

Platí od 8. 2. do 14. 2. 2024*

coop
JEDNOTA

Tempo
SUPERMARKET



Ilustračné foto

zľava
do

47%

2,69

PREMIUM

Gazdovské kurča chladené 1 kg
jednotková cena 2,69 EUR/kg

Cena platí do 10. 2.



*Ceny niektorých tovarov platia do dátumu uvedeného pri tovare.

Široká ponuka
chutných potravín

coop
JEDNOTA

Najlepšie domáce potraviny

MÁME AŽ



SLOVENSKEJ PRODUKCIE

Až sedemdesiat percent slovenskej produkcie – najmä potravín – nájdete jedine v COOP Jednote. Čaká na vás všetko, čo potrebujete na prípravu tradičných i netradičných špecialít. Navyše, ak teraz nakúpите aspoň za **25 €**, môžete vyhrať ceny až za **100 000 €!** Viac na www.coop.sk.



**HRAJTE O
CENY ZA
100 000 €**





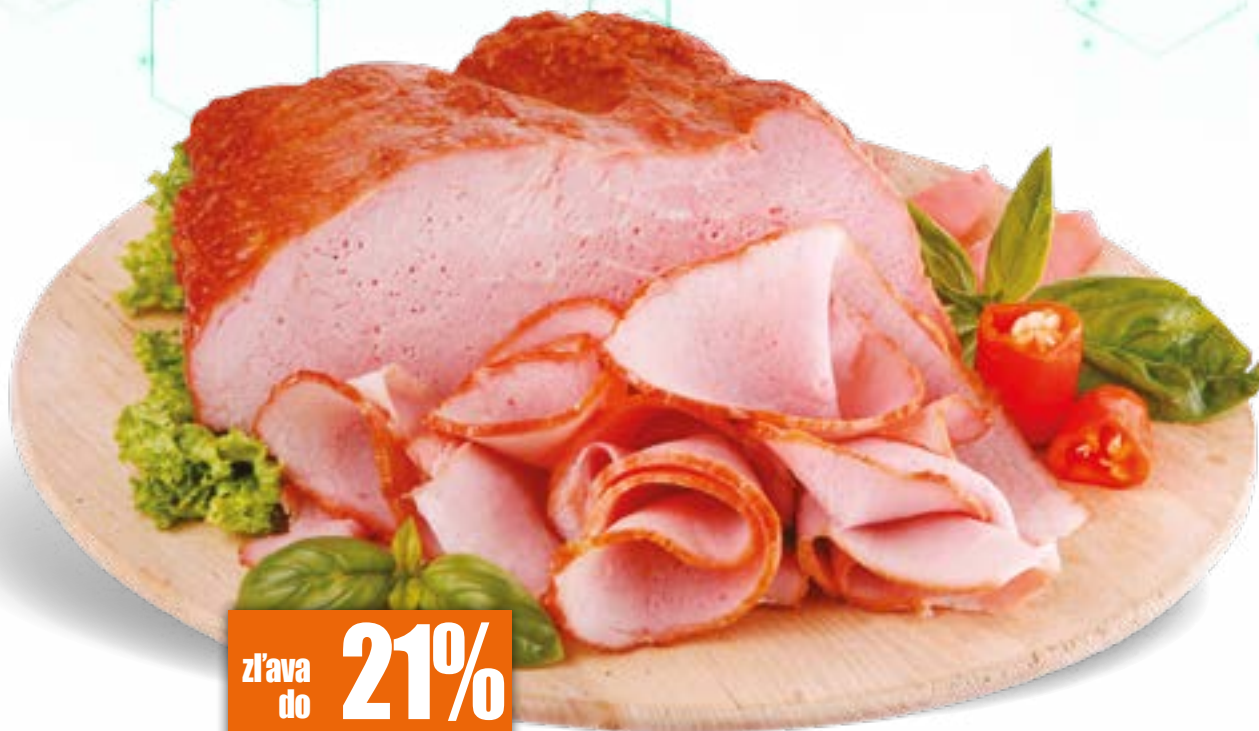
**Kuracie stehná
bez kosti s kožou
chladené 1 kg + grilovacia
zmes zdarma 1 bal.**
jednotková cena 3,99 EUR/kg

zľava
do **28%**
399




**Zipser
domacia klobasa 100 g**
jednotková cena 7,90 EUR/kg
Voľná

zľava
do **54%**
079

zľava do **21%**
095



PREMIUM

Gazdovská šunka 100 g
jednotková cena 9,50 EUR/kg



zľava do **47%**

030

Rožok ražný s posypom 62 g
jednotková cena 4,84 EUR/kg



zľava
do **33%**

2,99

Ghee maslo 150 g
jednotková cena 19,93 EUR/kg



zľava
do **36%**

1,29

Fit tvaroh 200 g
jednotková cena 6,45 EUR/kg





zľava
do **20%**

245

Karfiol 1 ks
Ilustračné foto



DOMÁCE CESTOVINY S CUKETOU A ŠAMPIŇÓNMÍ

Ingrediencie:

220 g domácich cestovín
½ cibule ZELOVOC
3 strúčiky cesnaku ZELOVOC
1 cuketa
200 g šampiňónov ZELOVOC
½ ČL sušeného oregana
¼ ČL sušených čili papričiek

180 ml zeleninového vývaru
2 PL syra žervé
4 PL nastrúhaného parmezánu
4 PL bazalky
soľ
čierne mleté koreníe Dobrá cena
olivový olej Tradičná kvalita

Postup:

V osolenej vode uvaríme cestoviny. Na panvici na oleji orestujeme na drobno nakrájanú cibuľu a cesnak. Pridáme cuketu nakrájanú na tenké plátky a šampiňóny nakrájané na štvrtiny. Dochutíme oreganom, čili, soľou, čiernym korením a restujeme, kým nie je cuketa mäkká.

V druhom hrnci zohrejeme vývar a vložíme doň syr, aby sa roztopil. Túto zmes potom vylejeme na cestoviny spolu s cuketou a šampiňónmi.

Pred podávaním na tanieri posypeme hoblinami z parmezánu.



ZELOVOC
Šampiňóny
250 g 1 bal.
jednotková cena
3,96 EUR/kg

zľava do **25%**

099



Mnoho ďalších inšpirácií nájdete na
www.netradicnerecepty.sk

8. ročník

ZÍSKAJTE GRANT

Programu podpory lokálních komunit

Nadácia COOP Jednota v spolupráci s partnermi projektu vyhlasuje výzvu na podávanie žiadostí o grant vo výške

6 000 €

Žiadosti môžu podávať orgány miestnej samosprávy, vzdelávacie inštitúcie, združenia, nadácie a neziskové organizácie **od 1. 2. do 31. 3. 2024** online na stránke www.lokalnekomunity.sk.



NADÁCIA
coop
JEDNOTA



coop
JEDNOTA
Najlepšie domáce potraviny

SLADKÝ DARČEK NA VALENTÍNA

14.2.



zľava do **29%**

059

Mix jogurt 130 g
jednotková cena 4,54 EUR/kg



zľava do **42%**

119

Pralinky Lindor Milk 50 g
jednotková cena 23,80 EUR/kg

PONUKA, KTORÚ



**Bánovecké
Srdce**
syrové 370 g
jednotková cena
9,97 EUR/kg

zľava do **46%**
369



Donut

Valentínske srdce 83 g
jednotková cena 10,72 EUR/kg

089



Deva Elegance dezert 125 g
jednotková cena 14,32 EUR/kg

zľava do **41%**

179



SI ZAMILUJETE

14.2.



zľava do **29%**

189



**Lieskové orechy
v mede a mliečnej
čokoláde 150 g**
jednotková cena
12,60 EUR/kg



**Slivky v mliečnej
čokoláde
so škoricou 150 g**
jednotková cena
12,60 EUR/kg

zľava do **28%**

189



**Hubert Grand
medium dry
2 druhy 0,75 l**
jednotková cena
6,39 EUR/l



zľava do **37%**

479





PREMIUM
Losos nepravý 125 g
pevný podiel 85 g
jednotková cena 24,12 EUR/kg

205




zľava do **45%**
119

Rybacia nátierka 2 druhy 100 g
jednotková cena 11,90 EUR/kg



zľava do **37%**
109

**Tuniak kúsky drvené
vo vlastnej šťave 185 g**
pevný podiel 130 g
jednotková cena 8,38 EUR/kg



zľava do **18%**
329

PREMIUM
Tuniak viac druhov 3 x 80 g 1 bal.
pevný podiel od 156 g do 168 g
jednotková cena od 19,58 EUR/kg do 21,09 EUR/kg



zľava do **40%**

2,99

Teekanne Collection

2 druhy od 65 g do 68,75 g

jednotková cena

od 43,49 EUR/kg do 46,00 EUR/kg



zľava do **22%**

4,69

Dolce Gusto 2 druhy

od 88 g do 104 g 1 bal.

