



**DünyaFood**

Sayı 1

Temmuz / July 2017

**MAGAZINE**

**BYKESKİN, SATIŞ AĞINI HIZLA BÜYÜTÜYOR**  
*BYKESKİN'S EXPLOSIVE GROWTH*

**ASSOS, JAPONYA PAZARINA İDDİALİ BİR GİRİŞ YAPTI**  
*ASSOS MAKES A POSITIVE START IN JAPAN*

**BYKESKİN, BAHREYN'E YUMURTA İHRACATINA BAŞLIYOR**  
*BYKESKİN STARTS EGG EXPORTS TO BAHRAIN*

# byKeskin



## Sağlıklı bir gelecek için...



# ASSOS

PREMIUM QUALITY



### Sağlam bir gelecek için sağlıklı beslenmek gerek.

Biz Dünya Food olarak, lezzetli ve sağlıklı ürünlerimizi sunmaktan gurur duyuyoruz. 30 yılın birikimi ve deneyimi, yenilikçi markalarımızın heyecanı ile sizlerle.

By Keskin markamızla sunduğumuz hindi eti ve ürünleri, Assos markamızla sunduğumuz zeytin ve zeytinyağlarımızla önce marketlerde şimdi de mutfaklardayız.

Kaliteli, hijyenik, doğal ürünlerimize her gün bir yenisini ekliyoruz.



## DünyaFood

İHRACAT İTHALAT SAN. VE TİC. A.Ş.

[www.dunyafood.com](http://www.dunyafood.com)

*Afiyet olsun.*

Gıda alanında bildiğim tüm doğruları daha çocuk yaşlarda dedem merhum İsmail Keskinoğlu'ndan öğrenmeye başladım, bize bıraktığı en büyük miras dürüst ticaret yapma ilkesiydi. Her koşul altında, kendi çocuklarımıza yedirebileceğimiz kalitede üretim yapmamız gerektiğini her fırsatta dile getirirdi. 63 yaşında bile sıfırdan başlayacak güce sahip bir dedenin genlerinden gelen güçle, 40 yaşında Dünya Food ile yola çıktığım yeni bir bireysel girişimle sizlere bir kez daha merhaba diyorum...

Dünya Food, ASSOS ve ByKeskin markaları ile Türk tüketicisine sağlıklı gıda sunarken, Türkiye'yi de global pazarda layıkıyla temsil etmeyi hedeflemektedir. Bu bakış açısıyla, doğru beslenmenin vazgeçilmezi, protein ve vitamin zengini, doğal koşullarda yetiştirilmiş kanatlı ürünlerini Avrupa Birliği standartlarındaki modern tesislerimizde, uluslararası hijyen standartlarında el değmeden üreterek sizlere ulaştırmaya devam edeceğiz. Bu alanda en büyük iddiamız, Türk halkına hindi etini sevdirmek. Diğer yandan ASSOS markamızla, Ege'nin en kaliteli zeytinlerinden üretilen zeytin ve zeytinyağı ürünlerimizde uyguladığımız yenilikçi bakış açılarıyla Türkiye'de dinamikleri değiştireceğiz.

Yeni ürünler geliştirmeye büyük önem veren, pazarnı genişletme ve geliştirme doğrultusunda çalışan Dünya Food'un kısa zamanda kat ettiği yolu sizlerle paylaşmaktan büyük mutluluk duyuyorum. Her zaman en iyisini, en kalitelisini ve en sağlıklısını hak eden siz değerli tüketicilerimize; doğallığı korunmuş lezzetli ürünler sunmanın gönül rahatlığıyla, hepinize keyifli okumalar diliyorum.

