

پیام گلن

نشریه تخصصی نان، شیرینی و شکلات

سال بیستم - اسفند ۱۴۰۱ - ۳۰ صفحه

محبوبان نان و شیرینی
محبوبان شیرینی و شکلات
محبوبان نان و شیرینی
محبوبان نان و شیرینی



دریافت نشان برتر نوآوری در APMEA

۱۰ هزار نفری شدن گروه پوراتوس

نان ساپوره، مکمل سفره افطار

بزرگترین سولار سقفی کشور

golnan
puratos

Food Innovation for Good

گلنن پوراتوس

پیام گلن

فهرست شماره ۱۱۱ مجله پیام گلن

شکلات ۱۶

- ویترین شکلات های دست ساز..... ۱۷
- بل کوکی ۱۸



سلامتی و تندرستی ۱۹

- بازیابی مقدار شکر دریافتی ۱۹



آموزش های مهارتی گلن پوراتوس ... ۲۱

- فعالیت های موسسه فردوس ماندگار صدرا در یک نگاه ۲۱



مسئولیت های اجتماعی ۲۳

- راه اندازی بزرگترین سولار سقفی کشور ۲۳



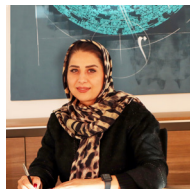
ایده ها ۲۴

- ایده های جذاب نوروزی ۲۴
- ترندهای جدید ۲۰۲۲ ۲۷



سرمقاله ۳

- هر آنچه ما انجام می دهیم، زمینه ای برای فعالیت نسل های آتی است..... ۳



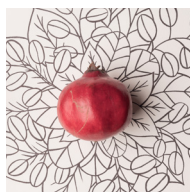
اخبار ۴

- گردهمایی مدیران گروه پوراتوس..... ۴
- سومین جشنواره سلامت غذا ۵



گزارش ۷

- دوره می شب یلدا در گلن پوراتوس..... ۷
- ۱۰ هزار نفری شدن گروه پوراتوس ۹



نانوایی ۱۰

- نان ساپوره (خمیرترش)، مکمل سفره افطار ۱۱
- نان بربری سنتی ۱۲



قنادی ۱۳

- نوآوری غذایی برای آینده ای بهتر..... ۱۴
- دسر شادی ۱۵



صاحب امتیاز: شرکت گلن
مدیرمسئول: دکتر پروانه خضایی نیا
مدیراجرایی: نگار صحبتی
زیر نظر هیات تحریریه
گرافیکست و صفحه آرا: سپیده سرداری
عکاس: امید آقایی
مترجم: نگار صحبتی
پیام گلن آماجگی خود را برای انتشار مقالات علمی، تحلیلی و نظرات شما در زمینه این صنعت اعلام می دارد.
نقل و اقتباس از مطالب پیام گلن با ذکر منبع بلامانع است.
نقل و چاپ مطالب در پیام گلن، الزاما به معنی تایید آن مطلب نیست.

نشانی: تهران، بزرگراه آزادگان جنوب، احمدآباد مستوفی، میدان پارسا، صنوبر چهارم شمالی، کوچه شهید غلامی، پلاک ۴
کدپستی: ۳۳۱۳۱۴۴۵۹۳
تلفن: ۰۲۱-۴۸۳۴۴
فکس: ۰۲۱-۴۸۳۴۳۰۰

چاپ: نامی نقش/ تهران، خیابان جمهوری، بعد از چهارراه مخبرالدوله، کوچه محمودی، کوچه سالار فاتح، پلاک ۳، تلفن: ۳۳۱۱۴۳۶۳

golnan puratos

Food Innovation for Good
گلن پوراتوس

واحد تحقیقات و آموزش
شرکت گلن پوراتوس

سال نو مبارک

معمودت و الطوب
معمودت و الطوب
معمودت و الطوب
معمودت و الطوب

بسیاری از مردم، فصل بهار را آغاز زندگی دوباره طبیعت می‌دانند. دگرگونی و نو شدن تمام پدیده‌های اطراف گواه این حقیقت است. هوای تازه و دلنشین بهاری همراه با شگفتی‌های طبیعت، نشان دهنده دوستی و محبت زمین با آدمیان است. در این راستا ما در گلنان پوراتوس همواره تلاش می‌کنیم با خلق طعم‌های جدید و خاطره‌انگیز، بهانه خوبی برای دورهمی افراد خانواده در این فصل زیبا باشیم.

حراست و پاسداری از طبیعت، حق هر انسان آگاهی در جامعه است. پس همواره تلاش می‌کنیم با استفاده مسئولانه از منابع آبی، کاهش ضایعات تولیدی، حذف دی‌اکسید کربن و همچنین بهره‌گیری از انرژی‌های پاک سهم خود را در بهبود شرایط سیاره زمین ایفا کنیم. چراکه احترام و تعادل را از طبیعت آموخته و حفاظت از منابع طبیعی را بسیار مهم می‌دانیم.

آب، باد، خاک و تمام عناصر طبیعت در این فصل پیوند محکمی با یکدیگر برقرار می‌کنند تا آنچه به نمایش می‌گذارند چیزی جز نظم و زیبایی جهان هستی نباشد. لحظات زندگی را با اتحاد، همکاری و احترام متقابل پیش می‌بریم، چرا که بر این باوریم مهربانی با هموعان و همکاران با هر پیشینه، منجر به تکثیر لبخند و حال خوب می‌گردد.

نوروز امسال نیز به نکوداشت آداب و رسوم ایرانی، سفره هفت سین می‌چینیم و سالی پر از برکت، سلامتی، روشنایی و آرامش آرزو می‌کنیم.

به امید روزهای زیباتر،

سفره هایتان پر روزی، حال دل هایتان خوب...



هر آنچه ما امروز انجام می دهیم، زمینه ای برای فعالیت نسل های آتی است؛

شرکتها در طول تاریخ فعالیت خود، به دنبال یک هدف واحد بوده اند؛ رسیدن به حداکثر سود! با این حال در طول چند دهه گذشته این هدف تغییر کرده است. بسیاری از رهبران کسب و کار متوجه مسئولیتی شده اند تا آنچه را که به نفع نه فقط شرکت های خود، بلکه مردم، جامعه و سیاره ماست انجام دهند. به عبارتی مسئولیت اجتماعی را به عنوان تنها راه ممکن برای ادامه زندگی و تجارت خود دیده اند و در یافته اند که چگونه می توان با پایبندی به اصول اخلاقی و مسئولیت پذیری در قبال آیندگان، رفتار شرکت را به سمتی سوق داد که بدون آسیب به جامعه، سود شرکت و سهام داران را نیز به حداکثر برساند.

ما نیز در تلاشیم تا به مسئولیت خود در قبال نسل آینده پایبند باشیم. به همین منظور فعالیت های خود را در جهت سه اصل مهم سلامت بهتر، زندگی بهتر و سیاره بهتر پیش می بریم.

