

Καλό Δεκαπενταύγουστο!

04/08/2022 - 17/08/2022 #METROprosfores



Πρόγευμα Breakfast







04/08/2022 - 17/08/2022

0





Y



Διάλειμμα για Καφέ Coffee Break



Σνακ & Λιχουδιέs Snacks & Treats



Είδη Ψυγείου Chilled

04/08/2022 - 17/08/2022







Starbucks Frappuccino Παγωμένος Καφές 250ml (3 Είδη) Starbucks Frappuccino lced Coffee 250ml (3 Kinds)







9



Είδη Ψυγείου Chilled

04/08/2022 - 17/08/2022



Κατεψυγμένα Frozen

04/08/2022 - 17/08/2022



METRO

Ινδικό Κοτόπουλο

750g. Κοτόπουλο Στήθος, χωρίς το δέρμα και κομμένο σε κύβους 2½ εκ.

750g. Κοτόπουλο Μηροί, χωρίς το δέρμα και κομμένο σε κύβους 21/2 εκ.

ΥΛΙΚΑ

Για τη μαρινάδα:

Για τη

σως:

- 175g. Πισσουρκώτικο Πρόβειο Γιαούρτι Χαραλαμπίδης Κρίστης
 - 1-ίντσα Φρέσκο Τζίντζερ, τριμμένο
 - 3 Σκελίδες Σκόρδο, θρυμματισμένο
 - 30ml Χυμό Λεμονιού 1 κ.σ. Γλυκιά Πάπρικα

 - 1 κ.σ. Κύμινο, Τριμμένο 1 κ.σ. Γκάραμ Μασάλα
 - 1/2 κ.σ. Θαλασσινό Αλάτι
 - 250ml Χαραλαμπίδης Κρίστης κρέμα γάλακτος light 17% λιπαρά.
 - 600ml Χυμός Τομάτας
 - 200ml Nepó 1 1/2 κ.σ. Τοματοπολτός

 - 3 κ.σ. Φυστικέλαιο 1-ίντσα φρέσκο τζίντζερ, κομμένο σε μπαστουνάκια (ή απλά τριμμένο)

 - 2 Σκελίδες Σκόρδο, ψιλοκομμένο Μπάρμπα Στάθης Κρεμμυδάκι Ψιλοκομμένο
 - 1/3 φλιτζάνι Φρέσκο Κόλιανδρο, χοντροκομμένο
 - κ.σ. Κύμινο, τριμμένο κ.σ. Γλυκιά Πάπρικα

 - 1 κ.σ. Γκάραμ Μασάλα ½ κ.σ. Καυτερή Πάπρικα, ή σκόνη τσίλι
 - 1/2 κ.σ. Κουρκούμη
 - 1/2 κ.σ. Κόλιανδρο, αλεσμένο
 - κ.γ. Φύλλα Καφίρ, αλεσμένα

 - Κόκκινο Τσίλι, κομμένο σε λεπτές φέτες για γαρνιτούρα κ.σ. Ψημένα Αμύγδαλα κομμένα σε πολύ λεπτές φέτες, για γαρνίρισμα
 - 75γρ. Διαυγές Βούτυρο, ή ανάλατο βούτυρο
 - 1 κ.γ. θαλασσινό Αλάτι

111000

1/2 κ.γ. Φρεσκοτριμμένο Μαύρο Πιπέρι

IPOBELO -



Χαραλαμπίδης Κρίστης Πρόβειο Γιαούρτι 800g Charalambides Christies Sheep Yoghurt 800g



Χαραλαμπίδης Κρίστης Κρέμα Γάλακτος Light 250ml **Charalambides** Christies Dairy Cream Light 250ml

κρεμμύδι ψιλοκομμένο 1Кд = Ало́ €6.63 TETTE £1.99 E

50 γρ. ΔΩΡΟ

Μπάρμπα Στάθης Κρεμμύδι Ψιλοκκομένο 300g Barba Stathis Chopped Onion 300g



το καλύτερό μας! **#ToKaliteroStiDiatrofiMas**

STADH.

