
CONCIERGE

BY WARSAW CONCIERGE



**KOKTAJLE
NA WYJĄTKOWE
TOASTY
COCKTAILS
FOR SPECIAL
TOASTS**

**BŁOGI RELAKS
U PODNÓŻA TATR**
BLISSFUL RELAXATION
OF THE TATRA MOUNTAINS

**MOC KRYSTAŁÓW
ZAKŁĘTA W LUKSUSO-
WEJ BIŻUTERII**
THE POWER OF CRYSTALS
IN LUXURY JEWELLERY

**TOP 6 RESTAURACJI
WEDŁUG CONCIERGE**
TOP 6 RESTAURANTS ACCOR-
DING TO THE CONCIERGE



DIETY, KTÓRE LECZĄ, ODMŁADZAJĄ I DAJĄ MOC DO DZIAŁANIA

DIETS THAT HEAL, REJUVENATE AND GIVE YOU
THE POWER TO KEEP GOING

Takie wyzwanie rzuciły sobie i polskim cateringom dwie kobiety, świadome jakości żywienia.

This is the challenge that two women, conscious of the quality of their nutrition, undertook, also with reference to the Polish catering services.

Natalia Szczygieł i Agnieszka Mielczarek - dwie 45-latki, mamy, przyjaciółki i współpracownicy, które wywołały tzw. wspólne ruszenie w branży diet pudełkowych. Wystartowały w 2019 roku na rynku nasyconym i równocześnie mocno nadszarpniętym złą opinią o jakości serwowanego jedzenia w pudełkach. Pod koniec roku odebrały nagrodę za prozdrowotne działanie swojego cateringu i wygrały w teście diet pudełkowych. Konkurencja zagląda im do talerzy, choć one same mówią, że ciężko mówić o konkurencji na rynku, na którym wszyscy walczą ceną, a Bistrobox jakością i smakiem. Natalia i Agnieszka połączyły wiedzę i swoje wieloletnie do-

Natalia Szczygieł and Agnieszka Mielczarek – two 45-year-olds, mothers, close friends and business partners, who have sparked a “rush” in the diet box meals sector. Their business took off in 2019 in a market that was saturated and, at the same time, severely tarnished by a bad reputation for the quality of boxed food. At the end of the year, they received an award for the health-promoting effects of their catering and won in a test of boxed diets. The competition is “looking into their plates”, although the ladies themselves say that it is hard to talk about competition in a market where everyone fights in terms of

świadczanie, świetnie się przy tym uzupełniają. Agnieszka Mielczarek - dyplomowany specjalista żywienia, dietetyk, autorka bestsellerów na temat zdrowia, prywatnie pasjonatka gotowania, która zjechała świat poszukując najlepszych smaków, by je potem przynieść na talerze swoich klientów. Natalia Szczygieł - wieloletni marketingowiec, odpowiedzialny za najlepsze strategie i kampanie reklamowe np. Vistuli, Wólczanki, Gino Rossi, Lotto czy Soho Factory.

Jak udało Wam się zdobyć podniebienie klienta premium, wymagającego, jedzącego w najlepszych restauracjach, nie tylko w Polsce?

Agnieszka: Takiego klienta musieliśmy przekonać smakiem, jakością produktów, bo jest to bardzo świadomy klient. Tu największa zasługa zespołu gotującego, szkolonego w najlepszych restauracjach, u nas nie ma drogi na skróty, np. pieczywo jest wypiekane na domowym zakwasie. Postawiliśmy sobie najwyższą poprzeczkę. Codziennie my wraz z rodzinami jemy nasze dania, gotujemy tak, jakbyśmy dbali o żołądki naszych najlepszych przyjaciół. A klienci to doceniają.

Natalia: Nasze diety pomogły i pomagają nadal w codziennym życiu takim gwiazdom jak Dorota Szelągowska, Martyna Wojciechowska, Agnieszka Dygant, Mateusz Borek czy Maffashion – to także nasza wizytówka, że takie osobowości nam ufają, wspierają i kibicują w rozwoju naszego biznesu.

Na czym polega sukces Waszych diet?

Natalia: Najważniejszym dla nas celem i sukcesem jest zdrowie, poprawa formy psychofizycznej, samopoczucia i wyglądu klientów. Nasze kobiety chudną, jedząc pyszne posiłki, a panowie doceniają zdrowe wersje burgerów, smacznie doprawione dania. Nasza dieta detox uzależnia i sprowadza na zdrowe tory osoby, które pobiły dietetycznie. Odmładzamy, odchudzamy, uzdrawia-

price, and Bistrobbox fights in terms of quality and taste.

