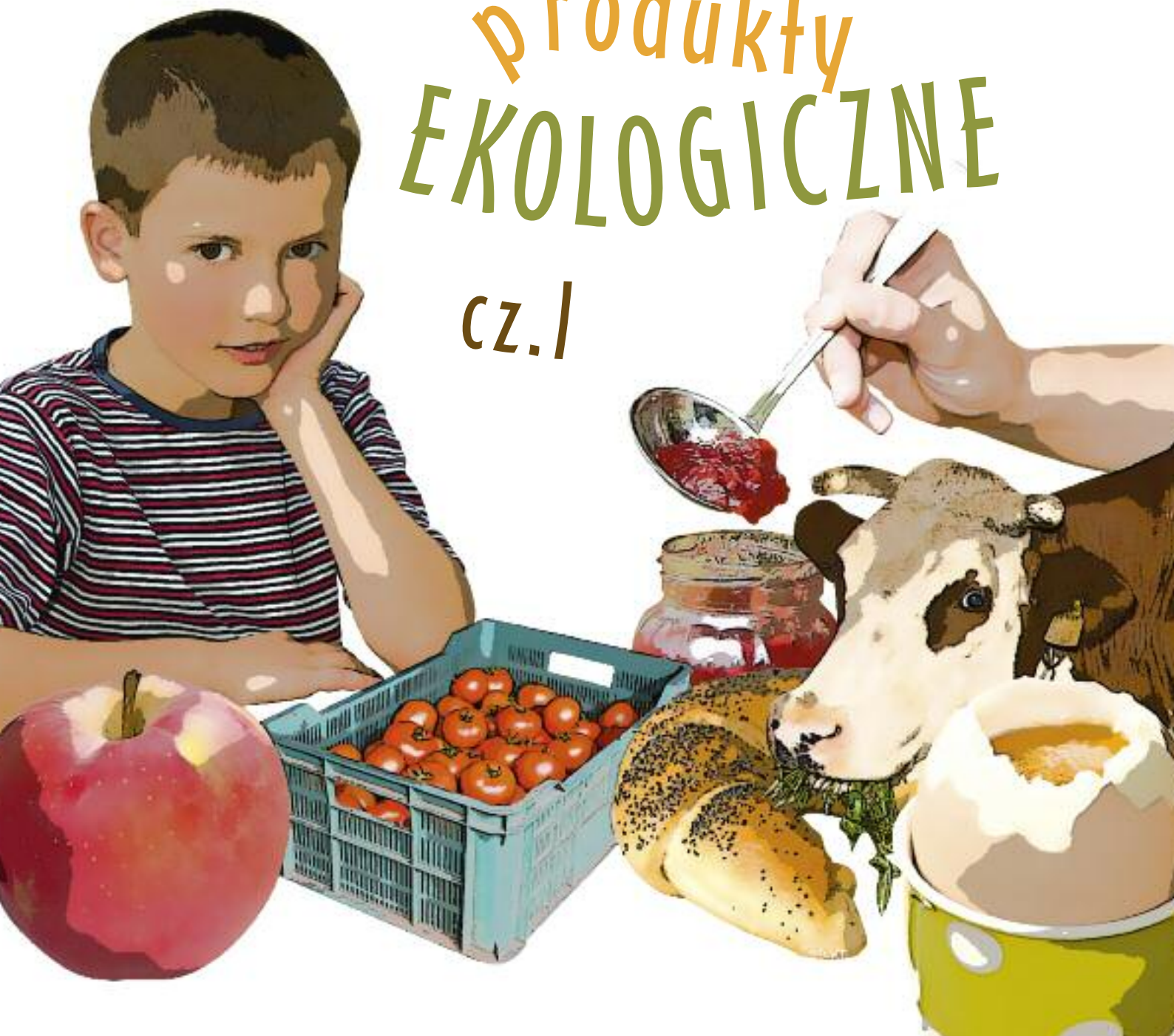


# SKĄD SIĘ BIORĄ produkty EKOLOGICZNE cz. I



Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich



Institucja Zarządzająca Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013 – Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi  
Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie.  
Krajowa Sieć Obszarów Wiejskich.

