam eder.

Planörler Nasıl Uçar:

Planörlerin gövde yapısı ve şekli dikey ve yatay hava akımlarına göre yapılmaktadır. Atmosferde bulunan bu akımlar, meteorolojik akımlardır. Atmosferde olan basınç farkları, yeryüzü şekilleri, karasal ve deniz iklimleri planörün havada kalmasını sağlamakta ve aynı zamanda etkilemektedir. Planörler motorsuz olduğundan bütün hava değişimlerinden etkilenmektedir. Atmosferde ısınan hava genişler ve yukarıya doğru yükselir. Yükselerek eski yeri boşalan havanın yerine soğuk olan hava yerleşir.

Bu durum belirli basınç farklarının oluşmasını sağlar.

Planörler, uzun süre havada kalabilmek için atmosferdeki hava akımlarından yararlanırlar. Bu hava akımları iki çeşittir;

Tepe, dağ gibi yer şekillerine çarpıp sıcaklık farklılıklarından dolayı meydana gelmiş rüzgarlar yukarı doğru yükselirler. Planör ise tıpkı dalgalarda sörf yapan bir sörfçü edasıyla rüzgarı kullanarak yükselir. Buna “**Yelken uçuşu**” denir.

Yine sıcaklık farkı sebebiyle meydana gelen sıcak hava dikey hava akımlarını oluşturur ve yükselir. Kinetik enerjisi yüksek sıcak havadan yararlanan planör sıcak hava ile birlikte bulut oluşumunun olduğu yüksekliğe kadar yükselir. Buna “**Termik Uçuş**” adı verilir.

Ne Kadar Havada Kalırlar?

Uçuş öncesinde meteoroloji alınıp, uygun meteorolojik koşullar değerlendirilir ve uçuşlar başlar. Planör otovince veya tayyare römorku ile belirli bir irtifada bırakılır. Daha sonra yelken veya termik kaldırıcılarından yararlanarak, meteorolojik koşulların elverdiği irtifaya çıkarak o irtifayı mesafeye



“ Dünyanın hiçbir yerinde ücretsiz olarak verilmeyen sportif havacılık eğitimlerinin Türk Hava Kurumu’nda ücretsiz olarak verildiğini biliyor muydunuz? Hem de yemek ve konaklama için de hiçbir ücret ödemek gerekmiyor.”

çevirebilir. Bunun için, kuşları seyretmek yeterlidir. Martıları, leylek sürülerini ve dağların zirvesinde yaşayan kartalları... Onlar en iyi planörcülerdir. Planörler değişik şekillerde aynı irtifada kalabilirler ya da yüksek irtifaya çıkabilirler.

Planör atmosferdeki dikey ve yatay hava akımları ile havanın kaldırma kuvvetinden en verimli şekilde yararlanan gövde yapıları sayesinde havada kalabilirler. Atmosferdeki bu akımlar, meteorolojinin geniş konuları içinde incelenebilir. Bunlar, atmosferdeki

basınç farklılıkları, ısınma ve soğuma, yeryüzü şekilleri, karasal ve denizsel iklimlerdir.

Planör, motorsuz olması nedeni ile atmosferdeki her türlü olaydan etkilenir. Bu olayların olumlu ve olumsuz etkileri bulunmaktadır. Planör pilotları bu olayların tüm sonuçlarını değerlendirebilecek şekilde eğitilirler. Zira havada kalabilmeleri bu bilgilerini en iyi şekilde değerlendirmelerine bağlıdır.

Planör Eğitimi Veren Kurumlar

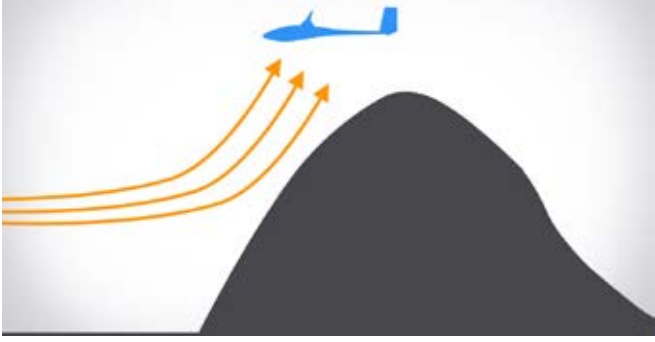
Ülkemizde çok sayıda özel ve resmi Planör eğitimi veren kurum bulunmaktadır. Planör eğitimi veren kurumların donanımlarına bağlı olarak değişmekte olup genel hatları ile standarttır ve bir çok aşamadan oluşmaktadır.

