

Osnovna šola Marije Vere
Kamnik

RASTLINSKO MESO

Raziskovalno področje: Ekologija

Avtorica:

Maja Juteršek 9.b

Mentor:

mag. Polona Mežnar

Kamnik, marec 2024

Vsebina

| | |
|--|----|
| POVZETEK..... | 4 |
| ZAHVALA..... | 5 |
| UVOD..... | 6 |
| OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA..... | 6 |
| OPREDELITEV HIPOTEZ | 7 |
| METODE RAZISKOVALNEGA DELA | 7 |
| METODA DELA Z LITERATURO..... | 7 |
| METODA ANKETRIANJA..... | 7 |
| METODA INTERVJUJA..... | 7 |
| METODA OBDELAVE PODATKOV | 8 |
| TEORETIČNI DEL..... | 8 |
| Kaj je rastlinsko meso..... | 8 |
| Iz česa je sestavljeno rastlinsko meso | 8 |
| Je brezmesno meso samo za vegetarijance/vegane..... | 8 |
| Ali je rastlinsko meso zdravo..... | 8 |
| Na kaj morajo biti vegani in vegetarijanci pozorni..... | 8 |
| Posledice ob prevelikem zaužitju natrija..... | 8 |
| Katero alternativo mesu izbrati in kako iskati 'zdrave' nadomestke | 9 |
| Je brezmesno meso boljše za okolje | 9 |
| Kakšen vpliv ima živinoreja na okolje..... | 9 |
| Kakšen je torej zaključek | 9 |
| EKSPERIMENTALNI DEL | 10 |
| Anketa | 10 |
| REZULTATI ANKETE | 11 |
| INTERVJU | 16 |
| Podjetje The AMAZE | 17 |
| Podjetje Juicy Marbles..... | 19 |
| RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK..... | 21 |
| VIRI..... | 22 |

Kazalo slik:

| | |
|--------------------------------|---|
| Slika 1: Rastlinsko meso | 4 |
| Slika 2: Živalsko meso..... | 4 |

Kazalo grafov:

| | |
|---|----|
| Graf 1: Predstavitev anketirancev po spolu | 11 |
| Graf 2: Uživanje živalskega mesa | 12 |
| Graf 3: Uživanje rastlinskega mesa | 12 |
| Graf 4: Rastlinsko meso bi/ne bi poskusili na novo | 13 |
| Graf 5: Mnenje o negativnem vplivanju živinoreje na okolje..... | 13 |
| Graf 6: Mnenje o vplivu rastlinskega mesa na okolje | 14 |
| Graf 7: Vpliv mesa na zdravje..... | 14 |
| Graf 8: Glavna sestavina rastlinskega mesa..... | 15 |
| Graf 9: Uživanje mesa v domačem gospodinjstvu | 15 |

POVZETEK

V raziskovalni nalogi opisujem:

- a) Kako živinoreja slabo vpliva na okolje -> Uvod
- b) Kako sem raziskovala -> Metode dela
- c) Kakšna vprašanja sem si na začetku zastavila -> Opredelitev hipoteze
- d) Pojasnitev, kaj je rastlinsko meso, kako vpliva živinoreja in rastlinsko meso na okolje, slabosti rastlinskega in živalskega mesa -> Teoretični del
- e) Rezultate ankete, ki so jo izpolnili znanci -> Osrednji del
- f) Vprašanja, ki sem jih zastavila predstavnikom podjetij The AMAZE in JUICY MARBLES -> Intervju
- g) Odgovori na moja vprašanja, ki sem si jih zastavila pri opredelitvi hipoteze -> Razprava in zaključek

V raziskovalni nalogi sem ugotavljala, kako živinoreja slabo vpliva na okolje, kako oziroma po katerih metodah sem raziskovala, postavila sem raziskovalna vprašanja ter opredelila hipoteze. V teoretičnem delu pojasnujem, kaj je rastlinsko meso in kako vplivata živinoreja in rastlinsko meso na okolje, ugotavljala sem tudi slabosti rastlinskega in živalskega mesa. Osrednji del moje raziskave predstavlja anketa in interpretacija rezultatov ankete. Anketo so izpolnili moji znanci. V poglavju intervju so vprašanja, ki sem jih zastavila predstavnikom dveh podjetij, ki izdelujeta rastlinsko meso in sicer The AMAZE in JUICY MARBLES. Na koncu podajam odgovore na moja vprašanja, ki sem si jih zastavila na začetku moje raziskave.