برای انجام این مأموریت و مسئولیت های بزرگ فعالیت هایی را به شرح زیر انجام داده ایم:

- ۱- طیف محصولات خود را با رویکرد سلامتی و تندرستی ارتقا می دهیم تا زندگی بهتر و سالم تر داشته باشیم.
 - ۲- در حال اجرای برنامه هایی برای کاهش و حذف دی اکسید کربن در پروسه تولیدی خود هستیم.
 - ۳- فعالیت های ما در جهت استفاده مسئولانه از منابع آبی و کاهش ضایعات در جریان است.
 - ۴- اقدامات متعددی برای تضمین درآمد پایدار کشاورزان، سرمایه گذاری برای ارائه فرصت های آموزشی در مدارس نانوایی با هدف بهبود شرایط زندگی آنان در حال انجام می باشد.
 - ۵- با فراهم کردن محیطی شاداب و با استقبال از تنوع فرهنگی به دنبال رشد شخصی همکاران خود هستیم.
- با لطف و عنایت پروردگار، همچنین درک این ضرورت مهم اجتماعی، در تلاشیم تا شرکتی با مسئولیت پذیری اجتماعی و به عنوان یک شریک قابل اعتماد نه فقط در نوآوری بلکه در پایداری برای همه ذینفعان باشیم.

حوریه عباسی. معاونت بازاریابی

گردهمایی مدیران گروه پوراتوس و افتخاری دیگر

در گردهمایی اخیر مدیران گروه پوراتوس که اواخر بهمن ماه سال ۱۴۰۱ در کوآلامپور مالزی برگزار شد، در بین ۲۶ کشور در منطقه آسیا، اقیانوسیه و آفریقا، گلنان پوراتوس بعنوان نوآورترین شرکت با بیشترین میزان افزایش فروش در گروه بندی محصولات نوآور "Pyramid" انتخاب گردید. ما به تلاش های همکاران عزیزمان در شرکت گلنان پوراتوس و همراهی مشتریان وفادار و نوآرمان در تحقق این دستاورد مهم با وجود شرایط موجود افتخار می کنیم.



سومین جشنواره سلامت غذا

golnan puratos

سلامت
بهرتر

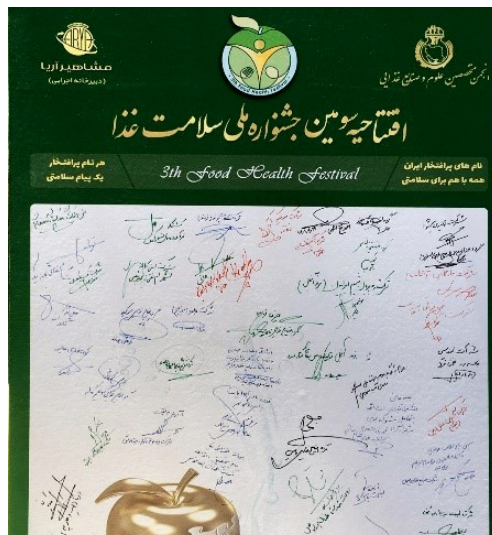


جشنواره سلامت غذا با رویکرد «ارتقای سطح سلامت غذا» با چشم انداز «دستیابی به جامعه سالم و پویا از طریق بهبود سیستم سلامت صنایع غذایی با نگرش استفاده از محصولات غذایی سلامت» در راستای «تغییر الگوی تغذیه و ارتقای سطح آگاهی، نگرش و فرهنگ تغذیه سالم در جامعه» و با هدف «شناسایی برندهای پیشرو در تحقیق، توسعه و ارتقای سلامت محصولات غذایی و معرفی جدیدترین محصولات سلامت غذایی پایه ریزی گردیده است. با استناد به «سند ملی تغذیه و امنیت غذایی» منتشر شده از سوی دبیرخانه شورای عالی سلامت و امنیت غذایی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، امروزه کشور ما با انواع مشکلات تغذیه ای مواجه می باشد. تغییر شیوه زندگی و الگوی مصرف غذا، رژیم غذایی ناسالم افراد، زمینه ساز شیوع روزافزون بیماری های غیرواگیر مانند سکتته های قلبی و مغزی، افزایش فشارخون، دیابت، چاقی و انواع سرطان ها گردیده که ضمن کاهش طول عمر افراد جامعه، هزینه های درمانی سنگینی را به کشور تحمیل نموده است.

این در حالی است که در بخش تولید صنایع غذایی توجه سازمان های نظارتی و صنعت غذایی به سمت تولید محصولات فراسودمند و یا تولید محصولاتی با کاهش اثرات زیانبار معطوف گردیده است. ولیکن در بخش مصرف کننده صنایع غذایی از جمله مراکز عرضه کننده خدمات غذایی و شهروندان، غالباً نگاه سنتی حاکم است. براین اساس گاهای معیارهای انتخاب، بیشتر منوط به لذیذ بودن محصولات می باشد تا توجه به معیارهای سلامت غذایی و تغذیه ای. بنابراین در مسیر نیل به جامعه پویا و سالم، بهبود سیستم سلامت و کیفیت غذا، ایجاد زنجیره ارتباطی بین بخش های مختلف زنجیره غذایی، پایش مداوم تولید محصولات سلامت، توجه به شاخص های سلامت غذا و تغذیه در مراکز خدمات غذایی و همچنین ارتقای سواد تغذیه ای شهروندان، از جمله اقدامات اساسی خواهد بود. جلسه مقدماتی این جشنواره در تاریخ ۱۴۰۱/۴/۲۹ با حضور مسئولین زیربسط و مدیران شرکت های صنایع غذایی در محل سالن کنفرانس شیخ بهایی مرکز همایش های بین المللی شهید بهشتی با سخنرانی آقای مهندس شافعی نیا دبیر محترم انجمن علوم و صنایع غذایی ایران با موضوع معرفی فعالیت های انجمن و جشنواره آغاز و جناب آقای فتح الهی نایب رئیس محترم انجمن، توضیحاتی در رابطه با لزوم تشکیل مجمع مشترک شرکت های صنایع غذایی در جهت مطالبه خواسته های شرکت ها از سازمان های مرتبط مطالبی را ارائه نمودند.

این جلسه در رابطه با عضویت شرکت ها در انجمن و معرفی محصولات سلامت محور ادامه یافت و شرکت های حاضر در رابطه با چالش های پیش روی تولید محصولات سلامت سخنرانی کرده و هر یک از آن ها با تشکیل مجمع مشترک شرکت های صنایع غذایی عضو کمپین سلامت غذا در جهت رفع موانع تولید و ارتقای دانش تولید محصولات سلامت موافقت نمودند.

در خاتمه شرکت کنندگان در جلسه افتتاحیه به رسم یاد بود صفحه ای را امضاء کردند. جلسه بعدی سومین دوره جشنواره ملی سلامت، برای اعلام انتخاب شرکت‌های برتر در زمینه محصولات سلامت محور و تقدیم نشان زرین سومین جشنواره سلامت غذا و نشان حامی ویژه سومین جشنواره سلامت غذا با حضور مسئولان بخش سلامت کشور سه شنبه ۲۴ آبان در تالار ابوریحان دانشگاه شهید بهشتی تهران برگزار شد. خوشبختانه شرکت گلنان پوراتوس با معرفی محصولات سلامت محور خود جزو شرکت‌های شاخص و مطرح بوده که موفق به اخذ هر دو تندیس نشان زرین و نشان حامی ویژه سومین جشنواره سلامت غذا گردید.