jednotková cena

od 45,10 EUR/kg do 53,30 EUR/kg



Fitness cereálie
2 druhy 425 g
jednotková cena 7,98 EUR/kg

zľava
do **47%**

339



Milka
Choco pause
sušienky 260 g
jednotková cena
6,12 EUR/kg

zľava
do **46%**

159



**Amundsen
Expedition Vodka
1911 40% 0,7 l**
jednotková cena
17,13 EUR/l

zľava
do **40%**

11⁹⁹

Indulona
obnovující zázrak
krém na ruce 50 ml
jednotková cena
37,80 EUR/l

zľava
do **34%**
189



Paloma deluxe Green Tea
3-vrstvový toaletný papier
10 ks 1 bal.
jednotková cena 0,35 EUR/ks

zľava
do **35%**
349

Maslo

ZDRAVÁ TRADIČNÁ POCHÚTKA

Je bežnou ingredienciou pri varení aj pečení. Dodáva jedlám jemnú chuť a je plné vitamínov. Klasické maslo je tradičnou pochútkou, ktorá sa na naše stoly dostala pitoreskným spôsobom.

Korene masla siahajú do štvrtého storočia pred n. l. na územie Ázie. Tamojšie kočovné kmene sa premiestňovali z miesta na miesto a so sebou vždy mali veľké zásoby mlieka. Cesty boli nerovné, hrbolaté a spôsobovali otrasy koča v takej veľkej miere, že mlieko na povrchu začalo peniť a vytvárať smotanú. Tá sa vďaka mnohonásobnému pretriasaniu začala zrážať na maslové hrudky. Kočovníci si to všimli a túto metódu si osvojili a maslo začali vytvárať zámerné. Postupom času sa na tvorbu masla začali používať jednoduché stroje na mútenie. Prvý takýto stroj sa pripisuje už sumerskej civilizácii. Dnes na mútenie masla používame zbušky alebo mútovníky.





Ako sa vyrába maslo?

Na výrobu masla potrebujeme len jednu ingredienciu, a tou je mlieko. Mútenie masla je proces, pri ktorom sa z mliečnej smotany stáva maslo. Smotana sa mieša (múti), až kým sa neoddelia pevné a tekuté zložky. Tie tekuté sa nazývajú cmar a pevná je zas maslo. Maslo sa následne vytvaruje do požadovanej formy a je pripravené na konzumáciu.

Pochúťka plná vitamínov

Hoci sme v posledných rokoch počuli mnoho o škodlivosti masla, nie je to úplne tak. Klasické maslo je zdrojom vitamínov rozpustných v tukoch. Vitamíny ako A, D, E a K sú nevyhnutné pre správnu funkciu organizmu, udržiavanie zdravého zraku, kostí, imunity a správnej funkcie buniek sa nachádzajú v masle. A takisto je zdrojom nasýtených tukov, ktoré zvyšujú hladinu HDL cholesterolu (ten je známy ako tzv. dobrý cholesterol). HDL cholesterol znižuje riziko vzniku srdcových chorôb, prospešne vplýva na mozgovú činnosť a funkcie nervového systému.

Tradičné maslo je takisto bohaté na vápnik, fosfor, horčík a selén. Okrem toho maslo obsahuje niektoré antioxidanty, ako je betakarotén, lycopén a konjugovaná kyselina linolová, ktoré môžu chrániť telo pred oxidačným stresom a zápalom.

Zaradením masla v primeranom množstve do svojho jedálneho lístka, podporujete aj zdravie čriev, pretože maslo obsahuje niektoré prospešné baktérie, ktoré sa nazývajú butyráty. Butyráty pomáhajú udržiavať zdravú sliznicu, znižovať zápal a zlepšovať metabolizmus.

Maslo zlepšuje aj funkciu mozgu, pretože obsahuje niektoré esenciálne mastné kyseliny, ako je kyselina arachidónová a kyselina dokozahehexaénová. Tieto mastné kyseliny sú dôležité pre vývoj a udržiavanie nervových

buniek, pamäti a schopnosti učenia.

Mliečny tuk, ktorý obsahuje maslo ako jediný nutričný tuk, vzniká v mliečnych žľazách cicavcov. Je veľmi výživný a pri jeho konzumácii nedochádza k zaťažovaniu tráviaceho traktu, preto ho dobre znášajú deti, ale aj dospelí s ochoreniami žlčníka, žalúdka alebo pečene.