Slika 1: Rastlinsko meso



Slika 2: Živalsko meso

ZAHVALA

Zahvaljujem se vsem, ki so mi pri raziskovalni nalogi pomagali. Zahvaljujem se učiteljici Poloni Mežnar, ki me je skozi postopek vodila. Zahvaljujem se predstavnikom podjetji The AMAZE in JUICY MARBLES, ki so odgovorili na vsa moja zastavljena vprašanja. Za podporo pri delu se zahvaljujem tudi družini.

UVOD

OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA

Sem devetošolka in opažam, da je na trgu zadnja leta vedno več ponudnikov rastlinskega mesa in da je tudi vedno več potrošnikov, ki rastlinsko meso kupujejo. Kot vemo, je bilo že veliko raziskav o tem, da živinoreja na splošno slabo vpliva na zemljo in ugotovitev različnih vplivov kot so:

- proizvodnja toplogrednih plinov,
- onesnaženje in poraba vode,
- poseganje na zemeljske površine,
- proizvodnja ogromne količine odpadkov,
- izrabljanje in onesnaževanje oceanov,
- uničevanje tropskega deževnega gozda,
- ubijanje divjih/rejenih živali.

Zato sem se odločila izdelati raziskovalno nalogo o rastlinskem mesu, saj sem hotela ugotoviti razlike med vplivi na okolje med proizvodnjo živalskega mesa in proizvodnjo rastlinskega mesa.

Zanimalo me je, kako je z uživanjem rastlinskega mesa med mojimi znanci. Tako sem želela ugotoviti:

- ali jedo samo živalsko meso, samo rastlinsko meso ali jemo obe vrsti mesa,
- katero vrsto mesa bi na novo poskusili,
- kaj menijo o tem, da imata živinoreja in rastlinsko meso negativen vpliv na okolje,
- katero meso menijo, da je za naše zdravje najboljše in zakaj,
- kako dobro poznajo sestavo rastlinskega mesa
- in katerega živalskega mesa pojedjo v njihovem gospodinjstvu največ.

Izvedla sem anketo in intervju. Glede na izvedene oblike mojega dela, sem dobila zanimive odgovore.

OPREDELITEV HIPOTEZ

Na začetku moje raziskave sem si zastavila raziskovalna vprašanja in postavila nekaj hipotez:

1. Ali je rastlinsko meso boljše za naše okolje ?
2. Večina rastlinskega mesa je pridelanega iz soje.
3. Rastlinsko meso je primerno samo za vegane in vegetarijance.
4. Ali je rastlinsko meso dobro za naše zdravje ?
5. Ali lahko zbolimo, če jemo rastlinsko meso?

METODE RAZISKOVALNEGA DELA

Pri raziskovalnem delu sem uporabila več različnih metod dela in sicer:

- metoda dela z viri,
- metodo anketiranja,
- metodo intervjuja,
- metodo obdelave podatkov.

METODA DELA Z LITERATURO

Delo sem začela z iskanjem literature v šolski in kasneje v mestni knjižnici, vendar pri tem nisem bila preveč uspešna, zato sem ves čas uporabljala vire, ki sem jih našla na spletu.

METODA ANKETIRANJA

Najbolj zanimivo mi je bilo anketiranje. Nad rezultati ankete, ki sem jo izvedla med znanci, sem bila pričakovano navdušena. V anketi je bilo 30 udeležencev od tega 24 žensk in 6 moških. Anketni vprašalnik je vseboval 8 vprašanj.

METODA INTERVJUJA

Opravila sem intervju s predstavniki dveh podjetji: The AMAZE in Juicy marbles, ki se ukvarjata z proizvodom rastlinskega mesa.

METODA OBDELAVE PODATKOV

Vse anketne vprašalnike sem pregledala in odgovore kasneje analizirala ter izdelala tabele in grafe. Pri tem sem uporabila Google form, kjer sem anketo tudi ustvarila in Microsoft Word. Za boljšo preglednost grafov sem uporabila tortne diagrame.

TEORETIČNI DEL

Kaj je rastlinsko meso ?

Rastlinsko meso je rastlinski nadomestek živalskega mesa. Ne vsebuje dodatkov živalskega izvora.

Iz česa je sestavljeno rastlinsko meso?

Večinoma je rastlinsko meso sestavljeno iz soje in graha. Proizvajalci lahko uporabljajo tudi fižol, gobe, rdečo peso, riž in pšenični gluten.

Je brezmesno meso samo za vegetarijance/vegane?

Rastlinsko meso je primerno za vse. Še posebno za vegetarijance in vegane, saj ne vsebuje surovin živalskega izvora.

Ali je rastlinsko meso zdravo?

Brezmesno meso je na splošno bolj zdrava izbira kot denimo goveje meso, ker običajno vsebuje manj nasičenih maščob in je brez holesterola, poleg tega pa je dober vir vitaminov, mineralov, beljakovin in vlaknin.

