

İKLİM CATERING  
E-BÜLTEN TEMMUZ 2020



## İçindekiler



Emrah SAĞDIÇ / Satış Müdürü  
Sevgili Okurlar,

Koca bir ayı daha geride bıraktık. Yemek sektöründe yazlar genellikle düğün, davet ve organizasyon hizmetlerinden dolayı yoğun geçerken, bu sene pandemi dolısıyla oldukça sakin. Sağlık olsun.

2020 yılında kır düğünleri ve açık hava düğünleri tercih edilirken, birçok çiftte nikahlanıp düğünlerini 2021 yılına erteliyor.

Keyifli Temmuz sayımızda; Kırmızı Et'in Faydaları, Kapadokya'nın güzelliklerini DRM ETİKET Genel Koordinatörü Ebru SÖNMEZ ile söyleşimizi, etkinlik ve aktivitelerimizi sizlerle paylaşacağız.

Yaklaşan Kurban Bayramıyla birlikte, Herkesin Kurban Bayramını En İçten Dileklerle Kutlar, Hepbirlikte Sağlık Dolu Nice Bayramlar Dilerim.

### Sektörel

KDV İndirimi

### Beslenme Üzerine

Kırmızı Et'in Faydaları

### Söyleşi

DRM ETİKET - Ebru SÖNMEZ

### Gezi

Kapadokya

### İKLİM CATERING AR-GE Mutfağından

Dana Kavurma

### Bizden Haberler

İstoç'un Devleri

### Hoşgeldiniz

Temmuz 2020'de İKLİM CATERING Ailesine Katılanlar

Toplu Yemek'te  
KDV % 1



## Değerli Müşterilerimiz;

Yiyecek - İçecek sektörlerinde  
31.07.2020 - 31.12.2020 tarihleri arasında  
KDV İndirimi yapılmıştır.

31.07.2020 - 31.12.2020 tarihleri arasında  
düzenlenecek olan faturalar

**%1 KDV**  
oranıyla düzenlenecektir.

# beslenme üzerine kırmızı et'in faydaları



## KIRMIZI ET HAKKINDA BİLİNMESİ GEREKENLER

Kırmızı et yüksek kalitede esansiyel amino grup asit içeren protein, demir ve çinko yönünden zengindir. Gıdalardan alınan demirin sindirilmesine yardımcıdır. B grubu vitaminler için zengin bir kaynaktır. Dolayısıyla toplumda yaygın olarak görülen beslenme yetersizliklerini büyük ölçüde azaltabilmektedir.

Günlük alınması gereken protein miktarı erişkin bir erkekte 55 gr., kadında ise 45 gr'dır. Bu miktar hastalık ve yüksek aktivite gibi durumlarda artabilmektedir. Gelişme çağındakilerin hayvansal proteinlere ihtiyacı fazladır. Belirtilen miktardaki protein yüksek kaliteli ve sindirilebilir olmalıdır. Hayvansal proteinlerin% 75'inden, bitkisel proteinlerin% 50'sinden faydalanılabilir. Bu kapsamda hayvansal gıdaların içerdiği protein bitkisel gıdalara kıyasla çok daha kalitelidir. Kırmızı et en değerli hayvansal protein kaynağıdır.

Et kan yapar ve kansızlığı önler. Bedeni canlı ve güçlü kılar. Zihinsel gelişmeyi sağlar. Şişmanlığı önler.

Kırmızı etin büyümede önemli etkisi vardır. Kırmızı et, önemli bir vitamin ve mineral kaynağıdır.

Et ve et ürünleri; Tiamin, Riboflavin, Niasin, Biotin, B6, B12, Pantotenik asit, Folasin gibi B kompleks vitaminler için önemli bir kaynaktır. Ayrıca Demir, Çinko, Manganez için de mükemmel bir gıdadır. Çinko ve demir eksikliğinin giderilmesinde önemli rol oynamaktadır. B12 vitamini sayesinde sinir hücrelerinin büyümesi ve tamirinde etkin rol oynar. Vitamin B12 karbonhidratlar, protein ve yağların işleme tabi tutulması için gereklidir. Aminoasitlerin işlevinde rol oynamaktadır. Folik asit ile bileşimi sinir hücrelerinin kılıflarının korunabilmesi ve DNA sentezi için gereklidir; sinir iletilerini kolaylaştırır.

