

1. novinski clanak by Just Cake Girl :) 1st newspaper article by Just Cake Girl :))

Evo izašao je jedan projekt koji sma spomenula protekli tjedan :) Za naš Regionalni tjednik radila sam tutorial kako napraviti doma?i sladoled! Regionalni tjednik je najtiražniji regionalni list u Hrvatskoj koji izlazi svaki tjedan u 50.000 primjeraka i dostavlja se do ku?a i stanova diljem Varaždinske i Me?imurske županije i potpuno je besplatan.U tu ?ast izmiksala sam sladoled od jagoda i borovnica :) Pa evo u nastavku slika iz novina i recept a možete ga pogledati i na ovom [linku](#) :))

Here is another project i've been talking about last week! I made a tutorial for our local newspaper called "Regionalni tjednik" for home-made ice cream. "Regionalni tjednik" has the largest circulation of the local paper in the whole Croatia, it is printed every week in 50 000 pieces and deliver to homes across our region and it is completley free! In this honor I mixed up a strawberry and blueberry ice cream! So here is the newspaper pic and the link to their [page](#) :))

Trudnoća

Martina ŠEBUŠAN
 lezica@novosti.hr | @lezi
 0130021300@net.hr
 martinasebus@gmail.com



Neprocjenjivo kretanje

Često zabavljamo da je naše tijelo najveće bižago koje posjedujemo. Ne postaju novac koji bi mogao zaslužiti više dobro fizičko ili psihološko zdravlje. Obično toga postajemo svjesni u trenutku nake bolasti ili duplojajne ozljede.

Nuše tijelo je neizmjeran motorizam i ako malo zasobate i razmišljate, shvatit ćete o čemu govorim. Potrebna je nevjerojatna energija svakog dijela tijela da bi se u cjelini mogla pravilno funkcionirati. Ako jedan dio ne radi dobro, neće doći do rješavanja cjelovitog sustava. Suvremeni život donosi opet našu energiju i vrijeme i sve rjeđe se posvećujemo našim svojim aktivnostima i kvaliteti života. Kvaliteta je doživljeno naš staj, glasnici mozilje, a bezbroj putuje u čijemto zametanju. Sve čine kvalitativno izravno bolove, uklopnosti, neprotost i slične tegobe.

Kretanje je neprocjenjivo i poboljšava rad većine unutarnjih organa, srca, pluća i probavnog sustava. Priz svega mislim da je kretanje najvažnija stvar koja svakodnevno života kako bi se održali naša sveočula osjetljivost. Životu od nas je ojetno nelagodu koju izaziva bol i zbog nje se najčešće odlučujemo ne vježdati. Naravno, ako je to bol koja izaziva velike probleme i smetnje u svakodnevnom funkcioniranju, obavezno posjetite liječnika. Ali ako je to slaba bol, počnite vježdati. Moć oja treba biti jasan, ako imate zdravu volju, njom ćete uvijek naplatiti slobu i zdravlje.

Posobite svjesni da je vježbanje proces. Vježbanjem gradite svoje tijelo za aktivnosti prikladne u svakodnevnom životu. Tijekom svake vježbe prilagodite čete svoj položaj tijela prema rješenju gdje bi ona pravilno trebala biti. Ne samo je da odijete koje su to točke vaše neosvojivosti, no i da učinite potrebne prilagodbe kako biste ispravili te nedostate. Vaše tijelo ina koristi od svake vježbe. Pokrenite se!

RADIO-MAX
99,3 MHz
 CERJE NEBOJSE 151
 TEL / FAX (042) 759 - 489
 radio-max@vz.htnet.hr
 www.radiomax.hr

KUĆNA RADINOST Vruće ljetne dane rashladite slasticama
Domaći sladoled

■ Ukoliko pri ruci imate svježe voće, uz malo maštovitosti i dobre volje za nekoliko sati možete imati i ukusni domaći sladoled

IZRADA PO KORACIMA:



Slagatin mlazernu prvo sameljite voće i vrhnje



Litajte kremu, stavite borovnicu, pa opet kremu



Zalivajte kalupe i stavite ih u zamrzivač

PIŠ: IVANA KOPICE
www.justcakegirl.com

Minogima od nas u djetinjstvu su mama radile domaći sladoled, kojeg se specijalno savjetujemo na ljetu. U zadnjih par godina nisam se susrela s tim, jer ljudi sve više kupuju sladoled i misle da se za domaći sladoled treba puno vremena i znanja, a zapravo je sve u malo mašte i dobre volje.

