



Eko iz Čila in Kitajske ali lokalno iz sosednje vasi?

Besedilo: Sanja Lončar

Vemo, da bi vsi najraje imeli oboje, eko in lokalno, na žalost pa slovenska ponudba eko sadja in zelenjave niti približno ne zadosti povpraševanju.

V projektu Skupaj za zdravje človeka in narave smo zagovorniki eko pridelave kot edine, ki podpira človeka in naravo ter dolgoročno ne ustvarja več škode kot koristi, a kljub temu ne moremo mimo dejstva, da tudi eko trg dobiva vse več značilnosti globalnega gospodarstva, pri katerem so v ospredju dobički, ne pa človek in narava.

Verjetno se vsak izmed nas vpraša, kaj lahko pričakujemo od špargljev, ki morajo do nas pripotovati iz Južne Amerike. Že letalski prevoz zagotovo traja nekaj dni, nato morajo vse skupaj prevažati do veletrgovcev, od tam pa do prodajnih mest. Stroški prevoza in hladilnic zagotovo daleč presegajo stroške pridelave, kakovost takšnega živila pa iz dneva v dan kopni. Kaj pri tem pomeni dejstvo, da ima eko zelenjava za tretjino več vitaminov, če jih že na poti izgubi večji del?

V kolikšni meri bo naše zdravje zares podprl paradižnik, ki ga še zelenega obirajo, ali korenček, ki so ga tako močno gnojili (četudi z organskimi gnojili), da je ves voden ter že po nekaj dneh gumijast in plesniv?

Res je, da smo pri eko sadju in zelenjavi varni

pred ostanki pesticidov, ki so pri ostalih izdelkih, na žalost, prisotni pri skoraj 50 % vzorcev, vendar pa je tudi res, da so masovni načini pridelave eko vrtnin močno načeli njihovo kakovost. Zato pri mnogih kupcih v ospredje prihaja merilo lokalnega. To ni zgolj patriotska opredelitev in spodbuda lokalnim pridelovalcem. Gre predvsem za zavedanje, da je lokalno pridelano v marsičem veliko bolj kakovostno od hrane, ki k nam prihaja od daleč.

Rastline rabijo zemljo

V Sloveniji skoraj vse pridelke vzgojimo v zemlji, kar je ena izmed pglavitnih prednosti slovenske pridelave, ki se je mnogi ne zavedajo. Če se vam to zdi samoumevno, ste v zmoti, saj večina zelenjave v globalni trgovini prihaja iz rastlinjakov, v katerih prevladujeta hidroponika ali pridelava na posebnih substratih, kjer rastlina nima možnosti, da se poveže z zemljo, sama izbere in predela svoja hranila, začuti sonce in veter ter zraste v naravnem ritmu.

Druga prednost domače pridelave je v tem, da se pridelki zaradi kratkih transportnih poti obirajo zreli, kar vpliva na okus, vonj in količino varovalnih snovi. Vse, kar mora potovati nekaj dni ali tednov, pa morajo obrati, še preden dozori.

Dodatna prednost lokalnih živil je, da pri njih za ohranjanje svežine praviloma ne uporabljajo kemičnih dodatkov ali varovalne atmosfere. Tako imajo sicer krajši rok uporabe, vendar pa nas ne bodo ogoljufali z navidezno svežino.

Lokalna zelenjava raste v enakem okolju kot mi, zato mora razviti tudi varovalne snovi, s katerimi se bori proti enakim težavam, ki smo jim izpostavljeni tudi mi. Kaj o naših težavah veta kitajski česen ali danski krompir? Zato bodo naše zdravje vedno najbolj podpirala živila, ki so nam tudi ozemeljsko najbližja. Ko bi le bila brez ostankov pesticidov!

Sodelovanje z lokalnimi dobavitelji, v kombinaciji s podaljšano sezono pridelave na lastnem vrtu, je zato najboljša popotnica do kakovostne hrane in boljšega zdravja ter počutja.

Vrtnarite tudi pozimi!

Da so naši vrtovi lahko tudi čez zimo zeleni, je zelo enostavno doseči. Vsaj 15 rastlin prenese tudi -25 stopinj, če pa so vsaj malo zavarovane, se bo seznam možne zimske zelenjave, ki jo bomo lahko odtrgali svežo, podvojil. Ni še pozno, da si naredite visoko gredo s pokrovi ali svoj že obstoječi rastlinjak dodelate, tako da v njem ne bo zmrzovalo. Veliko preverjenih rešitev na to temo najdete v knjigi Sveža zelenjava 365 dni, ki jo lahko prelistate na shop.zazdravje.net.

Sestavni del dobre strategije samooskrbe je dobra tehnika kompostiranja. Domači kompost, če ga pravilno pripravimo, zagotavlja zdrava tla, hranila in dodatno talno gretje našim rastlinam. Zaradi tega bo v prihodnje toliko bolj pomembno, da ne obvladamo le pridelave zelenjave in sadja, temveč tudi "pridelavo" prsti, ki je pogoj za zdrava živila. Več o pravilnem kompostiranju, moči deževnikov in razstrupljanju tal lahko preberete tudi na spletni strani www.zazdravje.net, kjer vas čaka več kot 2000 člankov, ki vam bodo v pomoč pri iskanju naravnih rešitev za marsikatero težavo.

Projekt Skupaj za zdravje človeka in narave je največji slovenski nevladni projekt, ki že od leta 2005, na osnovi raziskovanja, primerjanja in povezovanja, ozavešča o nujnosti spremembe odnosa do sebe, sočloveka in narave. Več o projektu najdete na www.zazdravje.net

Nagradna igra

Odgovorite na nagradno vprašanje in sodelujte v nagradni igri. Med vsemi pravilnimi prejetimi odgovori, ki bodo prispeli do 31. 12. 2017 na naslov Komunala Brežice d. o. o., Cesta prvih borcev 18, 8250 Brežice ali info@komunala-brezice, si bomo izžrebali dva srečneža, ki bosta prejela knjigo **Sveža zelenjava z domačega vrta 365 dni**, avtorice **Sanje Lončar**.



Nagradno vprašanje

Pri kateri zunanji temperaturi še lahko vrtnarimo?

- a) 5° C b) - 8° C c) - 25° C

Ime in priimek

Naslov

Poštna št. in kraj

Telefon

E-mail

V nagradni igri ne smejo sodelovati zaposleni pri organizatorju nagradne igre ter njihovi ožji družinski člani.

Sodelovanje v nagradni igri se šteje za osebno privolitve posameznika v skladu z ZVOP-1, da organizator hrani podatke sodelujočega in jih obdeluje ter uporablja za namene izvajanja te nagradne igre, za analitične namene in za obveščanje. Pridobljene osebne podatke bo organizator skrbno varoval in uporabljal v skladu z ZVOP-1 in jih ne bo posredoval tretjim osebam. Žrebanje se bo izvedlo dne 3. 1. 2017 ob 12. uri v prostorih organizatorja nagradne igre. Izžrebani nagradjenec bo obveščen po telefonu ali po pošti. Organizator lahko od nagradjenca zahteva, da se identificira z osebnim dokumentom. Nagrada se zaradi nedosegljivosti izžrebanca lahko ne podeli.

Podpis