

# Sajtóközlemény

2020. július 17.

**Nyári finomságok Fruttival és Veggivel: folytatódik az Európai Friss Kalandok program**

**Igazi nyári zöldséges és gyümölcsös finomságokat készített Wolf András és Marton Adrienn – az Európai Friss Kalandok program idei első főzéssel egybekötött sajtótájékoztatóján – Fruttival és Veggivel.**

Az Európai Friss Kalandok, a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara hároméves edukációs programja, amelynek célja a zöldség- és gyümölcsfogyasztás népszerűsítése a gyermekes családok, a szülők és a fiatalok körében. A program francia szakmai partnerekkel együttműködve és az Európai Unió támogatásával valósul meg.

**Éder Tamás: a zöldség és gyümölcsfogyasztás szórakoztató élmény is lehet!**

A sajtóesemény az Európai Friss Kalandok fő üzenetének mottójának jegyében zajlott, miszerint a zöldségek és gyümölcsök fogyasztása nemcsak egészséges, de szórakoztató élmény is lehet. Éder Tamás, a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara alelnöke köszöntőjében elmondta, a cél az, hogy a gyerekek minél kisebb korban találkozzanak a zöldségekkel, gyümölcsökkel a családi étkezéseken, vagy épp az Európai Friss Kalandok eseményein, hiszen akkor hamarabb és biztosabban épülnek be táplálkozási szokásaikba. Majd kitért arra, hogy a koronavírus-járvány befolyásolta a programot is, de az eddigi erőteljesebb online jelenlét mellett júliustól elkezdődhetnek a rendezvények is, ahol a családok minden tagja megtapasztalhatja a zöldségek, gyümölcsök frissítő erejét, valamint találkozhat Fruttival és Veggivel.

**Antal Emese: zöldséggel, gyümölccsel immunrendszerünk megfelelő működéséért**

Antal Emese dietetikus, szociológus, a TÉT Platform szakmai vezetője a koronavírus-járvány kapcsán arra hívta fel a figyelmet, hogy ha minden nap legalább 4-5 adag, azaz körülbelül 40



dkg zöldséget és gyümölcsöt fogyasztunk, az segít szervezetünk vitamin- és ásványianyag-szükségletének fedezésében, és támogatja az immunrendszer megfelelő működését is.

– A jól működő immunrendszer egészségünk egyik alappillére, ám abban, hogy hatékony lehessen, az életmódunknak, ezen belül táplálkozásunknak is fontos szerep jut. A lényeg: sokszor, sokféle formában fogyasszunk zöldséget, gyümölcsöt, hogy szervezetünk felkészülten álljon minden, a környezetből érkező kihívás előtt – mondta el a szakember.

### **Wolf András és Marton Adrienn szezonális zöldség- és gyümölcsfogásokat készített**

A főzőworkshopon az Európai Friss Kalandok receptjei közül Marton Adrienn és Wolf András két szezonális, hazai zöldséges-gyümölcsös fogást mutatott be. Az egyik az édes dinnyéből és a zamatos barackból álló „Szélrózsa”, a másik pedig a „Minifazék” volt, amely a szezon népszerű zöldségein, a paradicsomon és az uborkán alapul.

– Séfként és édesapaként is abban hiszek, hogy kellő kreativitással, praktikus ötletekkel és példamutatással minden gyermek étrendjét egészségesebbé lehet tenni – fogalmazott Wolf András, aki a sajtótájékoztatót követő közös főzés egyik irányítója volt. A mai főzés alkalmával is olyan szezonális zöldség- vagy gyümölcسالapú recepteket készítettünk el a Benedetto Gyermekvédelmi Szolgálat gyerkőceivel, amelyek gyorsan elkészíthetőek, finomak és egészségesek – mondta. Hozzátette, hogy a most elkészített ételek mellett a nyári melegben a családjával ők szívesen fogyasztanak jéghideg gyümölcsöket felkockázva, egy kis joghurttal leöntve, vagy friss zöldségeket mártogatóssal.

Szintén a gyerekekkel közösen készítette el az Európai Friss Kalandok receptjeit Marton Adrienn ételstylist, aki idén csatlakozott programhoz. Szerinte az egyik legfontosabb küldetés jelenleg: a fiatal generációban felébreszteni az egészségtudatosságot.

– Nagyszerű, ha ezt játékosan és tanítva tesszük, ezért szimpatikus nagyon ez a program – árulta el a kétgyermekes anyuka. A színes alapanyagok mindig megragadják a gyermekek figyelmét; de emellett egy aranyos történet vagy a kóstolgatás az ételből szintén segíthet abban, hogy a gyerkőcök élvezzék ezeket a pillanatokat – mondta.

Az elkészített fogások receptjei megtalálhatók a program honlapján:

<https://www.frutti-veggi.hu/>

A sikeresen futó programot a NAK folytatni kívánja, hiszen a táplálkozási szokások megváltoztatása hosszú folyamat és hosszú távú befektetés, ezért pályázott a következő hároméves időszakra is az Európai Uniónál.

#### **Háttérinformáció:**

Az **INTERFEL** 1976-ban létrehozott francia zöldség-gyümölcs szakmaközi szervezet, amely a frisszöldség- és gyümölcságazat szereplőit, szakértőit fogja össze, képviseli az érdekeiket a termeléstől kezdve egészen az értékesítésig. A szakmaközi szervezet célja, hogy párbeszédet folytasson a különböző ágazatok között, illetve népszerűsítse a frisszöldség- és gyümölcsfogyasztást valamint felhívja az emberek figyelmét a változatos és kiegyensúlyozott étrend fontosságára, köztük a zöldség- és gyümölcsfogyasztásra.

A **NEMZETI AGRÁRGAZDASÁGI KAMARA** 2013 tavaszán alapított, kötelező tagsággal rendelkező szervezet. A köztisztület 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 gyümölcsstermeléssel. 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 tárgyalópartnerként széles körű igazgatási és szolgáltatási közfeladatokat lát el.

#### **További információ:**

Fekete Zsanett, a NAK PR- és kommunikációért felelős kabinetfőnök-helyettese: [fekete.zsanett@nak.hu](mailto:fekete.zsanett@nak.hu);

Nagy László, a Havas Sport & Entertainment vezetője: [laszlo.nagy@havas-se.com](mailto:laszlo.nagy@havas-se.com)



AZ EURÓPAI UNIÓ  
TÁMOGATÁSÁVAL  
FINANSZÍROZOTT KAMPÁNY



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.



AZ EURÓPAI UNIÓ  
TÁMOGATÁSÁVAL  
FINANSZÍROZOTT KAMPÁNY



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.