



Berkes Andi



Cukkini fasírt Dia-Wellness termékekből

Hozzávalók: 25 dkg hámozott, tisztított cukkini, 1 db tojás, Dia-Wellness Sütőliszt, Dia-Wellness só, bors, fokhagyma, petrezselyemzöld, Dia-Wellness Sütőpor, Dia-Wellness Panírmorzsa, pici olaj a sütéshez

Elkészítése: A cukkinit lereszeljük, Dia-Wellness Sóval megszórjuk. Beleteszünk 1 tojást és annyi Dia-Wellness Sütőlisztet teszünk hozzá, hogy a massa nokedli tészta sűrűségű legyen, belekeverünk néhány kanál Dia-Wellness Panírmorzsat. Fűszerezzük borssal, fokhagymával, petrezselyemzölddel. Beleszórunk egy késhegynyi Dia-Wellness Sütőport, majd 10 percig állni hagyjuk. Forró olajban evőkanállal kis kupacokat formázunk belőle, mindkét oldalát arany barnára sütjük. Köretként vagy önállóan is fogyaszthatjuk.



A hozzávalók megvásárolhatók az alábbi elérhetőségeken:

m-GEL Kft. 1044 Budapest, Megyeri út 76.
m-GEL Kft. 8200 Veszprém, Fenyves utca 99.
m-GEL Kft. 4900 Fehérgyarmat, Matolcsi út 7.
illetve forgalmazóinknál: **www.m-gel.hu**

Váci NKSE–ÉTV-Érdi VSE 28-27 (11-17)

Nyert helyzetből váratlan összeomlás



Az érdi Kovács Annára (6-os számmal) a magyar női kézilabda-válogatott élére frissen kinevezett szövetségi kapitány, a mérkőzést megtekintő norvég Karl Erik Böhn is felfigyelt

Végtelennek tűnő, hosszú nyári felkészülési időszak után, szeptember 2-án, az NB I-es tagságát nem a pályán meghosszabbító UKSE Szekszárd otthonában dördült el a képzeletbeli start-pisztoly, kezdetét vette a női kézilabda-bajnokság 2011/12-es szezonja. Az érdiek – kimondva, kimondatlanul – a 3. fordulóbeli, FTC elleni rangadóra a maximális négy ponttal a zsebükben számoltak, hiszen a célkitűzés, az első öt közé kerülés eléréséhez érvényesíteni kell a nagyobbknak tűnő esélyeket. A felkészülési időszak kemény összecsapásai nagyobb részét ugyan elvesztette az Érd, ennek ellenére komoly önbizalommal léphettek pályára, hiszen, bár az ellenfelek erősek voltak, folyamatosan javuló formát mutatott a csapat, és kezdett beérni a rengeteg elvégzett munka és gyakorlás. A Váci NKSE az előző szezon végén

már pénzügyileg is meggyengült, ez nyáron már a keret erősségét is érintette. Kicserélődött a szakmai stáb, több játékos távozott, és helyükre nem érkezett hasonló képességű pótlás, az egyedüli élvonalból érkező játékos az éppen Érdet elhagyó Gyetván Krisztina volt. Az új edző Ökrös Csaba lett, aki az előző évadot a pénztelenség miatt meg is szűnő Újbuda TC-vel küzdötte végig.

A találkozót a helyszínen tekintette meg a magyar női kézilabda-válogatott élére frissen kinevezett szövetségi kapitány, a norvég Karl Erik Böhn is. És hogy mit láthatott? Hibák tarkították az első percek, nyitófordulóhoz méltón még nem járt simán kézről kézre a labda. Ez azonban nem jelentette azt, hogy nem zöngött volna folyamatosan a háló, Tóth Tímea és Tamás Krisztina találateival inkább az Érd volt lépéselőnyben.

Oguntoye Viktória kitűnő teljesítményt nyújtott a kapuban, így az utolsó tíz percben a kezdeti háromgólos előny megduplázódott Kovács Anna találateinak köszönhetően.

