

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ С ВИВАСАН

Компания ВИВАСАН предлагает разработанные компанией OSWALD низкокалорийные продукты, входящие в систему здорового питания. Это супы, соусы, приправы, которые содержат все необходимые для организма витамины и минералы и, кроме того, обладают изысканным вкусом. Употребляемые как сами по себе, так и в сочетании с другими продуктами «здорового питания», они обеспечивают организм необходимой энергией, не перерабатываясь в жировые отложения, что позволит вам избавиться от лишнего веса и сохранить стройность фигуры. Практически все эти продукты вегетарианские или лакто-вегетарианские (кроме Коричневого соуса) и не содержат глютена\* (кроме Коричневого соуса и супов VITALITY), что позволит включать их как в диетическое питание, так и в рацион вегетарианцев и аллергиков.

Благодаря этим продуктам, вы нормализуете работу желудочно-кишечного тракта, щитовидной железы, оптимизируете пищеварение, стимулируете иммунитет, препятствуете развитию нездоровой микрофлоры кишечника. Являясь элементами здорового питания, новые продукты OSWALD/VIVASAN помогут вам сбросить лишний вес и почувствовать себя лучше.

Кроме того, это продукты быстрого приготовления, с ними можно легко и просто приготовить любое изысканное блюдо без лишних ингредиентов. Они в удобной упаковке, долго не портятся, поэтому их можно брать с собой на дачу, в путешествие, командировку и пр.

**С новыми продуктами OSWALD/VIVASAN  
любое блюдо станет вкусным и полезным!**

\*Глютен - это вид белка, который содержится естественно-природным путём в 5 злаковых: пшеница, рожь, пшено (просо), овёс, ячмень. У некоторых людей есть врождённая аллергия на глютен («целиакия» - неспособность организма его переварить).

## ПЕРВЫЕ БЛЮДА

### VITALITY ТЫКВЕННЫЙ СУП

**Лакто-вегетарианский суп быстрого приготовления, вкуснейший деликатес.** Он не только обладает изысканным вкусом, но и очень полезен. Содержит тыквенную муку (28%), пшеничную муку, йодированную соль, крем фрэше, растительные пищевые волокна, рапсовое масло, минеральные вещества, томатный порошок, лук-резанец, сушеные пряности и экстракты. Источник ионизированного йода. Калорийность одной порции 104 Ккал.

### VITALITY ТОМАТНЫЙ СУП С БАЗИЛИКОМ

**Лакто-вегетарианский суп быстрого приготовления, содержит до 24% томатов.** Кроме того, содержит растительные пищевые волокна, минеральные вещества, йодированную соль, порошок молочной сыворотки, пшеничную муку, кукурузный и картофельный крахмал, рапсовое масло, сухие пряности и экстракты (лук, чеснок, базилик), легко усваиваемые молочные протеины. Суп быстро готовится и очень вкусен. Источник ионизированного йода. Калорийность одной порции 102 Ккал.

**Способ приготовления супов VITALITY (томатного и тыквенного):** на 2 порции - 6 полных столовых ложек сухой смеси развести в 12 литра холодной воды. Довести до кипения и варить при полукоткрытой крышке 2-3 минуты на среднем огне, помешивая.

### ОВОЩНОЙ СУП-БУЛЬОН

**Вегетарианский бульон быстрого приготовления.** Содержит йодированную соль, смесь овощной и соевую приправу. Это может быть просто бульон, который будет вкусен с хрустящими хлебцами. Или как основа для супов, соусов, овощных, запеченных, мясных и рыбных блюд. Его вместо соли можно добавлять при варке макаронных изделий, картофеля и риса. Суп также является источником ионизированного йода. Калорийность на 100 мл составляет всего 5 Ккал.

**Способ приготовления овощного бульона:** для приготовления 1 литра бульона 1 полную (с верхом) столовую ложку сухой смеси (ок.18 г), растворить в кипятке или холодной воде. При варке картофеля, риса, макаронных изделий можно использовать вместо соли, добавляя сухой порошок в кипящую воду.

## СОУСЫ «САЛЬСА»

### Сальса ПОМИДОР и БАЗИЛИК

**Вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, таглиателли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы, приготовления каши-мамалыги, улучшения вкуса соусов.** Содержит растительный жир и масло, помидоры (35%), соль, лук, базилик, сахар, паприку, белый перец, картофельный крахмал. Калорийность на 100 г – 570 Ккал.