محصولاتی که به جشنواره سلامت معرفی شدند عبارتند از:

- شکلات تلخ ۷۰٪
- مخلوط نیمه آماده نان با ارزش تغذیه ای و پروتئینی بالا
- ویوفیل شاتوت بدون شکر افزوده
- تگرال ساتین شکلات بدون شکر افزوده
- ساپوره سافت گرین مولتی



به امید ارتقا سلامتی هموطنان عزیزمان
غذای سالم، آب پاک، هوای پاک
دکتر خضرابی نیا، معاونت تحقیق و توسعه

دوره‌می شب یلدا در گلنان پوراتوس



مسابقات جذاب، جایزه، حافظ خوانی دور آتش و خوردن میوه‌ها و شیرینی‌هایی که با محصولات شرکت و با موضوع یلدا تهیه گردیده بود، سرگرم شدند. این مراسم را همه همکاران مدعو با یک کار گروهی برای نظافت گروهی سالن به پایان رساندند، تا همکاران بخش خدمات نیز با خیال آسوده مهمان این مراسم باشند و با همکاران به تفریح بپردازند.

شب یلدای گلنان پوراتوس با یک فال حافظ که توسط آقای دکتر حدادزاده معاونت بهره برداری و اجرایی شرکت به نیابت از همکاران خوانده شد و با یک عکس دسته جمعی، با آرزوی سالی سرشار از شادی، سلامتی و موفقیت برای خانواده و همکاران گلنان پوراتوس به پایان رسید.

امیدواریم روزهایی بلند و روشن سرشار از شادی و امید نیز در انتظار شما خوانندگان عزیز پیام گلنان و کشور عزیزمان ایران باشد.

همزمان با تعطیلات کریسمس و سال نو در سراسر جهان، زمانی که همکاران کشورهای دیگر زیرمجموعه پوراتوس نیز سرگرم جمع‌بندی تلاش‌های یک سال میلادی و آماده شدن برای تعطیلات و سال نو هستند، همکاران گلنان پوراتوس نیز طولانی‌ترین شب سال را بعنوان یکی از کهن‌ترین رسم‌های ایران دور هم گذراندند. این دوره‌می به غیر از فعالیت‌هایی که در گروه پوراتوس با هدف افزایش انگیزه و حمایت از کار تیمی انجام می‌پذیرد، فرصتی برای همکاران گلنان پوراتوس بود تا در یک دوره‌می با محتوای ایرانی، پشت سر گذاشتن موفقیت آمیز روزهای پرفراز و نشیب سال ۲۰۲۲، کار گروهی و تلاش‌های منجر به نتایج درخشان سال ۲۰۲۲ را در کنار هم جشن بگیرند.

در این دوره‌می که با در نظر گرفتن اهداف مسئولیت‌های اجتماعی شرکت و پذیرایی با محصولات بدون شکر برنامه ریزی شده بود، همکاران گلنان پوراتوس با فعالیت‌های متنوع و

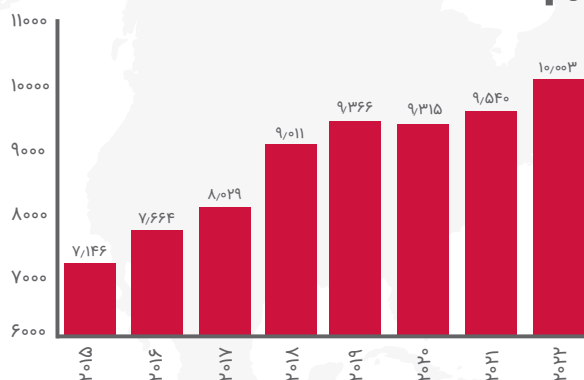


گروه پوراتوس ۱۰ هزار نفری شد!

بیش از ۱۰/۰۰۰ همکار توانمند با جادوی پوراتوس متحد شده‌اند. جادوی پوراتوس، الهام بخش تمام افرادی است که در راستای هدف مشترک "نوآوری های غذایی برای آینده بهتر" تلاش می کنند، فرهنگی که آن‌ها را برای رسیدن به نتایج فوق العاده تشویق می کند. تاکنون، چندین نسل از افراد ماهر با توانمندی‌های مختلف به صورت روزانه با یکدیگر همکاری کرده‌اند تا با تلاش برای نوآوری و کیفیت در تمامی آنچه انجام می‌دهند، پوراتوس را به محل کاری عالی تبدیل کنند. همین افراد بوده‌اند که موفقیت پوراتوس را در ۱۰۰ سال گذشته هدایت کرده و به این نقطه رسانده‌اند.

تلاش برای رسیدن
به بیش از ۱۳/۰۰۰
همکار تا سال ۲۰۳۰

رشد تعداد نفرات پوراتوس از ۲۰۱۵-۲۰۲۲



در این راستا پوراتوس به نقطه عطف جدیدی رسیده است. با تمرکز دائمی بر کیفیت و خدمات بهتر به مشتریان، به رشد در مسیر موفقیت در ۱۰۰ سال گذشته ادامه داده و هم اکنون با بیش از ۱۰/۰۰۰ نفر همکار در شرکت‌های تابعه در ۸۱ کشور فعالیت می کند.

پراکندگی پوراتوس در سراسر جهان



نانوایی



سایپوره، عطر
خمیرترش ما
طعم نان شما





نان ساپوره (خمیرترش)، مکمل سفره افطار

در فرهنگ ایران زمین، آداب و رسومی برگرفته از فرهنگ زندگی مردم هر منطقه برای مناسبت های مختلف تعریف شده است. بخشی از این آیین ها مانند مراسم افطار ماه مبارک رمضان ریشه در اعتقادات مذهبی دارد. از دیرباز نان و بویژه نان های سنتی، در سفره های افطار از جایگاه ویژه ای برخوردار بوده است.

میزان مصرف نان در استان ها با توجه به سبک زندگی و فرهنگ غذایی، متفاوت است. برای مثال سرانه ی مصرف نان در استان اردبیل حدود ۱۱ تا ۱۲ کیلو گرم است اما در استان اصفهان، سرانه ی مصرف به ۷ تا ۸ کیلوگرم می رسد. در رابطه با نوع نان محبوب در هر استان نیز بر خلاف تصور رایج در جامعه، مصرف نان لواش در بین آذری زبان ها بیشتر از سایر نان ها می باشد. این در حالی است که ساکنان خطه شمال کشور مصرف نان بربری بالاتری دارند. جنوبی ها و سیستانی ها نان تافتون بیشتری مصرف می کنند و در غرب ایران، زنجان و قزوین مصرف نان لواش، بالاتر است.

