

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

### «Go Greener, Feel Better» με Σπαράγγια και Ακτινίδια στο Ox Athens

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκε στις 14 Μαρτίου, στο εστιατόριο Ox Athens στην καρδιά της Αθήνας, εκδήλωση Τύπου στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Προγράμματος «EU F&V CONSUMPTION – Ενέργειες Ενημέρωσης και Προώθησης Φρούτων και Λαχανικών στην Εσωτερική Αγορά της ΕΕ».

Οι καλεσμένοι, κυρίως δημοσιογράφοι, influencers και επαγγελματίες στον τομέα των τροφίμων και της εστίασης, είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν πιάτα με βάση τα ευρωπαϊκά σπαράγγια και τα ακτινίδια, αλλά και να μάθουν περισσότερα για την προέλευση, τη διατροφική αξία, την καλλιέργεια και την παραγωγή τους από τον Αγροτικό Συνεταιρισμό Νεάπολης Αργινίου και την κοινότητα του European Asparagus Kiwi.

Ο δημοσιογράφος της αθηΝΕΑΣ Λευθέρης Πλακίδας στον συντονισμό των παρουσιάσεων, καλωσόρισε τους καλεσμένους και έδωσε τον λόγο στην Ελένη Τσιτσιβού από τον Αγροτικό Συνεταιρισμό Νεάπολης Αργινίου, η οποία μίλησε για την αγορά των σπαραγγιών και ακτινιδίων.

Όπως ανέφερε, η δραστηριότητα του συνεταιρισμού επικεντρώνεται τόσο στο σπαράγγι όσο και στο ακτινίδιο (πράσινο, κόκκινο και κίτρινο), ενώ συνεχώς δοκιμάζονται στην περιοχή και νέες ποικιλίες. Σήμερα καλλιεργεί 2.200 στρέμματα ακτινιδίου από συνεργαζόμενους παραγωγούς, ενώ η πρόβλεψη είναι να επεκταθεί τα επόμενα χρόνια στα 4.000 στρέμματα. Επίσης, στην περιοχή του Αργινίου λειτουργεί 3 συσκευαστήρια.

Αυτό σημαίνει ότι επενδύει τόσο στην παραγωγικότητα όσο και στη συσκευασία και τυποποίηση, που επίσης γίνεται από τον Αγροτικό Συνεταιρισμό, διανύοντας όλο το φάσμα της παραγωγής, από το χωράφι μέχρι το τελικό στάδιο, που είναι η αποστολή των προϊόντων στο εξωτερικό.

Αντίστοιχα, ο συνεταιρισμός καλλιεργεί 1.000 περίπου στρέμματα με σπαράγγια, από τα οποία το 95-97% εξάγεται στο εξωτερικό και μόνο ένα μικρό ποσοστό μένει στην Ελλάδα.

Η ετήσια παραγωγή υπολογίζεται σε 8.000.000 κιλά ακτινίδια και, αντίστοιχα, σε 700.000 κιλά σπαράγγια(!).

Στη συνέχεια, ο Δημήτρης Τζιουμάκας, project manager της Novacert, παρουσίασε το πρόγραμμα «EU F & V CONSUMPTION», που έχει ως στόχο –μέσα από διάφορες ενέργειες ενημέρωσης– την προώθηση της κατανάλωσης φρούτων και λαχανικών στην εσωτερική αγορά της ΕΕ.

Αντιπροσωπευτικά προϊόντα του συγκεκριμένου προγράμματος είναι τα σπαράγγια και τα ακτινίδια από την Ελλάδα, ενώ οι χώρες υλοποίησης είναι η Γερμανία, η Σουηδία και φυσικά η Ελλάδα.



Το πρόγραμμα διαρκεί 3 χρόνια και φορέας υλοποίησης είναι ο Αγροτικός Συνεταιρισμός Νεάπολης Αργινίου. Όπως ανέφερε, οι βασικοί στόχοι του είναι:

- Η αύξηση της διατροφικής ευαισθητοποίησης του κοινού ως προς τα φρέσκα φρούτα και λαχανικά, παρέχοντας γνώσεις για τα πλεονεκτήματα και τη θρεπτική αξία των σπαραγγιών και των ακτινιδίων.
- Η αύξηση της κατανάλωσης φρέσκων φρούτων και λαχανικών (F&V) και ειδικότερα σπαραγγιών και ακτινιδίων στο πλαίσιο σωστών και ισορροπημένων διατροφικών συνηθειών, που αποτελεί προτεραιότητα για την Ευρωπαϊκή Ένωση.
- Η αύξηση των πωλήσεων/εξαγωγών των προϊόντων αυτών.

Ακολούθησε σύντομος χαιρετισμός από τον εκπρόσωπο του τμήματος προωθήσεων του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και, τέλος, η executive chef του εστιατορίου OX Athens Έλλη Τζάτζαλου μίλησε για το μενού που θα ακολουθούσε, αλλά και για τη θρεπτική αξία των δύο προϊόντων.

## Το Σπαράγγι Κλέβει την Παράσταση στις Φωτογραφίες Φαγητού

Στον κόσμο του food photography, τα χρώματα έχουν σημασία. Το έντονο πράσινο και η αψεγάδιαστη μορφή του καθιστούν το σπαράγγι ιδανικό για να τραβήξει το βλέμμα και να δώσει ζωή σε κάθε πιάτο. Είτε συνοδεύει φρέσκα λαχανικά είτε συνυπάρχει σε πιο σύνθετους συνδυασμούς, όπως τα αυγά ποσέ ή το ριζότο, το σπαράγγι παραμένει το πιο φωτογενές λαχανικό και αγαπημένο εργαλείο των food stylists για τη δημιουργία εντυπωσιακών γαστρονομικών εικόνων.