Na kaj morajo biti vegani in vegetarijanci pozorni?

Vegani in vegetarijanci morajo biti ob uživanju rastlinskega mesa pozorni na to, da redno uživajo druga živila, ki vsebujejo beljakovine, kalcij, železo, cink, vitamina D in B12, omega 3 maščobne kisline in ne vsebuje preveč soli.

Posledice ob prevelikem zaužitju natrija.

Zaradi prevelikega vnosa natrija se lahko v telesu začne zadrževati voda. Posledica tega je, da morajo ledvice, ki so odgovorne za izločanje odpadnih snovi, vzdrževati posebno ravnovesje elektrolitov in vode. Če se v telesu zadržuje preveč vode, lahko

to vodi v nekatera bolezenska stanja, tudi v povišanje krvnega tlaka, s tem pa se povečuje tudi tveganje za nastanek različnih srčno žilnih bolezni

Katero alternativo mesu izbrati in kako iskati 'zdrave' nadomestke?

Če želite oceniti rastlinski nadomestek živalskega mesa, pred nakupom nujno preverite seznam sestavin in hranilno vrednost. Preverjajte vsebnost polnovrednih snovi, kot so fižol, vlaknine in grah, predvsem pa bodite pozorni na vsebnost nasičenih maščob in dodanega natrija.

Je brezmesno meso boljše za okolje?

Študije kažejo, da rastlinske beljakovine proizvajajo bistveno manj toplogrednih plinov v primerjavi z živalskim mesom. Narašča število potrošnikov, ki uživajo rastlinsko meso prav iz tega okolju bolj prijaznega razloga.

Kakšen vpliv ima živinoreja na okolje?

- proizvodnja toplogrednih plinov,
- onesnaženje in poraba vode,
- poseganje na zemeljske površine,
- proizvodnja ogromne količine odpadkov,
- izrabljanje in onesnaževanje oceanov,
- uničevanje tropskega deževnega gozda,
- ubijanje divjih/rejenih živali.

Kakšen je torej zaključek?

Ne, alternative živalskega mesa niso vedno zdrav nadomestek živalskega mesa. Potrošniki moramo biti zaradi svojega zdravja pozorni na vsebnost snovi in sestavo rastlinskih izdelkov in moramo nujno natančno preverjati sestavo tovrstnih živil, ki jo proizvajalec običajno zapiše na etiketi izdelka.

EKSPERIMENTALNI DEL

Izvedla sem anketo med znanci in intervju s predstavniki dveh podjetij, ki proizvajata rastlinsko meso.

Anketa

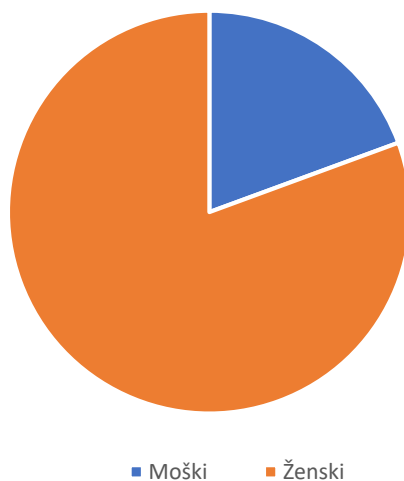
V anketi je sodelovalo 30 udeležencev, od tega 24 žensk in 6 moških različne starosti.

Anketni vprašalnik je vseboval 8 vprašanj.

1. Ali jeste meso živalskega izvora ?
2. Ali jeste meso rastlinskega izvora ?
3. Bi rastlinsko meso kdaj poskusili ?
4. Ali menite, da ima živinoreja negativen vpliv na okolje ?
5. Ali menite, da ima proizvodnja rastlinskega mesa negativen vpliv na okolje ?
6. Katero meso menite, da je za nas in naše zdravje najboljše ?
7. Iz česa mislite, da je največ rastlinskega mesa ?
8. Katerega živalskega mesa v vašem gospodinjstvu pojedete največ ?

REZULTATI ANKETE

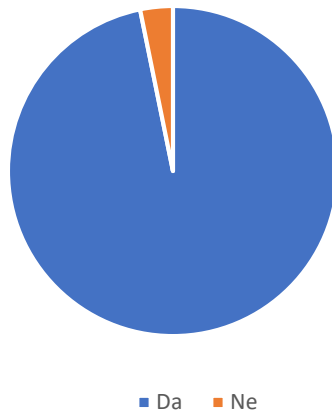
PREDSTAVITEV ANKETIRANCEV PO SPOLU



Graf 1: Predstavitev anketirancev po spolu

V anketi je sodelovalo 30 oseb. Iz grafa je razvidno, da je v anketi sodelovalo več žensk.

