

BEZPŁATNY
KWARTALNIK
INFORMACYJNY

Wydanie 010/08
Kielce, czerwiec 2008
www.podtelegrafem.pl
biuro@podtelegrafem.pl

TELEGRAF

INFO



**Przetwory
lecnicze**

str.4

Truskawki

str.3

Mapka na lato!!!

**Nasze słodkie
przekąski**

str. 9

**Nowe Bistro
zaprasza !**

PIEKARNIA
POD TELEGRAFEM





Drodzy Czytelnicy!

Przed nami coraz więcej ciepłych dni, zbliża się wakacyjny okres urlopowy. Warto wybrać się z rodziną na wycieczkę chociażby do najbliższej okolicy. Wszak w naszym województwie nie brakuje pięknych krajobrazów i ciekawych miejsc do zwiedzenia. Są wśród nich na pewno i takie, których nie zdążyliście jeszcze Państwo zobaczyć.

Specjalnie z myślą o wakacjach przygotowaliśmy dla Państwa spis najciekawszych atrakcji turystycznych wraz z przydatną mapką regionu.

Na wycieczkach i piknikach nie może zabraknąć dobrego jedzenia, zapraszamy więc do korzystania z sieci naszych sklepów na terenie województwa świętokrzyskiego. Aby ułatwić Państwu znalezienie sklepy zaznaczyliśmy je również na mapie.

Ważnym wydarzeniem dla naszej firmy stało się otwarcie nowego Bistro przy ulicy Żytniej 4 w Kielcach. Chciałbym Państwa do niego serdecznie zaprosić. Bistro posiada dogodną lokalizację, można tam szybko i smacznie zjeść.

W bieżącym numerze gazety tradycyjnie prezentujemy nasze stałe produkty i przedstawiamy nowości. Kontynuujemy także tematy, które, mam nadzieję, spotkały się z Państwa życzliwym zainteresowaniem. Proponujemy też kilka oryginalnych przepisów na wakacyjne przekąski i domowe przetwory.

Życzę Państwu jak największej ilości słonecznych dni i udanego urlopu oraz przyjemnej lektury.

Roman Smolarski
WŁAŚCICIEL



Chleb NOWOŚĆ!! Tylko u nas świeży chleb wypiekany w soboty i niedziele, w wybranych punktach Piekarni "Pod Telegrafem".

Waga: 400g



Chleb polka rustik
Chleb pszenno-żytni.

Waga: 400g



Nowości letnie

Ciasto porzeczkowe

Ciasto na czekoladowym biszkopcie, z musem z porzeczek.





Truskawki

Już lato...

TELEGRAF



Nadchodzi sezon na jeden z naszych najsmaczniejszych i najzdrowszych owoców. Truskawki od wielu lat królują na naszych stołach, a dzięki nowoczesnym odmianom, możemy cieszyć się ich smakiem, przez całe lato aż do jesieni.

Oprócz królewskiego smaku, truskawki posiadają wartości odżywcze. Zawierają witaminy: C, B1, B2, i A oraz minerały: żelazo, potas, wapń, fosfor, magnez, mangan.

Działają odkwaszająco, krwiotwórczo, wzmacniają organizm zwiększając wydolność mięśni, w tym mięśnia sercowego i płuc, ułatwiają wydalanie z organizmu płynów i związków sodu, przeciwdziałają nadciśnieniu i powstawaniu miażdżycy. Działają uodparniająco i przeciwzapalnie, moczopędnie, przeciwrumatycznie, przeciwbiegunkowo, regulują pracę wątroby i wydzielanie żółci, chronią przed chorobami nowotworowymi, wpływają korzystnie na cerę i włosy.

Ponadto truskawki zawierają dużo celulozy, która ułatwia trawienie i reguluje przemianę materii. Przeciwdziałają zaparciom, dlatego są stosowane w dietach odchudzających. Sok z truskawek ma właściwości bakteriobójcze.

Święto Truskawki



Co rok w miejscowości Bieliny w Świętokrzyskim odbywa się Święto Truskawki.

Pierwsze takie święto miało miejsce w 1998 roku. Stało się okazją do wymiany doświadczeń przez planatorów truskawek, do spotkań rodzinnych i sąsiedzkich, mieszkańców województwa i gminy.

