

экспертиза

независимый тест

Сегодня мы развеиваем миф, что все самое вкусное – не всегда полезно. Оказывается, это далеко не так! Участвующие в нашей экспертизе продукты не только оригинальны и вкусны, но и невероятно полезны для организма. Поэтому наши читатели, участники фокус-групп, советуют их вам непременно попробовать.



**Кокосовое масло и мука
Dolphin Coco**
dolphincoco.ru

Средняя цена:
от 210 руб.

Лиля Кантемирова, товаровед

Dolphin Coco делает невероятные, полезные, эффективные и нужные продукты. Мой фаворит – 100% нерафинированное кокосовое масло первого холодного отжима, которое можно использовать в косметических целях (для загара, для массажа, для укрепления и роста волос, масло смягчает, питает, разглаживает кожу, избавляет от растяжек) и для приема в пищу (добавлять в салаты и каши, готовить блины и сырники), а также для лечения ряда заболеваний (особенно ЖКТ). Состав масла Dolphin Coco натурален: в нем нет консервантов и ароматизаторов. Аромат потрясающий, сладковатый, вкусный. Консистенция масла кокоса густая, но она зависит от температуры: при комнатной – масло тает и превращается в жидкую и прозрачную консистенцию. Что касается кокосовой муки, то она тоже великолепна! Ею я заменяю все другие разновидности муки как для печений, пирожных и горшков, так и для обычного хлеба, который с ней становится особенным и оригинальным. Кокосовая мука не содержит глютен и стоит на 1 месте по содержанию клетчатки.



**Крем-мед
«Медолубов»**
medolubov.ru

Средняя цена:
от 280 руб.

Марина Кравцова, эксперт по страхованию

Если бы не моя сила воли, я бы съела целую банку крем-меда от компании «Русский мед» со вкусом лайм-имбирь за один присест! Это очень вкусно, сладко, оригинально, воздушно-нежно. Тягучая, густая, тающая во рту текстура натурального меда, взбитого в крем по особой технологии, тонкий аромат натуральных добавок, которые в нем используются, вкрапления маленьких кусочков цедры лайма и корня имбиря... Ням-ням! Крем-мед (мед-суфле) производится по специальной технологии бережного вымешивания. На всех этапах производства проводится жесткий контроль качества продукции. Мед не нагревают до температуры выше 38 °C, чтобы он не потерял свои целебные качества. Крем-мед абсолютно натуральный продукт – в составе только мед и ягоды, орехи, фрукты, семена, травы. В линейке Medolubov много различных вкусов: с кедровыми орешками, бананом, ванилью, киви, фундуком, живицей, какао, семенами льна... Любый человек может найти, чем себя побаловать, и в подарок кому-то вручить.



**Полезные завтраки, салатные и десертные смеси
«Настин Сластин»**
nastin-slastin.ru

Средняя цена:
от 99 руб.

Ольга Ковалева, бухгалтер

Продукция «Настин Сластин» меня просто покорила! Ведь в их ассортименте не только несколько видов гранолы и хрустящей гречки для завтрака, но и специальные смеси для приготовления вкусных салатов, десертов и гарниров, пропущенные молодые семечки, ароматный кунжут, золотой лен и многие другие интересные продукты, например спирулина, о пользе которой можно говорить часами. Состав смесей на 100% натуральный. А вариантов применения – масса, ведь их можно добавлять почти куда угодно. Мне понравилось добавлять семечки в омлет по готовности, польза семян при этом не теряется. Во всевозможные зеленые салаты, в соусы, каши, смузи... А в пост продукция «Настин Сластин» вообще незаменима, ведь в семенах и орехах содержится большое количество питательных веществ, которые необходимы организму для нормальной работы: кунжут богат кальцием, железом, магнием; льняное семя – Омега-3 и 6 жирными кислотами, пищевыми волокнами; тыквенные семечки – цинком, а также обладают противовоспалительными свойствами.