Türk Hava Kurumu Planör Uçuş Eğitim Okulu bünyesindeki kurslar Başlangıç Eğitimi (12 gün), A Brövesi Kursları (30 uçuş günü), Tekamül Eğitimi B Brövesi (30 uçuş günü), C Brövesi (40 uçuş günü), Planör Pilot Lisansı (30 uçuş günü), İleri Tekamül Eğitimi (150 uçuş günü) ve Pilanör Uçuş Öğretmenliği (50 uçuş günü) olarak 5 aşamadan oluşmaktadır.

Başlangıç eğitimi uçuş öncesi eğitim ve uçuşla beraber yapılan eğitim olmak üzere iki safhadan oluşmaktadır.

Planör pilot adayları uçuş öncesi eğitimde Havacılık Tarihi, Normal Usüller, Yer Eğitimi derslerini alırlar. Uçuş sırasında ise Uçuş Nazariyatı, Aerodinamik, Vinç İle Çalışma, Emercensi Usüller, Meteoroloji dersleri alırlar.

YELKEN UÇUŞU



TERMİK UÇUŞ





PALYAÇOLARDAN

BARIŞ ÖZCAN

Storyteller - Hikaye Anlatıcı

NEDEN KORKARIZ?

Son birkaç aydır ABD'nin farklı bölgelerinde palyaço kostümüyle dolaşan insanlar görülmeye başladı. Yollarda, parklarda ansızın beliren palyaçolar. Olayların sayısı o kadar artmış durumda ki sadece Ağustos ve Eylül döneminde saptanan 100'den fazla vakayla ilgili interaktif bir harita yapılmış. Gördüğümüz gibi sanki bulaşıcı bir hastalık gibi yayılan esrarengiz bir akım. Neden böyle bir fenomenin ortaya çıktığı tam olarak bilinmiyor. Bilinen şey hepimiz olmasa da bazılarımız palyaçolardan korkuyoruz. Hem de çok.

Eğer sizde de bu korku varsa yalnız değilsiniz. Her 10 kişiden birinde palyaço korkusu var. Gayriresmi adı Koutrofobi. İnsanlar üzerinde ciddi izler bırakabilen bir fobi türü bu. İleri derecedeki hastalar palyaço gördüklerinde titreme, hızlı nefes alıp verme, bağırma gibi tepkiler gösterebiliyor. Bu sebeple palyaçolardan nefret edenlerin buldukları internet siteleri bile var.

İyi de palyaçoların amacı çocukları güldürmek değil midir? Hatta markalar çocukların ilgisini çekebilmek için maskotlarını bile palyaço olarak seçiyor. Peki neden bazılarımız onlardan bu kadar korkuyor?





Çünkü beynimizde bir çeşit otomatik yüz tanıma sistemi var. İnsan yüzü gördüğümüzde onu hızlıca analiz edip bizim için zararlı olup olmadığı, tehdit oluşturup oluşturmadığı konusunda bir karar veriyoruz. Oysa bir palyaçonun yüzü nasıldır? Abartılı. Bozulmuş. Parlak renkler. Zıt ve orantısız çizgiler. Kıpkırmızı bir dudak, kocaman top gibi bir burun. Bunları gören beynimiz hemen "doğal değil" alarmını çalmaya başlıyor.

Psikanalizin kurucusu Freud 1919 yılında "The Uncanny" adında bir makale yazdı. Herhangi bir şeyden hem korkmak, çekinmek hem de ona karşı merak ve ilgi duymak anlamına geliyor bu kelime. Normal gibi gözükken, bize tanıdık gelen şeylerin, yine de garip, ürkütücü, esrarengiz olduğunu hissetmek. Zombiler gibi. Ya da Marina Joyce gibi. Ya da insansı robotlar yani

androidler gibi. 1970 yılında Japon robot bilimci Masahiro Mori tarafından belki de Freud'un çalışmalarından da etkilenerek "Uncanny Valley" yani "Tekinsiz Vadi" kavramı ortaya kondu. Robotların neredeyse gerçek bir insan gibi görünüp davrandığı zaman insanlar üzerinde tiksinti oluşturma çabığını söyleyen bir varsayım bu. "Vadi" derken olumlu insan tepkilerinin, robotların insana benzeme grafiğindeki çukur bölgeyi kastediyoruz.

Bu hipotez hala bilimsel araştırmaların bir konusu. Bulgulara göre insana çok benzeyen ama biraz bozulmuş şeyleri görünce içgüdüsel bir ürperme reaksiyonu gösteriyoruz. Bu korkunun bir başka sebebi de palyaçoların yüzlerindeki maskeye benzer makyaj. Karşımızdakinin gerçek duygularını okuyamadığımızda ister istemez kaygılanmaya başlıyoruz.

Benim kafamdaki "korkunç palyaço" tiplemesi ilk kez ne zaman oluştu biliyor musunuz? Stephen King'in bir romanını okuduğumda. "It" yani "O" adlı bu kitap daha sonra bir mini dizi haline de getirildi. Düşündükçe hala tüylerim ürperiyor. Aslında ta 1940'larda Batman çizgi romanlarında ortaya çıkan kötü karakter Joker'in öncülüğünde başlayan bu akım daha sonra tüm popüler kültür ürünlerinde, filmlerde, animasyonlarda kendine yer buldu.