Tegoroczny, IX Dzień Świętokrzyskiej Truskawki odbędzie się 25 czerwca na bielińskim stadionie sportowym.

W programie uroczystości przewidziano m.in.: seminaria rolnicze, wystawy sprzętu rolniczego, konkurs kulinarny, prezentacje artystyczne bielińskiej młodzieży i twórców ludowych, występy artystyczne zespołów regionalnych i zaproszonych gwiazd.

Niecodzienną atrakcją będą z pewnością zapowiadane przez organizatorów mistrzostwa świata w szypułkowaniu truskawek.

Ciasto z truskawkami



Ciasto

2,5 szklanki mąki
16 łyżek masła
1 jajko
2 łyżki cukru

Farsz

25 dag truskawek
3/4 szklanki cukru
łyżka soku z cytryny
łyżka mleka

Masło schłodzić. Do przesianej mąki dodać cukier, jajko, masło i wymieszać. Ciasto wyrobić, podzielić na 2 części i odstawić do lodówki na godzinę.

Truskawki pokroić, skropić sokiem z cytryny, wymieszać z cukrem.

Jeden krążek ciasta rozwałkować i wyłożyć nim posmarowaną formę do tarty. Na cieście rozłożyć owoce. Drugi rozwałkowany placek położyć na wierzchu, nakłuć widelcem i posmarować mlekiem.

Piec w 200 stopniach, około 1 godz. na złoty kolor.



Przetwory lecznicze

Rozpoczyna się sezon owocowy. Najwyższy czas, aby ze szczodrych darów natury przygotować przetwory, które pozwolą zachować witaminy na zimowe dni.

Sięgając po dżemy i soki na półkach sklepowych, często dowiadujemy się, że sok malinowy produkowany jest z aronii, a jogurt truskawkowy uzyskuje swój czerwony kolor dzięki sokowi z buraków. Tak „spreparowane” specjały wyglądają może zachęcająco, lecz niewiele posiadają wartości odżywczych. Warto więc sięgnąć do sprawdzonych przepisów naszych babć i mam i powrócić do samodzielnego ich przygotowywania.

Obok bogactwa witamin, wiele owoców i roślin w naszym ogrodzie posiada właściwości lecznicze. Mało kto z nas wie na przykład, że miód z mniszka lekarskiego, czyli rosnących na łąkach jasnożółtych „mleczy”, stanowi doskonałe lekarstwo na uporczywy kaszel. Poniżej proponujemy kilka sprawdzonych przepisów, nie tylko z owoców.

Nalewka bursztynowa

50 gramów bursztynu
spirytus

Bursztyn pokruszony na małe kawałeczki wypłukać w ciepłej wodzie, wsypać do butelki o pojemności 0,75 litra i zalać czystym spirytusem. Odstawić na 10 dni. Po tym czasie nalewka nadaje się do stosowania. Nie należy jej przeceźdzać.

Skutecznie wspomaga leczenie grypy, zapalenia oskrzeli, ma właściwości bakteriobójcze. Pić codziennie rano 3 krople na szklankę herbaty. Służy także i do nacierania.

Po zużyciu przygotowanego nalewki z tego samego bursztynu można przygotować następną. Należy go jedynie pokruszyć młotkiem. Ten sam bursztyn można wykorzystać tylko dwa razy.



Miód z mniszka lekarskiego

1000 kwiatów mniszka lekarskiego
6 cytryn
4 kg cukru

Zebrać w słoneczny dzień majowy na łące 1000 kwiatów mniszka. Kwiaty oczyścić.

Dwie umyte cytryny pokroić w plasterki, dodać do kwiatów, wrzucić do garnka i zalać dwoma litrami zimnej wody. Gotować pół godziny.

Sok precedzić, odrzucić kwiatki. Do soku dodać 4 kg cukru i gotować jeszcze 1,5 godziny na wolnym ogniu ciągle mieszając.

Na 10 minut przed końcem gotowania dolać jeszcze wyciśnięty sok z 4 cytryn. Gorący miód wlewać do słoików. Zakręcić. Doskonale na kaszel.