Natalia and Agnieszka have combined their knowledge and their many years of experience, complementing each other perfectly. Agnieszka Mielczarek – a certified nutritionist, dietician, best-selling author on health, privately a cooking enthusiast who has travelled all over the world in search of the best flavours to introduce them to her clients. Natalia Szczygieł – a long-time marketing expert, responsible for the best strategies and advertising campaigns of Vistula, Wólczanka, Gino Rossi, Lotto or Soho Factory, to name just a few.

How have you managed to win the palate of the premium, discerning customer who dines in the best restaurants, not only in Poland?



Agnieszka: We have had to convince such a customer with the flavour and the quality of the products, because this is a very conscious customer. Here, the greatest credit goes to the cooking team, trained in the best restaurants; there are no shortcuts with us, for example, the bread is baked using home-made sourdough. We have set the highest bar for ourselves. Every day we, along with our families, eat our dishes, cooking as if we were caring for the stomachs of our best friends. And our customers appreciate this.

Natalia: Our diets have helped and continue to help celebrities such as Dorota Szelągowska, Martyna Wojciechowska, Agnieszka Dygant, Mateusz Borek and Maffashion on a daily basis;

it is also something that sets us apart – these personalities trust us and support us in the development of our business.

What is the success of your diets all about?

Natalia: The most important goal and success for us is the health, improvement of the mental and physical shape, well-being and appearance of our clients. The ladies lose

my i edukujemy, że dieta to nie katorga, a sposób zmiany myślenia o codziennym odżywianiu swojego ciała.

Agnieszka: Pracując 10 lat indywidualnie z klientami, buduję diety tak, by wyeliminować całkowicie żywność prozapalną, unikamy alergizujących produktów, stosujemy dietę rotacyjną i to się sprawdza, a klienci polecają innym nasz catering. Jeden zadowolony klient to kilku zdrowo „zarażonych”. W czasach, kiedy czytamy skład, nieufnie podchodzimy do tego, co serwują i jak karmią cateringi, postawiłyśmy na pełną uczciwość wobec klienta. Dajemy mu najlepszy produkt jaki da się zapakować i wysłać pod drzwi. Ciągłe szukamy ekologicznych dostawców, chcemy wspierać lokalnych polskich producentów ekologicznie czystych produktów. Ostatnio zgłosiła się do nas hiszpańska plantacja ekologicznego aloesu, ktoś oglądał w Hiszpani mój kanał na Youtube i skontaktowali się, by dostarczać Bistrobox najlepszy aloes.

Natalia: Agnieszka jest członkiem Koalicji na Rzecz Bio - producenci wiedzą, że wspiera ich nie tylko w teorii. Farma Świętokrzyska, największa polska farma bio warzyw, musi zwiększyć produkcję kiszzonek na kolejny sezon, bo Bistrobox wykupilo zapasy!

Czym kierować się w doborze cateringu, macie jakieś sugestie?

Natalia: Na początek, trzy dni próbne. Jeden dzień to za mało, można np. nie trafić w swoje smaki. Te kilka dni na pewno da już pogląd na jakość diety. Jeśli dostaniemy słodkie śniadanie, do tego słodki podwieczorek... mocno bym podważyła schemat układanej diety. Najtańszy biały makaron? U nas się nie zdarzy. No i ilość warzyw. Warzywa są drogie, to na nich cateringi oszczędzają, a sens diety jednak stanowi ilość warzyw. Po trzech dniach wiemy jak się czujemy, czy posiłki nam smakują, a pamiętajmy - to ma być przyjemny moment dnia. Najważniejsze w tym wszystkim są zaskakujące, różnorodne składniki i smak, bo jedzenie to przyjemność.

Catering dietetyczny – sposób na zdrowe życie?

Agnieszka: W środowisku gastronomicznym jestem od ponad 15 lat. Kocham gotować i jeść, zjechałam pół świata szukając smaków, inspiracji. Jako studentka pracowałam w wakacje u francuskiej hrabiny. U niej rytm dnia wyznaczała kuchnia, menu, zakupy, dobór przepisów. To ona nauczyła mnie finezji w kuchni, prostoty, ale i dbałości o szczegół. Potem, pracując

weight by eating excellent meals and the gentlemen appreciate healthy versions of burgers and deliciously seasoned dishes. Our detox diet is addictive and brings people who have strayed from their diets back on to a healthy track. We rejuvenate people, make them slim down, heal and educate by telling them that a diet is not a torture, but a way to change your mindset about nourishing your body every day.