Publikacja współfinansowana ze środków Unii Europejskiej w ramach Pomocy Technicznej Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013

**WYDAWCA:**



Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi  
Departament Promocji i Komunikacji  
Wydział Rolnictwa Ekologicznego  
00-930 Warszawa, ul. Wspólna 30  
tel. 22 623 22 97, fax 22 623 20 34  
[www.minrol.gov.pl](http://www.minrol.gov.pl)  
e-mail: [rolnictwoekologiczne@minrol.gov.pl](mailto:rolnictwoekologiczne@minrol.gov.pl)

**PROJEKT I DTP:**

Agencja Reklamowa PO GODZINACH  
30-686 Kraków, ul. Podedworze 10/54  
tel. 12 623 77 74, mobile +48 609 633 948  
[www.pogodzinach.com.pl](http://www.pogodzinach.com.pl)  
e-mail: [biuro@pogodzinach.com.pl](mailto:biuro@pogodzinach.com.pl)

**DRUK:**

drukarnia

**ISBN:**

978-83-62178-28-5

SKĄD SIĘ BIORĄ  
produkty  
EKOLOGICZNE  
cz. I



4



WITAM DZIECI - JESTEM KRZYŚ

I OPOWIEM WSZYSTKIM DZIŚ



SKĄD SIĘ BIERZE PRODUKT ZDROWY,

I WYSOKOWARTOŚCIOWY,



JAK GO MOŻNA POZNAĆ W SKLEPIE,



JAK PRZYRZĄDZIĆ GO NAJLEPIEJ.



SMACZNY,

ZDROWY, NATURALNY



- Z TEGO WNIOSEK JEST LOGICZNY,

ŻE NAJLEPIEJ PRZYSWAJALNY

JEST **PRODUKT EKOLOGICZNY!**



# CO TO ZNACZY „EKOLOGICZNY“?

## ekologiczna hodowla zwierząt

- zwierzęta żyją w zgodzie z naturą
- jedzą tylko naturalne pożywienie
- przebywają na świeżym powietrzu

## ekologiczna uprawa roślin

- rośliny rosną w naturalny sposób
- nie są modyfikowane genetycznie
- nie znają sztucznych nawozów, ani oprysków
- dojrzewają na słońcu
- ich produkcja nie zanieczyszcza środowiska i wody

## produkt ekologiczny

- powstaje tylko z ekologicznych, naturalnych składników
- nie zawiera sztucznych dodatków i polepszaczy
- poddany tylko naturalnym metodom przetwórstwa



# JAK POWSTAJE EKOLOGICZNY CHLEB?



Jesienią rolnik orze pole, przygotowując je w ten sposób pod wysiew zboża.

Z rozsianych ziaren rośnie zboże — każdy kłós daje wiele ziaren.



owies



pszenica



żyto

Gdy kłosa dojrzeją i nadejdzie czas zniw, rolnik zbiera ziarna oddzielając je od słomy. Słoma, zebrana w kostki lub bele, też ma swoje przeznaczenie — posłuży na pośłanie dla zwierząt hodowlanych.



Zebrane ziarna zbóż są zawożone do młyna.

W młynie młynarz miele ziarna zbóż na mąkę.



mąka razowa

mąka biała



**BEZ**  
polepszaczy

Z mąki, wody oraz drożdży lub zakwasu piekarz wyrabia ciasto na chleb.

Uformowane bochenki piecze się w specjalnych piecach piekarniczych.

Gotowe chleby dostarczane są do sklepów.