ΟΔΗΓΙΕΣ

Tn νύχτα πριν, βάλτε σε ένα μπολ όλα τα συστατικά της μαρινάδας και ανακατέψτε καλά. Προσθέστε το κοτόπουλο και επικαλύψετε όλα τα κομμάτια με την μαρινάδα. Τοποθετήστε το στο ψυγείο που καλύψετε με πλαστικό περιτύλιγμα. Μία ώρα πριν το μαγείρεμα βγάλτε το κοτόπουλο από το ψυγείο.

Μερίδες

Χρόνος Προετοιμασίας

TIGGOUPKOTIKO

TIGOOUPKWTIK **ПРОВЕЮ**

ELAKH EY

Χρόνος Ψησίματος

0

Carlos States

Ενεργοποιήστε το φούρνο στη μέγιστη θερμοκρασία με την κυκλοφορία του αέρα και τη σχάρα ψησίματος στην επάνω θέση. Πάρτε ένα ταψί με σχάρα, ανθεκτικό στο φούρνο, και τοποθετήστε πάνω τα κομμάτια κοτόπουλου. Βάζετε στο φούρνο και ψήνετε για 12' στοχεύοντας να πετύχετε λίγο χρώμα στα άκρα των κομματιών. Αφαιρέστε από το φούρνο και κρατήστε το στην άκρη καλυμμένο με αλουμινόχαρτο.

Πάρτε μια μεγάλη και βαθιά κατσαρόλα και τοποθετήστε τη σε μέτρια φωτιά. Προσθέστε το λάδι και ένα λεπτό αργότερα προσθέστε τα κρεμμύδια, το σκόρδο και το τζίντζερ, σοτάροντας για 3-4' μέχρι να γίνουν ημιδιαφανές. Αυξήστε τη θερμότητα και προσθέστε τα μπαχαρικά, μαγειρεύοντας για όχι περισσότερο από 30" ενώ ανακατεύετε. Προσθέστε τον τοματοπολτό και μαγειρέψτε για περαιτέρω 30" ενώ συνεχίζετε να ανακατεύετε. Ρίξτε τον χυμό τομάτας μαζί με το νερό και αφήστε να πάρει βράση. Χαμηλώνετε τη φωτιά, ανακατεύετε καλά και σιγοβράζετε για 10'.

Στη συνέχεια προσθέστε την κρέμα γάλακτος, ανακατέψτε καλά και προσθέστε τα ψημένα κομμάτια κοτόπουλου, αυξάνοντας τη φωτιά και μαγειρεύοντας για 8'. Τέλος, προσθέστε το διαυγές βούτυρο ανακατεύοντας για να λιώσει και σερβίρετε κατά προτίμηση πάνω ή δίπλα σε ρύζι Basmati και γαρνίρετε με τον ψιλοκομμένο κόλιανδρο, το κόκκινο τοίλι και τα αμύγδαλα.

#pissourkotiko #CharalambidesChristis #ToKaliteroMas

Κατεψυγμένα Frozen



Κατεψυγμένα Frozen



Delicatessen Τυριά & Αλλαντικά



Delicatessen Τυριά & Αλλαντικά



6.25 **€3,9**9

ΜΕΤRO Μορταδέλα το κιλό METRO Mortadella per kilo

5.75 **€4,**49 **ΜΕΤRΟ Τοστ Χαμ το κιλό** METRO Toast Ham per kilo



ΜΕΤRΟ Σαλάμι Καπνιστό το κιλό METRO Smoked Salami per kilo

€10.95 **€8,75**

METRO Παστουρμάς Πιτσιλιάς το κιλό METRO Pitsilia Pastourmas per kilo

€10.95 **€8,75**

METRO Λουκανικάκια Πιτσιλιάς το κιλό **METRO Pitsilia Thin Sausages** per kilo

ویچ **€7,**95

ΜΕΤRO Καπνιστή Γαλοπούλα το κιλό METRO Smoked Turkey per kilo

at.