Konfitura z czarnej porzeczki

1 kg czarnej porzeczki
80 dag - 1 kg cukru

1 kg owoców zasypać cukrem (cukier w większej ilości zastąpi z powodzeniem środki konserwujące). Porzeczki z cukrem umieścić w dużym garczku i gotować ok. 1 godziny delikatnie mieszając. Gorącą konfiturę wlewać do słoików i od razu zakręcić.

Jest prawdziwą skarbnicą witaminy C. Nadaje się do smarowania pieczywa ale również do ciast, deserów i herbaty.



Nalewka orzechowa

8-10 zielonych, niedojrzałych orzechów włoskich (powinny mieć wewnątrz jeszcze mleczko)
1 litr czystej wódki
1 łyżka cukru

Umyte orzechy kroimy na plasterki razem z zieloną łupiną i wrzucamy do słoja. Zalewamy wódką i zamykamy korkiem. Zostawiamy na 3-4 tygodnie.

Po tym czasie przelewamy nalewkę do butelek. Nalewka jest doskonałym lekiem na dolegliwości żołądkowe.



Bistro

Miło nam zaprosić Państwa do nowootwartego Bistro, przy ulicy Żytniej 4.

Restauracja znajduje się w dogodnej lokalizacji, jest łatwo dostępna z każdego punktu Kielc.

Można tu zjeść szybko świeży i smaczny posiłek. W bogatej ofercie dań znajdziecie Państwo m.in: kurczaka z rożna, kebab na frytkach i kebab w bułce, hamburgery, cheesburgery, hot-dogi.

Zapraszamy także na chwilę relaksu przy porcji dobrego ciasta i gorącej kawie.

Bistro oferuje cały asortyment produktów dostępnych w punktach Piekarni "Pod Telegrafem": dorożdżowe bułki, które można przekąsić na ciepło, pieczywo, ciasta, ciastka, sałatki i kanapki oraz szeroki wybór pysznych pasztecików.

Mamy nadzieję, że bliskość centrum Kielc oraz sprawdzona jakość naszych dań i wypieków sprawią, iż będziecie Państwo częstymi gośćmi naszej nowej restauracji.

Życzymy smacznego i zapraszamy!

ul. Żytnia 4, Kielce

poniedziałek - piątek

6.00 - 21.00

sobota

7.00 - 15.00





Zobacz co ciekawego jest do zwiedzenia w województwie świętokrzyskim i gdzie możesz kupić na wycieczce produkty naszej piekarni.

 Piekarnia "Pod Telegrafem"

Kielce
Pałac Biskupów Krakowskich (1637-1641) w którym mieści się Muzeum Narodowe, na tyłach którego znajduje się Ogród Włoski. Bazylika Katedralna Wniebowzięcia NMP, wzniesiona w 1171 przez biskupa krakowskiego Gedeona. Kościół św. Wojciecha - najstarsza świątynia w Kielcach z X w. Kościół i klasztor na wzgórzu Karczówka pw. św. Karola Boromeusza (1624-1631), pierwotnie zasiedlony przez zakon bernardynów, obecnie gospodarzami obiektu są pallotyni. Park miejski im. Stanisława Staszica, założony w 1830 r. na terenie istniejącego ogrodu z XVIII w. Muzeum Lat Szkolnych Stefana Żeromskiego, Muzeum Zbiorów Geologicznych, Muzeum Zabawek i Zabawy, Muzeum Wsi Kieleckiej, Muzeum Pamięci Narodowej, Muzeum Historii Kielc, 5 rezerwatów przyrody. Centrum targowe. Centra handlowe.



28 Sandomierz
Piękna starówka. Katedra gotycka z IV w. Ratusz z XIV w. Późnogotycki zamek wybudowany ok. 1480 r. Brama Opatowska - gotycka brama wjazdowa do miasta z XIV w. Dom Długosza z 1476 r. Collegium Gostomianum, należące do najstarszych szkół średnich w Polsce.

