AZ EURÓPAI UNIÓ TÁMOGATÁSÁVAL FINANSZÍROZOTT KAMPÁNY
NEMZETI AGRÁRGAZDASÁGI KAMARA
les fruits et légumes frais Interfel
Ennek a promóciós kampánynak a tartalma csakis a szerző álláspontját tükrözi, és kizárólag ő tartozik érte felelősséggel. Az Európai Bizottság és a Fogyasztó-, Egészség-, Élelmiszerügyi és Mezőgazdasági Végrehajtó Ügynökség (CHAFEA) semmilyen felelősséget nem vállal a kampányban szereplő információk esetleges felhasználását illetően.
ENJOY IT'S FROM EUROPE

SAJTÓKÖZLEMÉNY

2021. május 26.

Spárgás kalandok az Európai Friss Csapattal

A spárgaültetvénytől egészen a konyhai elkészítésig követte a spárga útját Frutti és Veggi az Európai Friss Csapat első főzéssel egybekötött különleges sajtóworkshopján, amely rendkívüli helyszínen, az egyik legnagyobb hazai spárgatermelőnél zajlott.

A Nemzeti Agrárgazdasági Kamara zöldség- és gyümölcsfogyasztást ösztönző uniós programja – második szakaszával, Európai Friss Csapat néven – újabb három évig folytatódik hazánkban. Ez alkalomból Frutti és Veggi, a program kabalafigurái a tavaszi – kora nyári szezon egyre inkább kedvelt zöldsége, a spárga nyomába eredtek.

Éder Tamás: a 14-18 éves korosztály bevonásával a középiskolás korosztályt is szeretnénk elérni

Éder Tamás, a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara alelnöke a sajtóeseményt megnyitó köszöntőjében elmondta, hogy az újabb hároméves periódus a célcsoport bővítésével nagyszerű lehetőséget teremt arra, hogy óvodás kortól egészen 18 éves korig el lehessen érni edukatív üzenetekkel a

gyermekeket és a fiatalokat. A szülők, nagyszülők szerepe továbbra is alapvető a családok zöldség- és gyümölcsfogyasztásával kapcsolatban, ezért a program számukra hasznos információkat, gyakorlati tippeket ad a zöldségek, gyümölcsök gyors és könnyű elkészítéséhez.

– *A program célja változatlan: népszerűsíteni a friss, szezonális zöldségek és gyümölcsök fogyasztását, és ezáltal erősíteni a minőségi hazai agrártermékek piacát is* – hangsúlyozta az alelnök. Majd kitért arra, hogy az arculati elemek megújulása, a névváltoztatás mellett – az új célcsoport hatékony elérése érdekében – még intenzívebb lett az idei évtől a program online kommunikációja, sőt hamarosan már a TikTok-on is megjelenik az Európai Friss Csapat. Frutti és Veggi emellett ismét bejárja az országot, hiszen hat állomásos roadshowra indul, és ismét kitelepül országszerte a legnagyobb áruházláncok boltjaiba is.

Gulyás János: spárgát termelni nem egyszerű feladat, de rendkívül nemes szakmai kihívás

Magyarország Európában igazi spárgatermesztő nagyhatalomnak számít a fehér és a zöld spárga tekintetében. **Gulyás János**, a Bács-Zöldért alapítója a spárgaültetvényén szervezett túra keretében a spárga termesztésének titkait mutatta be. Elmondta, hogy a spárgatermesztés nemcsak vizet, tápanyagot, de a türelem mellett kitartást is igényel. A spárga magoncok a laza, homokos, vagy a kötöttebb talajt szeretik (típustól függően), és szakszerű gondozást követően akár már a második évben is termőre fordulhatnak. Kitért arra is, mennyire fontos a spárga szakszerű szedése, ami a mai napig kézzel történik: a „sípokat" körülbelül 22-24 centiméteres nagyságukban, a talajszint alatt két centiméter mélyen kell kivágni. A friss spárgát azonnal csomagolják és nagyon rövid időn belül az üzletekbe szállítják.

– *Kiemelten fontosnak tartjuk, hogy a spárgafogyasztás Magyarországon még nagyobb arányban elterjedjen, magas tápanyagértéke és az egészségre gyakorolt pozitív élettani hatásai miatt. A spárga a fiatal generációk jövőbeni egészséges élelmiszer fogyasztásának egyik fontos alapanyaga lehet* – zárta beszédét Gulyás János.

Havas Dóra gasztro-szakember és Fülöp Lili dietetikus két különleges spárgás fogást készített

Az Európai Friss Csapat idei gasztro-házigazdája, Havas Dóra (Lila Füge) és a program dietetikusa, Fülöp Lili két gyors, könnyen elkészíthető és egészséges spárgás fogást készített. Az egyik egy igazi friss szezonális zöldségsaláta: spárga-zöldborsó saláta hatperces tojással, míg a másik fogás egy

különlegesség, serpenyős spárga sonkával és kecskesajttal, pirítóson tálalva. A receptek nagy előnye, hogy otthon a gyerekeket is bátran bevonhatjuk a sütés-főzés folyamatába, de egy kiskamasz akár egymaga is elkészítheti ezeket az egészséges finomságokat.