-5€

£17.90 **€12,90**

ΜΕΤRΟ Λούντζα **Κρασάτη το κιλό** METRO Wine Lountza per kilo

Κρεοπωλείο Butchery

04/08/2022 - 17/08/2022

ΕΙΔΙΚΗ ΧΑΜΗΛΗ ΤΙΜΗ SPECIAL LOW PRICE

L. Laborard J. J. J.

Sint ar

CHIA KAI ØD

разбитозан

METRO

 \bigcirc



Χοιρινό Σουβλάκι το κιλό Pork Kebab per kilo



Sheftalies per kilo



(Fe

3

AΔ

N

<mark>8.95-€**3,**49</mark>

Χοιρινή Κουτάλα με Κόκκαλο το κιλό Pork Shoulder with Bone per kilo

Νεφέλη Ολόκληρο Κοτόπουλο το κιλό Nefeli Whole Chicken per kilo

GUARANTEE

Κυπριακό Αρνάκι

Cyprus Lamb

(ASA)

Αναψυκτικά & Χυμοί Soft drinks & Juices





04/08/2022 - 17/08/2022



METRO

04/08/2022 - 17/08/2022



















Apostolakis Tsipouro 70d



Keo Zivania 20cl





04/08/2022 - 17/08/2022



(50cl) 20cl 20cl SWKi HSWIK 1L 70cl) elit 70cl **STOLI VODKA** 1L = Ало́ €28.75 ог €23.75 1L = Από €17.00 σε €13.95 BOMBA €3.40 **€2,79** £,75 €**4,75** ldoniko Ouzo 20cl Idoniko Tsipouro 20cl EY GCOSE SAPPHIRS VODKA VODKA Distilled LONDON DRY GIN -10€ 1L= Anó €79.00 σε €59.00 Napour INFUSED Read school of £39.50 €**29,50 €42.59 €34,90** 1L = Από €25.00 σε €20.71 -3€ Stoli Elit Vodka 50d 1L = Από €16.43 σε €13.57 2€ Grey Goose Vodka 1L (70cl) 70c) 14,50 €17.50 € **€9**,50 €11.50 Bombay Gin 70cl MONKEY SHOULDER Stoli Vodka 70cl SKINOS 1L — Ало́ €37.00 о∈ €35.57 -5€ 2€ 1L = Από €22.64 σε €19.79 €15.85 €13,85 £29.90 €**24,90 Skinos Masticha 70cl** Monkey Whiskey 70cl



Κάβα Wines & Spirits 04/08/2022 - 17/08/2022



Pair your Beer _____



METRO





Omo Σκόνn & Υγρό Απορρυπαντικό Πλυντηρίου XXL / Washing Powder & Liquid



Proderm Επιλεγμένα Είδη/Selected Kinds



Όλα τα / All Comfort Black



Όλα τα Comfort Gold & Platinum 4lt μαλακτικά / All Comfort Gold & Platinum 4lt softeners



Comfort Care Επιλεγμένα Είδη/Selected Kinds



Klinex Χλωρίνη / Bleach 2lt



Klinex Spray 750ml *Eiőikéç eőnyísç: www.klinex.gr



Klinex Aerosol Spray 400ml



Wipes 36teµ.



Domestos Χλωρίνη / Bleach 750ml *SARS-GaV-2, οδηγίες: 35ml προϊόντας, αυμπληρώνοντας με νερό, μέχρι τελικό όγκο 1 λίτρο διαλύματος, αφήνουμε να δράσει για ένα λεπτά.