29 Samsonów
Pozostałości huty i zakładu wielkopiecowego zbudowanego z inicjatywy Stanisława Staszica.

30 Sielcia Wielka
Muzeum Techniki poświęcone górnictwu i hutnictwu Staropolskiego Zagłębia Przemysłowego.

31 Skarżysko-Kamienna
Muzeum im. Orła Białego - eksponaty związane z historią miasta i II wojną światową. Zalew Rejów.

1 Baltów
Park Jurajski. Muzeum Jurajskie (ponad 300 skamieniałości z kraju i ze świata, m.in. tropy dinozaurów z Gór Świętokrzyskich).

2 Bieliny
Wczesnobarokowy kościół pw. św. Józefa Oblubieńca z 1637 roku. Zabytkowy cmentarz parafialny z I poł. XIX wieku.

3 Bodzentyn
Gotycki kościół par. zamku biskupów kr.

4 Borków
Zalew

5 Busko-Zdrój
Uzdrowisko istniejące słynnymi wodami mineralnymi.

6 Cedzyna
Zalew



 **Lato z Telegrafem**

parafialny z XV wieku. Ruiny w krakowskich z XIV w.

niejące od XIX wieku, ze mi mineralnymi i borowiną.

na
chock



- 7 Chalupki**
Wieś słynąca z tradycji garncarskich. Ośrodek Tradycji Garncarstwa obiekt o charakterze muzealnym.
- 8 Chęciny**
Ruiny zamku z przełomu XIII i XIV wieku.
- 9 Chotel Czerwony**
Kościół gotycki z ok. 1450 r. ufundowany przez Jana Długosza.
- 10 Ekspres Ciuchcia Ponidzie**
Trasa: Jędrzejów - Umianowice - Stawiany Pińczowskie - Pińczów
- 11 Huta Szklana**
Pomnik Ofiar Katynia, Charkowa i Miednoje. Muzeum Pojazdów Konnych Dworu i Wsi Kieleckiej.

- 12 Jaskinia Raj**
Przepiękna jaskinia krasowa z różnorodnymi naciekami skalnymi - stalaktytami i stalagmitami. Długość dotychczas odkrytych korytarzy wynosi 240 m, do zwiedzania udostępniono 150 m.
- 13 Jędrzejów**
Państwowe Muzeum im. Przykowskich: jedna z największych w świecie kolekcji zegarów słonecznych, biblioteka literatury astronomicznej, dział bibliofilstwa i ekslibrisu. Opactwo cystersów z późnoromańskim kościołem sprzed 1210 r. W opactwie mieszkał i zmarł kronikarz Wincenty Kadłubek. Gotycki kościół z XV w.
- 14 Kakonin**
Zabytkowa, drewniana chałupa z połowy XIX wieku.

- 15 Klimontów**
Kościół parafialny św. Józefa z XVII w. Kościół i klasztor podominański z XVII w. Synagoga.
- 16 Koprzywnica**
Pozostałości opactwa cystersów: późnoromański kościół, skrzydło klasztoru z późnoromańskim kapitularem, dwór opacki (z ok. 1615-1620).
- 17 Krzemionki**
Neolityczna kopalnia krzemienia pasiastego. Podziemna trasa turystyczna i mały skansen.
- 18 Kurozwęki**
Gotycki zamek przekształcony w klasycystyczny pałac. Wokół pałacu udostępniono do zwiedzania park krajobrazowy i hodowla bizonów. Gotycki kościół Kanoników Regularnych z 1487 r.

- 19 Maleniec**
Walcownia i gwoździarnia z XIX wieku oraz kuźnia z 1784 r.
- 20 Młodzawy**
Ogród botaniczny „Ogród na Rozstajach” założony przez artystę rzeźbiarza Tadeusza Kurczyńskiego.



- 21 Nagłowice**
Wieś będąca w XVI wieku własnością i miejscem zamieszkania Mikołaja Reja. Muzeum „Dworek Mikołaja Reja”.
- 22 Nowa Słupia**
Muzeum Starożytnego Hutnictwa Świętokrzyskiego. Początek szlaku na Święty Krzyż, z kamienną figurą legendarnego pielgrzyma Emeryka.

- 23 Oblęgorek**
Muzeum Henryka Sienkiewicza.
- 24 Opatów**
Kolegiata św. Marcina z pierwszej połowy XII w. Zespół Klasztorny Bernardynów: klasztor z ok. 1471 r. i barokowy kościół (1751-65). Podziemia miejskie - 365 m. korytarzy i 46 komór. Brama Warszawska i fragmenty starych murów miejskich.