– *Nagyon fontos, hogy a gyermekeket megismertessük a zöldségekkel és gyümölcsökkel, hiszen így nemcsak megkóstolják őket, hanem az elkészítésükkel is bátrabban próbálkoznak majd. Édesanyaként pontosan tudom, nem mindig könnyű feladat zöldséget és gyümölcsöt csempészni a gyerekek étkezéseibe, de érdemes minél több fajtával és minél több módon elkészítve próbálkozni. A tálalással szintén érdemes játszani, hiszen a kisebbek számára a színes, „mosolygós" étel mindig csábítóbb. A szülők számára ez lehet, hogy kevésbé jó hír, de a legtöbbet a jó példamutatással hathatunk a gyerekekre* – fogalmazott **Havas Dóra**.

A spárgával kapcsolatban arra hívta fel a figyelmet, hogy a jó spárgás fogás már a vásárlásnál kezdődik. Érdemes roppanós, halványsárgás vagy zöldes színű spárgát választanunk, amelynek szára sima, és enyhe nyomásra sárgás, üde illatú levet ereszt; mert így biztosak lehetünk a frissességében. A zöld spárgával egyébként könnyebb a dolgunk – emlékeztetett a gasztro-szakember –, mert azt nem kell pucolni, míg a fehéret minden esetben.

Az Európai Friss Csapat dietetikusa, **Fülöp Lili** szerint az ételek közös elkészítése és a családi példamutatás alapvető a gyermekek táplálkozási szokásainak alakulásával kapcsolatban, hiszen, ha a gyerekek részesei a zöldséges, gyümölcsös fogások elkészítésének, és közös családi program azok elfogyasztása is, sokkal inkább válik ez természetessé számukra.

– *A spárgával mindenképpen érdemes próbálkozni a gyerekeknél, hiszen tele van rostokkal, vitaminokkal, folsavtartalma rendkívül magas, kalória pedig alig van benne. Nem véletlen, hogy régen a spárgát gyógynövényként tartották számon* – emelte ki a spárga szuper tulajdonságait a szakember.

Hozzátette, ha a gyermek nagyon tiltakozna, meg lehet próbálni elrejteni a spárgát az ételben, akár krémlevesbe, akár sajtba vagy leveles tésztába csomagolva, de ha együtt eszi az egész család, jó eséllyel ő is kedvet kap hozzá.

Háttérinformáció:

Az Európai Friss Csapat program első hároméves periódusa, az **Európai Friss Kalandok** 2018 és 2020 között futott hazánkban. Célja a zöldség- és gyümölcsfogyasztás népszerűsítése volt elsősorban a családok és a 6-14 éves korú gyermekek körében. A program első három évének eredményeként a 8-14 évesek körében, akik kifejezetten kevés zöldséget- és gyümölcsöt fogyasztanak, 30% feletti a program kabalafiguráinak, Fruttinak és Vegginek az ismertsége. A zöldség-gyümölcs testvérpár az elmúlt időszakban az egész országot bejárta, 35 ezer kilométert utazott, és 45 roadshow- valamint 100 nagyáruházi helyszínen 7750 kilogramm zöldséggel és gyümölccsel kóstoltatta meg az érdeklődőket.

A **NEMZETI AGRÁRGAZDASÁGI KAMARA** 2013 tavaszán alapított, kötelező tagsággal rendelkező szervezet. A köztestület tagja valamennyi mezőgazdasági, élelmiszeripari és vidékfejlesztési tevékenységet folytató természetes és jogi személy. A kamara mintegy 400 ezer fős tagsága révén a teljes hazai élelmiszerláncot lefedi, közülük több mint 50 ezren foglalkoznak zöldség- és gyümölcstermeléssel. Rugalmas és szakmailag felkészült szervezetként a NAK az alapítása óta azon dolgozik, hogy lendületet adjon a magyar agráriumnak. Legfontosabb feladata a magyar agrár- és élelmiszerszektor erősítése, a magyar termékek versenyképességének javítása itthon és a nemzetközi piacokon. Vezető szerepet tölt be a nemzeti agrár- és élelmiszer-stratégia alakításában és megvalósításában, továbbá a kormányzat első számú szakmai tárgyalópartnereként széles körű igazgatási és szolgáltatási közfeladatokat lát el.

További információ:

Fekete Zsanett, a NAK PR- és kommunikációért felelős kabinetfőnök-helyettese: fekete.zsanett@nak.hu;
Nagy László, a Havas Sport & Entertainment vezetője: laszlo.nagy@havas-se.com