

### 3. ERRONKA BERTAKO ELIKAGAIK MAHAIAN



#### NOLA LAGUNTZEN DU BERTAKO ELIKAGAIK KONTSUMITZEAK ELIKAGAIK ALFERRIK EZ BOTATZEN?

##### Tokiko elikagaiak kontsumitzeak onura ugari ditu:

- ▶ egin behar duten distantzia laburtzen denez, erregaien kutsadura eta kontsumoa txikiagoak dira;
- ▶ halaber, biltegitzeko erabiltzen den energia ere murriztu egiten da;
- ▶ tokiko ekoizleak babesten dira eta tokiko ekonomikoari laguntzen zaio;
- ▶ tokiko barietateak eta arraza autoktonoak eta gure laboreei lotutako baso biodibertsitatea eta kudeaketa babesten dira;
- ▶ gainera, freskoagoak dira eta nutrienteetan aberatsagoak, jasotzen direnetik kontsumitzen diren arteko denbora murrizten delako, eta, beraz, une ezin hobean kontsumitzen direlako.

Baina, gainera, gure elikagaiekin harremana izateko modua **gure nortasunaren parte** da. Euskal gastronomia ospetsua ez da ulertzen gure lurra-ekin, Euskadin lehen sektorean diharduten pertsonekin duen lotura gabe: **baserritarrak, arrantzaleak, neskatilak, saregileak...**

Baina, euskal herritarrentzat janaria hain garrantzitsua bada, Euskadiko etxeetako elikagaien heren batek zergatik bukatzen du zakarrontzian. Ez dugu soilik janaria alferrik botatzen, baizik eta baita ere hori sortzeko, prozesatzeko, garraiatzeko eta merkaturatzeko erabiltzen diren baliabide guztiak. Nazio Batuen Elikadura eta Nekazaritza Erakundeak dioenez (FAO): *“Janaria errespetatzeak elikagaien atzean dagoen historia preziatzea esan nahi du”*.

**Hirugarren erronka** honetan **ZURE MAHAIRA BERTAKO ELIKAGAIK GEHITZEN ETA EGI AZKI DUTEN BALIOA** ematen laguntzen dizugu. Izan ere, Euskadin zer elikagai eta urteko zein sasotan ekoizten diren jakitea, elikagai horiek nola ekoizten diren eta gure eskura jartzeko soro eta it-sasoetan lan egiten duten pertsonak nor diren jakitea horien lana eta horrekin sortzen dutena aitortzeko modu bat da, elikagaiei garrantzia emateko eta **ALFERRIK HAINBESTE EZ BOTATZEKO** modu bat.

Gainera, hurbileko elikagaiak kontsumitzeak hornitzeko epe laburragoak izatea ahalbidetzen du, produktua agortzen doanean. Horri esker, ez da hain beharrezkoak biltegian kantitate handiak edukitzea, eta, orduan, murriztu egiten da azkenean elikagaiak hondatzeko aukera.



## NOLA EGIN?

Erraza da bertako elikagaiak ezagutu eta erabiltzea. Ziur zure etxe ondoan dena edo azoka bat dagoela, edo jai bereziren bat ospatzen dela, bertako produktua saltzen duena. Eta, bestela, beti dago erosteko teknologia berriak erabiltzeko aukera, baita ere bertako produktuetarako, etxeko erosotasunetik.

### *Feria/azokaren agenda*



Gure feria eta azokak "saltoki" hutsa baino askoz gehiago dira. Urte osoan zehar ditugu eskura gure **baserritar eta ekoizleen** produktuak. Eta haiek aholkatu gaitzakete ondoen erosten, elikagaia erabiltzen, jatorriari eta produkzio sistemari buruz **informatzen**, eta modurik egokienean nola **prestatu, kontserbatu edo aprobetxatu** esaten. Gainera, azoka horietako batera hurbildu eta euren lana ezagutzea da ematen diegun errekonozimendu eta babesa erakusteko modurik onenetakoa.

**Euskadin egiten diren feria eta azokaren eta landa eta itas inguruneari lotutako beste jardueren batzuen gainera informazio eguneratua edukitzeko, kontsultatu Nirea agenda:** <http://www.nirea.eus/eu/azokak-euskadi-agenda-nirea-eu>

## SALMENTA ZUZENENKO EKIMENAK

Aurreko atalean ikusi dituzun merkatu eta azoketan erosteko aukeraz gain, elikagaien salmenta zuzeneko beste moduak badaude. Egungo teknologiak telefono edo Interneten bidez erostea ahalbidetzen du, gero banaketa-puntu batean edo etxean bertan jasotzeko.

Honako esteka honetan Euskadiko elikagaiak etxetik erosteko aukera ematen duten ekoizle, empresa eta taldeen ekimen ezberdinak aurkituko dituzu.

<http://www.nirea.eus/eu/dastatu-gure-produktuak/online-denden-erakusleihoa>

## KALITATE ZIGILUAK, ZIURTAGIRIAK ETA JATORRI IZENDAPENAK



### Euskadiko Elikagai Ekologikoak

<https://www.ekolurra.eus/>

Nekazaritza ekologiko, biologiko edo organikoa elikagaiak ekoizteko eredu bat da. Lurraren emankortasuna eta ekosistemen, etxe-abereen zein gizakien osasuna mantendu eta indartzea du xede.