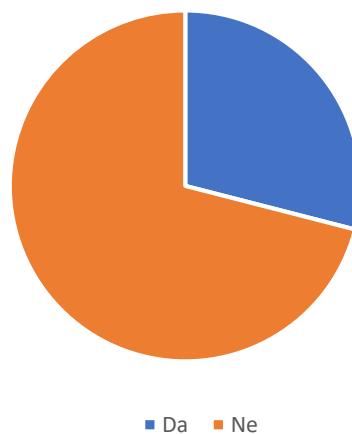
ALI JESTE MESO ŽIVALSKEGA IZVORA ?



Graf 2: Uživanje živalskega mesa

96,8% (30) vprašanih je pritrdilo, da meso živalskega izvora jedo, medtem ko je 3,2%(1) vprašanih izjavilo, da živalskega mesa ne je.

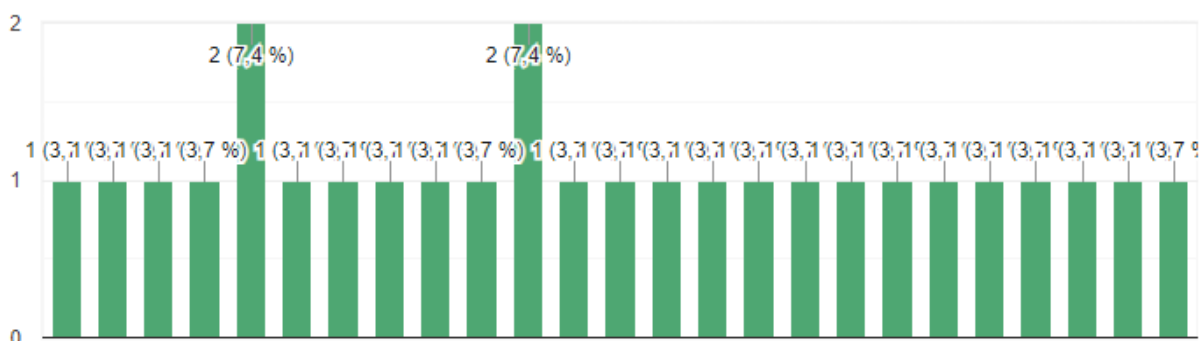
ALI JESTE MESO RASTLINSKEGA IZVORA ?



Graf 3: Uživanje rastlinskega mesa

Iz grafa lahko razberemo, da meso živalskega izvora ne je 71% (22) vprašanih in 29% (9) vprašanih pa rastlinsko meso je.

BI RASTLINSKO MESO KDAJ POSKUSILI ?

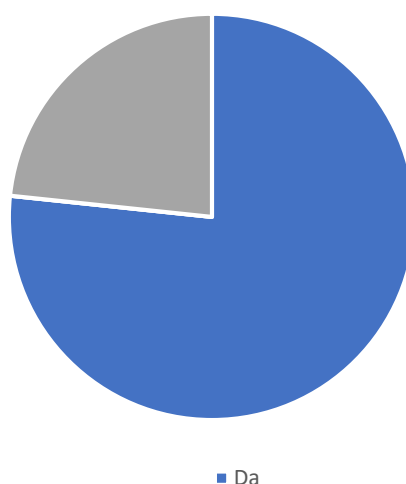


Graf 4: Rastlinsko meso bi/ne bi poskusili na novo

(op. Ker vsi odgovora niso napisali enako ali pa je kdo od vprašanih še sam kaj dodal je razporeditev različna)

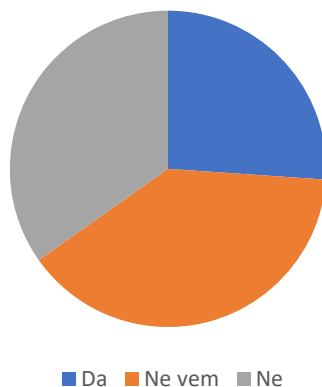
59,2% (16) vprašanih je odgovorilo, da bi rastlinsko meso poskusili in 40,7% (11) vprašanih je izjavilo, da ne bi poskusili rastlinskega mesa.
 96,3% (30) vprašanih je odgovorilo, da bi poskusili živalsko meso in samo 11,1% (3) vprašanih ne bi poskusili živalskega mesa.

ALI MENITE, DA IMA ŽIVINOREJA NEGATIVEN VPLIV NA OKOLJE ?