- 25 Perzowa Góra**
Rezerwat z ciekawym pomnikiem przyrody nieożywionej w postaci układu skał tworzących groty, w niej kapliczka św. Rozalii.
- 26 Pińczów**
Późnorennesansowy kościół z 1577 r. i klasztor franciszkanów.



- 27 Rytwiany**
„Pustelnia Złotego Lasu” - pokamedulski zespół klasztorny z 1621 r. Ruiny zamku z XV w. Pałac Radziwiłłów.

- 34 Święta Katarzyna**
Zespół klasztorny bernardynek z II połowy XV w. Drewniana kapliczka św. Franciszka przy drodze na Łysicę. Obok cudowne źródło. Kaplica cmentarna nazywana kapliczką Żeromskiego, na tymku znajduje się wryty w 1882r. własnoręczny podpis Stefana Żeromskiego. Muzeum Mineralów i Skamieniałości. Początek szlaku na Łysicę - najwyższy szczyt Gór Świętokrzyskich (612 m n.p.m.).

- Święty Krzyż**
35 Inaczej Łysa Góra (595 m.p.m.), drugi co do wysokości szczyt w Górach Świętokrzyskich. Pierwotnie miejsce pogańskiego religijnego, później opactwo benedyktynów. Nazwa pochodzi od Relikwii Krzyża św. przechowywanych w kościele. Na szczycie Muzeum Przyrodnicze i pozostałości kamiennego wału kultowego.



- Świnia Góra**
36 Rezerwat przyrody Świnia Góra - las mieszanym, charakterystyczny dla dawnej Puszczy Świętokrzyskiej. Jeden z najpiękniejszych drzewostanów w Polsce.

- Świętomarz**
37 Gotycki kościół z przełomu XIV i XV w. W środku m.in. romańska chrzcielnica.

- 38 Tarczek**
Romański kościół, zbudowany w I połowie XIII wieku.
- 39 Tokarnia**
Muzeum Wsi Kieleckiej. Park etnograficzny z jednym z największych skansenów w Polsce.

- 40 Ujazd**
Ruiny XVII wiecznego zespołu pałacowego zwanego Krzyżtopór, wzniesionego przez Krzysztofa Ossolińskiego.
- 41 Wąchock**
Klasztor Cystersów z XII w. Pomnik Soltysa.

- 42 Wiślica**
Kolegiata gotycka z fundacji króla Kazimierza Wielkiego z 1350 r. Dom Długosza z 1460 r. Kościół pw. Św. Wawrzyńca zbudowany z białego kamienia pińczowskiego w 1535 r. Ślady grodziska z XI w.

- 43 Wykus**
Miejsce związane z Powstaniem Styczniowym i partyzanckimi walkami w czasie II wojny światowej. Rezerwat przyrody.

- 44 Zaganańsk**
Dąb Bartek - najslyniejsze drzewo w Polsce.

em

Niezwykły świat herbaty

Niewielu z nas zdaje sobie sprawę z jakości sprzedawanej w sklepach herbaty. A różnica w smaku i aromacie może być ogromna. Kupując sypką herbatę należy zwrócić uwagę na kilka szczegółów.

Czarna, syпка herbata powinna mieć czarny kolor z określonym odcieniem (czerwonawym, granatowym, błyszczącym, pomarańczowym) w zależności od różnic w uprawie rośliny i obróbce.

Szara, matowa barwa listków herbaty oznacza, że herbata jest złej jakości.

Herbata liściasta powinna mieć listki całe, nieuszkodzone. Jest wielu zwolenników takiej właśnie herbaty. Całe listki lepiej chronią aromat, mniej wietrzeją, mniej pochłaniają wilgoci i obcych zapachów.

Najbardziej znane rodzaje czarnej herbaty:

Herbaty indyjskie i cejlońskie - o ostrym, herbacianym smaku i intensywnym, mocnym naparze. Większość smakoszy przyznaje wyższość herbatom cejlońskim.