Saygılarımla  
Keskin Keskinoğlu



*The birth of Dünya Food has come from the wisdom and guidance I received from my grandfather, İsmail Keskinoğlu, the founder of the Keskinoğlu group. His lifelong principle was that we should never compromise on the quality of food we produce, and that it "should be good enough for our own children to eat". It is that same principle that I, Keskin Keskinoğlu, take forward with the establishment of Dünya Food. My grandfather İsmail started his business at 63, I am a relative juvenile at 40!*

*Dünya Food has one main objective, to represent Turkey globally as a modern and innovative country through the creation, production and distribution of high quality and healthy food products. More specifically by the Assos olive based range of products and the ByKeskin ranges of added value chicken and turkey based products.*

*All our products are designed to provide the maximum health benefits and are produced in facilities which fully comply with the most stringent European regulations, and total automation. It is our "no touch" philosophy in all stages of processing.*

*We are a new company, but longer term we aspire, through innovation, to change the dynamics of food consumption, production and delivery to ensure more efficient operations and better value for the consumer. İsmail, my grandfather was an innovator, and it is his philosophy I take forward. I hope you will join us on this journey, and that our enthusiasm for delivering change comes through in this magazine. Your comments are always of value to us.*

*Kindest regards  
Keskin Keskinoğlu*

## ByKeskin, Satış Ağını Hızla Büyütüyor...

En sağlıklı proteinlerin başında gelen hindi etini Türkiye pazarına inovatif ürünlerle sunan ByKeskin, Carrefour, Bim gibi ulusal zincir marketlerin yanı sıra, yerel zincirlerde de raflardaki yerini almaya başladı. Hindi tüketimini Türk halkına sevdirmek için pazarı büyütme üzere faaliyetlerini yürüten ByKeskin, Ege Bölgesi'ndeki bir çok ilde satış ağını hızla büyütüyor. İzmir'deki Çiftbağcı, Ulupınar, Boyumar, Gürmar marketleri ile Miret Kasapları, İstanbul'da İtimat marketleri ve Denizli'deki Gün marketlerinde satışa sunulan ByKeskin'in yenilikçi ürünleri hindi pazarındaki dinamikleri değiştirerek tüketicilerin sofralarında, kendine şimdiden özel bir yer edindi.



## ByKeskin's Explosive Growth...

Dunya Food has been established a little over a year, but already has experienced explosive growth in the domestic distribution of its ByKeskin turkey products. Already it is available throughout Turkey via the Carrefour and Bim supermarket chains, whilst in addition numerous smaller supermarkets along the Aegean coast, İtimat supermarkets in Istanbul, and the Gun chain in Denizli. It seems consumers are starting to appreciate the qualities of turkey as a healthy alternative protein source, and Dunya Food is actively supporting retail outlets with customer education and promotions to get this message more widely known.



## ByKeskin'in yenilikçi ürünleri tüketicilerden tam not aldı!

Özel Hindi etini Türk tüketicisine sevdirmek için çalışmalarını aralıksız yürüten ByKeskin, düzenlediği özel aktivitelerle tüketicileriyle buluşmaya devam ediyor. Mart, Nisan ve Mayıs ayında İzmir'deki Gürmar, Carrefour ve Denizli Gün Marketleri'nde düzenlenen tadım ve tanıtım etkinliği tüketicilerden büyük ilgi gördü. ByKeskin'in exclusive şefi tarafından dünya mutfaklarına yaraşır farklılıkta hazırlanan ByKeskin Hindi Fileto, Hindi Antrikot, Hindi Dinazor naget, Hindi Donut ürünleri yüzlerce tüketiciden tam not aldı.



## Meeting The Consumer!

We understand the critical value of meeting our customers and getting feedback on our products. Tasting sessions have already been held at Carrefour, Gürmar markets in Izmir, and the Gun supermarkets in Denizli, featuring ByKeskin turkey fillet, and entrecote, and for the children dinosaur nuggets and doughnuts. We use a fully trained executive chef in all our demonstrations to bring out the best in our products and answer any customer questions.

## Minik meleklerle ByKeskin'den lezzet şöleni!

Çocukların beslenmesinde büyük önem taşıyan proteini eğlenceli formlarda sunan ByKeskin, dinazor şeklinde ürettiği naget ürünüyle miniklerin de gönlünü kazandı. Günümüz çağındaki çocuklarda, birey olma ve karar verme aşamasının eskiye nazaran çok daha küçük yaşlarda başladığına dikkat çeken ByKeskin, çocuklara protein ve mineral zengini hindi tüketimini sevdirmek için özel tadım etkinlikleri gerçekleştiriyor. İzmir'deki Bizim Anaokulu ve Happy Kids Anaokulu'nda gerçekleştirilen aktivitede tadılan ByKeskin ürünleri çocuklar ve öğretmenler tarafından büyük beğeni topladı.