Lecitín a ďalšie fosfolipidy, ktoré sa nachádzajú v masle, sú nielen zdrojom fosforu pre organizmus a zúčastňujú sa na tvorbe bunkových membrán, prispievajú k rýchlemu vstrebávaniu tukov a normalizujú výmenu cholesterolu, ale aj zabraňujú ukladaniu cholesterolu v stenách ciev.

Domáce maslo?

Potrebujeme:

0,5 l smotany na šľahanie (30 – 33 %)
mixér alebo kuchynský robot

Postup:

Mixérom alebo kuchynským robotom miešame šľahačkovú smotanu približne 10 minút. Smotana sa zmení na šľahačku, no to nie je dôvod prestať miešať. Miešajte, kým sa z nej nevytvorí hrudkovitá hmota. V tej chvíli sa zo smotany oddelí maslo a cmar.

Cmar, ktorý vznikne, scedte. A maslo je na svete. Vytvarujte ho do kocky alebo iného požadovaného tvaru a nechajte stuhnúť v chladničke.

Z pol litra smotany vznikne približne 200 g masla, ktoré môžete uskladniť v chladničke a s radosťou konzumovať.

Zopár zaujímavostí

- Vedeli ste, že maslo je symbolom hojnosti a plodnosti? Hinduisti ho dokonca zahŕňajú do niektorých svojich rituálov ako „obetu“ alebo symbol pohostinnosti.
- Maslo sa topí pri teplote ľudského tela, čo je dôvodom, prečo sa tak ľahko roztiera po pár minútach strávených pri izbovej teplote.
- Maslo sa už dávno nevyužíva len v kuchyni. Na mnohých umeleckých veľtrhoch sa môžete stretnúť so sochami práve z masla, pretože je ľahko tvarovateľné a ľudská ruka z neho dokáže vytvoriť aj zložité ornamenty.
- Indické maslo ghee sa vyrába z klasického kravského masla. Pri jeho výrobe sa maslo ohrieva a oddeľuje sa tuk od ostatných zložiek.

PRIDAJTE SA DO COOP KLUBU A VYHRAJTE!



1. CENA

**11-DŇOVÝ POBYT
NA SRÍ LANKE
OD BUBO**



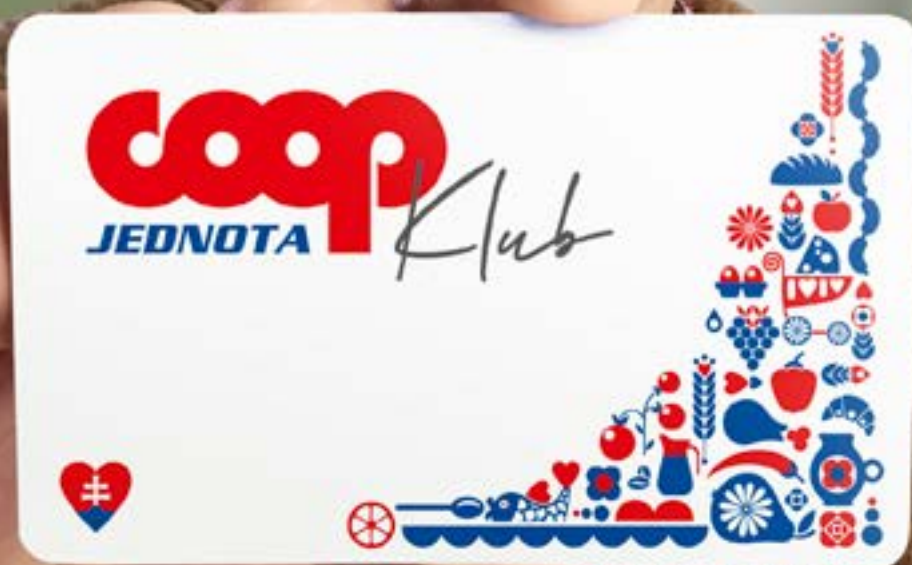
2. CENA

**3x 5-DŇOVÝ POBYT
V KÚPEĽNOM HOTELI
VEĽKÁ FATRA******



3. CENA

**15x KUPÓN NA ZNAČKOVÉ
OKULIARE A EXPRESNÉ
MERANIE ZRAKU**



Držitelia vernostnej karty COOP Jednota, ktorí sa v čase **od 1. 2. do 29. 2. 2024** rozhodnú pridať do COOP Klubu a udelia súhlas so zapojením sa do súťaže, hrajú o skvelé výhry: **11-dňový pobyt na Srí Lanke od BUBO, 3 pobyty pre 2 osoby v Moderných kúpeľoch Turčianske Teplice a 15 poukážok na nákup prémiových značkových okuliarov + kupón na expresné meranie zraku.** Na súťaži sa môžu zúčastniť aj tí zákazníci, ktorí už v COOP Klube sú. Okrem výhier čakajú na nových zákazníkov výhody, ktoré môžu začať využívať okamžite. Viac informácií nájdete na www.coopklub.sk.

