



Operacja współfinansowana przez Unię Europejską ze środków finansowych Europejskiego Funduszu Rybackiego, zapewniająca inwestycje w zrównoważone rybołówstwo

Pokaz „Jedz ryby” w gminie Marianowo.

W dniu 20 grudnia 2012 r. w Domu Biesiadnym „Pod kasztanowcem” w Wiechowie odbył się ostatni planowany w tym roku szkolenie – pokaz, realizowany ramach środka 4.1 Rozwój obszarów zależnych od rybactwa, w zakresie realizacji operacji polegających na funkcjonowaniu lokalnej grupy rybackiej (LGR) oraz nabywaniu umiejętności i aktywizacji lokalnych społeczności. Pokaz miał na celu promocję zdrowego i racjonalnego żywienia z wykorzystaniem ryb. W pokazie uczestniczyło 20 osób, liderzy gminy - radni i sołtysi. W związku ze zbliżającymi się świętami pokaz został urozmaicony barszczem z uszkami, pierogami i ciastami domowymi sponsorowanymi przez współorganizatora spotkania.

Gości przywitała Pani Elżbieta Rink, gospodarz gminy i współorganizator spotkania. Następnie specjalista ds. monitoringu i wdrażania w biurze stowarzyszenia Pani Barbara Żakowicz przedstawiła w formie prezentacji multimedialnej zagadnienia dotyczące zdrowego żywienia z wykorzystaniem ryb. Zostały przedstawione walory smakowo-odżywcze ryb słodkowodnych i morskich dostępnych w sprzedaży. W czasie prezentacji prelegentka zwróciła szczególną uwagę na zawartość w rybach wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, które mają duży wpływ na przeciwdziałanie wielu chorobom, między innymi zmniejszając ryzyko zachorowania na nowotwory. Wyliczone zostało 11 powodów, dlaczego powinniśmy jeść ryby. Wszyscy słuchali z zainteresowaniem i odpowiadali na pytania zadawane przez prowadzącą.

Kolejnym punktem programu była degustacja potraw rybnych przygotowanych przez kucharza Pana Alana Seenyena. Na początku został podany tatar z łososia, muszle nadziewane pastą ze śledzia z sosem chrzanowym, morszczuk smażony w cieście naleśnikowym w zalewie z warzyw oraz pstrąg w galarecie. Głównym punktem pokazu był karp oraz szczupak smażony na patelni w sezamie. Podczas pokazu nie zabrakło praktycznych porad na temat jak kupić świeżą rybę, jak się pozbyć zapachu smażonej ryby oraz które gatunki ryb dobrać do poszczególnych potraw. Wszystkie dania były bardzo smaczne, o czym świadczył fakt, z jak wielkim apetytem wszyscy jedli serwowane potrawy.

Dziękujemy prowadzącym oraz uczestnikom spotkania.