Peki bu zararsız gibi görünen, aptallıklarıyla bizi güldürmeye çalışan palyaçoların imajı nasıl oldu ya da ne zaman bu kadar değişti? Belki de hiç değişmemiştir. Tarih boyunca hep korkutucu olmuşlardır. Palyaçolar, jokerler, soytarılar eskiden saraylarda kralları eğlendirmiş. Bunu yaparken de etraflarında olan bitenleri çok iyi gözlemler ve şakalarını sansürsüz yaparlarmış. Mesela kralın kaç metresi olduğu ya da yemek yemekten göbeğinin ne kadar büyüdüğünü ancak onlar söyleyebilirmiş. Bunu yapmak için çok zeki olmak, çok yönlü olmak gerekir. Zaten soytarılar şiirden, müzikten, tiyatrodan anlar, bazıları yer ve gök bilimleriyle ilgilenir ve hatta felsefe yaparmış. Joker olmak kolay değil.

Gerektiğinde başka herhangi birisinin hatta kralın bile yerini tutabilecek kadar kabiliyetli olmak. Şimdi düşünün... Hem zeki, hem komik. Her şeyi görüyor ve istediğini söylüyor. Adeta bir kukla oyuncu. Böyle birinden kim korkmaz? "Kral çıplak" diyebilen birinden...

Başta da belirttiğim gibi geçtiğimiz Ağustos ayında ABD'de başlayan ve hızla yayılan etrafta palyaço görme olayları şu anda dünyanın başka bölgelerinde de yayılıyor. Hani olur da bizim buralara gelirse şimdiden o palyaçoları uyarayım biz uzaylı görünce onu taşla kovalayan insanların yaşadığı bir memleketteyiz. Bizi kolay kolay korkutamazsınız

EĞİTİM

Türkiye Geneli

Süresiz

Mutfak Kitap

Kişiye özel %100 ekşi mayalı, Artisan Ekmek Eğitimleri için;
m u t f a k k i t a p @
gmail.com adresine mail atabilirsiniz

**SERĞİ**

İstanbul

Süresiz

Madame Tussauds / İSTANBUL

Dünyanın en ünlü Balmumu Heykel Müzesi markası Madame Tussauds 250 yıl önce ilk Londra'da açıldığı günden beri milyonlarca insan tarafından ziyaret edilmiştir ve bugün hala popülerliğini korumaktadır.

İstanbul'un Taksim semtinde ziyaret edebileceğiniz Madame Tussauds'nun bu yıllarca süre gelen başarısının altında pek çok sebep bulunmaktadır ama bunlardan en önemlisi insanların kalbinde yatan merak duygusudur, Madame Tussauds markası yıllardır insanları merak ettirmeye devam etmiştir.

**GÖSTERİ**

İstanbul

Süresiz

Zorlu Çocuk Tiyatrosu

Yeni Sezon Başladı!



SERĞİ**İstanbul****17 Oca. - 05 Şub. 2017****Erol Deneç Retrospektif Sergi**

İş Sanat Kibele Galerisi, fantastik gerçekçilik tarzının dünya çapındaki ilk Türk temsilcisi Erol Deneç'in 55 yıllık sanat yaşamını gözler önüne seren retrospektif sergisine ev sahipliği yapıyor.

Resmi, bir 'varoluş şarkısı' olarak gören Erol Deneç, tüm çabasının kişiliği ve eserleriyle sanatını gelecek kuşaklara taşımak olduğunu belirtiyor. Deneç, eserlerin sanatçının ruh halini ortaya koyduğunu, resmi derin ve çok katmanlı boyutuyla algılamak gerektiğini savunuyor.

**FESTİVAL****Ankara, İstanbul, İzmir****12-26 Şubat 2017
02-05 Mart 2017****16. !f İstanbul Bağımsız Filmler Festivali**

!f İstanbul Uluslararası Bağımsız Filmler Festivali, 15 yıldır 80.000 kişilik izleyici kitlesiyle kültür sanat hayatına yeni bir soluk getiren, dünyanın her yanından farklı bakışları sinemaseverlerle buluşturan ve düzenlediği partiler, atölyeler ve çeşitli etkinliklerle programını zenginleştiren bir oluşum.

Her yıl İstanbul'da, Ankara'da ve İzmir'de Cinemaximum Sinemalarında Şubat ve Mart aylarında izleyicisiyle buluşan festival, filmleri farklı ve güncel temalar altında toplayarak izleyicisine ulaştırıyor.

