



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 felelőséggel. 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

2022. november 22.

Kompótnak is kitűnő, de nyersen is ízletes a körte

Hazánkban közel 2000 hektáron termelnek körtét, köztük számos tájfajtát. A körte kifejezetten egészséges, felhasználhatósága pedig nagyon sokrétű – hívja fel a figyelmet a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara zöldség- és gyümölcsfogyasztást népszerűsítő programja, az Európai Friss Csapat.

A körtét Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében termesztik a legnagyobb területen, 513 hektáron, továbbá Borsod-Abaúj-Zemplén megyében (412 hektár) és Zala megyében (212 hektár). Hazánkban évi mintegy 20-25 ezer tonna körte terem, amely nagyrészt kielégíti a hazai fogyasztási igényt. Az import körte választékbővítési céllal érkezik, évente közel 5000-6000 tonna.

A finom, édes, egyedi ízű gyümölcs ősszel és télen is könnyen beszerezhető, tárolható, mégsem olyan kedvelt, mint az alma. Ahogy a szilva és almafa tipikusan megtalálhatóak voltak régen a kiskertek udvarain, úgy a körte is. Államilag elismert tájfajták például a Csengőkörte (Dél-Alföld), a Fehérvári körte (Dél- és Közép-Dunántúl), a Gyöngykörte (Dél-Alföld), a Kétszertermő körte (Nyugat-Dunántúl, Kárpát-medence), a Köcsög körte (Dél- és Közép-Dunántúl), a Maróti téli (Dunakanyar), a Nácika körte (főképp Dél-Alföld), a Sózó körte (Nyugat-Dunántúl) és a Vérébélű körte (Kárpát-medence, Nyugat-Dunántúl, Bodrogköz, Szatmári sík, az Alföld jó vízellátottságú területei).

A körte sok ásványi anyagot – például káliumot, kalciumot, nátriumot, foszfort, magnéziumot, vasat, bórt, fluort, cinket, rezet, mangánt, szelént –, valamint vitaminokat (A, B1, B2, B3, B5, B6, C, E, K, J) tartalmaz. Összetétele miatt számos betegség megelőzésében természetes módon segíthet. Tele



van béta-karotinoidokkal és más antioxidáns vegyületekkel, például luteinnel és zeaxantinnal. A vörösebb héjú körték antocianinokat is tartalmaznak.

A körte (*Pyrus*) a rózsafélék (*Rosaceae*) családjába tartozó növényfajta. Az emberiség legalább 3000 éve ismeri, termeszt. A közönséges körte (*Pyrus communis*) szinte az egész Földön fellelhető. Az első nemesített fajtákat a görögök állították elő, körülbelül háromezer évvel ezelőtt.

A gyümölcsöt elsősorban nyersen fogyasztjuk, de levest is készíthetünk belőle, eltehetjük lekvárnak vagy kompótnak, fűszeres chutney-nak, pálinkát is főzhetünk belőle. Felhasználhatjuk töltve, köretnek, mártásnak, süteménybe, húsok mellé, smoothie-kba, nektárként, gyümölcsléként. Különösen finom az aszalt körte. A körte nagyon jól illik a kéksajtokhoz, akár salátában, rizottóban, tésztamártásban. Vörösborban párolva nem csak finom, de nagyon mutatós desszert egy gombóc fagylalttal, de gyümölcszselékben is megállja a helyét. A birsalmához hasonlóan magas pektintartalma miatt készíthetünk belőle sajtot (édes, sűrű desszert, tömör állományú gyümölcskocsonya), valamint az alma és a sárgarépa után szintén közkedvelt babaétel alapanyag. Érett gyümölcs vásárlása esetén a hűtőben 1-2 napig tárolhatjuk, azonban ajánlatos a mielőbbi elfogyasztása. A nagyon érett gyümölcsöket érdemes azonnal feldolgozni, felhasználni. Vásárlás során mindig gondoljuk át, mire fogjuk használni. Pároláshoz, smoothie-hoz vagy süteményhez érett puha gyümölcsöket is használhatunk. Rothadt vagy penészes folt ne legyen rajta. A nagyon érett körte mellé ne tegyünk más gyümölcsöt, mert az könnyebben megromlik.

„A körtét fogyasztás vagy feldolgozás előtt mindenképpen mossuk meg!” – emlékeztet az Európai Friss Csapat – Az ízek ereje program.

Háttérinformáció:

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 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: Nagy Annamária: +36 30 3288 110 annamaria.nagy@havasmedia.com