Z herbat indyjskich najbardziej popularnymi są: *herbaty asamskie* z położonego w północnych Indiach Asamu, *Darjeeling* z Zachodniego Bengalu - jedna z najlepszych herbat na świecie o miodoworożanym smaku i aromacie oraz *Madras* z południowych rejonów Indii - herbata o charakterystycznym, ostrym smaku.

Herbaty chińskie - delikatniejsze, bardziej miękkie i aksamitne w smaku, odznaczają się dużą różnorodnością smaków i zapachów nawet bez sztucznego aromatyzowania. Najsłynniejsza z licznych odmian chińskiej herbaty to Yunan liściasta herbata o mocnym, cierpkim a jednocześnie głębokim, aksamitnym aromacie i smaku.

Na rynku obecnych jest także wiele innych rodzajów herbat powstałych przez mieszanie poszczególnych gatunków.

Herbaty aromatyzowane - ilość smaków herbaty powiększana jest przez tzw. aromatyzowanie. Odbywa się ono na dwa sposoby. Pierwszy z nich polega na dodawaniu do gotowych, suchych listków czarnej herbaty kwiatów lub innych pachnących części roślin. Dodane w odpowiednich proporcjach przekazują swój zapach i aromat listkom herbacianym. Po odpowiednio ustalonym czasie dodatki zostają wyjęte, a pozostaje przesiąknięta smakiem i zapachem „pachnąca” herbata. Do najbardziej znanych „amortyzatorów” należą m.in.: jaśmin, czarny bez, pachnąca oliwka, gardenia florydzka, agłaja pachnąca, mireja egzotyczna i chlorant - rośliny rosnące na Dalekim Wschodzie. Innym sposobem jest aromatyzowanie listków herbacianych za pomocą aromatycznych esencji, głównie substancji chemicznych. Jest to sposób dużo mniej kosztowny, ale niestety już nie tak szlachetny i zdrowy.

c.d.n.



Czy wiesz że:

Herbata jest rośliną o złożonym, różnorodnym składzie chemicznym. Wykryto w niej ok. 130 składników. W naparze herbacianym znajdują się m.in.: związki garbnikowe, olejki eteryczne, alkaloidy, związki białkowe i aminokwasy, pigmenty i witaminy.

SŁODKIE PRZEKĄSKI



Bułka z rabarborem

Pyszna drożdżowa bułka ze słodkim nadzieniem rabarbarowym polana lukrem.



Bułka z truskawkami

Drożdżowa bułeczka z nadzieniem truskawkowym.



Bułka z brzoskwinia

Drożdżowa bułeczka z nadzieniem brzoskwińowym, obłana lukrem.



Jagodzianka

Drożdżowa bułka z wysmienitymi jagodami.



Grzebień z marmoladą

Pyszna bułka drożdżowa z marmoladą, obłana słodkim lukrem.



Kajmak

Wafelek z nadzieniem kakaowo-orzechowym w pysznej polewie czekoladowej.



Gniazdko

Klasyczne parzone ciasto, oblane słodkim lukrem.



Marselinka

Lekka bułeczka z ciasta francuskiego, z nadzieniem truskawkowym, wiśniowym lub jabłkowym.



Bułka z jabłkami

Drożdżowa bułka trójkątna, z aromatycznym nadzieniem jabłkowym.



Oponki

Delikatne serowe oponki obsypane cukrem pudrem.



Bułka z wiśnią

Drożdżowy rożek z nadzieniem wiśniowym.



Babeczka z jabłkiem

Pyszna babeczka z kruchego ciasta, z jabłkami i cynamonem.



Pączek

Klasyczny pączek drożdżowy, z nadzieniem z róży, czekolady lub kiwi.



Bułka z makiem

Pyszna drożdżowa bułka z makiem polana słodkim lukrem.



Bułka z serem

Klasyczna bułeczka drożdżowa z serem.



Ślimak drożdżowy

Klasyczna bułka drożdżowa z kruszonką i lukrem.



Bułka budyniem

Delikatna bułka drożdżowa z budyniem, obłana lukrem.



Spandau

Lekkie francuskie ciasto z budyniem i nadzieniem malinowym lub jabłkowym.