Z mąki produkuje się także:



ciasta



rogale



drożdżówki



ciasteczka



pierogi



makarony

# JAK POWSTAJE EKOLOGICZNY NABIAŁ?

Zwierzęta, które dają mleko:



krowa



owca



koza

**Krowy, kozy i owce pasą się na czystej, pełnej witamin łące — z dala od ośrodków przemysłowych i dróg szybkiego ruchu — produkują pyszne, zdrowe i wartościowe mleko.**



**Krowy doi się dwa lub trzy razy dziennie.**



**Czyste, schłodzone mleko gotowe jest do transportu do mleczarni.**



**W mleczarni z mleka  
wytwarza się masło,  
śmietaną, biały ser,  
żółty ser, jogurt, kefir.**



# SKĄD POCHODZĄ EKOLOGICZNE JAJA?

Rolnik karmi kury ziarnami zbóż.



Kury dobrze się czują,  
gdy mogą swobodnie korzystać  
z pobytu na świeżym powietrzu.

Tylko takie kury, które mogą  
spacerować, wygrzewać się  
w słońcu, wynajdywać w ziemi  
różne smakołyki,  
dają najlepsze jaja.



Kury znoszą jaja do specjalnie  
przygotowanych gniazd, a rolnik  
wybiera je dwa razy dziennie.



Jaja od takich szczęśliwych kur są ekologiczne,  
a w ich oznakowaniu widnieje cyfra „0”.

# 0-PL-XXXXXXX

sposób chowu kur,  
0 - chów ekologiczny

kraj pochodzenia jaj

numer producenta

**Sprawdź, jakie jaja masz w swojej lodówce!**

Jaja można przyrządzić na wiele sposobów:



gotowane na miękko



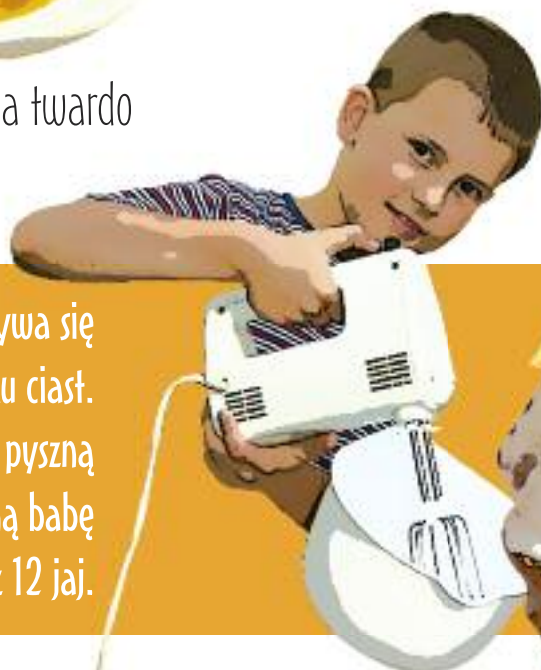
sadzone



jajecznica



gotowane na twardo



Jaj używa się  
do wypieku ciast.  
Aby upiec taką pyszną  
święteczną babę  
potrzeba aż 12 jaj.



# EKOLOGICZNE OWOCE

Rolnik wybiera i sadzi odpowiednie odmiany drzew i krzewów — tak powstaje sad.

Drzewa i krzewy trzeba pielęgnować — rolnik przycina je w odpowiednich miejscach, aby dobrze owocowały.



Gdy owoce dojrzeją trzeba je zebrać, posortować i przygotować do sprzedaży.







truskawki

czereśnie

# CZERWIEC



wiśnie



maliny



# LIPIEC



porzeczki

agrest



# SIERPIEŃ

jabłka



gruszki

# WRZESIEŃ

śliwki





sortowanie



mycie



BEZ sztucznych dodatków

gotowanie



+



rozlewanie do słoiczków



DŻEM

Z owoców robi się także:



soki



powidła



kompoty



konfitury



marmolady



susz

# EKOLOGICZNE WARZYWA

Na przygotowanych wcześniej grządkach rolnik siewa i sadi warzywa.



Żeby warzywa dobrze rosły sadi się je w odpowiednim sąsiedztwie.