از طرفی، اجرای طرح هوشمندسازی یارانه آرد و نان در سال ۱۴۰۱ زمینه را برای ارتقا کیفیت نان فراهم نموده است، چراکه کیفیت نان معیار انتخاب مشتریان خواهد بود و نانوایان برای کسب رضایت مشتری لازم است کیفیت را سرلوحه پخت نان قرار دهند. در راستای ارتقاء کیفیت نان های سنتی، محصولات ساپوره (خمیر ترش) را به کلیه نانوایان محترم پیشنهاد می کنیم. محصولاتی که کیفیت ثابت، راحتی مصرف و طعم های متنوع را در انواع نان های سنتی ایجاد می نماید. خمیر ترش ماده طبیعی تخمیر کننده متشکل از آب، آرد و انواع میکروارگانیسم هاست. نوع آرد، فلور میکروبی و روش های فرآوری مختلف منجر به ایجاد انواع خمیر ترش می شود که هر یک ویژگی های منحصر به فردی را در نان ایجاد می کنند.

ساپوره ماهور تمپو یک خمیر ترش مایع بر پایه آرد جو است. ویژگی متمایز این ساپوره خاستگاه جو آن است که در رشته کوه های زاگرس در غرب ایران واقع شده اند. این غله به دلیل غنی بودن از ریزمغذی ها، گلوتن پایین و فیبر بالا، در حفظ سلامت بدن موثر می باشد. مصرف ساپوره ماهور تمپو در نان بربری ضمن ایجاد بافت، عطر و طعمی خاص، زمان ماندگاری این نان لذیذ را نیز بهبود می بخشد.

نان بربری سنتی

روش تهیه

میکس خمیر: ۶ دقیقه کند / ۶ دقیقه تند

استراحت اولیه: ۶۰ دقیقه در دمای محیط

استراحت میانی: ۴۵ دقیقه در دمای محیط

وزن هر چانه: ۵۵۰ گرم

دمای پخت: ۲۶۰-۲۵۰ درجه

زمان پخت: ۱۵-۱۲ دقیقه

ترکیبات خمیر

آرد	۱۰۰۰ گرم
خمیرمایه خشک	۵ گرم
ساپوره ماهور تمپو	۲۰۰ گرم
آب	۵۵۰ گرم

مراحل آماده سازی

بعد استراحت چانه ها را روی سطح سبوسدار پهن نموده و رومال از قبل تهیه شده را روی سطح چانه با قلم مو یکنواخت پهن می نماییم و بعد ۵ دقیقه روی سطح خمیر را ناخن می زنیم و در پایان چانه خمیر آماده شده را روی سینی فر قرار داده و پخت می نماییم.



امیر گل گیری

ساپوره ماهور، خمیر ترشی بر پایه آرد جو برای ایجاد تمایز در عطر، بافت و طعم سبد محصولات نان خمیر ترش شما

golhan puratos

راز آینده نان
در گذشته آن
نهفته است



قنادی



سبک زندگی
سالم تر، حال بهتر





نوآوری های غذایی برای آینده ای بهتر

بدون آن که لذت غذا خوردن را از دست دهید، مصرف شکر خود را کاهش دهید.

امروزه کنترل میزان قند موجود در محصولات غذایی از دغدغه های اصلی تولیدکنندگان مطرح دنیا است. یکی از اقدامات موثر در راستای کاهش میزان قند و کالری دریافتی، استفاده از شیرین کننده جایگزین شکر مورد تایید سازمان استاندارد جهانی (FDA) است که در عین حفظ طعم خوب کیک و شیرینی، قند کمتری را وارد بدن می نمایند و ابتلا به بیماری های شایعی مثل چاقی و دیابت را کنترل نموده و باعث ارتقای سطح سلامت عمومی افراد جامعه می شود.

محصولات بدون شکر افزوده، محصولاتی هستند که در فرآیند تولید آن ها از شکر و مواد اولیه حاوی شکر استفاده نمی شود، ولی این محصولات ممکن است حاوی سایر ترکیبات قندی مانند فروکتوز (قند میوه) باشد. ما نیز همواره در جهت کاهش دغدغه مصرف کنندگان برای سلامتی بیشتر آن ها، محصولاتی بدون شکر (بدون شکر افزوده) تولید کرده ایم تا علاوه بر لذت مصرف انواع شیرینی های خوشمزه، نگران سلامت خود نباشند.

از نوآوری های گلنان پوراتوس در حوزه محصولات سلامت محور بر پایه کاهش شکر و حذف آن موارد زیر را می توان نام برد:

- تگرال ساتین شکلات بدون شکر افزوده
- ویوافیل شاتوت بدون شکر افزوده
- شکلاته تلخ ۷۰٪ بدون شکر



خانه حجتی پور. مدیر محصول قنادی

دسر شادی

پایه کیک

تگرال ساتین شکلات بدون شکر افزوده	۱۰۰۰ گرم
تخم مرغ	۴۸۰ گرم
روغن مایع	۴۸۰ گرم
آب	۲۰۰ گرم

کلیه مواد را به مدت ۳ دقیقه با دور متوسط با ابزار پنجه مخلوط کنید. خمیر حاصله را روی کاغذ پخت به ضخامت ۱ سانتیمتر کشیده در دمای ۲۰۰ درجه سانتیگراد به مدت ۶ دقیقه پخت نمایید.

گاناش

ویوافیل شاتوت بدون شکر افزوده	۱۵۰ گرم
شکلانته تلخ ۷۰٪ بدون شکر	۵۰۰ گرم
خامه صبحانه	۲۰۰ گرم

خامه و شکلات را جدا از هم گرم کنید، سپس با یکدیگر مخلوط کرده و ویوافیل شاتوت بدون شکر افزوده را اضافه تا گاناش آماده شود.



مغزی

ویوافیل شاتوت بدون شکر افزوده به مقدار لازم

آماده سازی نهایی

ابتدا دور رینگ مورد نظر را با شکلات دکور کنید سپس داخل رینگ شکلاتی یک لایه از کیک برش زده شده قرار دهید و روی آن را یک لایه ویوافیل شاتوت بدون شکر افزوده بکشید. سپس با یک لایه از گاناش قیف بزنید. دو مرتبه این کار را تکرار کنید. در انتها روی دسر را بوسیله قیف دراپ بزرگی از گاناش بزنید و با شکلانته تلخ ۷۰٪ بدون شکر دکور کنید.



اسد زمینی

با توجه به آگاهی مصرف کنندگان و استقبال خوب آن‌ها از کانسپت شکر کمتر به نظر می‌رسد در آینده ای نزدیک شاهد رشد بیشتر و پتیرین های سلامت و تندرستی در قنادی ها باشیم.

شکلات



به دنیای استثنایی ما
از شکلات های
استثنایی بپیوندید!



ویتترین شکلات های دست ساز...

از گذشته تا به امروز هنگامی که وارد قنادی یا شیرینی پزی می شویم، عطر و بوی پر شده در فضا و ویتترینی از شیرینی های متنوع، حس خوبی برایمان به وجود آورده و ما را به خرید انواع شیرینی ها ترغیب می کند.



اما در مورد خرید شکلات چطور؟

شکلات از جذاب ترین و پرفرودارترین محصولاتی است که اشتیاق مصرف آن در تمام افراد از کودک و نوجوان، افراد سالخورده، زن و مرد دیده می شود و اگر هر فردی فقط یکبار طعم شکلات خوشمزه را چشیده باشد تا پایان عمر به دنبال تکرار این تجربه لذت بخش خواهد بود.