**MÜZİK****Türkiye****10 Mart 2017****45. İstanbul Müzik Festivali genç solistini arıyor**

İstanbul Müzik Festivali'nin ülke çapında genç yetenekleri keşfetmek ve teşvik etmek üzere 40. yılında başlattığı "Festival Genç Solistini Arıyor" başlıklı proje bu yıl viyola branşında gerçekleştirilecek. Proje kapsamında, jüri tarafından belirlenen bir genç viyolacı, 45. İstanbul Müzik Festivali'nin "Festival Genç Solistini Sunar" konserinde şef Hakan Şensoy yönetimindeki Dokuz Eylül Üniversitesi Senfoni Orkestrası (DESO) eşliğinde sahneye çıkmaya hak kazanacak.





Kral Kaybaderse

“Avına av olan bir avcının hikâyesi...”

İnsanoğlu ilk çocukluk yıllarında yaşadıklarından çok etkilenir. Henüz tam ortaya çıkmamış bir heykel gibidir o; hayat da onu ince ince şekillendirmeye çalışan usta bir heykeltıraş... Alır eline keskiyi, usul usul oyar. Ama bazen keskiyi öyle bir savurur ki, bir parça kopuverir ve o parçayı bir daha kimse yerine koyamaz.

Kendini hep dorukta görüyor ve asla aşağı düşmeyeceğini sanıyordu. Ama bir gün hayat elindeki keskiyi ona da savuruverdi ve onun da koptu yüreği...

Oysa pek çok kadının gönlüne taht kurmuş bir kraldı o...



Küçük Prens

“Hoşça git,” dedi tilki. “Vereceğim sır çok basit: İnsan ancak yüreğiyle baktığı zaman doğruyu görebilir. Gerçeğin mayası gözle görülmez.”

Küçük Prens unutmamak için tekrarladı: “Gerçeğin mayası gözle görülmez.”



Refika'dan Hızlı Tarifler

TV’de izlenme rekorları kıran Refika’dan Hızlı Tarifler, sofralara lezzet katmaya devam ediyor. Her bir tarif, mutfakta geçirilen vakti daha keyifli kılıp, zaman kazanmak ve yemeklerin lezzetini arttırmak için ipuçları ve kısa yollarla dolu. İnanılmaz güzellikteki fotoğraflar hem yol gösterici hem de iştah açıcı.

10 dakikada hazırlanabilecek pratik ve olağanüstü tariflerin yer aldığı kitap, gittikçe azalan evde yemek yapma alışkanlığını tekrar hayatlarımıza katma yolunda önemli bir misyon üstleniyor.



Gaziantep'li

Tatlıcı®

siz isteyin



Yıldırım Gıda İnşaat Turizm San. İç ve Dış Tic. Ltd. Şti.

Güvercintepe Mah. Malazgirt Sk. No:26 Altınşehir - Başakşehir / İST
Tel: 0212 687 58 58 (pbx) Faks: 0212 687 58 61

www.tatlici.biz • info@tatlici.biz • siparis@tatlici.biz



Gıda Güvenliği Derneği ve Unilever İş Birliği ile Hijyen Eğitimi



Gıda Güvenliği Derneği ve Unilever ortak çalışmasıyla hijyen eğitimimizi gerçekleştirdik.

#Akkol etiketiyle check-in yapan müşterilerimizi ödüllendirdik.



Konsept günlerimiz tüm hızıyla devam etti.



Kimyasal kullanımı eğitimlerimiz bu yıl da aralıksız devam etti.



Tabaklarında kalan yemekleri sokak dostlarımız için ayırarak sosyal sorumluluk projemize destek veren müşterilerimize teşekkür ederiz.



“Doğayı sev, hayvanları koru” bilinçlendirme çalışmalarımızı sürdürdük.



Yıllık planlarımız dahilinde toplantılarımızı gerçekleştirdik.



İlk Yardım'ın önemini biliyoruz.



**Diyetisyenimiz
çocuklarla
beslenme
üzerine sohbet
gerçekleştirdi.**



**Aşçıbaşlarımız için dünya
mutfağı eğitimleri planladık.**



Yönetim Sistemi Belgelerimiz yenilendi.



DÜNYANIN
1 NUMARALI

MAYONEZİ ve

LEZZETİ ZİRVEYE ÇIKARAN

SOSLAR

 Unilever
Food
Solutions

www.ufs.com

*Uluslararası Euromonitor Araştırması 2015 Verilerine Göre





2007 yılında uzun bir yola çıktığımızın farkındaydık...
10 yıldır, her gün ilk günün heyecanı ve isteğiyle geçti.
Bizim için her gün ilk gündü...

*Akkol Grup olarak sizlere hizmet etmenin gururu ile 10. Yılımızı kutluyoruz.
Gelecek yıllarda da birlikte olmak ümidiyle...*

Sağlıkla ve lezzetle kalın.