**Grządki trzeba pielęgnować, plewić i okopywać.**

**Rolnik użyźnia ziemię tylko naturalnym nawozem.**



**Rośliny rosną i dojrzewają w promieniach słonecznych.**

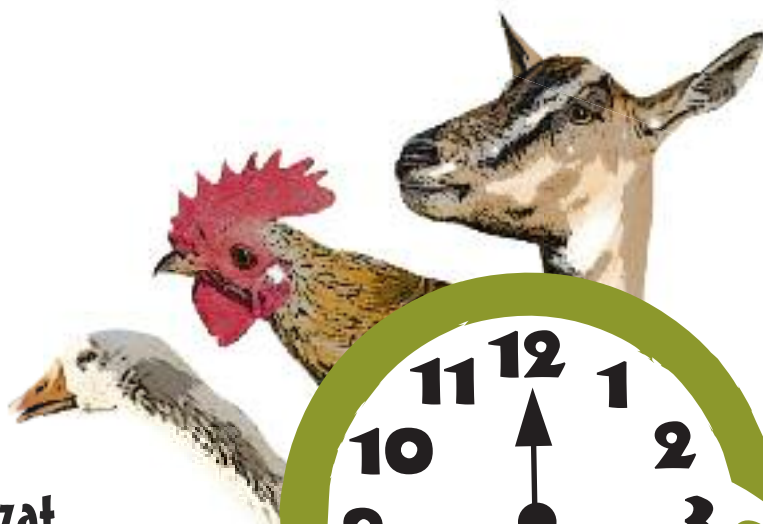


Dojrzałe warzywa zbiera się, sortuje i przygotowuje do sprzedaży. Ekologiczne warzywa można kupić bezpośrednio od rolnika, na targu lub w sklepie z ekologiczną żywnością.

# DZIEŃ ROLNIKA



**Rolnik wstaje wczesnie rano.**



**Dzień zaczyna od karmienia zwierząt, dojenia krów i wyprowadzania ich na pastwiska.**



**Większość dnia spędza w pracy na polu.**





**Po południu cała rodzina rolnika angażuje się w prace w gospodarstwie.**



**Przed zapadnięciem zmierzchu rolnik sprowadza z pastwisk wszystkie zwierzęta. Ponownie doi się krowy.**

# PRODUKTY EKOLOGICZNE

Rolnik, który prowadzi **gospodarstwo ekologiczne**, ma przyznawany **certyfikat ekologiczny** na swoje produkty.

Certyfikat ekologiczny jest to dokument zaświadczający, że produkt spełnia wszystkie wymagania, aby można go było nazwać ekologicznym.

Tylko certyfikaty uprawniają producentów do znakowania swoich produktów jako ekologicznych.

Zawsze szukaj produktów z oznakowaniem „**produkt ekologiczny**”.



Produkty ekologiczne można kupić w sklepach ze zdrową żywnością. Wiele dużych sklepów posiada specjalnie wydzielone regały z produktami ekologicznymi. Produkty ekologiczne można także kupić bezpośrednio w gospodarstwie ekologicznym.



Oto sposób jest gotowy,  
 żeby każdy Wasz posiłek  
 był wysokowartościowy!

Czyste ręce to podstawa  
 - lepsza będzie każda strawa!

Myj owoce i warzywa.  
 W nich się witamina skrywa  
 - tuż pod skórką - i dlatego  
 nie obieraj ich, Kolego!

W chłodnym wnętrzu swej lodówki  
 trzymaj jaja, mleko z krówki -  
 - będą dłużej świeżość miały  
 i swym smakiem zachwycały.

Jarzyn w wodzie nie gotujcie -  
 - bo z nich cała wartość ujdzie,  
 a surówki i sałatki  
 to wspaniałe są dodatki.

Koleżanko i Kolego, życzę wszystkim Wam

**SMACZNEGO!**

KRZYŚ





Gdy następnym razem będziesz na zakupach,  
poszukaj w sklepie **produktów ekologicznych**.  
Pamiętaj, że są one specjalnie oznakowane.  
Na ich etykiecie znajdziesz:

