

ЧТО ТАКОЕ ТУЙУНЧОК?

ТУЙУНЧОК - чудо – мешок, способный удерживать температуру и не выпускать тепло в течение 12 часов, во время которого блюдо продолжает готовиться самостоятельно. Такой метод готовки еды может упростить жизнь многим домохозяйкам, при этом может сэкономить семейный бюджет.



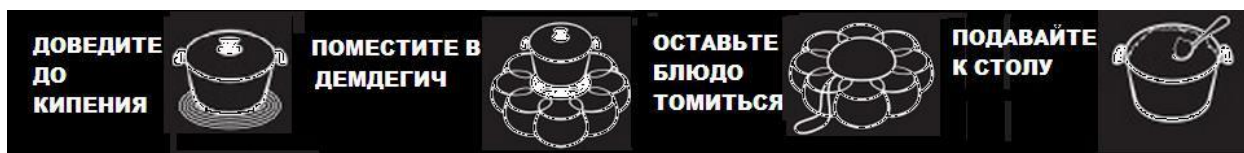
КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

По сути Туйунчок работает как идеальный «термос» . После того как блюдо нагрелось до очень высоких температур (что занимает всего пару минут) переместите кастрюлю с блюдом в Туйунчок и оно сохранит нагретым кастрюлю.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ЕДУ?

Для того чтобы приготовить блюдо с помощью Туйунчок нужно:

- привычным способом довести блюдо до кипения
- закинуть в нее все необходимые ингредиенты
- затем поместить все это в Туйунчок
- через пару часов пищу можно подавать к столу



Достоинства ТУЙУНЧОК:

- Не нуждается в электричестве и иных видах топлива
- Замедленный процесс приготовления обеспечивает неповторимый вкус и сохранение питательных веществ внутри горшка - не испаряются в воздухе.
- Сохраняет первоначальное тепло
- Не надо варить на медленном огне на плите
- Еда не подгорает
- Прост в использовании
- Уникальный дизайн
- Можно также использовать «мешок» в качестве переносного холодильника — достаточно положить в него лед
- Можно взять с собой в любое место. Горячая еда будет во время похода, пляжного отдыха, экскурсий и т.д. В любом месте, в любое время, по любому случаю.

Также для сравнения в Табл.1 представлена, кроме всего прочего, сколько экономии в денежном эквиваленте с использованием Туйунчок. Например при приготовлении плова:

		Туйунчок	Традиционным способом
Время подготовки		10 мин	10 мин
Время на огне		15 мин	1.5 часа
Время в Туйунчок		2 часа	-----
Потраченное электричество		0,6 кВт	2,25 кВт
Итого:		1,23 сом	4,61 сом

Ещё плюсы ТУЙУНЧОК:

1. Сохраняет 30% от годового дохода семьи
2. Снижает выбросы углекислого газа (CO2)
3. Один Туйунчок в год экономит 1,7 дерево - поскольку для приготовления требуется меньшее количество дров
4. Экономит 1000 литров воды, когда кастрюля изолирована в Туйунчок на довольно постоянной температуре, происходит меньше испарение, поэтому необходимо меньше воды
5. Снижает токсичные газы. Уменьшаются проблемы с дыханием и другие заболевания, особенно у детей.
6. Снижает время, затрачиваемое пищи, давая больше времени для ухода за детьми и на другие виды деятельности



ЧТО МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ?

С помощью «чудо-мешка» Туйунчок сварить любое блюдо медленного приготовления от тушеных овощей до мясистых рагу и многое-многое другое. Также он не заменим в домашней хлебобулочной выпечке, приготовлении десертов и кисломолочной продукции.

Замесите тесто, проварите максым, приготовьте смесь для айрана и оставьте до полной готовности в Туйунчок. Вы удивитесь как Туйунчок удобен и прост в использовании в быту.

РЕЦЕПТЫ

Куриный густой суп



Время на
подготовку
10 мин



Время
на огне
25 мин



Время в
Туйунчок
3 часа

Блюдо из говядины



Время на
подготовку
10 мин



Время на
огне
30 мин



Время в
Туйунчок
3 часа

Ингредиенты:

1 ½ лука
2 моркови
½ зеленый
перец
1 помидор
2 ложки специй

500 гр. мясо
курицы
2 картофелины
1 куриный
бульонный
кубик
1 стакан воды
масло
растительное

Способ приготовления: Поставьте на огонь кастрюлю с маслом и обжарьте лук. Добавьте морковь, зеленый перец, помидоры и порошок со специями. Прожарьте все в течение 2 минут. Затем положите кусочки курицы и жарить в течение 2 минут или пока хорошо не подрумянится. После добавьте остальные ингредиенты, хорошо перемешайте и доведите до кипения. Оставьте под крышкой блюдо на медленном огне на 30 минут. Затем переложите в Туйунчок и оставьте на 3 часа. Приправьте по вкусу солью и перцем.



Ингредиенты:

1 кг говядины (вырезка)
Соль
Черный перец
2 столовые ложки муки
2 столовые ложки раст.
масла
1 средняя луковица
4 зубчика чеснока
2 чайные ложки тимьяна
2 столовые ложки сахара
150 гр. томатной пасты
3 говяжьих бульонных
кубика
½ моркови
1 кг картофеля
масло растительное

Способ приготовления: Хорошо обваляйте кубики говядины в соли, перца и муке. Прожарьте кубики говядины в масле и отложите в сторону. Добавьте лук, чеснок, ½ чайную ложку соли, тимьян, сахар и варите в течение 5 минут. Добавьте томатную пасту и бульонные кубики и доведите до кипения. Добавьте морковь и картофель. Приправьте по вкусу солью и перцем.



КАКИЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ?

В зависимости от диаметра необходимы 2-9 литровые кастрюли с короткими ручками и крышкой. Большого эффекта можно получить, используя металлические емкости.



КАК УХАЖИВАТЬ?

Рекомендуется только ручная стирка. Нельзя сушить в машинке. Держать вдали от огня.

КАК СШИТЬ ДОМА?

Необходимо:

1. **Ткань.** Материал должен быть способен выдержать контакт с кастрюлей на 100°C. Так из материала 100% хлопкового волокна лучше, по меньшей мере, для внутренней стороны.
2. **Кастрюля,** чтобы знать на какой диаметр должен быть у Туйунчок.
3. **Гранулы пенополистирола**
4. **Нитки с иглками**
5. **Шнур**



Подготовлено: ОФ «ЮНИСОН» в рамках кампании Ушубо/Будь в тепле» 2014 г.,

Информационная кампания "Ушубо/Будь в тепле, Кыргызстан" проводится ОФ "Юнисон" в партнерстве с Климатической сетью Кыргызстана, сетью общественных центров защиты прав потребителей энергии при поддержке проекта "Фонда поддержки гражданского общества", GIZ.