САМОЕ ВКУСНОЕ

• экспертиза



**Батончики для здорового питания
Bite**
biofoodlab.ru

Средняя цена:
от 51 руб.

Ольга Александрова, домохозяйка

У моей семьи появилась прямая зависимость от батончиков Bite, настолько они нам понравились, что мы с удовольствием заменили ими все бесполезные сладости, которые съедали за завтраком или ужином с чаем. А дочка теперь берет батончик с собой в школу, отказываясь от другого перекуса. Я только радуюсь, ведь они изготовлены из натуральных сухофруктов – инжира, фиников, без добавления сахара, консервантов, красителей и ароматизаторов. Не содержат ГМО, глютен, молоко и сою. Богаты протеином, Омега-3 и 6 жирными кислотами, клетчаткой и антиоксидантами. Этот 100% натуральный продукт подходит даже вегетарианцам и веганам. В ассортименте Bite миллион разных вкусов и видов: с шоколадом, кокосом, кунжутом, семенами льна, клюквой, подсолнечником, кешью, миндалем, корицей, семенами чиа и тыквенными семечками. У продукта очень яркая, модная упаковка. Есть батончики для хорошего настроения, для интеллекта, для баланса, иммунитета, контроля веса и тонуса. А мой фаворит – батончик «финики + кешью + кокос + бразильский орех + чиа + лен + мускатный орех + кардамон».



**Чипсы из овощей и фруктов
«Зеленика»**
zelenika.life

Средняя цена:
от 115 руб.

Елена Воронина, логист

Когда моя дочка попробовала продукцию компании «Зеленика», то воскликнула: «Мама, это же фруктовый попкорн!» Действительно, свежие российские овощи (морковь, редис, батат, свекла, фасоль), ягоды (клубника), фрукты (манго, дыня, ананас, киви, груша), грибы отбираются, моются, нарезаются и изготавливаются с помощью щадящей технологии вакуумной сушки, благодаря которой они превращаются в сухие воздушные кусочки, напоминающие по виду разноцветный попкорн или подсушенный хлеб (так как пористые). А еще благодаря такой обработке в высушенных фруктах и овощах сохраняются все питательные вещества и витамины, содержащиеся в свежих продуктах, а также их вкус и аромат. Чипсы богаты клетчаткой, прекрасно насыщают организм, подходят как взрослым, так и детям. Они прекрасно дополняют вегетарианский рацион. В общем, «Зеленика» доказала, что даже простой перекус может быть одновременно полезным, натуральным и удивительно вкусным. Зимой, когда витаминов не хватает, такие штуки – просто находка. А купить их можно на 4fresh.ru.



**Рисовые напитки
Riso Scotti**
risovoemoloko.ru

Средняя цена:
от ?? руб.

Наталья Ткаченко, студентка

Совершенно новый и интересный продукт – рисовое молоко. Попробовала его впервые и заинтересовалась. Оно оригинальное на вкус, для меня даже сладкое (хотя сахара в его составе нет), с приятным слегка заметным ванильным ароматом с рисовым оттенком. Немного тягучее (консистенция плотнее коровьего молока). Попробовала варить на нем кашу для ребенка-аллергика – и осталась довольна результатом. Особенно вкусной получилась пшенная каша. Продукт производится в Италии. На упаковке есть значок, что продукция подходит для веганов. Упаковка обычная для молочных продуктов. Сверху – закручивающаяся крышечка, неподпитый напиток удобно хранить в холодильнике, он не будет впитывает посторонние запахи. Срок годности достаточно длительный. У производителя есть рисовые напитки с кокосом, киноа, какао, миндалем, кальцием или цельнозерновой (молоко из коричневого риса). Напитки на основе злаков утоляют жажду и дают силы. При этом в них нет лактозы, которая способна вызывать тяжелую аллергию и различные расстройства кишечника.