## Making Protein Fun for Children!

For children, healthy growth demands a regular intake of high quality protein, but so often the adult formats are not attractive, so enter Dunya food with dinosaur and doughnut shaped turkey products, specifically designed for children. Packed with protein and vitamins they are ideal for growing bodies and provide all the daily requirements in a tasty format. You just need to look at the happy smiles on the children's faces taken at the Bizim and Happy Kids kindergartens in Izmir. Clearly a "thumbs up" for ByKeskin products here!

## Assos Dünyaya Açılmaya Devam Ediyor!

### Assos Products Starting to Open up a Global Base!



Dünya Food'un, 2015 yılında zeytin ve zeytinyağı pazarına sunduğu ASSOS markası, iç pazarda elde ettiği başarıların ardından global pazara açılmaya başladı. Gıda alanında dünyanın en önemli organizasyonlarından olan Yunanistan'ın Atina şehrinde 17-19 Mart tarihlerinde düzenlenen Uluslararası Gıda ve İçecek Fuarı - Food Expo Greece Fuarı'na katılan ASSOS, Türk zeytinyağını tüm dünyaya tanıttı. Fuarda özellikle Avrupa ülkeleri ile yoğun görüşmeler yapıldığının altını çizen Dünya Food A.Ş. Yönetim Kurulu Başkanı Keskin Keskinoglu, yurt dışı tanıtım çalışmalarının aralıksız sürdüğünü belirtti. Kurulduğu ilk yıl ihracata başlayan ASSOS şu anda Hong Kong, Japonya, Azerbaycan, Tayland, Umman, Malezya, Singapur, Irak, Kosova, Tacikistan, Ukrayna ülkelerine ihracat yapıyor.

In late 2015, which seems a long time ago now, Assos made its first overseas sales. Now in mid 2017, only some 18 months after its initial exports, it is exporting to no less than eleven countries, with more in the (olive oil) pipeline! It is not a hard sell, more an introduction, as Turkish olives and olive oil are globally recognised as being among the best in the world.

Dunya Food was present at the Greek International Food and Drink Expo held in Athens between 17-19th March 2017. The chairman of Dunya Food, Keskin Keskinoglu, met with numerous buyers from Europe, the Middle East and SE Asia, with exports currently going to Hong Kong, Japan, Azerbaijan, Thailand, Oman, Malaysia, Singapore, Iraq, Kosovo, Tajikistan and Ukraine.

# Dünya Food Lezzetleri Uzakdoğu'ya Kadar Ulaştı...



İhracat pazarlarını çeşitlendirmek için çalışmalarını hızlandıran Dünya Food, Assos markalı zeytin ve zeytinyağı ürünleri için Tayland'ın en büyük gıda dağıtım şirketlerinden olan Thailand Food Good Mood Good Grubu ile distribütörlük anlaşması imzaladı. Anlaşma kapsamında, Assos Zeytinyağı, 5 şubeli Gourmet Market, 23 şubeli Food Land ve 17 şubeli Villa Market'te satışa sunuldu.

## Dunya Food Enters the Thai Market...

*With its Assos brand olive and olive oil products Dunya Food has made a significant breakthrough into the Thai food sector negotiating a wide ranging distribution agreement with Thailand Good Food group, who have a number of upmarket supermarket chains including Gourmet Market with 5 branches, Foodland with 23 and Villa Market with 17. Collectively the group is recognized as the most prestigious food distributor in the country, and we are delighted to be part of their supplier base.*

## ByKeskin, Bahreyn'e yumurta ihracatına başlıyor...

Bahreyn'in en büyük gıda şirketlerinden olan Bahrain Mumtalakat Holding Company bünyesinde yer alan The Bahrain Livestock Company B.S.C. (BLC) CEO'su ve Yönetim Kurulu Başkanı Ebrahim Zainal Dünya Food'un İzmir'deki merkez ofisini ziyaret etti. Dünya Food Yönetim Kurulu Başkanı Keskin Keskinoglu'nun ev sahipliğinde gerçekleşen ziyarette iki firma ve ülke arasında geliştirilecek olası işbirlikleri değerlendirildi. İlk aşamada The Bahrain Livestock Company ile yumurta ihracatı için yapılan anlaşma kapsamında Bahreyn'e her ay 1 milyon adet kadar yumurta ihracatı gerçekleştirilecek.