Graf 5: Mnenje o negativnem vplivanju živinoreje na okolje

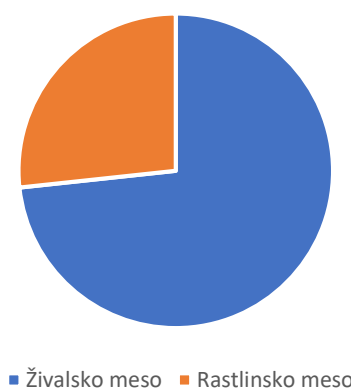
ALI MENITE, DA IMA PROIZVODNJA RASTLINSKEGA MESA NEGATIVEN VPLIV NA OKOLJE ?



Graf 6: Mnenje o vplivu rastlinskega mesa na okolje

39% (12) vprašanih ne ve, ali ima proizvodnja rastlinskega mesa negativen vpliv na okolje, 35% (10) vprašanih meni, da proizvodnja rastlinskega mesa nima negativnega vpliva na okolje in 26% (8) vprašanih meni, da ima proizvodnja rastlinskega mesa negativen vpliv na okolje.

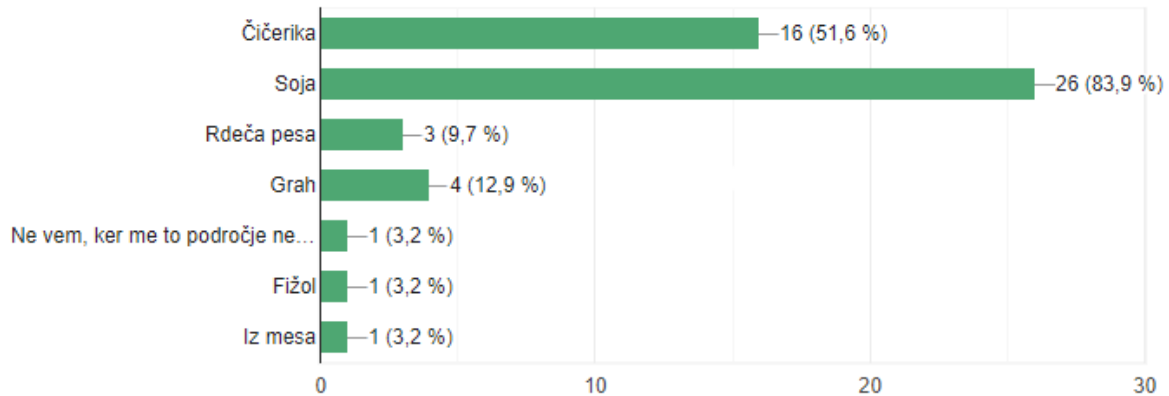
KATERO MESO MENITE, DA JE ZA NAS IN NAŠE ZDRAVJE NAJBOLJŠE ?



Graf 7: Vpliv mesa na zdravje

73,3% (22) vprašanih meni, da je za naše zdravje najboljše živalsko meso, ostalih 26,7% (8) vprašanih pa meni, da je za nas in naše zdravje najboljše rastlinsko meso.

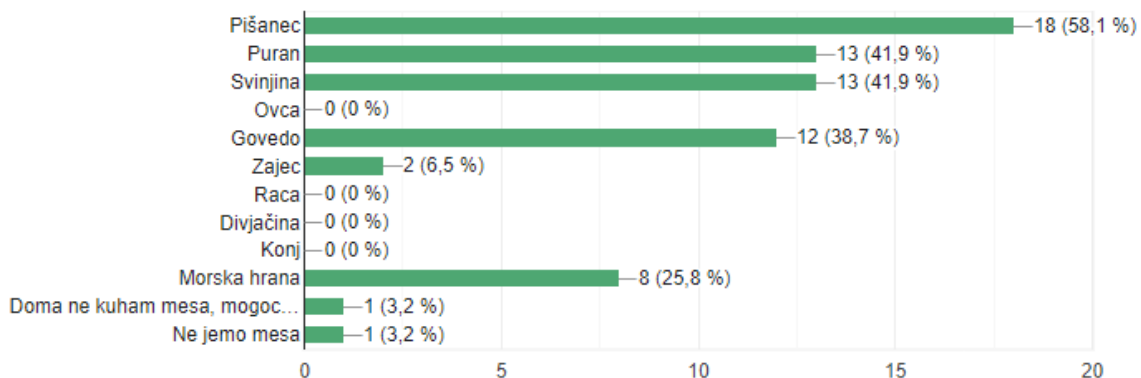
IZ ČESA MISLITE, DA JE NAJVEČ RASTLINSKEGA MESA ?



Graf 8: Glavna sestavina rastlinskega mesa

Večina vprašanih je izbrala in tudi misli, da je največ rastlinskega mesa narejenega iz soje (83,9%/26) in čičerike (51,6%/16).