A második játékrész úgy kezdődött, ahogy az első abbamaradt, igazán magabiztosan, esélyesekhez méltón játszott az Érd, megerősítés nélkül tartotta előnyét. Az újonnan szerződtetett Szara Vukcsevicsek remekül szállt mecsbe, a 40. percben a 22-16-os vezetés szép reményekkel kecsegtetett. Ekkor változtatott védekezésbeli stratégiáján a Vác, és ez megzavarta az érdieket. Juhász Edina parádézott a hazai kapuban, Tápai Szabinának pedig minden próbálkozása összejött. A váciak megéreztek az esélyt, a hazai drukkerék is elszántan biztatták lélektani fölénybe kerülő kedvenceiket. Az addig nem sokat mutató Klivinyi Kinga is felnőtt Tápai Szabina mellé, az érdiek szempontjából legrosszabbkor. 28-26-os váci vezetésnél már zsebükben érezhették a két pontot, de az utolsó támadást az egyenlítésért az érdiek vezethették, akik végül nem jutottak helyzet közelébe sem.

A Dunakanyarban maradtak tehát a pontok, és az eredmény – hiába játszott 40 percen keresztül az elvártaknak megfelelően Szabó Edina csapata – roppant csalódást keltő – az elvesztegetett két pont a végelszámolásnál is sokat számíthat.

Váci NKSE–ÉTV-Érdi VSE
28-27 (11-17)

Vác, Városi Sportcsarnok, 650 néző

Játékezők: Nagy Ferenc, Túróczy József

Vác: Juhász Edina, Bíró Blanka, Péntek-Dózsa Katarina, Ertl Rebeka 1, Lucia Uhráková 3, Ivanics Dóra, Petrovics Gerda, Barján Bianka 3, Baross Zsuzsanna, Szegedi Orsolya 3, Mészáros Rea Réka, Klivinyi Kinga 4, Fülöp Andrea 1, Tápai Szabina 11 (7), Szondi Zsófia, Gyetván Krisztina 2
Vezetőedző: Ökrös Csaba
Érd: Svetlana Gridnyeva, Janurik Kinga, Oguntoye Viktória, Török Petra, Tamás Krisztina 4, Kovács Anna 5, Lévay Fruzsina, Szara Vukcsevic 3, Balog Beáta, Kisfaludy Anett 2, Vincze Melinda, Wolf Alexandra 1, Pádár Margó, Bognár Barbara 2, Szandra Kuridza 1, Tóth Tímea 9 (2)
Vezetőedző: Szabó Edina

Hétméterek: 7/7, ill. 2/2
Kiállítások: 4, ill. 4 perc

Az utánpótláscsapatok meccsein sajnos szintén nem sok babér termett az érdi fiataloknak, a juniorok roppant szoros csatában, míg az ifjúságiak nagyon simán kaptak ki Vácott.

Ifjúsági: Váci NKSE–ÉTV-Érdi VSE 44-22 (24-7)

Junior: Váci NKSE–ÉTV-Érdi VSE 36-35 (17-15)

A következő fordulóban az újonc Kiskunhalasi NKSE vendégszerepel a Batthyány Tornacsarnokban. A mérkőzést szeptember 10-én 18 órától rendezik. **SZA**

Auris és Verso Style

Stílusos modellek egyedi árelőnnyel



Mi kell ahhoz, hogy egy autó igazán stílusos legyen? Letisztult megjelenés, ízléssel összeválogatott extrák, divatos kiegészítők. Az Auris Style és a Verso Style minden részletében megfelel a legkifinomultabb elvárásoknak is, ráadásul most a gazdag felszereltség mellé egyedi árelőnnyel és 3+2 év garanciával kínáljuk. Találjon rá az új stílusára a Toyota márkakereskedésekben.



Autó Buda, 1112 Budapest XI., Budaörsi út 185–195.
Telefon: 248-3000, E-mail: autobuda@realizatsistema.hu
Autó M0, 2314 Halásztelek, Rákóczi út 144., M0 körgyűri, Csepel-Halásztelek lejárójánál
Telefon: 06/24 455-444, E-mail: autom0@realizatsistema.hu

**Today
Tomorrow
Toyota**

A képen látható gépkocsik illusztrációk. A +2 év díjmentes ExtraCare garancia ajánlata a 2011. szeptember 30-ig beérkező vevőszerveződések esetén vehető igénybe új Toyota személygépkocsikra a Toyota hivatalos magyarországi márkakereskedéseiben. Ezen modellek kombinált üzemanyag-fogyasztása (l/100km): 4,7-7,1; kombinált CO₂ - kibocsátása (g/km): 124-178. Az ExtraCare garancia és a teljes ajánlat pontos részletei megtalálhatók a Toyota hivatalos márkakereskedéseiben és a www.toyota.hu oldalon.