Rogalik marcepanowo-malinowy

Kruchy rogalik z ciasta francuskiego, z nadzieniem marcepanowo-malinowym.



Mufinka

Babeczka z puszystego ciasta biszkoptowego o smaku cytrynowym lub czekoladowym.



Czekoladowy specjal

Ciastko drodowe z kawałkami czekolady.

Auto na lato

W słoneczne, ciepłe dni nie warto siedzieć w domu. Trzeba koniecznie wybrać się za miasto, aby nabrać dystansu do codziennych obowiązków i zobaczyć budzącą się do życia przyrodę.

Na bliższe trasy najlepsze są własne nogi lub rower, na dalsze polecamy cztery kółka, które w odróżnieniu od pociągu czy autobusu dają nam niezależność i prawie nieograniczone możliwości. Nowoczesnymi samochodami możemy dotrzeć nawet tam, gdzie kończy się droga.

Na letnie rodzinne wycieczki najlepszy jest mini van, zmieści się w nim wszystko co potrzebne na wakacyjną wycieczkę lub letni piknik.

Dla tych, którzy chcą poczuć adrenalinę i wiatr we włosach proponujemy samochód z otwartym dachem - cabriolet, a na trudniejszą trasę pick-up'a.

Poniżej przedstawiamy kilka najnowszych modeli marki Ford. Nowoczesne rozwiązania, jakie oferują zapewnią nam i naszym bliskim maksymalny komfort, bezpieczeństwo i niezapomniane wrażenia.



Ford Focus Coupé-Cabriolet

Focus Coupé-Cabriolet - najnowsza propozycja Forda - jest oparty na koncepcyjnym Fordzie Focus Vignale z 2004 roku. Ten 4-miejscowy samochód jest pierwszym Fordem wyposażonym w elektrycznie składany twarde dach (czas złożenia - 29 sekund).



Ford C-Max

Ford C-MAX jest kompaktowym mini vanem klasy MAV (Multi-Activity-Vehicle), zbudowanym na bazie Forda Focus. Panoramiczny dach pozwala na doskonałą widoczność. Samochód występuje w wersji 5-cio osobowej, z możliwością zmiany rozmieszczenia tylnych foteli.



Ford S-Max

Komfortowy 5-cio drzwiowy Van z 2 lub 3 rzędami siedzeń (32 sposoby na ustawienie foteli). Bagażnik - 1050 l (po złożeniu siedzeń 2000). Posiada doskonałą precyzję układu kierowniczego i doskonałe zawieszenie na bazie Forda Mondeo (możliwość dokupienia regulacji charakterystyki zawieszenia w trzech wersjach).



Ford Kuga

Nowy Ford Kuga (premiera w połowie 2008r.) to ekscytujący samochód typu crossover z napędem na cztery koła, 6-biegową skrzynią biegów, łączący styl z technologią i gwarantujący zarówno wyjątkową dynamikę jazdy, jak i właściwości pojazdu sportowo-terenowego. Ciekawostką jest możliwość wyboru napędu - na przednią oś albo z inteligentnym systemem 4x4 Haldex.



Ford Ranger

Nowoczesny i świetnie wyposażony pick-up z napędem na 4 koła, łączący użyteczność i wygodę. Jest w stanie przetransportować 1,1 tony ładunku (pojemność 1266 l). Występuje w trzech odmianach nadwozia: z krótką, przedłużoną i podwójną kabiną. Napędzany jest dwoma wysokoprężnymi silnikami 2,5 oraz 3,0 litry. Idealny do ciężkiej pracy i na trudne trasy wycieczkowe.

Wszelkie informacje pochodzą od firmy:

AUTO-SKAR

Autoryzowany Dealer Forda

Kielce ul. Krakowska 161

tel. +48 41 252 04 04

www.autoskar.com.pl

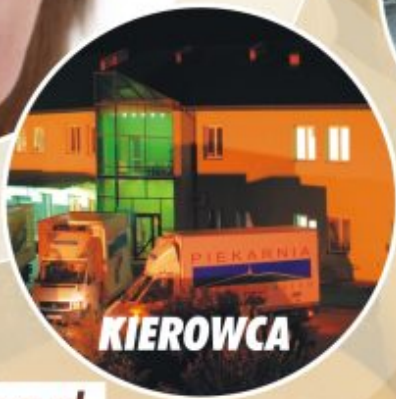
PRACA DLA CIEBIE



SPRZEDAWCA



CUKIERNIK



KIEROWCA

Szukasz pracy?