Bez pola muke

Domaći sladoled možemo napraviti se svega dvije do tri namirnice i misu vam potrebni posebni kalupi. Kao kalup vam može poslužiti i obična plastična čaša u koju umetnete drveni štapić kao dršak.

Završni sladoled potrebno vam je voće po želji, u ovom slučaju jagode i borovnice, i slatko vrhnje za slag.

Prvo sameljite jagode i slatko vrhnje. Slagatin mikserom dok ne postane kremasto (punite kalupe ili čaše do pola).

Ostavite nekoliko komada borovnica sa slagom, a ostatak borovnica i vrhnja ponovo slagatin mikserom sameljite dok ne postane kremasto. Na kremu od jagode do-

ka kalup vam može poslužiti obična plastična čaša u koju umetnete drveni štapić kao dršak

čaje nekoliko borovnica, a na sve to ulijte kremu od borovnica. U ovom sladoledu koristi se samo šećer iz voća, pa ako volite sladoled, dodajte malo šećera.

Zalivajte kalup ili u čašice stavite drveni štapić i preko noći ocuvajte u zamrzivaču. Drugi dan izvadite iz zamrzivača, pospite da odvojite pet minuta i - nasajte. Zdrav, domaći i brzo pripremljen sladoled!

SASTOJCI I MATERIJAL

- 150 grama borovnica
- 120 grama jagoda
- 200 ml slatkog vrhnje za slag (150 ml za svaku voće)
- Plastične čaše
- Drveni ili plastični štapići
- Po želji možemo dodati šećer



Rezultat ukusnog domaći sladoled!

Kozmetički savjeti

Kako treba tretirati osjetljivu kožu?

Što je koža osjetljivija, to je niži prag tolerancije. Osjetljiva koža nije tip kože nego je povremeno ili stalno stanje kože. Uzročnici stanja su osjetljivosti kod pojedinih su osoba različiti. U obzir treba uzeti dvije stvari:

1) PREVENCIJA - šteti kožu od vanjskih štetnih elemenata, ograničiti prodiranje iritirajućih čimbenika kroz površinu kože, štiti kožu od UV zračenja, koristiti proizvode bez alergena.

2) KOREKCIJA - ponovno ojačati funkciju barijere kože, ojačati stanice i povećati prag tolerancije. Najvažnija stvar je prva odrediti uzrok osjetljivosti kože da bi ga se uklonilo. Nakon toga treba koristiti prikladne kozmetičke proizvode za tretiranje problema i nadopunjavati da se osjetljivost pogorša.

Svim ženama s osjetljivom ili reaktivnom kožom koje žele tretman za trenutno umirenje preporučujem tretman hladnom morskom maskom koja poboljšava cirkulaciju krvi i umiruje kožu. Kada je bolje opskrbljena krvlju, osužena i blistava. Osjetljivi povezani s osjetljivošću se pube, a javlja se osjetljivi intenzivno, umirujuće svježine.

PIŠ: IVANA KOLJAK DIBIĆ
 Beauty coach, trenerica, predavačica i mentorka u području zdravlja

Plus Regionalni

ČITAJTE REGIONALNI ONLINE!!!

POČETNA | AKTUALNO | ŽIVOT | CRNA KRONIKA | **LIFESTYLE** | SPORT | KULTURA | ŠKOLARSTVO

MODA I LIJEPIOTA | PUTOPISI | ZDRAVLJE | MODNI KAMELEON | **HRANA I PIĆE** | OBITELJ I VEZE

YOU ARE HERE: **LIFESTYLE** > **HRANA I PIĆE** > ANTONIO, NAPRAVI MI SLADOLED...

Antonio, napravi mi sladoled...