Kırmızı et, demir deposudur.

Gıdaların içerdiği demirin insanlar tarafından sindirilmesi, maddenin kimyasal formuna, beraber alındığı diğer gıdalarla etkileşimine ve bireyin fizyolojik faktörlerine göre değişmektedir. Etteki demirin yarısı hemoglobinde bulunmaktadır ve sindirilme oranı % 35 civarında olup bitkilerdeki demirin sindirilme oranına (% 1- 10) göre oldukça yüksektir.





Ebru SÖNMEZ DRM ETİKET Genel Koordinatörü

**Merhaba Ebru Hanım, Söyleşi talebimizi kırmayıp bize vakit ayırdığınız için çok teşekkür ederiz. Sizi tanıyabilir miyiz?**

1986 İstanbul doğumluyum. İlköğretim ve Lise eğitimimi İstanbul'da tamamladım. Ardından Selçuk Üniversitesi İktisat bölümünü bitirdim. 2005 Yılında çalışma hayatıma başladım. 2 Yıdır DRM ETİKET'te Genel Koordinatör olarak çalışıyorum. Evli ve bir çocuk annesiyim.

**Bize DRM ETİKET Hakkında bilgi verir misiniz?**

DRM Tasarım ve Baskı, etik değerlere bağlı kalmayı ilke edinerek kaliteli hizmet ve ürün grubu sunmayı misyon haline getirmiş bir şirkettir. Ticaret hayatına Tasarım firması olarak başlayan DRM, şu an birçok sektörde ticari varlığına devam etmektedir.



drm®  
*dreamer, realistic, magic*



**DRM TASARIM VE BASKI HİZM. TİC.LTD.ŞTİ.**

Beysan Sanayi Sitesi Yakuplu Mah. Fuar  
Cad. No.:15/4 Beylikdüzü / İSTANBUL

T: 0212 438 60 52

F: 0212 438 60 53

M: info@drmajans.com

W: www.drmajans.com

### İKLİM CATERING'ten aldığınız hizmetten memnun musunuz?

Öncelikle İKLİM CATERING' e verdiği lezzetli hizmetten dolayı çok TEŞEKKÜRLER. Aldığımız hizmetten son derece memnunuz.

### Bir yemek firmasından beklentileriniz nelerdir ve İKLİM CATERING bu beklentileri karşılayabiliyor mu?

Yemek firmasından en öncelikli beklentimiz temiz olması, bunun dışında hizmet kalitesinin zamanında olması, münülerinin uyumlu olması ve güvenilir olmasıdır. İKLİM CATERING, bu vasıfların hepsini taşıyan düzgün bir yemek firması.

### İKLİM CATERING' münülerini nasıl buluyorsunuz?

İKLİM CATERING'in münüleri gayet uyumlu ve doyurucu. Bunun dışında içinde bulunulan mevsime göre yemekler geliyor. Bu durumda da her şey mevsiminde tüketilmiş oluyor.

### İKLİM CATERING'i tanıdıklarınıza tavsiye edermisiniz?

Lezzet, zamanında servis ve çözüm hızından dolayı İKLİM CATERING'i gönül rahatlığıyla herkese tavsiye ederim.

### Ebru Hanım, Bu güzel sohbet için size çok teşekkür ederiz. Son olarak neler söylemek istersiniz?

Bende sizlere teşekkür ederim, keyifli bir sohbetti. İKLİM CATERING'e başarılarının devamını dilerim. İKLİM CATERING'i herkese tavsiye ediyorum.

Saygılarımla,  
Ebru SÖNMEZ  
DRM ETİKET GENEL KOORDİNATÖRÜ



## Kısaca Kapadokya . . .

Nevşehir, Kırşehir, Niğde, Aksaray ve Kayseri'yi içine alan ve genel olarak Kapadokya denilen bölge, bundan yaklaşık 60 milyon yıl önce, Erciyes Dağı, Güllü Dağı ve Hasan Dağı'nın yarattığı volkanik arazinin küllü ve yumuşak tabakasının, milyonlarca yıl boyunca rüzgar ve yağmur suları ile aşınması ile şekillenmiş, oldukça karakteristik bir bölge. Her ne kadar bu bölgenin temelini doğal koşullar oluştursa da burada insan eliyle oyulmuş peri bacaları içinde yaşanan hayatlar, Kapadokya'nın asıl büyüğü yanını oluşturuyor.