## ByKeskin Starts Egg Exports to Bahrain...

*In an extension of the ByKeskin brand portfolio, Dunya Food has recently started exporting eggs to Bahrain. A meeting between the Ebrahim Zainal from the Bahrain Mumtalakat Holding Company and Keskin Keskinoglu, chairman of Dunya Food in Izmir agreed to an initial shipment of one million eggs, with more co-operation in the future.*

*The Mumtalakat Holding Company is one of the largest food distributors in Bahrain, whilst Mr Ebrahim Zainal is also CEO of the Bahrain Livestock Company.*



## ACI KAYBIMIZ

Gaziantep Bayimiz  
Adnan Panel Gıda A.Ş. Sahibi

## Adnan İNANICI

Kaybetmenin Derin Üzüntüsü İçindeyiz.  
Allah Rahmet Eylesin

## Assos, Japonya pazarına İddialı Bir Giriş Yaptı...

Global pazarda Türk ürünlerinin çok daha güçlü konumlara ulaşması için ihracat çalışmalarını hızlandıran Dünya Food, Assos markalı zeytinyağı ürünleri için Japonya'da özel bir bayilik anlaşması imzaladı. Tokyo'da çok geniş bir bölgeye dağıtım yapan OSAKA Grup işbirliğiyle pazara sunulmaya başlanan Assos ürünleri; ilk aşamada şube sayısı toplamda 50'ye yaklaşan Kuroman, Aeon ve Tamade marketlerinde raflardaki yerini alacak. Japonya'da, son yıllarda zeytinyağı tüketiminin hızla arttığının altını çizen Dünya Food Yönetim Kurulu Başkanı Keskin Keskinoglu, "Tokyo, Türk markaları için büyük potansiyel taşıyan önemli bir pazar. Bu pazarda ürün tutundurma çalışmaları için tadım etkinliklerine ve market içi tanıtım broşürlerinde tanıtım faaliyetlerine ağırlık veriyoruz. Geçtiğimiz günlerde, Ticaret Ateşemiz Mete Özalaban'ın da değerli katılımıyla, Tokyo Büyükelçimiz Ahmet Bülent Meriç'i ziyaret ettik. Sayın Büyükelçimizden güzel haberler aldık, önümüzdeki aylarda Türkiye'nin Japonya'ya piliç eti ihracatına başlayacağını müjdelemek isterim" diyerek pazarla ilgili öngörülerini paylaştı.



## Assos Makes a Positive Start in Japan...

*Japan has recently become a fan of olive oil and in particular Turkish olive oil. Assos has therefore targeted this market as of primary importance, and assisted by the Turkish ambassador to Japan, Ahmet Bulent Meric and his commercial attaché Mete Ozbalaban, Dunya Food has successfully negotiated an important distribution agreement with the Kuromon, Aeon and Tamade food groups. Keskin Keskinoglu, chairman of Dunya Foods said "olive oil consumption is increasing rapidly in Japan, and we want to be part of that increase. Our agreement today heralds what we hope will be an ongoing long term relationship to supply Assos products to Japan"*

*The Turkish ambassador was equally optimistic, seeing this as a forerunner to MyKeskin poultry exports to Japan.*



# Dünya Food Ailesi İftar Yemeğinde Buluştu!

Dünya Food tarafından düzenlenen iftar yemeğine Ege Su ürünleri ve Hayvansal Mamulleri İhracatçıları Birliği yönetim kurulu üyeleri, İzmir Tarım İl Müdürü, İzmir İl Emniyet Müdür Yardımcısı, iş dünyasının önde gelen sanayicileri,



## Dunya Food Stakeholders Come Together to Celebrate Ramadan!

*Dunya Food recently organised a special feast with its local stakeholders to celebrate the end of the holy Month of Ramadan. Hosted by the Chairman of Dunya Food, Mr Keskin Keskinoglu, it included the Izmir Agriculture Manager, the Izmir Assistant Chief of Police, Aegean Aqua and Animal Products*

değerli iş ortakları ve şirket çalışanları katılım sağladı. İftar programında misafirlerini karşılayan Yönetim Kurulu Başkanı Keskin Keskinoglu, "Düzenlediğimiz bu iftar programıyla amacımız birlik ve beraberliği sağlamak" diyerek, böyle güzel günlerde değerli insanlarla biraraya gelmekten mutlu olduklarını belirtti.