Η δύναμη του σπαραγγιού βρίσκεται στην ευελιξία του. Κομμένο σε λεπτές λωρίδες προσφέρει μια μοντέρνα και φρέσκια γαρνιτούρα για σαλάτες και pasta, ενώ ψημένο με λίγο ελαιόλαδο και ανθό αλατιού προσδίδει μια ρουστίκ αίσθηση που ταιριάζει τέλεια σε comfort food. Η προσαρμοστικότητα του σε κάθε μαγειρική κατασκευή το καθιστά σύμβολο της σύγχρονης γαστρονομίας, συνδυάζοντας εκλεπτυσμένες γεύσεις και αισθητική σε κάθε πιάτο.

## Σπαράγγια, Μια Εξαιρετική Ύλη της Μεσογειακής Διατροφής, Μια Πραγματική Πηγή Ενέργειας

- 100 γραμμάρια σπαράγγια περιέχουν λιγότερες από 20 θερμίδες και λιγότερο από 0,2 γραμμάρια λίπους.
- Τα σπαράγγια είναι τεράστια πηγή βιταμίνης Κ – ένα απαραίτητο θρεπτικό συστατικό, που συντελεί στην πήξη του αίματος και στην υγεία των οστών.
- Η καλλιέργεια του ήμερου σπαραγγιού έχει εξαπλωθεί σήμερα σε πολλές χώρες του κόσμου, ενώ καταναλώνεται και με τους δύο τύπους: α. τα νόστιμα και τρυφερά λευκά σπαράγγια, β. τα πράσινα σπαράγγια, με πιο έντονη γεύση και ελαφριά γλύκα στις κορυφές.



## Ακτινίδιο, Ένα Εξωτικό Φρούτο, Πλούσιο σε Θρεπτικά Συστατικά, Απαραίτητα στην Καθημερινή Διατροφή

Γνωστό για τις θρεπτικές του ιδιότητες και κυρίως για την υψηλή περιεκτικότητά του σε βιταμίνη C, παραμένει πάντα μια ξεχωριστή και ιδιαίτερα ωφέλιμη για τον οργανισμό επιλογή φρούτου.

Το πράσινο ακτινίδιο: Με τις γνωστές ευεργετικές του ιδιότητες, το ακτινίδιο με πράσινη σάρκα είναι η πρώτη ποικιλία (ποικιλία Hayward) που εξαπλώθηκε σε όλο τον κόσμο μετά το 1920.

Το κίτρινο (χρυσό) ακτινίδιο: Το κιτρινόσαρκο ακτινίδιο υπερέχει τόσο για τη γεύση του όσο και για τα θρεπτικά του χαρακτηριστικά σε σχέση με το πρασινόσαρκο. Είναι γλυκό, περιέχει αξιόλογες ποσότητες φυτικών ινών και βιταμίνης C, είναι σφιχτό και ζουμερό, με εξαιρετικά δροσερή γεύση, που το κάνει ιδιαίτερα ελκυστικό τόσο στα παιδιά όσο και στους ενήλικες.

Το κόκκινο ακτινίδιο: Η πιο καινούργια αλλά και η πιο νόστιμη νέα ποικιλία είναι η κοκκινόσαρκη, που εισήλθε στη συστηματική καλλιέργεια τα τελευταία χρόνια και κερδίζει σταθερά την προτίμηση μεγάλου μέρους του κοινού. Έχει την πιο γλυκιά εξωτική γεύση –άποψη που συμμερίζονται πολλοί-, η οποία θυμίζει μάνγκο ή άλλα τροπικά φρούτα, ενώ όλες οι βιταμίνες και τα ποιοτικά χαρακτηριστικά του είναι πολύ υψηλότερα από ό,τι στην κίτρινη και ακόμη πιο ψηλά απ' ό,τι στην πράσινη ποικιλία.

## Το Μενού στο Ox Athens

Το γεύμα ξεκίνησε με τη Σαλάτα Ξεροτήγανο, με ακτινίδιο Αγρινίου, ντοματίνια, ξύγαλο Σητείας, φύλλα βαλεριάνας και κρητικό ξεροτήγανο, ακολούθησε το κυρίως πιάτο, Μοσχαρίσια Φιλετάκια με ψητά σπαράγγια Αγρινίου, και το μενού έκλεισε με Εκμέκ, με σιροπιασμένο τσουρέκι, παγωτό φιστίκι, κρέμα εκμέκ και crumble από φιστίκι, αφήνοντας μια γλυκιά επίγευση στους προσκεκλημένους, αλλά και τη βεβαιότητα ότι τόσο τα σπαράγγια όσο και τα ακτινίδια, γευστικά αλλά και διατροφικά, είναι πολύτιμες πηγές υγείας και ευεξίας.

\*\*\*

Με στόχο την αύξηση της κατανάλωσης ευρωπαϊκών φρούτων και λαχανικών σε 3 χώρες, την Ελλάδα, τη Γερμανία και τη Σουηδία, το ευρωπαϊκό πρόγραμμα «EU F&V Consumption», με το δυνατό μήνυμα «Go Greener, Feel Better with European Fruits and Vegetables», προβάλλει δύο αντιπροσωπευτικά προϊόντα από την Ελλάδα, τα σπαράγγια και τα ακτινίδια, για να διεγείρει τις αισθήσεις του καταναλωτικού κοινού και να το ενημερώσει σχετικά με ισορροπημένες και σωστές διατροφικές πρακτικές.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα [asparaguskiwi.eu](http://asparaguskiwi.eu) του προγράμματος, καθώς και τις σχετικές σελίδες στο [Facebook](#), στο [Instagram](#) και στο [YouTube](#).