آیا تا بحال به لذت خرید شکلات همانند خرید کیک و شیرینی فکر کرده اید؟

در بسیاری از کشورهای دنیا مغازه های شکلاتی وجود دارد که مصرف کنندگان و دوست داران شکلات براساس علاقه و ذائقه خودشان برای خرید آن وارد این مغازه ها می شوند، خرید می کنند و در کنار حس و اشتیاق مصرف شکلات، قدرت انتخاب نیز دارند! تصور کنید وارد قنادی می شوید و در گوشه ای از قنادی مکانی وجود داشته باشد که بتوانید علاوه بر خرید شیرینی، شکلات دست ساز نیز براساس سلیقه خودتان انتخاب کنید. در واقع یک ویتترین شامل انواع شکلات های تلخ، شیری و حتی شکلات های رژیمی که توسط یک فرد متخصص درست شده است، با امکان تست کردن قبل از خرید که می توانید براساس سلیقه، ذائقه و میزان مصرفی که دارید شکلات تازه، با بهترین کیفیت را خریداری کنید.

پیشنهاد ما به قنادی ها با توجه به تمایل مصرف کنندگان برای داشتن قدرت انتخاب در هنگام خرید کلیه محصولات از قبیل شیرینی، شکلات، نان و غیره، در نظر گرفتن مکانی در قنادی جهت آماده سازی و ارائه شکلات های دست ساز و تازه با بالاترین کیفیت به مشتریان می باشد، تا بتوانند این محصول را مطابق با آخرین روندهای روز دنیا در اختیار مصرف کنندگان قرار بدهند.

ما در کنار شما هستیم تا تجربه و تخصص خود را در جهت راه اندازی این چنین مکانی برای ارائه هرچه بهتر محصولات متنوع شکلاتی در اختیار شما قرار دهیم.

بل کوکی

خمیر بیسکویت

آرد	۱۸۰۰ گرم
پودر شکر	۳۰۰ گرم
کره سرد	۱۰۰۰ گرم
نمک	۱۰ گرم
زرده تخم مرغ	۲۰۰ گرم
رنده پوست پرتقال	۱ عدد

آماده سازی نهایی

خمیر سرد شده را به ضخامت ۵ میل پهن کرده و با کاتر گرد قطر ۴ سانت قالب بزنید. در دمای ۱۸۰ درجه به مدت ۱۰ الی ۱۲ دقیقه پخت نمایید اجازه دهید تا کاملاً سرد شود. مقدار ۱۵ گرم از دلی کارامل را روی بیسکویت تزریق نمایید. سپس با کارات کاور لوکس تلخ روی آن را پوشش دهید.



حسن زندپویا



کارات طعم خوب، مصرف آسان و مناسب برای هر کاربردی!



مغزی کوکی

دلی کارامل

مقداری دلی کارامل را در قیف برای تزریق آماده نمایید.

پوشش کوکی

کارات کاور لوکس تلخ

کارات کاور لوکس را تا ۴۵ درجه گرم کنید سپس تا ۳۵ درجه خنک کنید.



چرا بازبینی مقدار شکر دریافتی اینقدر مهم است؟



شکر کمتر

قندها از جمله گلوکز، ساکارز و مالتوز کوچکترین و ساده ترین نوع کربوهیدرات هستند و به طور طبیعی در میوه ها، سبزیجات، شیر و عسل یافت می شوند. آن ها به راحتی توسط بدن جذب شده و می توانند انرژی آماده استفاده برای هر سلول بدن را فراهم کنند؛ به علاوه آن ها سوخت اصلی برای مغز ما هستند. شکر، چه خوب و چه بد، جزء بسیار مهم زندگی هر فرد است.

بین سال های ۱۹۷۵ و ۲۰۱۶، اضافه وزنی و چاقی در سراسر جهان تقریباً سه برابر شد. این مشکل در حال حاضر تقریباً ۱۰۹ میلیارد بزرگسال (حدود ۳۹٪ از جمعیت بزرگسال جهان) و ۳۸۰ میلیون کودک را تحت تأثیر قرار داده است. در همین بازه زمانی تعداد مبتلایان به دیابت ۴ برابر افزایش یافت و اکنون از هر ۱۱ نفر، یک نفر به این بیماری مبتلا می شود. کارشناسان بر این باورند که اگر تغییری در رژیم غذایی در آینده نزدیک اتفاق نیفتد، تعداد افراد دیابتی می تواند تا ۲۰ سال آینده ۵۵ درصد افزایش یابد.

برای کنترل کردن این روند، سازمان بهداشت جهانی (WHO) هم به بزرگسالان و هم به کودکان توصیه می کند مصرف شکر را به کمتر از ۱۰ درصد کل انرژی دریافتی کاهش دهند، که معادل ۵۰ گرم قند برای یک فرد بزرگسال با وزن بدن ایده آل است که در روز حدود ۲۰۰۰ کالری دریافت می کند. اما متأسفانه، در بسیاری از کشورها، مصرف شکر بسیار بالاتر از این ارقام است: در کشورهای با درآمد بالا، مصرف شکر تا ۲۵ درصد از کالری دریافتی روزانه را تشکیل می دهد. در کشورهای کم درآمد نیز مصرف شکر حدود ۱۲ درصد از کالری دریافتی روزانه است.



با این حال، مصرف بیش از حد شکر ممکن است منجر به عدم تعادل بین انرژی دریافتی و مصرف انرژی بدن شود. هنگامی که این اتفاق می افتد، قندها به عنوان چربی در بدن ذخیره می شوند که باعث افزایش خطر ابتلا به بسیاری از بیماری ها مانند چاقی، دیابت، بیماری های قلبی عروقی و مشکلات دندانی می شود.

اقدامات تولیدکنندگان در استفاده کمتر از شکر

شرکت های مواد غذایی و آشامیدنی استراتژی های کوتاه مدت و بلندمدتی را با هدف کاهش شکر در محصول نهایی در پیش گرفته اند.

بازبینی فرمولاسیون ها با هدف کاهش شکر (شکر کمتر در ۱۰۰ گرم محصول) و استفاده از بسته بندی محصولات در قطعات کوچکتر با هدف کم کردن مصرف شکر در یک وعده، از جمله اقداماتی است که تولیدکنندگان در سراسر جهان انجام می دهند. در نتیجه در طی سال گذشته، حدود ۵ درصد از قنادی های تازه راه اندازی شده و تولیدکنندگان محصولات شکلاتی، به نوعی در جهت کاهش میزان شکر، با استفاده از محصولات قند کاهش یافته، بدون شکر، کم شکر و بدون شکر افزوده، گام برداشته اند.

مصرف کنندگان به دنبال محصولات کم شکر هستند!