*Export Association board members, prominent business men, business partners and company employees. In his welcome to guests, Keskin Keskinoglu expressed his delight in meeting all parts of the Dunya Food family on this special occasion, and hoped that it would strengthen their unity, commitment and solidarity going forward.*

## Katar Büyükelçimiz ile İftarda Buluştuk

Ramazan ayı içerisinde Dünya Food Yönetim Kurulu Başkanımız Keskin Keskinoglu Ankara'da Katar Büyükelçimizin evinde iftar yemeğine katılım sağladı. Buluşmada son dönemlerde Katar ile artan iş ilişkilerimizle, Türkiye ve Katar arasında yapılabilecek iş birliği için olumlu adımlar atıldı.



## Dunya Food Deepens Relationships with the State of Qatar

*The Chairman of Dunya Food was recently entertained to a Ramadan meal at the Qatar embassy in Ankara. A meeting with both social and business objectives it was designed to cement and develop the increasingly close ties between the two countries and explore ways for increased future co-operation*

byKeskin



DINAZORLAR  
SOFRAYA  
İNDİ!



BİM ve CARREFOUR  
MAĞZALARINDA

[www.bykeskin.com](http://www.bykeskin.com)

# HİNDİ ÜRETİMİ VE TÜKETİMİ ARTIYOR

Türkiye'de büyüklüğü 500 milyon TL dolaylarına ulaşan hindi eti pazarında 2016 yılında 50 bin 500 ton üretim gerçekleştirildi. Bu rakamında 2030 yılına kadar 107 bin 800 tona ulaşması bekleniyor. Protein değeri açısından tavuktan daha yüksek, kırmızı etle eşdeğer içerikte olan, yağ açısından ise kırmızı etten daha düşük, tavukla eşdeğer olan hindi etinde, B vitamini, niasin, selenyum, fosfor oranı yüksektir. Bu özellikleri ile dünyada tüketimi hızla artan besinlerden olan hindi eti kalp krizi riskini düşürür ve düşük kalori içeriğine sahiptir.

**UZMANLAR TARAFINDAN, HİNDİNİN BUT ETİ İLE DANA ETİNİN AYNI LEZZETE SAHİP OLDUĞUNUN ALTI ÇİZİLİYOR.**

Türkiye'de 1995 yılında başlayan hindi eti, tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de yılbaşı sofralarının vazgeçilmezi haline. Aylık olarak kesilen hindi sayısı 400 bin dolayında iken bu rakam Aralık ayında 650-700 bin adedi buluyor. Uzmanlar tarafından, hindinin but eti ile dana etinin aynı lezzete sahip olduğunun altı çiziliyor. Dana etinin 100 gramında 18 gram protein varken, hindi etinin 100



gramında 25 gram protein bulunur. Dana etinde yağ oranı yüzde 16 iken, hindide yüzde 2 oranındadır. Kolesterol, 100 gram dana etinde 92 miligram iken, koyun etinde 110, hindide 55 miligramdır. ABD ve AB ülkelerinde kişi başı yıllık tüketim 8 kilo iken bizde yıllık kişi başı tüketim yarım kilonun biraz üzerinde.

**2011 YILINDA 4,3 MİLYON DOLAR OLARAK GERÇEKLEŞEN HİNDİ ETİ İHRACATI 2015'TE İSE 7,2 MİLYON DOLARA YÜKSELDİ.**

Türkiye için büyüme potansiyeli en yüksek pazarların başında gelen hindi etinin ihracat trendi de hızlı bir yükseliş grafiğine sahiptir. 2011 yılında 4,3 milyon dolar olarak gerçekleşen hindi eti ihracatı 2015'te ise 7,2 milyon dolara yükseldi. Türkiye'nin hindi eti ihraç ettiği ülkeler başta Rusya, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti olmak üzere, Gürcistan, Türkmenistan, Azerbaycan gibi diğer Türk Cumhuriyetleri ile birlikte Romanya, Tunus ve Sudan gibi ülkelerdir.