SUBOTA, 02 SRPANJ 2011 10:35

Mnogima od nas u djetinjstvu su mame radile domaći sladoled, kojeg se sjećamo s osmijehom na licu.

U zadnjih par godina nisam se susrela s tim, jer ljudi sve više kupuju sladoled i misle da im za domaći sladoled treba puno vremena i znanja, a zapravo je sve u malo mašte i dobre volje.

Bez pola muke

Domaći sladoled možete napraviti sa svega dvije do tri namirnice i nisu vam potrebni posebni kalupi. Kao kalup vam može poslužiti i obična plastična čaša u koju umetnete drveni štapić kao držač.

Za voćni sladoled potrebno vam je voće po želji, u ovom slučaju jagode i borovnice, i slatko vrhnje za šlag.

Prvo sameljite jagode i slatko vrhnje štapićnim mikserom dok ne postane kremasto i puniti kalupe ili čaše do pola.

Ostavite nekoliko komada borovnica sa strane, a ostatak borovnica i vrhnja ponovo štapićnim mikserom sameljite dok ne postane kremasto.

Na kremu od jagode dodajte nekoliko borovnica, a na sve to ulijte kremu od borovnica. U ovom sladoledu koristi se samo šećer iz voća, pa ako volite slađe sladolede, dodajte malo šećera.

Zatvorite kalup ili u čašice stavite drveni štapić i preko noći ostavite u zamrzivaču. Drugi dan izvadite iz zamrzivača, pustite da odstoji pet minuta i - navalite.

Zdrav, domaći i brzo pripremljen sladoled!

Sastojci i materijal:

- 150 grama borovnica
- 150 grama jagoda
- 300 ml slatkog vrhnja za šlag (150 ml za svako voće)
- Plastične čaše
- Drveni ili plastični štapići
- Po želji možete dodati šećer

TIHANA KOPREK
www.justcakegirl.blogspot.com



Just Cake The Cupcake

Life is uncertain, eat dessert first!

<http://www.justcakegirl.com>

Sastojci:

Ingredients :

150 grama borovnica

150 g blueberries

150 grama jagoda

150 g strawberries

300 ml slatkog vrhnja za šlag (150 ml za svako vo?e)
fruit)

300 ml cream (150 ml for every

Po želji še?er

If you wish sugar



Okupajte borovnice u 150 ml slatkog vrhnja za šlag i izmiksajte sa štapnim mikserom. Isto to u?inite sa jagodama pa punite kalupe pola-pola sa mješavinama i smrzните preko no?i :) Drugi dan doru?kujte borovnice i jagode u smrznutom obliku :) Ja nisam dodavala še?er ali po želji se može dodati pa onda samo malo duže miksti! Isto tako možete dodati svježe borovnice u sladoled :)

Let the blueberries take a bath in the cream and mix them well with the mixer. Make the same thing with the strawberries and fill the moulds half-half with the mixture. Let them freeze over night and eat blueberries and strawberries ice cream for breakfast the next day :) You can also add some sugar if you wish, but I didn't! You can also add some fresh blueberries to the ice cream!

Just Cake The Cupcake

Life is uncertain, eat dessert first!
<http://www.justcakegirl.com>



Just Cake The Cupcake

Life is uncertain, eat dessert first!
<http://www.justcakegirl.com>



Just Cake The Cupcake

Life is uncertain, eat dessert first!

<http://www.justcakegirl.com>



Just Cake The Cupcake

Life is uncertain, eat dessert first!
<http://www.justcakegirl.com>





Ja sam prezadovoljna rezultatom, brat je smazao dva odjedamput i veli da su odli?ni, a ako on to veli zna?i da je tako :))) Ugodan tjedan svima želim :)

Just Cake The Cupcake

Life is uncertain, eat dessert first!

<http://www.justcakegirl.com>

I am thrilled with the result, my brother ate two of them in a row and that means that they are good!
Have a nice week :)

The logo for 'Just Cake Girl' is centered within a thin, light pink rectangular border. The text 'Just Cake Girl' is written in a pink, serif font. On either side of the text is a solid pink circle, serving as a decorative element.

● Just Cake Girl ●