با توجه به افزایش ارقام مصرف شکر در سراسر جهان و روند افزایش بیماری ها، آگاهی مصرف کنندگان در مورد ریسک مربوط به مصرف شکر در دراز مدت، روز به روز در حال افزایش است. طبق نظرسنجی اخیر، ۵۰ درصد از مصرف کنندگان در سراسر جهان و ۸۷ درصد از مصرف کنندگان در ایالات متحده به طور فعال در تلاش برای کاهش مصرف شکر خود هستند. طبق آخرین نظرسنجی پوراتوس (Taste Tomorrow) نیز، ۴۷ درصد از افراد شرکت کننده در این نظرسنجی اظهار داشته اند که در هنگام خرید محصولات نان، شیرینی و شکلات به میزان قند درج شده در لیست ترکیبات محصول دقت می کنند. دولت ها نیز در کشورهای مختلف در جهت کنترل میزان مصرف شکر، قوانین مختلفی مانند اجرای طرح های مالیاتی سنگین بر فروش محصولات با شکر بالا، اعمال محدودیت فروش این محصولات در مکان های عمومی مانند بیمارستان ها و مدارس، الزام به استفاده از برچسب های هشدار دهنده و غیره تصویب کرده اند.

شرکت گلنان پوراتوس در این راستا پروژه هایی را در زمینه تولید محصولات فاقد شکر یا بدون شکر افزوده در برنامه واحد تحقیق و توسعه قرار داد.

پس از بررسی ها و تحقیقات زیاد بر روی گزینه های مختلف جایگزین های شکر، نهایتاً تیم تحقیق و توسعه پوراتوس، در استفاده از فیبرهای طبیعی و محلول در یک بدون شکر افزوده موفق شد و فیبرهای طبیعی از جمله اینولین، جایگزین شکر فرمول گردید، که علاوه بر کاهش شکر کیک از ۲۰ تا ۳۰ درصد به حدود یک درصد، محصولی سرشار از فیبر تولید گردید و مصرف کنندگان با استفاده از این محصول نه تنها مصرف شکر خود را کاهش می دهند، بلکه میزان کافی فیبر را هم دریافت می کنند. نکته قابل توجه اینجا است که همه این تغییرات بدون تغییر در طعم و بافت محصول اتفاق می افتد.



برنامه عملی شما برای کاهش شکر چیست؟

با افزایش نرخ چاقی و دیابت در سطح جهان، سلامتی دغدغه ذهنی هر مصرف کننده ای است. اما قبل از اینکه مصرف کنندگان از مصرف محصولات شیرینی و شکلات خود بکاهند، شرکتها فرصت حیاتی دارند تا برنامه ای برای سالم تر کردن سبد محصولات خود یا افزودن محصولات جدید سالم تر، مانند محصولات با شکر کاهش یافته یا محصول با ادعای منبع فیبر، داشته باشند.

در حال حاضر، گلنان پوراتوس نیز با هدف سلامت هر چه بهتر مصرف کنندگان، سه محصول، تگرال ساتین شکلات بدون شکر افزوده، ویوافیل شاتوت بدون شکر افزوده و شکلات تلخ بدون شکر را به بازار ارائه نموده است.

پریارهنمون .سفیر سلامت و تندرستی



دریافت اطلاعات بیشتر

اسکن کنید!

فعالیت های موسسه فردوس ماندگار صدرا مجری طرح آموزش فراگیر رشته نان ، شیرینی و شکلات

در یک نگاه



افتتاح هنرستان های دخترانه شهید ناسخیان منطقه ۱۴، لیلی موفقیان منطقه ۱۸ و پسرانه شریعتی منطقه ۱۶ ورودی سال تحصیلی ۱۴۰۰



افتتاح اولین هنرستان پسرانه رشته نان، شیرینی و شکلات تحت عنوان گلنار-ورودی سال ۹۹



اقدام به دریافت مجوز رسمی فعالیت راه اندازی هنرستان های کار دانش، جهت رشته نان ، شیرینی و شکلات



۱۴۰۰



۱۳۹۹



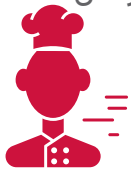
۱۳۹۸



۱۳۹۷

۱۴۰۰

دعوت از مستر بیکر آلمانی آقای السنر و برگزاری دوره آموزش جهت ارتقای دانش مربیان و هنرجویان هنرستان های تحت پوشش



- تاسیس و ثبت موسسه فردوس ماندگار صدرا، با هدف توسعه و پشتیبانی رشته
- تعیین مجمع عمومی موسسین
- ثبت اساسنامه





هم اندیشی در خصوص بررسی و اصلاح استانداردهای درس مربوط به رشته با حضور کارشناسانی از وزارت آموزش و پرورش، دفتر پژوهش و تالیف و نمایندگانی از سازمان ها و نهادهای مرتبط



۱۴۰۱



حضور فعال هنرستان گلنان در نمایشگاه دستاوردهای آموزش و پرورش شهرستان های استان تهران

۱۴۰۱



برگزاری دوره آموزشی ۱۲ روزه نان برای مربیان سراسر کشور

۱۴۰۱

۱۴۰۱



حمایت های مادی و معنوی از هنرستان های رفسنجان ، شهرری ، ملارد ، رباط کریم و قرچک ورامین در امر آموزش هنر جویان



۱۴۰۱

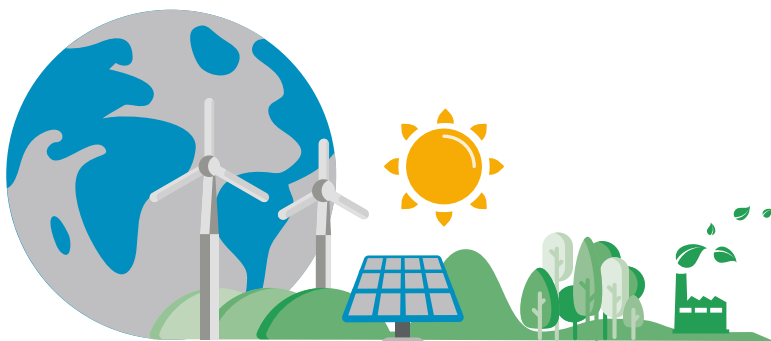


شروع به کار هنرستان های دخترانه و اعزام مربیان موسسه به شهرهای مشهد، قزوین، همدان، فردوس، کرمان و رفسنجان ورودی سال تحصیلی ۱۴۰۱



گلنان پوراتوس؛ بزودی راه اندازی بزرگترین پروژه سولار سقفی در کشور

گازهای گلخانه‌ای نامی آشنا برای اغلب ماست. گازهای گلخانه‌ای شامل دی‌اکسید کربن، دی‌اکسید نیتروژن، متان، بخار آب و ازت می‌باشند. برای هزاران سال، غلظت گازهای گلخانه‌ای و دمای کلی زمین نسبتاً پایدار باقی مانده بود اما متأسفانه در دویست سال گذشته، افزایش شدید غلظت گازهای گلخانه‌ای ناشی از فعالیت‌های صنعتی، این سیستم را از تعادل خارج کرده و باعث گرم شدن کره زمین شده است.