KATEREGA ŽIVALSKEGA MESA V VAŠEM GOSPODINJSTVU POJESTE NAJVEČ ?



Graf 9: Uživanje mesa v domačem gospodinjstvu

58,1% (18) vprašanih je odgovorilo, da v svojem gospodinjstvu poje največ perutnine, zatem purana in nato svinjino in drugih vrst mesa. 3,2 % je odgovorilo, da mesa ne je.

INTERVJU

Na moja vprašanja o rastlinskem mesu so mi odgovorili ustanovitelji in soustanovitelji podjetja The AMAZE in Juicy marbles.

Zastavila sem jim vprašanja:

1. Zakaj sta se odločila za ustanovitev podjetja THE AMAZE ?
2. Od kod vama ideja za ime ?
3. Katere sestavine uporabljate za rastlinsko meso ?
4. Kako pa jih uporabljate? Npr. rdečo peso dobite svežo in jo sami obdelate ali dobite posušeno oziroma v prahu, ki ji kasneje dodate tekočino oziroma druge sestavine.
5. Zanima me če so sestavine slovenske ali jih kupujete iz tujine ?
6. V kakšnih oblikah jih prodajate npr. čevapčič, hrenovke.
7. Kaj vse vsebujejo vaši izdelki (maščobe, olja, beljakovine,...).
8. Koliko izdelkov THE AMAZE v povprečju prodate na letni ravni ?
9. Kje vse pa je mogoče kupiti vaše izdelke ?

Podjetje The AMAZE

1. Zakaj ste se odločili za tako ime podjetja ?

Pri izbiri imena smo upoštevali več stvari. Izhajali smo iz vizije, oziroma ideje, kakšno energijo izžareva naša blagovna znamka. Želeli smo, da je mladostna, razigrana, sodobna in sproščena. Kljub temu, da za njo stojijo do okolja odgovorni izdelki, z imenom nismo želeli žugati kupce z okoljskimi temami. Veganske alternative so lahko tudi zabavne in prepričani smo, da The AMAZE izraža to, kar smo želeli.

2. Katere sestavine vse uporabljate pri izdelovanju rastlinskega mesa?

Pri izdelavi rastlinskih alternativ uporabljamo več sestavin, bi pa izpostavili grahove proteine. So namreč bolj trajnostna in bolj zdravju prijazna izbira napram sojinim proteinom. Soja je problematična z vidika GSO in posledično še ne dovolj raziskanim učinkom na naše zdravje, kot tudi zaradi načina gojenja in predelave, ki ni vedno trajnosten.

Tudi secer uporabljamo naravne sestavine in vedno iščemo sestavine, ki so za okolje in naše zdravje najboljša izbira. Recimo ne uporabljamo umetnih barvil, ampak rdečico govejega mesa ustvarimo s prahom iz rdeče pese.

3. Kolikšno količino rastlinskega mesa prodate letno (približno)?

Vsako leto prodamo več tisoč kilogramov rastlinskega mesa, bolj kot to absolutne številke pa nam je v veselje trend. Vse več ljudi namreč posega po alternativah mesnim izdelkom, zato je prodaja vsako leto večja, kot seveda tudi širina ponudbe v trgovinah. Glede na to, da gre za bolj trajnostno izbiro to pozdravljamo z odprtimi rokami.

4. Od kod vam ideja za rastlinsko meso ?

Verjamemo, da bomo zaradi naravnih omejitev našega planeta prej ali slej vsi morali (vsaj vsake toliko) posegati po rastlinskih alternativah mesu. Močan trend takšnih izdelkov se je začel v ZDA in se hitro razširil po celem svetu. Takšne mesne alternative imajo torej po celem svetu številne privrženke, pa tudi nasprotnike, ki ne marajo okusa po mesu ali pa ga preprosto nikoli ne pogrešajo v svoji prehrani. Bolj pomembno tukaj je, da smo s takšnimi izdelki veganstvo kot realno opcijo približali tistim, ki do sedaj še niso razmišljali o tem.

5. Ali vaše meso vsebuje kaj barvil, dodatkov za ojačevan okus ?

Ojačevalcev okusa ne uporabljamo. Uporabljamo izključno naravne sestavine. Narava nam je dala na voljo vilko izbiro sestavin, sa katerimi se lahko ustvari zelo

veliko. Vedno lahko odkrivamo nove okuse, kombinacije in vsak dan odkrijemo kaj novega.

6. Od koga prejimate sestavine oziroma od koga jih kupujete ?

Sodelujemo z več zanesljivimi, preverjenimi partnerji, ki nam pomagajo do najbolj kakovostnih naravnih sestavin za proizvodnjo naših izdelkov.