*It has taken a long time, but finally turkey meat is becoming increasingly recognized as a healthy alternative to chicken and both production and consumption are increasing both globally and in Turkey.*

*Globally turkey meat production has grown over the past decade as consumers increasingly recognize its healthy qualities, and do not simply eat it at Christmas "as a tradition". Even so the average global consumption of 400,000 tonnes a month increases to a peak of 650 – 700,000 tonnes in December.*

*Traditions die hard! Turkey was relatively late in establishing a turkey meat production capability, and it was not till 1995 that the birds*

## Large Increases in Turkey Meat Consumption and Production



*were reared in the country. Production today (2016) has risen to 50,500 tonnes annually, worth nearly 500 million TL, with a projected rise to 107,800 tonnes by 2030. Yet the average person's consumption of turkey meat in Turkey is still only about 0.5 kg per year compared to 8 kg in America and most European countries. Exports of turkey meat from Turkey are also increasing, from \$4.3 million in 2011 to \$7.2 million in 2015, with the biggest markets being Russia, Northern Cyprus, Georgia, Turkmenistan, Romania, Tunisia and the Sudan.*

*The case for turkey meat as the healthy alternative is unquestionable. It has more protein than beef (25 grams per 100 grams compared to beef's 18), less fat than beef (2 grams per 100 grams compared to beef's 16) and less cholesterol than both beef or lamb (55 mgs per 100 grams, compared to 92 mgs for beef and 110 mgs for lamb). In addition it has high levels of vitamin B, niacin, selenium and phosphorous and more protein than chicken. It is no surprise turkey meat is medically recommended to both athletes seeking to build up their physiques with minimal fat addition, and those seeking to decrease their risk of heart attack and cardiovascular disease.*

# HİNDİ

## SAĞLIKLI SEÇİM

*Prof. Dr. Peter Willamson*

Bir çok ülkede olduğu gibi Amerika'da da hindisiz bir şükran günü yemeği düşünülmesi zordur. Avrupa'da da örnek olarak hindisiz bir yılbaşı gerçek anlamda yılbaşı sayılmaz.

Hindi etinin bu şekilde sadece geleneksel olarak kullanılması küresel yayılmasında problem olmuştur. Neyseki bu gelenekler artık kırılmakta ve hindi eti, tavuk ve diğer et ürünlerine alternatif olarak, sağlıklı ve mükemmel bir protein kaynağı olmasıyla artan bir şekilde kabul görmeye başlamıştır.

Sayısal veriler ise oldukça etkileyici. USDA Besin Veritabanına göre 85 gr hindi eti, 26 gr protein ve 125 kalori sağlarken, sadece 2 gr yağ içerir, diğer tarafta tavuk eti daha fazla kaloriye, yağ oranına (özellikle doymuş yağ olarak) sahiptir ve hindiye göre iki katı oranında kolesterol içerir.

Tavuk eti de hindi eti gibi iz elementler içerir ancak hindi eti riboflavin, fosfor ve selenyum içeriği açısından vücudun ihtiyacı olan miktarların fazlasını içerir, ki bu elementlerin kanseri önlemede etkili oldukları kanıtlanmıştır.

Hindi tüketimi bir atlet tarafından sağlıklı ve yağsız bir diyet olarak tanımlanır, bu tanımlamanın nedenini görmekse zor değil. İçerdiği yüksek protein oranıyla kas miktarını artırmaya destek olur, ayrıca vitamin profiliyle de (tavuk etine kıyasla aynı veya daha yüksek oranda bulunan major vitaminler) vücudun bu hayati bileşenler açısından ihtiyacını karşılamaktadır.

Sadece atletler için değil aynı zamanda kalp damar hastalıklarından korunmak veya kurtulmak isteyenler için de hindi eti doğal bir protein alternatiftir.

Yüksek protein içeriği ve sıfır doymuş yağ içeriğiyle hindi eti, bu hastalıkları önlemede ve iyileştirmede ideal bir besin olmakla birlikte diyetisyenler tarafından da düzenli olarak tüketilmesi önerilmektedir.