Agnieszka: By working with clients on an individual basis for 10 years, I build diets to eliminate pro-inflammatory foods completely, we avoid allergenic foods, we rotate diets; it works, and clients recommend our catering to others. One satisfied customer is equal to several customers “infected” with health. At a time when we read ingredients and distrust what caterers serve us and how they feed us, we have set our sights on complete honesty with the customer. We offer our customers the best product that can be packaged and sent to their doors. We are constantly looking for organic suppliers and want to support local Polish producers of organic products. We were recently approached by a Spanish organic aloe plantation; someone had watched my Youtube channel in Spain and they got in touch to supply Bistrobox with the best available aloe vera.

Natalia: Agnieszka is a member of the Coalition for the Development of the Bio Food Market – producers know that she supports them not only in theory. Farma Świętokrzyska, Poland’s largest organic vegetable farm, has to increase its production of brine fermented pickles for the next season because Bistrobox has bought up all the available stock!

What should guide your choice of catering? Do you have any suggestions?

Natalia: To start with, three trial days. One day is not enough, you can, for example, miss your tastes. These three days will certainly give you an idea of the quality of the diet. If you get a sweet breakfast, topped off with a sweet afternoon snack... I would very much challenge the dietary pattern. The cheapest white pasta? Not from us. And the amount of vegetables. Vegetables are expensive, they are what caterers save on, and the point of the diet is the amount of vegetables, after all. After three days you will know how you feel, if you like the meals, and remember – this is supposed to be an enjoyable part of the day. The most important thing about it all is the surprising variety of ingredients and the taste, because eating is a pleasure.

w swoim gabinecie z ludźmi cierpiącymi na różne schorzenia i alergię, odstawiłam popularne składniki i zaczęłam eksperymentować z wyłącznie zdrowymi składnikami, ale przyrządzanymi tak, by smakowały lepiej niż w niejednej restauracji.

Co dla Waszych Klientów jest najważniejsze?

Agnieszka: Klienci bardzo cenią sobie nasze diety lecznicze i wyspecjalizowanie w konkretnych dolegliwościach. Ogromnym sukcesem cieszy się nasza dieta lowcarb, która pozwala zarówno szybko tracić na wadze, jak i uniknąć spadku energii po posiłku. Kobiety bardzo cenią sobie Dietę Hashimoto czy Dietę Sirtfood - zwaną dietą Adele, która szybko odchudza i znacznie poprawia wygląd, dzięki nasyceniu diety w składniki zawierające sirtuiny. Długo myśleliśmy o keto i oczywiście zrobiliśmy najzdrowsze keto na rynku w wersji śródziemnomorskiej, bez boczku i wieprzowiny. Dużym powodzeniem cieszy się Dieta Jesz co chcesz, gdzie Klient sam wybiera danie. Ponieważ zawsze myśleliśmy o kobiecie, by również ułatwić jej życie na co dzień, do diet można dokupić w naszym on-line sklepie zarówno dania pojedyncze dla dzieci, jak i pozostałych domowników. W końcu nie ma nic gorszego niż kobieta na diecie, gotująca dla całej rodziny dania, których nie powinna jeść.

BISTRO
BIOIX

www.bistrobox.pl

Diet catering – a way to healthy living?

Agnieszka: I have been in the food business for more than 15 years. I love cooking and eating and have travelled half-way around the world looking for flavours, for inspiration. As a student, I worked for a French countess during the summer holidays. At her place, the rhythm of the day was determined by the cuisine, the menu, the shopping, the selection of recipes. It was she who taught me finesse in the kitchen, simplicity but also attention to detail. Afterwards, when I was working with people suffering from various illnesses and allergies, I weaned myself off popular ingredients and started experimenting with healthy ingredients only, but cooked to taste better than in many restaurants.

What is most important to your customers?

Agnieszka: Customers greatly appreciate our therapeutic and specialized diets for specific ailments. Our low-carb diet, which allows you to both lose weight quickly and avoid a drop in energy levels after a meal, has been a huge success. Ladies are very fond of the Hashimoto Diet or the Sirtfood Diet – known as Adele's Diet – which makes you lose weight quickly and significantly improves your appearance by the diet being saturated with sirtuin-containing ingredients. We thought about keto for a long time and of course we made the healthiest keto in the market in a Mediterranean version, without bacon and pork. The Eat What You Want Diet, where the customer chooses the dish themselves, is very popular too. Because we always want to make the woman's life easier on a daily basis, individual meals for children as well as the other family members can be purchased with the diets in our online shop. After all, there is nothing worse than a woman on a diet, cooking for the whole family – dishes that she should not be eating.