7. Je priprava hrane težja kot na primer živalsko meso predelati (razkosati, očistiti). Kako pa vi naredite rastlinsko meso ?

Ideja pri razvoju naših izdelkov je bila, da je priprava res preprosta. Tudi nekatere jedi z živili živalskega izvora je zelo preprosto pripraviti, tako da tukaj nismo želeli tekmovati, smo pa prepričani, da smo ustvarili hitro in preprosto izbiro za tiste, ki želijo izbrati rastlinsko.

7. Kaj vse potrebujemo za pripravo vašega mesa ?

Naši izdelki so v veliko pogledih pri kuhanju podobni mesu. Tako je tudi tu odvisno od recepta, ki ga želite uporabiti. Naše Chicky trakce in Beefy polpete lahko preprosto popečete na pomaščeni ponvi ali na žaru, ali pa jih uporabite v kompleksnih receptih z veliko sestavinami.

8. Ali je rok uporabe krajši ali daljši od navadnega mesa?

Ker številni proizvajalci pri pakiranju mesa uporabljajo konzervanse in preparate za podaljšanje življenjske dobe izdelkov je na to vprašanje zelo težko odgovoriti. Pri naših izdelkih smo poskrbeli, da smo na naraven način zagotovili ustrezen rok trajanja, da lahko izdelki brez težav pridejo iz naše proizvodnje v Ljubljani, do trgovin po Sloveniji in Hrvaški ter nato do končnih kupcev. Oziroma na njihove krožnike 😊

10. Je cena živalskega mesa cenejše od rastlinskega npr. 1kg vašega rastlinskega mesa v primerjavi 1kg živalskega?

Če primerjamo podobne mesne izdelke, ki jih lahko kupimo v trgovskih verigah, je cena primerljiva.

Podjetje Juicy Marbles

1. Zakaj ste se odločili za tako ime podjetja ?

Juicy Marbles je skovanka, za katero smo se odločili ustanovitelji dokaj na začetku. Beseda Marble nam je bila všeč predvsem zato, ker združuje "marmoriranost" mesa z našim planetom, ki ga nekateri imenujejo tudi "The blue marble", prav tako pa nam je bila všeč fraza "I'm losing my marbles" (losing my mind). "Juicy" je bila dodana predpona predvsem zato, ker se krasno sliši in pa tudi ker so naši izdelki tako lahko sočni že po imenu.

2. Katere sestavine vse uporabljate pri izdelovanju rastlinskega mesa?

Uporabljamo beljakovine iz sojinih zrn, dodamo jim sončnično olje za maščobo, karagenan in metilcelulozo za teksturo, rdečo peso za rdečo barvo in naravne arome za okus.

3. Kolikšno količino rastlinskega mesa prodate letno (približno)?

Na leto prodamo čedalje več mesa, letos dvakrat toliko kot lani (nekoliko manj kot 100 ton). Naslednje leto ciljamo na več kot 200 ton. Torej smo že kar velika rastlinska farma/klavnica.

4. Od kod vam ideja za rastlinsko meso ?

Vsak od nas se je po različni poti priključil ekipi, vendar vse nas združuje ena misija. Želimo narediti izdelek iz trajnostnih alternativnih virov beljakovin, predvsem iz rastlin, ki bi bil tako dober, da bi ga mesoljubi jedli namesto mesa. Tako bi rabili manj živinoreje in pa vpliv na okolje, živali in pa naše zdravje bi bil boljši. Verjamemo da je za prihodnost nujno, da postavimo tak sistem, da bomo lahko zagotovili kvalitetno hrano rastočemu prebivalstvu.

5. Ali vaše meso vsebuje kaj barvil, dodatkov za ojačevan okus ?

Naše meso vsebuje koncentriran sok iz rdeče pese, ki mu daje rdečo barvo. Barvilo v rdeči pesi namreč razpade, ko se segreje in tako simulira "pečenje" mesa. Da poudarimo umami (okus po slastnem) uporabljamo včasih kvasni ekstrakt (naraven ojačevalec okusa), večinoma pa so dovolj že naravne arome.

6. Od koga prejimate sestavine oziroma od koga jih kupujete ?

Surovine kupujemo večinoma od večjih Evropskih podjetij. Skoraj vse surovine so proizvedene v EU, nekatere pa v Švici. Ne smem pa razkriti kdo so točni dobavitelji, ker gre za poslovno skrivnost :)

7. Je priprava hrane težja kot na primer živalsko meso predelati (razkosati, očistiti). Kako pa vi naredite rastlinsko meso ?