### Сальса Аль ПЕСТО (С ТРАВАМИ)

**Лакто - вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, таглиателли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы, для приготовления кростини, для улучшения вкуса соусов.** Содержит растительный жир и масло, травы 9% (базилик, петрушка, зеленый лук, лук-резанец, лук-шалот, чеснок, шпинат), мальтодекстрин, сырный порошок 5%, соль, сахар. Калорийность на 100 г – 649 Ккал.

### Сальса Аль АРРАБИАТА (ОСТРАЯ)

**Вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, таглиателли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы,**

**для улучшения вкуса соусов.** Содержит растительный жир и масло, помидоры (20%), травы и пряности 16% (паприка, чеснок, лук, белый перец, кайенский перец, орегано, базилик, петрушка), соль, сахар, картофельный крахмал. Калорийность на 100 г – 602 Ккал.

### Сальса Ай ФУНГИ (ГРИБНАЯ)

**Вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, таглиателли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы, для улучшения вкуса грибных блюд и сливочных соусов.** Содержит растительный жир и масло, мальтодекстрин, грибы 9% (шампиньоны, маслята), соль, петрушку, дрожжевой экстракт, сушеные пряности (куркума). Калорийность на 100 г – 689 Ккал.

**Способ приготовления блюд с сальсой:** Приготовление итальянской пасты (на 4 порции): 400 г пасты варить в подсоленной воде не до полного разваривания, слить воду, выложить горячее содержимое на сковороду, приправить 4-мя полными столовыми ложками (80 г) сальсы, хорошенько перемешать.

**Приготовление ризотто (на 4 порции):** 320 г риса для ризотто залить 1,2 литра воды, добавить 3 полные столовые ложки сальсы (60 г), 1 кофейную ложку (6 г) соли, варить 15-18 минут. По желанию можно добавить немного сыра пармезан. Можно сальсу добавлять и в готовый рис.

## СПЕЦИИ И СОУСЫ VITALITY

### VITALITY СМЕСЬ СПЕЦИЙ (ДРЕССИНГ) ДЛЯ САЛАТА

**Вегетарианский соус-заправка с пряностями для приготовления французского, итальянского или зеленого (травяного) соуса и приправления различных блюд.** Содержит растительные пищевые волокна, сушеные пряности и травы 14% (лук, петрушка, чеснок, горчица, перец, паприка, куркума, орегано, кайенский перец), минеральные вещества, йодированную соль, сахар, рапсовое масло). Источник ионизированного йода. Калорийность на 100 г – 230 Ккал.

**Способ приготовления дрессинга:** на 2 порции - 3 полные столовые ложки специй (40 г) смешать с 2-3 столовыми ложками (30 г) воды. 2-3 столовыми ложками (30 г) уксуса и 3-4 столовыми ложками (40 г) растительного масла, хорошенько перемешать.

### VITALITY СМЕСЬ СПЕЦИЙ РИЗОТТО МИЛАНЕЗЕ

**Изысканная лакто-вегетарианская смесь специй для приправления шафран-ризотто помилански в качестве гарнира или основного блюда.** Содержит растительные пищевые волокна, йодированную соль, минеральные вещества (соя), порошок креме фрэше, дрожжевой экстракт, рапсовое масло, маль-

тодекстрин, сушеные пряности 10% (лук, куркума, шафран, белый перец), грибной ароматизатор. Источник ионизированного йода. Калорийность на 100 г – 242 Ккал.

**Способ приготовления ризотто:** на 2 порции – 2 полные столовые ложки специй смешать с 160 г риса. 600-700 мл холодной воды и поместить на сковороду. После закипания воды готовить блюдо в течение 15 мин. на слабом огне при регулярном помешивании. Снять сковороду с плиты, добавить ок. 25 г тертого сыра.

### VITALITY КОРИЧНЕВЫЙ СОУС

**Изысканный пикантный соус для мясных и других блюд.** Содержит растительные пищевые волокна, кукурузный крахмал, пшеничную муку, минеральные вещества, рапсовое масло, йодированную соль, соевую приправу, сахар, сушеные пряности (лук, чеснок, белый перец, паприка, цветки жуката), томатный порошок, дрожжевой экстракт, мясной экстракт, мальтодекстрин). Не содержит молочных продуктов. Источник ионизированного йода. Калорийность на 100 г – 263 Ккал.

**Способ приготовления:** на 2 порции - 3 полные столовые ложки порошка размешать в 200 мл холодной воды. Довести до кипения и варить, помешивая, при полукоткрытой крышке 2 минуты на малом огне.