Hindi etinde yüksek miktarda bulunan selenyum ise sağlıklı yaşam



tarzı için önemli bir iz element olarak tanımlanmaktadır. Selenyum, bağışıklık sisteminin bakteriyel ve viral enfeksiyonlara karşı güçlenmesini sağlar, kanser hücreleri ve bir çok virüse karşı vücudu korur. Selenyum ayrıca kalsiyumla birlikte kemik sağlığını korumada etkilidir, demirle birlikte ise anemiye karşı etkilidir. Hindi eti, tavuk etiyle benzer oranlarda selenyum ve kalsiyum içeriğine sahiptir, ancak %25 daha fazla demir içeriğine sahiptir. Tüm bu faydalarının yanısıra hindi eti mükemmel bir çinko kaynağıdır. Çinko, bağışıklık sistemini güçlendirir ve oldukça güçlü bir antioksidandır, bunların yanısıra bedensel işleyiş için hayati önemde olan endokrin sistemini dengeler, hormonların optimum seviyede kalmasını sağlar. Özetle; hindi eti, birçok önemli iz element içeriğiyle, yağsız-özellikle doymuş yağsız protein kaynağı olarak ve bir çok sunum seçeneğiyle sizin için en ideal besinlerin başında gelmektedir.



# TURKEY THE HEALTHY ALTERNATIVE

*Prof. Dr. Peter Williamson*

*In America it is hard to picture a thanksgiving dinner without a turkey, other countries similarly. In Europe for example Christmas would not be Christmas without the traditional turkey. And that has been the problem with the global spread of turkey meat – tradition. Thankfully these traditions are breaking down and turkey meat, as an alternative to both chicken and other meats, is becoming increasingly accepted as a very healthy alternative, and an excellent protein source in its own right.*

*The facts are very convincing. According to the USDA Nutritional Database an 85gm portion of turkey contains only 2 gm of fat, but provides 26gm of protein and 125 calories. On the other hand chicken has more calories but has higher levels of fat (particularly saturated fat) and twice the amount of cholesterol! Both chicken and turkey have a range of trace elements but turkey exceeds in the vital areas of riboflavin, phosphorous, and selenium – which has been shown to be associated with the prevention of a whole range of cancers.*

*Turkey consumption has been described by one athlete as being his “lean and clean” diet, and it is not difficult to see why. With the large amounts of protein in it, it assists in the production of fat free body mass, whilst its vitamin profile (higher or similar in all major vitamins compared to chicken) mean the body is topped up with these vital components.*

*Not only for athletes but also those seeking to prevent or recover from heart and cardiovascular disease, turkey is the natural protein alternative. With its high protein / zero saturated fat profile it is ideal for both prevention and recuperation, and is regularly prescribed by nutritionists selenium, which is abundant in turkey, is becoming recognised as an important trace*



*element for a healthy lifestyle. It improves the immune system to fight bacterial and viral infections, protects against cancer cells, and the more common herpes virus. This is vital in the elderly combined with the presence in turkey of calcium, important in maintaining bone health and re-generation, and iron to combat geriatric anaemia. Turkey has similar levels of selenium and calcium as chickens but 25% more iron. In addition to all these benefits turkey is also an excellent source of zinc. Zinc boosts immunity and is a powerful antioxidant, whilst balancing the endocrine system and maintaining optimal levels of hormones, which are vital to peak bodily functioning.*

*So to summarise, protein without fat, particularly saturated fat, combined with an impressive array of trace elements – then turkey is for you – and with so many presentational options!*



**byKeskin**

**BOL  
PROTEİN  
KAYNAĞI**



**ÇİĞ VE TAM PİŞMİŞ HİNDİ ÜRÜNLERİ  
hem sağlıklı hem de çok pratik.**

[www.bykeskin.com](http://www.bykeskin.com)



[www.facebook.com/bykeskinhindi](http://www.facebook.com/bykeskinhindi)

ByKeskin  
23 saat · 6

İki yeni ürünümüz: By Keskin Hindi Boyun ve Hindi Kapama Carrefour Mağazalarında!

**byKeskin**

By Keskin ailesinin en yeni iki üyesi!

**Yeni Ürün**

Hindi Boyun Hindi Kapama

ByKeskin  
@bykeskinhindi

Ana Sayfa

Gönderiler

Beğen Takip Et Paylaş

byKeskin

İki yeni ürünümüz: By Keskin Hindi Boyun ve Hindi Kapama Carrefour Mağazalarında!

