

REÁL

online
magazin

A HÓNAP SZTÁRJA:
Szobi gyümölcsital 12%

narancs, alma, fehérszőlő 1 l

**Új Reál Pakk
strandoláshoz!**



**A NYÁR
KEDVENCE:
A LÁNGOS**

részletek a 6–9. oldalon.

**Ismerjük meg
jobban a Reál
Légiót!**

Extra online ajánlataink

Érvényesség: 2023.07.05 - 16.



799Ft

Reál tojás nélküli száraztészta Fodros nagykocka, Szarvacska 1 kg



279Ft

Falusi UHT tej 1,5% 1 l
279 Ft/l



169Ft

Natur aqua ásványvíz,
többféle 1,5 l

113 Ft/l



499Ft

Lipton Ice Tea,
többféle 1,5 l

333 Ft/l



659Ft

Reál sós kisperec 300 g
2197 Ft/kg



2069Ft

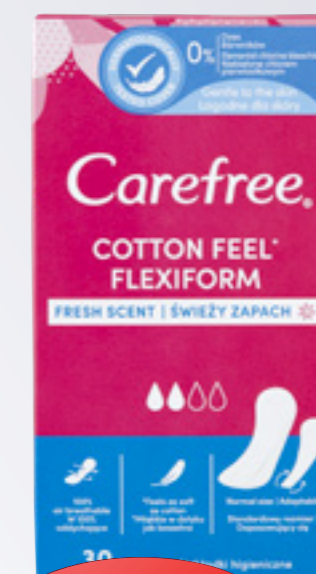
Unicum 40%, 0,2 l
10345 Ft/l



499Ft

Aquafresh fogkrém
Fresh & Minty, White & Shine 100 ml

4990 Ft/l



599Ft

Carefree tisztasági betét,
többféle 30 db

20 Ft/db

Folytatódik a Reál online magazinja!

Májustól minden hónapban az országos újság mellett a real.hu weboldalon találkozhatnak velünk az olvasók. Könnyedebb, magazinosabb formában kínálunk extra tartalmakat, például praktikus tippet, játékokat, recepteket, és minden hónapban megjelenik egy új **Reál PAKK** is tele ötletekkel. A nyomtatott formában megjelenő újsághoz képest még **több terméket ajánlunk** a vásárlóinknak. Júliusban

8 db, kizárólag az online magazinban megjelenő termékajánlattal jelentkezünk, hasznos tanácsokat adunk strandoláshoz. Megnézzük, hogy miért szeretjük annyira a lángost, és közelebbről megismerkedünk a Reál Légióval. Reméljük, olvasóink továbbra is élvezettel lapozgatják online magazinunkat, és másoknak is ajánlani fogják.

Ismerd meg jobban a Reál Légiót!

A Reál Légió is megkezdi a nyaralást, és finomabbnál finomabb nyári kedvenceikkel élvezik a legmelegebb hónapokat.

Árpörölynek és Árapródnak - a jó ár-érték arányú termékek egymástól elválaszthatatlan felelőseinek - a fagy a gyengéje. Térlepő - aki a kényelmes és gyors vásárlásról gondoskodik - frissítő citromos limonádéval hűsíti magát. Pannon Pipi - aki a hazai termékeket csípi - az ízletes görögdinnye miatt várja minden évben a nyarat. Szerencsefűrkész a nyerményjátékok szakértője és Hűségkapitány, aki a vásárlók hűségét jutalmazza imádja a lángost, amelyhez mostani online magazinunkban receptet is kínálunk. Természetesen a Reál Légió kedvenceit és a hozzá szükséges alapanyagokat a Reál üzleteiben mindig megtalálod!



Új Reál

PAKK strandoláshoz!

A Reál PAKK egy havonta összeállított virtuális „csomag” aktuális eseményekhez, alkalomhoz kapcsolódó ötletekkel, ajánlatokkal, termékekkel. Júliusi PAKKUNK a nyári melegre való tekintettel a strandoláshoz ad tanácsokat. Nincs is jobb, mint egy forró nyári napon belecsobban a hűs vízbe. A következő tippjeinkkel segítünk neked teljessé tenni ezt az élményt, hogy semmi ne maradjon ki a strandtáskából.

Bőrvédelem

Mindenféleképpen legyen nálunk a bőrünknek megfelelő faktorú naptej vagy napolaj.

