



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

Zorganizowaliśmy pokaz „Jedz ryby” w gminie Dobrzany

W dniu 9 listopada 2012 r. odbył się kolejny szkolenie – pokaz „Jedz ryby”, tym razem w gminie Dobrzany, zorganizowany w 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. Była to również dobra okazja do promocji Stowarzyszenia „Sieja” i zaprezentowania działań realizowanych w ramach PO Ryby. W pokazie udział wzięli mieszkańcy gminy Dobrzany – łącznie 24 osoby.

Gości przywitał Pan Jan Prościak Burmistrz Miasta i Gminy Dobrzany, gospodarz gminy i współorganizator spotkania. Następnie Pani Katarzyna Radoń dietetyk, przedstawiła zagadnienia dotyczące zdrowego żywienia z wykorzystaniem ryb. Zostały przedstawione walory smakowe i 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 zmniejszają ryzyko zachorowania na nowotwory.

Kolejnym punktem programu była degustacja potraw rybnych przygotowanych przez kucharza Pana Łukasza Świrzewskiego tj. zupy rybnej, szczupaka ze szpinakiem zapiekany w sosie śmietanowo – serowym. Głównym punktem pokazu był szczupak smażony na patelni, który wcześniej był sprawnie wyfiletowany przez kucharza. 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 degustowali przygotowane potrawy.

Dziękujemy prowadzącym oraz uczestnikom spotkania.

Opracowała Barbara Żakowicz