**byKeskin**

By Keskin ailesinin en yeni iki üyesi!

**Yeni Ürün**

Yiyecek ve İçecek Şirketi - İzmir

Sayfa Açık

7.446 kişi takip ediyor

Teşekkür

7.441 kişi bunu beğendi

7.445 kişi takip ediyor

Serkan Bab ve 7 diğer arkadaşın bunu beğendi

Hakkında

Tümünü Gör

0850 885 2012

Mesaj Gönder

www.bykeskin.com

Yiyecek ve İçecek Şirketi

Çalışma Saatleri

Sayfa Açık

Türkçe - English (US) - Kurdî (Kurmanjî) - Español

Gizlilik - Kayıtlar - Reklamlar - Ad Choices - Çerezler - Diğer - Facebook © 2017

byKeskin

Sadece 100 gr'ını hindi göğüs eti yemek tavsiye edilen günlük niacin ihtiyacınızı yarım saatte karşılayın.

**NIASİN:** B vitamini çeşidi olan niacin vücudun enerji üretiminde önemlidir; karbonhidrat, yağ ve proteinlerin enerjiye dönüşmesinde rol oynar. Kolesterolü düşürücü etkisi vardır. Sağlıklı bir sinir sistemi ve kan dolaşımı için gerekli olduğu aynı zamanda zihni güçlendiren etkini bulunduğu tespit edilmiştir.

Assos Zeytin&Zeytinyağı

@assoszeytin

Ana Sayfa

Hakkında

Fotoğraflar

Beğeniler

Video'lar

Gönderiler

Sayfa Açılıyor

**ASSOS**

Doğanın armağanı

Beğen Takip Et Paylaş

Mesaj Gönder

Assos Zeytin&Zeytinyağı

8 Nisan, 13:10 · 6

ASSOS ASYA'DA RAFLARDA!

Tayland'da düzenlenen Thai Fair - World of Food Asia Fuairna katılım gerçekleştirdik. Assos'un öncü gıda ürünlerinden Food Good Blood Good Grup ile anlaşma sağlandı. Assos Zeytinyağı, Gourmet Market 5 şubede, Food Land'de 23 şubede ve Vito Market'te 17 şubede satışa sunulacak.

Yiyecek ve İçecek Şirketi - İzmir

Teşekkür

8.173 kişi takip ediyor

1 kişi ziyaret etti

Atalay Canerlik ve 5 diğer arkadaşın bunu beğendi veya ziyaret etti

Hakkında

Tümünü Gör

DÜNYA FOOD İhracat İthalat San. Tic. Ltd. Şti.

İzmir

(0232) 502 00 30

Mesaj Gönder

www.dunyafood.com

Yiyecek ve İçecek Şirketi

İmpresyum

Türkçe - English (US) - Kurdî (Kurmanjî) - Español

Fotoğraflar

**Tarıyalım**

Anadolu'da yetişen en eski zeytin ağacı türü. Genellikle yağlık olarak tercih ediliyor çünkü asit oranı oldukça yüksek. Bunun yanı sıra sofralık olarak da tercih edilebilir. 900 bin civarında ağaç sayısı bulunuyor.

**23 Nisan Ulusal Egmenlik ve Çocuk Bayramı'mız Kutlu Olsun.**

Zeytinyağıyla en sağlıklı beslenmenin bir göstergesidir. Geleneksel beslenme tarzı olarak çok sağlıklı beslenmenin en güzel göstergesidir. T.A. ve B. ailelerinde vücutlarına aynı maddeleri zeytinyağıyla sağlıyorlar.

Tümünü Gör

Assos Zeytin&Zeytinyağı

20 Nisan, 09:32 · 6

Ramazan Bayramınızı kutlar. her gününüzün şeker tadında olmasını dileriz.

www.dunyafood.com

<https://www.facebook.com/assoszeytin>



**DunyaFood**  
IHRACAT İTHALAT SAN. VE TİC. A.Ş.

■ [www.dunyafood.com](http://www.dunyafood.com) ■  
[info@dunyafood.com](mailto:info@dunyafood.com)