Fürdőruha

Strandoláshoz természetesen a fürdőruha a legfontosabb, ebből érdemes többet is magunkkal vinnünk, hogy a nedveset le tudjuk cserélni.

Lábbeli

Ne feledkezzünk meg a strandpapucsról sem, amelynél nem a kinézet számít leginkább, hanem az, hogy minél hamarabb megszáradjon.

Törölköző

Ha van rá lehetőségünk, akkor legyen nálunk több törölköző. Fontos, hogy mindig száraz törölközőt használjunk.

Gyermekekkel

A gyerekekre különösen kell figyelni, hiszen egyáltalán nem veszélytelen velük a napon tartózkodni. A strandsátor nagyon hasznos lehet a vízparton, mert árnyékot ad, bárhol is vagyunk.

Kikapcsolódás

Érdekes magunkkal vinnünk a kedvenc olvasmányunkat vagy egy-két újságot, és persze ne hagyjuk otthon a keresztrejtvényünket sem a hozzá való tollal együtt.

Kiegészítők

A melegben nagyon fontos a fejünk védelme is, amelyet számos kiegészítővel megoldhatunk: kalap, kendő, baseballsapka.



LISTA:

- FÜRDŐRUHA + VÁLTÓ FÜRDŐRUHA
- FEHÉR PÓLÓ
- NAPTEJ
- SAPKA
- TÖRÖLKÖZŐ
- ITAL + NASI
- STRANDLABDA
- MAGAZIN, ÚJSÁG
- NAPERNYŰ VAGY SÁTOR

Amire fekszünk

Az igényeink alapján válasszuk ki, hogy plédet, egy nagyobb strandkendőt, matracot vagy gyékényt viszünk magunkkal

Víz + nasi

Nyáron fokozottan oda kell figyelni a megfelelő mennyiségű folyadék fogyasztására. Mindenképpen vigyünk magunkkal egy-két palack hűtött Reál Mizse ásványvizet vagy a gyerekeknek Reál almaitalt, és jó, ha kéznél van mindig néhány finom Reál nasi is.



A NYÁR KEDVENCE: A LÁNGOS!

Ha nyár akkor hőség. Ha hőség, akkor vízpart és strand. Ha vízpart és strand, akkor büfé. Ha büfé, akkor lángos. Egyértelmű, nem?

Nem telhet el úgy nyár, hogy ne ennének a strandon lángost, igaz? A magyarok egyik kedvenc nyári étele ez a kelt tésztából készült finomság, már-már azt hinnénk, hogy hungarikum, hiszen külföldön nem nagyon találunk, ha igen, azt is magyarok sütik. De a lángos alaptésztáját bizony a 150 éves török hódoltságnak köszönhetjük a töltött paprika, a török fürdők és a kávézás elterjedése mellett.

Kenyér után sütötték

Nem is igazán a mai jellegzetes fokhagymás-sajtos-tejfölös lángos az, amit eltanultunk anno a törököktől. A kulcs az alapanyag, a tészta volt. A lágy, kelt tésztából készült finomságot rendszerint a kenyérsütésből visszamaradt részekből készítették elődeink. A kenyértésztát kerek alakúra nyújtották, majd forró parázson „mezlángolták”. Az új kenyér sütése napján a langallót - ahogyan akkoriban a lángost hívták - hagyományosan reggelire ették az emberek. Némi átfedés volt az ízesítés kapcsán: a lángost anno tejjel, lekvárral vagy porcukorral ízesítve fogyasztották.

Külföldön is népszerű

Az étel népszerűsége az utóbbi évtizedekben az országhatárokon is túlért, köszönhetően valószínűleg a régi, balatoni nyaraknak és az

országhatárok átjárhatóságának. Ma már elismerik és szeretik Németországban, Ausztriában, Romániában, Szerbiában, de Csehországban is.

Manapság már a street food és a parázson sütés elterjedésével az utcai gyorsbüfék kínálatában is megjelent ez a magyaros gasztrocsoda. Ehetjük Budapesten, a Balaton partján, a Mátrában, bárhol kis hazánkban.

