

Zajtrk z medom – super dan



Letošnji Tradicionalni slovenski zajtrk izpostavlja slogan »Zajtrk z medom – super dan« in se vrača k svojim začetkom.

Tradicionalni slovenski zajtrk se je razvil na pobudo Čebelarke zveze Slovenije (ČZS), na katero se je odzvalo Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, in tako je zajtrk dobil širša izhodišča in okvir. Leta 2012 je bil s Sklepom Vlade RS vsak tretji petek v novembru razglašen kot dan slovenske hrane in na ta dan otroci v vzgojno-izobraževalnih ustanovah že deset let zapored uživajo zajtrk, se stavljen iz kruha, masla, medu, mleka in jabolka.

Kako je med zaznamoval Tradicionalni slovenski zajtrk

Pred dobrim desetletjem so čebelarji pričeli z organiziranimi obiski otrok v vrtcih in osnovnih šolah, ki so naleteli na zelo dober odziv tako otrok kot njihovih vzgojiteljev in učiteljev, zato so njihove aktivnosti leta 2011 prerasle na vseslovensko raven. Tako je postala ena od rdečih niti Tradicionalnega slovenskega zajtrka tudi osveščanje o pomenu čebel, pridelkih iz čebeljega panja in o vlogi medu v naši prehrani. V tem duhu je ob jubileju izbran tudi letošnji slogan, ki se glasi »Zajtrk z medom – super dan!«.

Zanimivosti in dejstva o medu

- **Med kristalizira, kar je naraven pojav, ki prej ali slej nastopi pri vsakem medu in ne vpliva na njegovo kakovost. Kristalizirani med lahko ponovno utekočinimo s segrevanjem v vodni kopeli do 40 stopinj Celzija.**
- **Medu nikoli ne dajemo v zelo vroč čaj, saj se v tem primeru uničijo bioaktivne snovi, kot so vitamini, encimi in minerali, prisotni v medu.**
- **Z uživanjem medu slovenskih čebelarjev skrbimo tudi za okolje, v katerem živimo, saj čebele z oprraševanjem rastlin prispevajo k ohranjanju ravnovesja v naravi.**
- **Slovenski čebelarji pridelujejo med višje kakovosti z zaščiteno geografsko označbo, ki jo prepoznate po nalepki z zaščitnim simbolom.**

Pomen čebel za kmetijstvo in človeka

Čebelarstvo je ena izmed najstarejših in najbolj tradicionalnih dejavnosti v Sloveniji. Ima zelo pomembno poslanstvo, saj so čebele z več vidikov ključne za oprraševanje in obstoj rastlinskih vrst. Ravno oprraševanje nam omogoča zadostno količino hrane ter vpliva tudi na količino in kakovost pridelkov.

Pomembno je, da so otroci s temi dejstvi seznanjeni že od malih nog in tako smo v okviru projekta Tradicionalni slovenski zajtrk šolam in vrtcem priporočili, da po zajtrku izvedejo tudi naravoslovni dan, v okviru katerega lahko obišejo npr. kmetijo, čebelarja, sadjarja ali živilsko podjetje, lahko pa tudi čebelarje, sadjarje ali druge pridelovalce in predelovalce hrane povabijo medse.

Tem priporočilom bodo v okviru zmožnosti in skladno z epidemiološkimi ukrepi sledili tudi letos.