شناسایی ردپای کربن (Carbon Foot Print) معیاری است برای اندازه‌گیری میزان انتشار گازهای گلخانه‌ای در یک سال، که در قالب میزان دی‌اکسید کربن تولید شده گزارش می‌شود. یکی از راهکارهای مدیریت ردپای کربن، استفاده از انرژی‌های پاک است. انرژی‌های پاک، پایدار و دوستدار محیط زیست بوده و با عنوان انرژی‌های سبز و یا تجدیدپذیر شناخته می‌شوند و از انواع آن‌ها می‌توان به انرژی خورشیدی (سولار)، انرژی باد، و سوخت‌های زیستی اشاره کرد.

در گروه پوراتوس به منظور دستیابی به هدف خنثی کردن اثرات کربن تا سال ۲۰۲۵، اقدامات گسترده‌ای در راستای تامین برق از منابع پایدار در جریان است. در گلنان پوراتوس نیز در راستای تحقق این چشم انداز، اجرای بزرگترین پروژه سولار سقفی در کشور در حال اجراست که در شماره‌های بعدی اطلاعات بیشتری را در اختیار شما دوستداران محیط زیست قرار خواهیم داد.



golnan
puratos

سیاره
بهتر

ایده های جذاب نوروزی



۳ کوکی موز و قهوه
تگرال پاتاکروت، کرمفیل موز،
شکلانته شیری ۳۸٪



۲ کوکی چاکلت چیپس
تگرال ساتین ساده،
کارات-چیپس تلخ مقاوم به حرارت



۱ استیک لیمویی
کارات کاور لوکس سفید،
کارات کاور لوکس شیری



۵ تارت پرتقال و شکلات
تگرال پاتاکروت، ویوفیل
پرتقال، شکلانته تلخ

شکلانته کارات



۴ مندیانت
شکلانته تلخ ۶۰٪



۸ کوکی شکلاتی
کارات کاور لوکس تلخ،
تگرال ساتین شکلاتی



۷ ناتی تبلت
شکلانته تلخ ۶۰٪،
شکلانته شیری ۳۸٪



۶ پنین
شکلانته تلخ ۶۰٪

افتتاح بیک لند

فروشگاه برندهای تخصصی لوازم قنادی و آشپزی در تهران

بیک لند، نماد بیش از دو دهه تلاش و فعالیت شرکت بیک صنعت در زمینه تامین لوازم حرفه ای نان، شیرینی و شکلات است. ماموریت بیک لند ارائه کامل ترین طیف محصولات از برندهای برتر دنیا به دست اندرکاران و عاشقان حوزه نان، شیرینی و شکلات می باشد. خواه شما یک نانوا و یا قناد با تجربه باشید و یا فقط به اصطلاح برای دل خودتان در منزل شیرینی پزی می کنید، در کنار شما هستیم تا محصولاتی نوآورانه خلق کنید و در این عشق و حس خوب سهیم شویم.



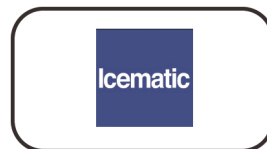
📍 شهرک غرب، خیابان شجریان شمالی، ابتدای خیابان درخشان، مجتمع آریو، جنب ورودی D

📞 | 🌐 bakeland.ir

☎️ ۰۲۱-۴۴۸۲۸۰۰۰-۲

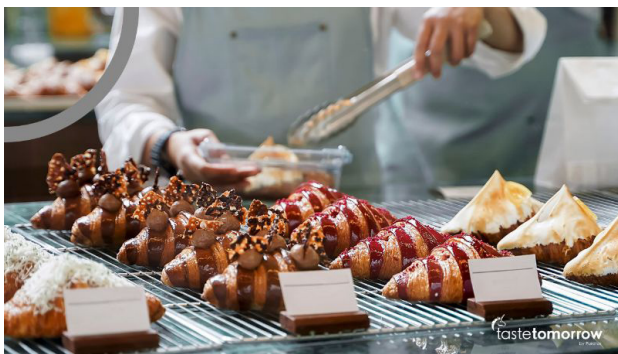
📞 ۰۹۳۵-۲۱۲-۱۶۰۴

 **BAKELAND®**





ترند های جدید ۲۰۲۲ که ممکن است از دست داده باشید!

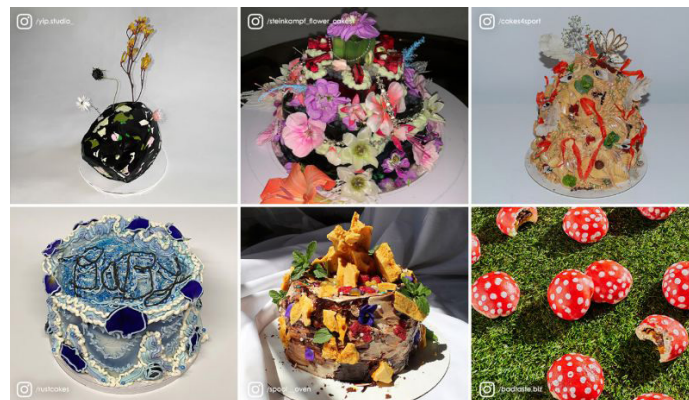


در دنیای آنلاین ما، گرایش‌ها و روند بازار با چنان سرعتی پیش می‌رود که می‌توانید در یک چشم به هم زدن، هیاهو یا ایده شیرینی‌پزی را از دست بدهید. آیا توانسته اید هر روند کوچک تبلیغاتی را که در سال گذشته ظاهر شده است را پیگیری کنید؟ خودتان را امتحان کنید و ببینید چه تعداد می‌توانید در لیست زیر علامت بزنید.

تبلیغات (ایده‌هایی) که ممکن است در سال ۲۰۲۲ از دست داده باشید به قرار زیر می‌باشد:

۱. کیک‌های عجیب

نانوایان و قنادان پرترفدار در اینستاگرام بدنبال ایجاد کیک‌های هنری با ظاهری عجیب و غریب هستند، ظاهری که شبیه به کیک‌های شیک و متداول همیشگی نباشد. فکر کنید: طرح‌های نامتقارن در رنگ‌های غیر معمول مانند مشکی و آبی و تزئین شده با گل‌های تازه، اسپری رنگ و ژله. **کیک عجیب و غریب سنت‌های سختگیرانه دنیای شیرینی‌پزی را به چالش می‌کشد.**



۲. کروسان خمیر ترش

'Go sourdough' (محبوبیت خمیر ترش) پیشنهاد ما برای رشد کسب و کار در اوایل امسال بود. نسخه‌ی خمیر ترش برای محصولات محبوب یک راه مطمئن برای به وجود آوردن شرایط پرفروش جدید است. **کروسان خمیر ترش** معروف‌ترین کاربرد خمیر ترش در سال گذشته بود، اما در واقع برای همه محصولات جواب می‌دهد.



۳. کیک کارتونی

کیک کارتونی یک (اصطلاح هنری) trompe-l'oeil است: شبیه یک نقاشی دو بعدی است، اما در واقع یک کیک بسیار واقعی است. استفاده از طرح‌های کلاسیک کیک تولد، رنگ‌های روشن، خطوط مشکی و تزیین سفید همگی به این جریان کمک می‌کنند. اما نسخه‌هایی نیز وجود دارد که از یک تکه کیک تولد بزرگ تقلید می‌کنند. این یک طراحی نسبتاً ساده است که به بیشترین تاثیر دست پیدا می‌کند.