BUBO

MODERNÉ KÚPELE
— TURČIANSKE TEPLICE —

Očná Optika
MANIA

COOP
JEDNOTA

Najlepšie domáce potraviny



Tempo

SUPERMARKET

90 PREDAJNÍ
TEMPO
SUPERMARKET
PO CELOM SLOVENSKU

KAŽDÝ DEŇ

ČERSTVÉ

POTRAVINY

Predajne COOP Jednota TEMPO nájdete v mestách a obciach: Bánov; Banská Bystrica: Bernolákova, Rudohorská, Kyjevské námestie, Povstalecká; Bratislava; Brezno; Bytča; Čadca; Čierny Balog; Detva; Dubnica nad Váhom; Dunajská Lužná; Dunajská Streda: Smetanov Háj, Mlynská; Dvory nad Žitavou; Gabčíkovo; Galanta: Hlavná, Česká; Gbelce; Handlová: SNP, ul. 29. augusta; Hanušovce nad Topľou; Humenné; Hviezdoslavov; Chorvátsky Grob; Kanianka; Kremnica; Krupina; Kysucké Nové Mesto; Lehnice; Levice; Lipany; Liptovský Mikuláš; Martin; Michalovce; Námestovo; Nesvady; Nitra: Slančíkovej, Chrenovská; Nitrianske Pravno; Nitrianske Rudno; Nová Baňa; Nové Zámky: Hlavné námestie, T. G. Masaryka, Janka Kráľa; Oravská Lesná; Oslany; Oščadnica; Palárikovo; Považská Bystrica: Tatranská, Rozkvet, Centrum; Prešov; Prievidza: L. Ondrejova, Majerská, Novackého; Púchov; Pusté Úľany; Rabča; Rajec; Rajecké Teplice; Raková; Senec; Senica; Sereď; Skalité; Sládkovičovo; Snina; Spišská Nová Ves; Šaľa: Nám. Svätej Trojice, Hlavná; Štúrovo; Šurany; Topoľčany: Šafárikova, Sedmíkrásková, M. R. Štefánika; Trebišov; Trenčín; Trnava: Limbová, Trojičné námestie; Trstice; Turzovka; Tvrdosovce; Vráble; Zákamenné; Zlaté Klasy; Zlaté Moravce; Želiezovce; Žilina

Zoznam inzerentov: Titulná strana: COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **2. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **3. strana:** HYZA, a. s.; TAURIS a. s., **4. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; Bidfood Slovakia s. r. o., **5. strana:** Coronis s. r. o.; RAJO s. r. o., **6. strana:** HORTIM – SK, s. r. o.; TEKOO Slovakia, s. r. o.; HORTI, s. r. o.; Ing. Jozef Horváth – RAMAS, **7. strana:** HORTIM – SK, s. r. o.; HORTI, s. r. o.; Ing. Jozef Horváth – RAMAS, **8. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **9. strana:** Lindt & Sprüngli (CEE) s. r. o.; ACCOM Slovakia s. r. o., **10. strana:** MILSY a. s.; Ryba Žilina, spol. s r. o.; ChocoSuc Partner, s. r. o., **11. strana:** ENCINGER SK s. r. o.; Hubert J. E., s. r. o., **12. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; Orkla Foods Slovensko s. r. o., **13. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; LUMARKT, s. r. o., **14. strana:** Nestlé Slovensko s. r. o.; McCarter a. s., **15. strana:** Nestlé Slovensko s. r. o.; Mondelez Slovakia s. r. o., **16. strana:** STOCK Slovensko, s. r. o., **17. strana:** SHP Harmanec, a. s.; Sarantis Slovakia s. r. o., **18. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **19. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **20. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **21. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo

Textová inzercia: ACCOM Slovakia s.r.o.; ADANO, s.r.o.; AGRO TAMI, a.s.; AGROKARPATY, s.r.o. Plavnica; ANDACO, s.r.o.; AVEPHARMA, s.r.o.; B.M.Kávoviny, spol. s r.o.; BALTAXIA s.r.o.; Berto Trade s.r.o.; Bidfood Slovakia s. r. o.; BOCHVILL, spol. s r.o.; BONAVITA SERVIS spol. s r.o.; Bryndziareň a syräreň, s.r.o.; BUDIŠ a.s.; CALENDULA, a.s.; CELLTEX s.r.o.; CIMBALÁK s.r.o.; COOP JLC, a.s.; Danone s.r.o.; DL Lauko, s.r.o.; DRU a.s.; DUKACSO TRADE, spol. s r.o.; Ed. Haas SK, s.r.o.; ENCINGER SK s. r. o.; FOR-TRABE, s.r.o.; Gemermilk rs, s.r.o.; GGT a.s.; GORAL, spol. s r.o.; Herba Drug Trade s.r.o.; HERBEX spol. s r.o.; HORTI s.r.o.; HORTIM - SK s.r.o.; HYZA a.s.; CHOCOLAND a.s.; I.D.C. Holding, a.s.; Ing. Peter Kudláč - APIMED; JAV - AKC, s.r.o.; JS trade Slovakia, spol. s r.o.; KL Logistic Service spol. s r.o.; KOLIBA Trade, s.r.o.; KRUP s.r.o.; Lactalis Slovakia, s.r.o.; LEVICKÉ MLIEKARNE a.s.; LINEA Slovensko, spol. s r.o.; LUMARKT, s.r.o.; M ä s p o m a spol. s r.o.; Mapa Spontex CE s.r.o.; Maspex Slovakia Trade s.r.o.; Mattes Slovakia, spol.s.r.o.; McCarter a.s.; MECOM GROUP s.r.o.; MILSY a.s.; MINERÁLNE VODY a.s.; Mlyn Kolárovo, a.s.; Mlyn Pohronský Ruskov, a.s.; MORAVEC KVALITNÍ PONOŽKY s.r.o.; MORAVOSEED SLOVAKIA, s.r.o.; MPC CESSI a.s.; NAMEX, s.r.o.; NEALKO ORAVAN, spol. s r.o.; NiKA, s.r.o.; NOVOFRUCT SK, s.r.o.; OPTIMA, a.s.; Orkla Foods Slovensko s. r. o.; Orkla Foods Fresh Slovensko s. r. o.; PALMA a.s.; Partner in Pet Food SK s.r.o.; Pečivárne Lipt.Hrádok, s.r.o.; PENAM SLOVAKIA, a.s.; Pivovar STEIGER a.s.; PODVIHORLATSKE PEKÁRNE A CUKRÁRNE a.s.; POLABSKÉ MLEKARNY a.s.; Poľnohospodárske družstvo Trsteník; Proxyma, s.r.o.; RAJO s.r.o.; RISO - R, s.r.o.; Ryba Žilina, spol. s r.o.; Savencia Fromage & Dairy SK, a.s.; SHP Harmanec, a.s.; SITIL BOHEMIA, s.r.o.; SOLNOBANSKÁ, akciová spoločnosť; ST.NICOLAUS-trade, a.s.; SWEETY ICE, s.r.o.; Syräreň Bel Slovensko a.s.; TATRACHEMA, výrobné družstvo Trnava; TATRAKON spol. s r.o.; Tatranská mliekareň a.s.; TAURIS, a.s.; TEKMAR SLOVENSKO, s.r.o.; THYMOS, spol. s r.o.; TOMATA s.r.o.; ÚSOVSKO SK, s.r.o.; VEPY, spol. s r.o.; VEST spol. s r.o.; Vinárske závody Topoľčianky, s.r.o.; VITAR SLOVAKIA, spol. s r.o.; ZLOM TRADE s.r.o.; ZOTT s.r.o.; Zvolenská mliekareň s.r.o.



Perun

Biova



Symbol vyjadruje pôvod poľnohospodárskych produktov a potravín v Slovenskej republike

v zmysle zákona č. 152/1995 Z.z. o potravinách v platnom znení v spojení s vyhláškou MPA RV SR č. 163/2014 Z.z.

o podmienkach používania dobrovoľného označovania poľnohospodárskych produktov a potravín na účely informovania spotrebiteľa.



Používajte biocídne výrobky bezpečne. Pred použitím si prečítajte údaje na obale a pripojené informácie o výrobku.

**TENTO PROPAGAČNÝ LETÁK OBSAHUJE 42%-NÝ
PODIEL POTRAVÍN VYROBENÝCH NA SLOVENSKU.**