



ZER DA EKOLAPIKO?

Elikadura ekologiko eta osasuntsua eskoletako jangeletan txertatzeko proiektua da.

Baina ez hori bakarrik, proiektuaren esentzia sentsibilizazioa lantzean datza. Lehenik eta behin gure helburua, elikadurak gure gizartearen eta gorputzearen suposatzen duenez jabetzea da; Elikagaiak lurrian eta animalietan ekoizten direnetik, gure platerera iristen diren arte.



Horregatik, 3 ardatz edo helburu lantzen ditugu Ekolapikon:



- Gure txikiak osasunean hazi eta elikadura osasuntsu batek gure gorputzarentzat dituen onurez jabetzea da.
- Gure nekazariekin lan egitea du helburu, merkaturatze bide berriak irekiz eta nekazarien sarea sortuz.
- Etorkizunaren ere elikagai biziez elikatzeke, lurra eta animaliak zaindu behar ditugu. Elikagai ekologikoak dira kalitatearen eta jasangarritasunaren eredu garbiena.

Galdera asko daude egiteko: zer dira elikagai ekologikoak? Zer eta noiz ekoizten dira elikagaiak baserrian? Zer garrantzi du baserriak gure kulturaren? Zer da kalitatezko elikagai bat? Zer da osasuntsua nire seme alabentzat? Eta abar, eta abar.

Honengatik guztiagatik, beste hauek ere eskaintzen ditugu:

- **INFO EKOLAPIKO BULETINA**
- **HITZALDIAK**
- **TAILERRAK**, adib.: nola osatu etxean afariak? Postre osasuntxuak nola sukaldatu?
- **BASERRIETARA BISITAK**
- **GURASO TALDEA**: gurasoen ahotsa entzun nahi dugu!

Gipuzkoan dugun elikadura ekologiko banatzaile den Manttangorriekin egiten dugu lan. Koordinazioa eta planifikazioa lantzen ari gara, bai, nekazariekin, baita banatzailearekin ere.

Bestalde, elikadura hezitzaile bat dugu gurekin lanean. Bera, Sabrina Pato da eta menuak orekatu eta ondo elikatzeke gomendioak luzatzen dizkigu. Ikasturtea hasi da eta Ekolapiko Gipuzkoako txoko askotan ari da ezaguna egiten. Izan ere, gero eta eskaera handiagoa dugu guraso elkarte eta ikastetxeen aldetik. Proiektua martxa hartzen doan heinean, berau sustatzen dugunon artean gero eta aktibitate eta dinamika handiagoa dugu eskuartearen.

Dakizuenek, Biolur Elkarteak, Kutxa Fundazioak, Cristina Enea Fundazioak, Manttangorri eta Landa Garapen Elkarteak (besteak beste, Behemendi, Deba Garai, eta abar.) dira, zenbait Udaletxeen laguntzaz (Donostiako udala kasu) lapikoa sutan edukitzeaz arduratzen garenak.

ESKOLA BERRIAK GUREKIN! Beasaingo Ikastola Ekolapikon.

Ikasturte honetan Beasaingo Ikastola Ekolapikorekin martxan jarri da. Betidanik sukalde propioa izan duen ikastetxe honetan, sukaldeak, hezkuntza eta gure osasunean duen garrantzia jabetzen dira. Kalitatezko jantokiak balio erantsia ematen dio Ikastolari. Apirila ez gerotik, Manttangorri banatzailea eta Beasaingo Ikastola elkarlanean dihardute. Eta aurtengo ikasturtean, Ekolapikorekin batera, elikadura eta nekazaritza gaiak ikasleekin eta gurasoekin lantzea dugu helburu. Gauzak honela, urriaren 14ean, Ekolapikoren aurkezpena egin genuen ikastetxean. Guraso multzo batez gain, Goierriko zenbait komunikabide etorri ziren aurkezpenera. Gainera, Goierriko III. Nekazaritza eta bizitza Ekologikoaren Hamabostaldian parte hartu genuen Irriargi Elkartearen eskutik.

Oarso aldean ere, Uztargi Haur Eskola Ekolapikora hurbildu da. Proiektua eta eskolako jantokiaren diagnostikoa aurkeztu ondoren, esperientzia pilotua egin dute 2 astez. Gurasoei ere proiektuaren aurkezpena egin genien eta harrera ona izan zuen.

Udazkenean zer gertatzen da baratzen?

Udazkenean ere uzta ugari dago oraindik jasotzeko. Udaran ondu diren kalabazak eta babarrunak jasotzeko garaia da. Lekak aletu eta negurako erreserbak gordetzea tokatzen zaigu orain. Aurtengo fruitu arbolak sagarrez bete dituzte gure saskiak, eta lehenengo brokuliak, azak, arbiak eta azaloreek beren uzta eman digute. Udaran piperrak, tomateak eta lekak izan dituen lurra garbitu eta zaindu beharra dugu orain ongari berdeak erabiliz. Baratza lugorri uztea ez da komeni eta, lurra babesteko, zereal eta lekari bat ereinda (adibidez, oloa eta txirta) lurra nitrogenoz ongarritzen dugu eta belar txarrak kontrolatzen ditugu. Gero, tokatzen denean, belar hori moztu egiten da, eta lurrari buelta emanda, ongari moduan baliatzen da. Honi ongari berdea deitzen diogu. Udazkenean, udaberrian jasoko ditugun fruituak ondo hazteko lurra prestatu eta sasoiko barazkiak ereiten ditugu; adibidez, baba beltzak, ilarrak, eta baratxuriak.



Zein barazki eta fruta daude hemen udazkenean?

hilabetea

barazkiak eta fruitak

* Nafarroan ekoizten dira.

URRIA

Apio, arbia, aza, azenarioa, babarruna, berenjena, borraja, brokolia, erremolatxa, eskarola, kalabaza, kalabazina, leka, letxuga, patata, pepinoa, piperra, porrua, tipula, tomatea, zerba. Gaztainak, Intxaurrak, mahatsa, mizpira, muxika*, nektarina*, sagarra, udarea.

AZAROA

Azenarioa, apio, arbia, aza, azalorea, borraja, brokolia, Bruselazko azak, erremolatxa, eskarola, espinaka, gari-zainzuria*, letxuga, mihilua, porrua, txikoria, zerba. Kivia, mahatsa, mizpira, sagarra, udarea.

ABENDUA

Azenarioa, apio, arbia, aza, azalorea, borraja, brokolia, Bruselazko azak, erremolatxa, eskarola, espinaka, gari-zainzuria*, letxuga, mihilua, porrua, txikoria, zerba. Kivia, mizpira, sagarra, udarea.

Oier Almandoz: Manttangorriko kide.

- Zer da Manttangorri? Noiz sortu zen? Nola?

Manttangorri elikadura ekologikoa merkaturatzen duen elkarte bat da. Lau baserrik sortu zuten 2005 urtean. Biolurreko zenbait bazkideen artean merkaturatze plataforma bat sortzeko beharra ikusten zen eta mugimendu horretatik Gipuzkoako lau baserrik aurrera pausua eman eta abentura honetan murgildu ziren.

Ordudanik, gure bazkide diren baserrien produktuak merkaturatzen ditugu, baita gurekin lan egiten duten beste hainbat baserriarrenak eta beste hamaika produktu ere. Soilik, ekologikoa zigilua duten produktuak saltzen ditugu.

- Ekolapiko proiektua nola ikusten duzu? Zeintzuk dira bere ahul guneak eta indar guneak?

Manttangorriren izenean zera esan nahiko nuke lehenik, benetan arto gaudela Ekolapiko proiektuaren parte izateaz. Hasieratik gaude beste agenteekin batera proiektu honetan elkarlanean. Lan honen ordainsari ederra, Gipuzkoako haurrak ekologikoa jaten ikustea da. Etorkizunean elikadura ekologikoa jangela kolektiboetan zabalduago egongo denaren zalantzarik ez daukagu, eta nolabait, erronka honetan Ekolapiko ari da bidea zabaltzen. Ekolapikok dagoeneko, Gipuzkoan edonon kokatuta dagoelarik, jangelak ekologikoa zerbitzatzeko gaitasuna daukala azpimarratuko nuke indar gune bezala. Jangelak produktu ekologikoekin soilik zerbitzatzetik haratago, sensibilizazio-komunikazio azpiegitura bat martxan dagoela ere aipatzekoa da. Honen adibide ezin hobea da buletin hau, sukaldariekin egiten den lana, baserrietara irteerak, etab. Badira beste hainbat gauza hobetzen jarraitu behar ditugunak, hala nola, baserriarren sare egonkorrago bat lortzea edo proiektuak auto finantzazio handiago bat izatea.

- Zein da Ekolapikoren bilakaera Manttangorriren ikuspuntutik?

Ekolapiko batez ere, Biolur, Donostiako Udalak eta Cristina Enea fundazioak bultzatutako proiektu bat izan zen hasiera batean. Ondoren, entitate gehiago gehitu dira proiektua, Kutxa Fundazioa kasu. Geroz eta zentro kontzertatu eta pribatu gehiago hurbiltzen ari dira eta gure aburuz ildo honetatik joan beharko luke proiektuak.

- Zein da arrakasta handien duen proiektua? Eta gutxien eskatzen duena?

Badira produktu dezente, produktu konbentzionalekin alderatuta, zapore handiagoa dutenak, Aldabazahar baserrian egiten diren iogurren kasu, kalabazina, azenarioak...Badauzkagu beste produktu batzuk txikitxoentzat ez direnak hain egokiak, baina orokorrean denetarik kontsumitzen da.

- Nola egiten duzue banaketa?

Euskal Herri guztian zehar banaketa sare ezberdinak ditugu. Lau lankide ditugu biltegiko lanak eta banaketak egiten. Gure lan zailena ez da banaketa fisikoa bera, baizik eta erosketa eta salmenten arteko koordinazioa.



Errezeta | Fruta labean erreta

- 2 sagar
- 2 platan
- limoi 1
- kanela
- 2 madari
- 6 mertxika sikatuak
- arroz melaza 2 goilaratxo
- laberako papera

Fruta zuritu eta antzeko tamainako puskatan ebaki. Limoi zukuaz busti, herdoildu ez daitezten. Mertxikak osorik edo erdibituta frutarekin nahastu. Kanela hauts pixka bat gehitu eta nahastu. Melaza gehitu eta ongi nahastu. Paperarekin zorrotxoak egin eta bertan fruta sartu. Paper zorrotxoei olio pixka bat igurtzi. Labean 180°C 20-30 minutuz. Hotzak edo beroak jan daitezke.

SABRINA PATO QUINTANA-REN ERREZETA: SUKALDARI PROFESIONALA ETA EKOLAPIKOKO ELIKADURA HEZITZAILEA.