Euskadiko Elikagai Ekologikoak ziurtatzen dituen erakundea **EKOLURRA** da (Euskadiko Nekazaritza eta Elidakura Ekologikoaren Kontseilua)



### Eusko Label

<https://euskolabel.hazi.eus/>

Bermearen marka bat da, Euskadin ekoitzi, eraldatu eta/edo lantzen diren eta goi mailako kalitate edo berezitasuna duten nekazaritzako elikagaiak identifikatu eta bereizteko.



### Euskal Baserri

<https://www.euskalbaserri.com/>

Euskal Baserri jatorria bermatzen duen marka bat da, Euskadiko fruta, barazki, lekale eta ortuariak identifikatzeko.



### Euskal Okela

<https://euskolabel.hazi.eus/es/eusko-label/productos-eusko-label/carne-de-vacuno-del-pais-vasco>

Euskal Okela bereizgarria duen okela Euskadiko baserrietan jaio eta arreta handiz hazitako animalien okela da. Animaliak bizitza fase guztietan kontrolatuta egon dira eta beraien kalitateagatik aukeratu dira baimendutako hiltzetan.



### Gernikako piperra

<https://euskolabel.hazi.eus/es/otros-distintivos/pimiento-de-gernika>

Eusko Labela duen Gernikako piperra aldaera autoktonoko piper bat da, EAEn ekoitzia, bere ezaugarriak izanik luzera laburra, pedunkulu estu eta luzea eta tarteko kolore berdea. Bi dozenako enbaseetan merkaturatzen da, kontrolerako etiketa zenbakidun batekin identifikatuta, Eusko Labela sinboloarekin.



### Euskadiko Kantauriko Hegaluzea

<http://euskolabel.hazi.eus/es/etiquetado-y-trazabilidad/79-general/5265-bonito-del-cantabrico-del-pais-vasco>

Euskadiko Kantauriko Hegaluzearen berme markak sei enpresatan du jatorria –Ondarroa, Berriatua, Markina, Mutriku eta Zumaián dute egoitza–, eta egiaztatzen du hegaluzea gure uretakoa dela, elaborazio guztia metodo tradizionalekin egin dela tokiko kontserba enpresetan, eta kalitate goreneko ezaugarriak dituela.



### Euskadiko Kantauriko Antxoa

<https://euskolabel.hazi.eus/es/otros-distintivos/anchoa-del-cantabrico-del-pais-vasco>

Gure arrantzaleek arantzatu eta metodo tradizionalekin landutako antxoen kontserbak bereizten ditu.



### Idiazabal

<https://www.quesoidiazabal.eus/>

Idiazabal Jatorri Deitura 1987an sortu zen, merkaturatu defen-datzeke, eta soilik Idiazabal gaztaren benetako gaztagileentzat da, kontsumitzaileei jatorria (Euskal Autonomia Erkidegoa eta Nafarroa) eta kalitatea bermatzeko.



### Arabako Txakolina

<http://euskolabel.hazi.eus/eu/otros-distintivos-2/txakoli-de-alava>

Arabako Txakolina Jatorri Deitura 2001ean ezarri zen, eta Aiaraldean ekoizten den txakolina bereizten du.



### Bizkaiko Txakolina

<http://www.bizkaikotxakolina.org/>

Bizkaiko Txakolina Jatorri Deitura 1994an sortu zen, antzinako ardo hori ezagutarazi, balioetsi eta babesteko; aldaera autoktonoen mahastizaintzaren eta gure baserrieta-ko egikera onaren emaitza da.



### Getariako Txakolina

<https://www.getariakotxakolina.eus/>

Getariako Txakolina 1989an aitortu zen Jatorri Deitura horrekin. Egiatzen du mahatsak autoktonoak direla, eta lanketa eta kalitate kontrol zorrotza egin dela.



### Arabako Errioxako Ardoa

<https://www.riojaalavesa.com>

Arabako Errioxa, Errioxa Jatorrizko Izendapenaren barruan dagoen azpi-izendapen bat da, bertako mahasti, mahastizain eta ardogileen lan egiteko eragatik nortasun eta izaera propioa duena.



### Cava

<http://www.docava.es/>

Gaur egun Cava Jatorri Izendapena duten ardo apardunak aurkitu daitezke, Arabako Errioxako upategiek egindakoak..



### Euskal Sagardoa

<https://euskalsagardoa.eus/>

Euskal Sagardoa Jatorri Izendapena duten sagardoak sagar autoktonoekin baino ez daude eginda. HAZI Fundazioak ziurtatzen du prozesu osoa, sagastietatik botilaratzeraino.

## ZURE ESPERIENTZIAK GEHITU

[www.zerodespilarfarro.eus](http://www.zerodespilarfarro.eus) webgunean tresnak, tailerrak etabar argitaratuko ditugu hilez hil, baita elikagaien xahuketari aurka egiteko helarazten diguzuen beste edozein ekimen ere.

Nirearen webgunean [www.nirea.eus](http://www.nirea.eus) fokua elikagaien eta gure sektore primarioaren balioan jarriko dugu: baserriarrei, sasoiko elikagaiei, tokiko azokei, landa-ingurune-ko esperientziei eta abarrei buruzko informazioa argitaratuko dugu. Har ezazu parte!

## #Odespilarfarroutea

Jarrai ezazu erronka gertutik **#Odespilarfarroutea** traolarekin eta zuk hautatutako beste espezifikoren batekin; eta erabil itzazu zuk ere sare sozialetan zure ekimenak ikustarazteko.