Priprava ni enostavna, za njo namreč potrebuješ posebno opremo, ki smo jo razvili v našem podjetju. Proces poteka nekako takole. S posebnim strojem naredimo beljakovinsko testo in ga nato usmerjeno raztegnemo v vlakna. Nato vlaknom dodamo barvo, okus in maščobo, ter ga oblikujemo do končne "mišice". Na vsakem koraku smo morali razviti neke posebne rešitve, kar nam daje konkurenčno prednost. Zato smo glede našega procesa precej skrivnostni, za postopek pa smo vložili tudi patentno prijavo.

8. Kaj vse potrebujemo za pripravo vašega mesa ?

Segreto ponev, strt česen, zelišča, poper in sol, maslo in pa dobro omako (meni je najboljša vinska z gobami) in seveda čas za kulinarično ustvarjanje. Zrezek popečemo na ponvi in mu dodamo poper in sol. Nekaj minut na vsaki strani na zmernem ognju. Ko je že zlato zapečen dodamo maslo (vegansko ali ne) in strt česen ter zelišča in z žlico oblijemo zrezek, dokler ni zlato rjav. Na koncu ga serviramo z omako in prilogo po želji. Na naši spletni strani in instagramu pa je še ogromno slastnih receptov, tako da lahko izbereta najljubšega.

9. Ali je rok uporabe krajši ali daljši od navadnega mesa ?

Rok uporabe je precej podoben mesu (med 14-21 dni v hladilniku) v prihodnosti pa bo zagotovo daljši. Naša proizvodnja je mnogo bolj čista kot klavnica, kar nam omogoča da je izdelek mikrobiološko precej čist in to doprinese k daljšemu roku trajanja. Daljši rok trajanja je predvsem pomemben za zmanjševanje odpadne hrane, ker je pri daljših rokih bolj sigurno da bo kupec izdelek pojedel preden se mu pokvari.

10. Je cena živalskega mesa cenejše od rastlinskega npr. 1kg vašega rastlinskega mesa v primerjavi 1kg živalskega?

Trenutno smo cenovno nekoliko bolj ugodni kot goveji fileti. Cena se giblje med 25-50€/kg (odvisno kje kupec kupi izdelek). V prihodnosti, ko bomo povečali proizvodne kapacitete, pa bo verjetno cena mnogo nižja. S tem bomo "demokratizirali" dostop do premium kosov mesa in kvalitetnih beljakovin, ker si jih bo lahko privoščil vsak.

RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK

1. Ali je proizvodnja rastlinskega mesa bolj prijazna do okolja ?

Da, raziskave kažejo, da s pridelavo rastlinskega mesa ne izpustimo skoraj nič toplogrednih plinov.

2. Največ rastlinskega mesa je iz soje.

To drži, je pa odvisno od znamke rastlinskega mesa. Vendar je večina rastlinskega mesa proizvedena iz soje in graha.

3. Rastlinsko meso je primerno samo za vegane in vegetarijance.

Rastlinsko meso je primerno za vse, ki jim je rastlinsko meso všeč.

4. Ali je rastlinsko meso dobro za naš zdravje ?

Rastlinsko meso je v primerjavi z živalskim mesom bolj zdravo, saj z uživanjem živalskega mesa v telo vnesemo veliko nasičenih maščob in holesterola.

5. Ali lahko zbolimo, če jemo rastlinsko meso ?

Da, lahko zbolimo. Pozorni moramo biti na vnos natrija in na pestrost prehrane. Ne smemo pozabiti na vnos beljakovin..

6. Ali rastlinsko meso vsebuje kaj barvil, dodatkov za ojačevan okus ?

V Sloveniji imamo zaenkrat dva proizvajalca rastlinskega mesa, ki zagotavljata, da so vse sestavine v njihovih proizvodih naravne. Ne uporabljajo ojačevalcev okusa in umetnih barvil. Kot odlično barvilo, s katerim dobijo naraven izgled mesa, uporabljajo barvilo iz rdeče pese.

VIRI

1. <https://vizita.si/zdravje/vegetarijanska-in-veganska-prehrana.html>
2. <https://vizita.si/zdravje/prehrana/brezmesno-meso.html>
3. <https://www.mojezdravje.net/kaksen-vpliv-ima-zivinoreja-na-okolje/>
4. <https://www.paracelzus.si/2023/05/05/veganski-nadomestki-za-meso-najboljsi-vodnik/>
5. <https://www.startup.si/sl-si/startup-mapa/startupi-scaleupi/juicy-marbles>
6. <https://theamazefoods.si/>

Viri slik:

Slika 1: <https://okusno.je/novice/intervju/tilen-travnik-rastlinsko-meso.html>

Slika 2: <https://beyourself777.blogspot.com/2016/01/meso-i-proizvodi-od-mesa.html>