### ПРИПРАВА-МИКС ФУЕГО (ОГНЕННАЯ)

**Вегетарианская острая приправа с травами для приправления жареного картофеля, маринадов, приготовления мясных, куриных, мексиканских и азиатских блюд, острых соусов, придания блюдам пряного вкуса.** Содержит сушеные пряности и травы - 32% (паприка, лук, перец, чеснок, карри, любисток, ямайский перец, кайенский перец, тимьян, розмарин, орегано), морскую соль, мальтодекстрин, томатный порошок, сахар, растительное масло, картофельный крахмал. Калорийность на 100 г – 225 Ккал.

### ПРИПРАВА-МИКС НАПОЛИ (НЕАПОЛИТАНСКАЯ)

**Вегетарианская приправа со средиземноморскими травами для приправления итальянских и французских блюд, пригото-**



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

**вления овощных запеканок, сырных блюд и пряных соусов, выпечки «хлеба с травами».** Содержит помидоры 25%, соль, пряности и травы 10% (орегано, тимьян, паприка, чеснок, розмарин), сахар, растительное масло, мальтодекстрин, картофельный крахмал. Калорийность на 100 г – 233 Ккал.

### ПРИПРАВА-МИКСПРИМАВЕРА (ВЕСЕННЯЯ)

**Изысканная вегетарианская приправа с травами для приправления и приготовления различных блюд –салатов, соусов, рыбных и овощных блюд, макаронных изделий, пряных соусов.** Содержит пряности и травы 23% (лук, зеленый лук, петрушка, купырь, укроп, куркума, лук-резанец, кресс-салат, имбирь, лук-шалот, чеснок), мальтодекстрин, соль, сахар, растительное масло. Калорийность на 100 г – 223 Ккал.

**ПРИПРАВА-МИКС НАПОЛИ (НЕАПОЛИТАНСКАЯ)**

Вегетарианская приправа со средиземноморскими травами для приправления итальянских и французских блюд, приготовления овощных запеканок, сырных блюд и пряных соусов, выпечки «хлеба с травами».

**ПРИПРАВА-МИКС ПРИМАВЕРА (ВЕСЕННЯЯ)**

Изысканная вегетарианская приправа с травами для приправления и приготовления различных блюд – салатов, супов, рыбных и овощных блюд, макаронных изделий, пряных соусов

**ПРИПРАВА-МИКС ФУЕГО (ОГНЕННАЯ)**

Вегетарианская острая приправа с травами для приправления жареного картофеля, маринадов, приготовления мясных, куриных, мексиканских и азиатских блюд, острых соусов, придания блюдам пряного вкуса.



**VITALITY СМЕСЬ СПЕЦИЙ (ДРЕССИНГ) ДЛЯ САЛАТА**

Вегетарианский соус-заправка с пряностями для приготовления французского, итальянского или зеленого (травяного) соуса и приправления различных блюд.

**VITALITY СМЕСЬ СПЕЦИЙ РИЗОТТО МИЛАНЕЗЕ**

Изысканная лакто-вегетарианская смесь специй для приправления шафран-ризотто помилански в качестве гарнира или основного блюда.

**VITALITY КОРИЧНЕВЫЙ СОУС**

Изысканный пикантный соус для мясных и других блюд.



**Сальса ПОМИДОР и БАЗИЛИК**

Вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, тагلياتелли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы, приготовления каши-мамалыги, улучшения вкуса соусов.

**Сальса Ай ФУНГИ (ГРИБНАЯ)**

Вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, тагلياتелли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы, для улучшения вкуса грибных блюд и сливочных соусов.

**Сальса Аль АРРАБИАТА (ОСТРАЯ)**

Вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, тагلياتелли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы, для улучшения вкуса соусов.

**Сальса Аль ПЕСТО (С ТРАВАМИ)**

Лакто- вегетарианская подливка-соус для приправления блюд из риса (ризотто) и итальянской пасты (спагетти, тагلياتелли, равиоли, ньоки и пр.), пиццы, для приготовления кростини, для улучшения вкуса соусов.



**VITALITY ТОМАТНЫЙ СУП с базиликом**

Лакто-вегетарианский суп быстрого приготовления с томатами и овощами.

**VITALITY ТЫКВЕННЫЙ СУП**

Лакто-вегетарианский суп быстрого приготовления с тыквенной мукой и овощами.

**ОВОЩНОЙ СУП-БУЛЬОН**

Вегетарианский бульон быстрого приготовления с йодированной солью и овощами.



www.vivasanint.com

Быстро, вкусно и полезно!