A lángos régen egyszerű és olcsó ételnek számított. Ma már ebből talán csak az egyszerű maradt, bár egyre többféle és furcsább ízesítéssel is találkozhatunk. A következő izgalmas recepteket otthon is könnyen és főleg lényegesen olcsóbban is el lehet készíteni, és reméljük, ízleni fog.

Lángos bolognai raguval

Hozzávalók 4 személy részére:

A bolognai raguhoz:

- 50 dkg sertéshús
- 1 kis fej vöröshagyma
- 1 ek olaj
- 2 tk REÁL őrölt piros fűszerpaprika
- fél tk REÁL őrölt fahéj
- 1 tk morzsolt szárított oregánó
- só ízlés szerint
- 1 üveg REÁL sűrített paradicsom
- 1,5 dl víz

A lángoshoz:

- 50 dkg búzafinomliszt
- 1 tk só
- fél tk cukor
- 2,5 dkg friss élesztő vagy 1 csomag szárított élesztő
- 3 dl langyos víz
- 1 liter REÁL étolaj a sütéshez
-

A tálaláshoz:

- 15 dkg reszelt sajt (trappista, gouda)

Elkészítési idő: 90-120 perc

Nehézség foka: könnyű

1. lépés - A lisztet összekeverjük a cukorral, sóval, majd belemorzsoljuk az élesztőt és hozzáadjuk a vizet. A tésztát összegyúrjuk és addig dagasztjuk kézzel vagy géppel, ameddig a felülete sima és fényes lesz. - 10 perc

2. lépés - A tésztát lefedjük folpack-kal és egy konyharuhával, majd duplájára kelesztjük. Ez hőmérséklettől függően 1-1,5 óra.

3. lépés - A hagymát meghámozzuk, apróra vágjuk és az olajon 10 perc alatt puhára pároljuk. - 15 perc

4. lépés - Hozzáadjuk a húst, megsózzuk és átpirítjuk. - 5 perc

5. lépés - A megpirult húst piros paprikával, fahéjjal, oregánóval ízesítjük, hozzáöntjük a sűrített paradicsomot, a vizet, majd az egészet összekeverjük, és közepes hőfokon 30 perc alatt készre főzzük. Ha szükséges sóval ízesítjük. 30 perc

6. lépés - Az olajat egy lábasban felhevítjük. - 3 perc

7. lépés - A megkelt tésztából teniszlabda méretű golyókat csípünk. Megformázzuk, és a forró olajban mindkét oldalát aranybarnára sütjük. - 10 perc

8. lépés - A megsült lángosokat a bolognai raguval és reszelt sajttal tálaljuk.

LÁNGOS

sült fahéjas almával és tejszínhabbal

Hozzávalók 4 személy részére:

Az almaraguhoz:

- 60 dkg alma
- 2 ek REÁL étolaj vagy Falusi vaj
- 2 tk REÁL őrölt fahéj
- 2 ek cukor
- 1 dl víz

A lángoshoz:

- 50 dkg REÁL búzafinomliszt
- 1 teáskanál só
- fél teáskanál cukor
- 2,5 dkg friss élesztő vagy 1 csomag szárított élesztő
- 3 dl langyos víz
- 1 liter REÁL étolaj a sütéshez

A tálaláshoz:

- 1 doboz REÁL tejszínhab spray

Elkészítési idő: 90-120 perc

Nehézség foka: egyszerű

1. lépés - A lisztet összekeverjük a cukorral, sóval, majd belemorzsoljuk az élesztőt és hozzáadjuk a vizet. A tésztát összegyúrjuk, és addig dagasztjuk kézzel vagy géppel, ameddig a felülete sima és fényes lesz. - 10 perc

2. lépés - A tésztát lefedjük folpack-kal és egy konyharuhával, majd duplájára kelesztjük. Ez hőmérséklettől függően 1-1,5 óra.

3. lépés - Az almát meghámozzuk, kicsumázzuk, 1 cm-es kockákra vágjuk, és az olajon a fahéjjal, a cukorral, vízzel együtt magasabb hőfokon megsütjük. - 20 perc

4. lépés - Az olajat egy lábasban felhevítjük. - 3 perc

5. lépés - A megkelt tésztából teniszlabda méretű golyókat csípünk. Megformázzuk és a forró olajban mindkét oldalát aranybarnára sütjük. - 10 perc

6. lépés - A megsült lángosokat a sült almával és tejszínhabbal tálaljuk.