Dünyanın birkaç bölgesinde de görülen peri bacaları başka hiçbir yerde Kapadokya'da olduğu kadar yoğun bir şekilde görülmemektedir. Times Gazetesi'nde yayımlanan "Dünya'nın Yeni 25 Harikası" listesine 5. sıradan giren Kapadokya, aynı zamanda da 1985'ten beri UNESCO Dünya Kültür Mirasları Lis-

## Kapadokya'da Gezilecek Yerler . . .

Göreme Açık Hava Müzesi, Güvercinlik Vadisi, Aşk Vadisi, Güllüdere Vadisi, Zemi Vadisi, Göreme Panaroma İzleme Noktası, Uçhisar Kalesi, Tığraz Kalesi, Paşabağ Rahipler Vadisi, Şarap Mahsenleri, Çavuşin Köyü, Özkonak Yeraltı Şehri, Sarıhan Kervansarayı, Alaaddin Camii, Avanos Saç Müzesi, Çanak Atölyeleri, Temenni Tepesi, Mazı Yer Altı Şehri, Üç Güzeller.

50



# iklim catering ar-ge mutfağında dana kavurma



## MALZEMELER

- 500 gram dana (Kontrfile) kuşbaşı
- 100 gram dana kavram yağı
- 1 adet orta boy kuru soğan
- 1 çay kaşığı tuz, karabiber, kimyon
- 1 tatlı kaşığı kekik

## HAZIRLANIŞI

Tencereyi iyice kızdırıp kavram yağını koyun ve kıkırdak oluşana kadar ara sıra karıştırarak yağların erimesini sağlayın. Yağlar eridikten sonra kalan kıkırdakları süzgeç yardımıyla yağın içinden çıkarın.

Sıcak iç yağın içine kuşbaşı etleri koyup, 10 dakika kadar yüksek ateşte kavurun. Sonra lezzet vermesi için kabukları soyulmuş bütün soğanı içine atın ve biraz daha kavurun.

Tencerenin kapağını kapatın ve kısık ateşte ara ara karıştırarak yaklaşık 1 saat kendi suyu ile pişirin. Bu süre içerisinde etin suyu kalmazsa 1 su bardağı su ekleyebilirsiniz.

Yaklaşık 1-1,5 saat kadar piştikten sonra tuz ve baharatlarını ilave edip iyice karıştırdıktan sonra servis edebilirsiniz.

Püf Noktası: Kavram yağı hayvanın (büyük baş) iç organlarının çevresinde olan gözenekli yağdır. Yani dananın bütün vücudunu saran yağdır ve kuyruk yağı ile karıştırılmamalıdır. Ete hem lezzet verir hem de yumuşak olmasını sağlar.

**Dana Kavurma / 4 Kişilik**

**a f i y e t o l s u n**





TEMMUZ 2020' DE  
İKLİM CATERING'İ TERCİH EDEN  
TÜM MÜŞTERİLERİMİZE  
**TEŞEKKÜR EDERİZ.**



## KÜNYE

### İMTİYAZ SAHİBİ

İKLİM TOPLU YEMEK ÜRETİM TURZ. GIDA SAN. VE TİC. LTD. ŞTİ.  
Yakuplu Mah. Safir Sk. No.: 112 / 217 Beylikdüzü / İSTANBUL

TEL: 0 212 689 90 04 / FAX: 0 212 422 04 64

info@iklimcatering.com / www.iklimcatering.com

### EDİTÖR

Emrah SAĞDIÇ / İKLİM CATERING SATIŞ MÜDÜRÜ  
emrah.sagdic@iklimcatering.com

Yayın Türü: Her Ay Düzenlenen Online / Dijital Yayın

Sayı: 2020 / 7

Bu sayımızdaki destekleri için;  
Nevşehir Belediyesi'ne,  
DRM ETİKET Genel Koordinatörü Ebru SÖNMEZ'e  
İKLİM CATERING YÖNETİMİ' ne  
TEŞEKKÜR EDERİZ.