Domestos Wc Block



Cif Ταμπλέτες πλυντηρίου πιάτων 26μεζ. / Dishwasher 26 tablets







SOMAT 4869 Αποροσπαντικές ταμπλέτες πλυντηρίου πιάτων Dishwashing tabs



SOMAT 900ml Υγρά απορρυπαντικά πλυντηρίου πιάτων Liquid dishwashing gels



SOMAT 630ml Υγρά απορρυπαντικά πλυντηρίου πιάτων Liquid dishwashing gels



SOMAT Καθαριστικό πλυντηρίου πιάτων Machine cleaner



SOMAT 750 ml Λαμπρυντικό υγρό Dishwashing machine rinser





BREF 50g Μπλοκ τουαλέτας WC Rim Blocks



BREF DUO PACK Μπλοκ τουαλέτας duo pack 2x50g WC Rim blocks duo pack 2x50g



Μπλοκ τουαλέτας WC Rim Block

Καθαριότητα Χώρου Cleaning Products

04/08/2022 - 17/08/2022



Ajax Καθαριστικό για Τζάμια Ajax Window Cleaning



Cillit Bang Υγρό Πολυκαθαριστικό 750ml Cillit Bang Cleaning Spray 750ml



Palmolive Υγρό Πιάτων Palmolive Dishwashing Liquid





Overlay Καθαριστικά Προϊόντα 650ml (Επιλεγμένα Είδη) Overlay Cleaning Products 650ml (Selected Kinds)



Airwick Αρωματικά Χώρου Airwick Fresheners

Για κατοικίδια Pet Care

2501

1Kg = Ало́ €7.67 ог €5.67

> 1Kg = Από €9.90 σε €

€0.99 €U

€1.15 €0,85

Cesar Τροφή για Σκύλους 150g (3 Είδη) Cesar Dog Food 150g (3 Kinds)

ekkies

Bre<mark>kkies Τροφή για Γάτες 100g (2 Είδη)</mark> Brekkies Cat Food 100g (2 Kinds)



Brekkies Τροφή για Γάτες 6x100g Brekkies Cat Food 6x100g



Purina One Τροφή για Γάτες 800g (3 Είδη) Purina One Cat Food 800g (3 Kinds) Elix

€2.15 €**1**,59

.7€

Felix Τροφή για Γάτες 4x85g Felix Cat Food 4x85g

> 1Kg = Ало́ €4.90 ас £3.57

Purina One Τροφή για Γάτες 1.5kg (2 Είδη) Purina One Cat Food 1.5kg (2 Kinds)



Προσωπική Φροντίδα Personal care

04/08/2022 - 17/08/2022



Loreal Προϊόντα Περιποίησης Προσώπου Loreal Facial Care Products **Nivea Αποσμητικά** Nivea Deodorants Veet Αποτριχωτικά Προϊόντα Veet Hair Removal Products

Προσωπική Φροντίδα Personal care

04/08/2022 - 17/08/2022



Παιδική Φροντίδα - Baby & Child Care

04/08/2022 - 17/08/2022



Παιδική Φροντίδα - Baby & Child Care



Εξοχή και θάλασσα Outdoors

04/08/2022 - <u>17/08/2022</u>



Εξοχή και θάλασσα Outdoors



Εξοχή και θάλασσα Outdoors

04/08/2022 - 17/08/2022



Οι προσφορές ισχύουν μέχρι εξαντλήσεως του στοκ, σε όλες τις υπεραγορές METRO. - Offers are valid until all stock last at all METRO supermarkets. Όριο σγορών 4 προϊόντα ή 2 κιλά ανά είδος ανά επίσκεψη (συμπεριλαμβανομένων των δωρεάν) - Purchase limit 4 products or 2 kilos per kind per visit (including the free products) Οι υπεραγορές METRO δεν φέρουν καμία ευθύνη για τυχόν λάθη ή παραλήψεις - METRO are not responsible for any mistakes or omissions. Σε παράλληλη προωθητική ενέργεια ισχύει η καλύτερη προσφόρά. - In case of a parallel promotion the best offer is valid.