۴. میان وعده های گیاهی

شیرینی‌های گیاهی، شکلات‌ها و محصولات پخته شده دیگر به سختی قابل توجه هستند، بلکه این روندی است که تولیدکنندگان برای حفظ مرتبط بودن باید به آن توجه کنند. آیا می‌دانستید از هر سه مصرف کننده یک نفر به صورت هفتگی غذای گیاهی خریداری می‌کند؟ امروزه محصولات وگان خواسته‌های مصرف کنندگان را برآورده می‌کند، آن‌ها غذاهایی با مزایای سلامتی و غذاهای سالم می‌خواهند.

۵. جدیدترین ترکیب: باقلوا-چیزکیک

ترکیب دو محصول محبوب و آشنای مصرف کنندگان تقریباً همیشه موفقیت آمیز است، به خصوص اگر سرآشپز فنادی باشید. بنابراین هر سال شاهد موجی از ترکیب‌های جدید شیرینی هستیم که همه به امید تبدیل شدن به کرافین (ترکیب کروسان و مافین) جدید هستند.

آیا قبلاً آخرین مورد را مشاهده کرده اید؟ کیک پنیر باقلوا. دسر ترد و شیرین از کشور ترکیه، یونان و خاورمیانه، که کاملاً با چیزکیک کلاسیک خامه ای و تازه ترکیب می‌شود. بهترین بافت‌ها تماماً در یک طرح ترکیب شده اند!



۶. دونات

در سال گذشته تعداد مکالمات آنلاین در مورد دونات در اروپا رشد 20 درصدی داشته است. دونات سرگرم کننده و لذت بخش است و این همان چیزی است که مصرف کنندگان به دنبال آن هستند. مغازه‌های مد روزی وجود دارد که در دونات‌ها تخصص دارند، مانند Donut Time مستقر در لندن و 'Brammibal' Donuts در آلمان. اما افزایش محبوبیت این شیرینی همیشه محبوب را می‌توان تا حدی به تعداد نوآوری‌های جدید نیز نسبت داد، دونات خمیر ترش، دونات XXL و تعداد زیادی دونات گیاهی.



نگار صحبتی. مسئول روابط عمومی و رویدادها

3. CARTOON CAKE

The cartoon cake is a trompe-l'oeil: it looks like a two-dimensional drawing, but it's actually a very real cake. The use of classic birthday cake designs, bright colors, black lines and white accents all contribute to the illusion. But there are also versions that imitate one large piece of birthday cake. It's a relatively easy design that achieves maximum effect!



4. PLANT-BASED SNACKS

Plant-based pastry, chocolates and baked goods are hardly niche anymore, rather it's a trend that producers simply have to cater to in order to stay relevant. Did you know **1 in 3 consumers buys plant-based food on a weekly basis**? Vegan products meet the contemporary consumer's desires, they want foods with health benefits and foods that are ethical.

Find out just how pleasant plant-based pastry can be with this **creamy and fruity cupcake**.

5. THE NEWEST HYBRID: BAKLAVA-CHEESECAKE

Combining two products consumers know and love is almost always a recipe for success, especially if you're a pastry chef. So each year we see a surge of new pastry hybrids, all hoping to become the new cruffin.

Have you already spotted the latest one? It's baklava-cheesecake. The crispy and sweet dessert from Turkey, Greece, and the Middle East mixes perfectly with the creamy and fresh classic cheesecake. All the best textures combined in one treat!



6. DONUTS

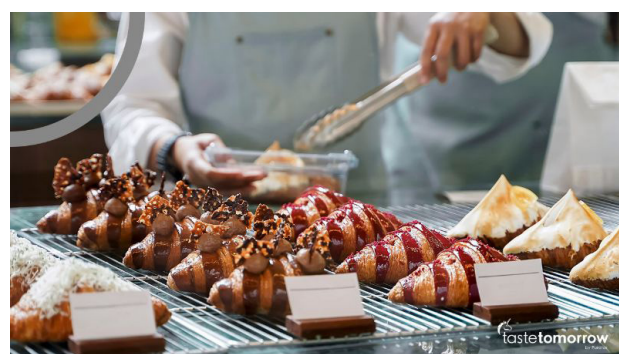
There was a 20% growth in the number of online conversations on donuts in Europe the past year. The donut is fun and indulgent and that is just what consumers are after. There are trendy shops specializing in donuts, such as the London-based **Doughnut Time** and the German **Brammibal' Donuts**. But the upswing in popularity of this pastry evergreen can partially be attributed to the number of new innovations as well. There were sourdough donuts, **XXL donuts** and lots of plant-based donuts.

THE 2022 HYPES YOU MIGHT HAVE MISSED



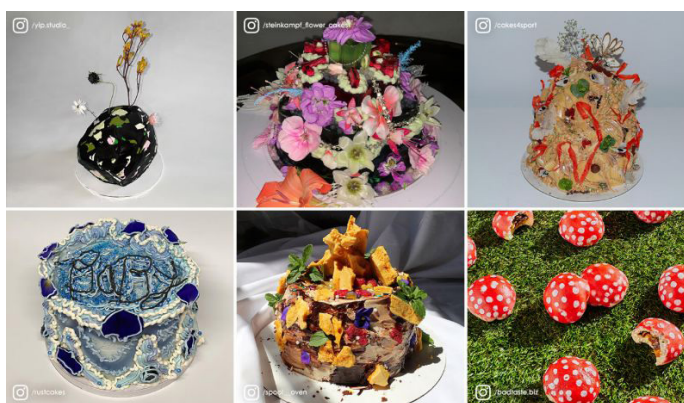
In our online world, trends come and go in such a fast pace that you can miss a pastry hype or baking craze in the blink of an eye. Have you been able to keep track of every micro-trend and hype that popped up in the last year? Test yourself and see how many you can tick off in the list below.

These are the 2022 hypes you might have missed:



1. FREAK CAKES

Hip Instagram bakers are opting for a less polished look by creating cakes that are artsy, maximalist and slightly weird. Think: asymmetrical designs in unusual colors such as black and blue and decorated with fresh flowers, spray paint and jelly. **The freak cake is challenging the strict traditions of the patisserie world**



2. SOURDOUGH CROISSANTS

'Go sourdough' was our tip for growing your business earlier this year. Creating sourdough versions of popular products is a surefire way to create a new bestseller. The **sourdough croissant** was the most famous sourdough application of the last year, but actually almost anything goes.

Want to try the sourdough croissant? Have a look at [this recipe](#) or make a batch of **overnight sourdough croissants**.

نوآوری های غذایی برای آینده ای بهتر



دریافت نسخه دیجیتال پیام گلنان

اسکن کنید!

 golnanpuratos_iran
www.golnanpuratos.com

تهران، بزرگراه آزادگان، احمدآباد مستوفی، میدان پارسا، خیابان صنوبر چهارم
شمالی، کوچه شهید غلامی، پلاک ۴ - تلفن: ۰۲۱ ۴۸۳۴۸ - فکس: ۰۲۱۴۸۳۴۳۱۰۰


Food Innovation for Good
گلنان پوراتوس