Zgłoś się i pracuj z nami!
Szukamy Sprzedawców,
Cukierników, Kierowców
i Elektryków.

Oferujemy:

- umowę o pracę,
- miłą atmosferę w pracy,
- możliwość rozwoju zawodowego,
- atrakcyjne wynagrodzenie.

PIEKARNIA
POD TELEGRAFEM

Piekarnia Pod Telegrafem
ul. Ściegiennego 258C
25-116 Kielce
tel/fax: (+48 41) 361-35-00

e-mail: rekrutacja@podtelegrafem.pl

www.podtelegrafem.pl



TELEGRAF POLECA

Pieczyno czosnkowe

Składniki:

- Bułka Wrocławska z Piekarni "Pod Telegrafem",
- 4-5 ząbków czosnku,
- 10 dkg masła,
- 15 dkg sera żółtego.

Bułkę pokroić na kromeczki. Masło rozpuścić. Czosnek obrać, posiekać (utrzeć na tarce lub zmiążyć) i wymieszać z rozpuszczonym masłem. Ser utrzeć.

Masłem z czosnkiem pokropić równomiernie kromki bułki, na nich położyć utarty ser, włożyć do rozgrzanego piekarnika i zapiec.

Można dodać salami lub ulubione zioła.
Pieczyno najlepiej smakuje z sałatką wiosenną lub witalną. Gotowe sałatki można zakupić w wybranych punktach Piekarni "Pod Telegrafem".

Smacznego!



Nie przegap!

- 26-29.06 II Europejska Olimpiada Zabaw Dawnych i Zapomnianych - Muzeum Zabawek i Zabawy w Kielcach
- 27-29.06 IV Świętokrzyski Piknik Jurajski - Baltów
- 28-29.06 Ogólnopolski Turniej Sołtysów - Wąchock
- 28-29.06 X Jubileuszowy Turniej Rycerski o Miecz Króla Kazimierza Wielkiego - Plac Zamkowy w Szydłowie
- 28-29.06 Święto Kielc
- 1.07-31.08 Wakacje z zabawką - warsztaty plastyczne - Muzeum Zabawek i Zabawy w Kielcach
- 5-6.07 Turniej Rycerski o Miecz Zawiszy Czarnego - Rynek w Sandomierzu
- 7-20.07 35 Harcerski Festiwal Kultury Młodzieży Szkolnej Kielce
- 19.07 Noc Światła i Dźwięku - Plac Zamkowy w Szydłowie
- 27.07 Chałupkowe Garncynki - Chałupki, plac obok Ośrodka Tradycji Garncarstwa
- 27.07 Szanty w Sandomierzu - Rynek w Sandomierzu oraz Bulwar nad Wisłą
- 1-31.08 Miesiąc z klockami LEGO - Muzeum Zabawek i Zabawy
- 16-17.08 Dymarki Świętokrzyskie - Nowa Słupia

zagadka logiczna

Policz, ile trójkątów znajduje się na obrazku.



Rozwiązaniem krzyżówki z nr. 09/08 jest: "B - lotrem, C - rycerzem".

Nagrody otrzymują:

1. Andrzej Wielgus - Kraków
2. Tadeusz Plisak - Kielce
3. Ewa Chorab - Starachowice
4. Zofia Lisowicz - Kielce
5. Beata Miazga - Kielce

W tym numerze do wygrania 5 bonów o wartości 50 zł każdy, do zrealizowania w Piekarni "Pod Telegrafem". Nagrodzimy pierwsze pięć osób, które nadeślą prawidłowe rozwiązanie zagadki na adres:

Piekarnia "Pod Telegrafem", 25-116 Kielce, ul. Ściegiennego 258c



Na ciepłe dni i wieczory proponujemy lekką przekąskę - własnoręcznie przygotowane pieczywo czosnkowe. Razem z pyszną sałatką można je zabrać na rodzinny piknik.



**Pieczywo
czosnkowe**