

# ZDRAVA RESNICA MEDENEGA ZAJTRKA

*Intervju z Boštjanom Vrežetom, pridelovalcem in predelovalcem domačega mleka*

## Domače mleko je popolnoma naravno

Boštjan Vreže iz Vodenovega nadaljuje dolgoletno tradicijo kmetovanja v družini. Osrednja dejavnost na kmetiji je predelava mleka v jogurte, sire in skuto, prodajajo pa tudi surovo mleko. Kmetija Vreže občasno dostavlja mleko in mlečne izdelke za šolsko prehrano, mleko iz njihove pridelave pa bodo naši učenci okusili tudi na tradicionalnem slovenskem zajtrku. Dobavitelja smo želeli bolje spoznati, zato smo ga obiskali na njegovi kmetiji in mu zastavili nekaj vprašanj.

*Spraševali: Zara Božiček in Zala Vodopivec, 7. c*



*Boštjan Vreže med intervjujem (Foto: Rok Krč, 9. b)*

### **Kdaj ste se začeli ukvarjati s pridelavo in predelavo surovega mleka?**

Želja se je porodila že na fakulteti, odskočna deska pa je bilo leto 2012, ko so v šolah prvič organizirali tradicionalni slovenski zajtrk. Takrat se je začela pot odpirati. Videl sem tudi priložnost prodaje izdelkov v trgovinah, tako da sem leta 2012 registriral dopolnilno dejavnost na kmetiji.

### **Kje ste se naučili delati mlečne izdelke?**

Včlanil sem se v Združenje kmečkih sirarjev Slovenije, v okviru katerega so organizirali tečaje v Nemčiji in Avstriji. Teh sem se udeleževal in znanje, ki sem ga pridobil, prenesel na svojo kmetijo. Prebral sem tudi veliko literature o sirarstvu.

### **Katere so prednosti doma pridelanega mleka pred kupljenim?**

Prednosti so v tem, da je domače mleko nepredelano in sveže, medtem ko industrijsko mleko pasterizirajo na 130 stopinjah. To je mleko UHT, v njem razbijejo maščobe in beljakovine. V domačem mleku pa ostanejo cele beljakovine in maščobe, zato je popolnoma naravno. Največja prednost je, da se lahko proda kot čisto sveže mleko, je pa res hitro pokvarljivo. Zdrži največ tri do štiri dni.

### **Kako nadzorujete kakovost mleka?**

Na več načinov. Začnemo z analizo krme. Vsak mesec imamo t. i. APT-kontrolo, ko pride na dom mlečni kontrolor in vsaki kravi pri molži odvzame vzorec mleka. Te vzorce analizirajo na Kmetijskem inštitutu Slovenije v Ljubljani. Čez nekaj dni prejmem analize beljakovin, maščob, somatskih celic ... Tako imamo reden nadzor nad proizvodnjo mleka.

Drugi nadzor je v zbiralnicah, na 4 do 6 dni. Tudi v mlekarnah nadzorujejo stanje mleka, tako da smo na tekočem in je res težko, da bi kaj naredil narobe.

### **Dodajate mleku kakšne dodatke za daljšo obstojnost?**

Ne, niti slučajno. Mleku za jogurte in sire dodam kulturo sirilo. Moje vodilo je, da se mleku, ki se prideluje doma, nič ne vzame ali doda.

### **Kako poteka skladiščenje svežega mleka?**

Čisto preprosto. Mleko mora biti ohlajeno na štiri stopinje. V cisterni je lahko največ dva dni, nato ga odpeljejo v mlekarno. Naredil sem preizkus. Surovo mleko sem dal v steklenico, ga zelo dobro zaprl in pustil v hladilniku. Tako skladiščeno ostane uporabno tudi šest dni.

### **Kaj pa skrb za higieno pri pridobivanju in skladiščenju?**

Za higieno moram skrbeti na vsakem koraku. Nadzor je strog, za nami je inšpekcija. Ne smemo si privoščiti napak. V sirarni je treba paziti že pri embalaži, prav tako mora biti čist tudi prostor. Posamezne izdelke vseskozi preverjajo z analizami in brisi, tako da moram biti res zelo pazljiv.

### **Koliko mleka pridelate dnevno in kdo so vaši kupci oz. kje vse prodajate izdelke?**

Letno pridelamo 120.000 litrov mleka, dnevno je to od 150 do 180 litrov mleka. Prodajamo ga vrtcem in šolam. Moja vizija je sodelovati z javnimi ustanovami v lokalnem okolju. V trgovinah sem v zadnjih mesecih razširil svojo ponudbo, tako da zalagam trgovine v Celju, Šentjurju, Šmarju pri Jelšah, Podčetrtku, Rogaški Slatini in v Rogatcu. Moj cilj je delati lokalno.

### **V današnjem času ne poznamo več vonja po pravem domačem mleku, ki je res specifičen. Kako se vrniti nazaj k naravi in predvsem mlade prepričati, da bodo pili sveže domače mleko?**

Mislím, da ni več problem, ker so starši osveščeni o pomenu surovega domačega mleka. Res pa je, da se v Združenju kmečkih sirarjev Slovenije trudimo ljudem čim bolj približati okus po domačem, saj so pred leti nekateri celo menili, da surovo mleko ni primerno za uživanje. Ozaveščanje in spodbujanje k uživanju mleka je naloga samih kmetov, pridelovalcev in predelovalcev.

## Čebelarjenje je poezija kmetijstva

G. Marjan Hribnik je čebelar in predsednik Društva Čebelarska družina Šmarje pri Jelšah. Za medeni zajtrk na naši šoli je prispeval med iz svojih panjev. Da bi čebelarstvo, pomen čebel in čebeljih pridelkov približali našim učencem, smo mu zastavili nekaj vprašanj.

*Spraševal: Lan Luka Mlinarič, 7. b*



*Mladi novinar Lan Luka s čebelarjem Marjanom Hribnikom (Foto: Marija Kuraj)*

### **Kako se je začela vaša čebelarska pot? Kdo vas je navdušil za čebelarstvo?**

Prvo srečanje s čebelami je bilo že v moji mladosti. Oče in moj starejši brat Jože sta bila čebelarja. Želja, da bi se tudi sam začel ukvarjati s čebelarjenjem, je bila vedno prisotna, vendar zaradi službe in drugih obveznosti na domačiji ni bila izvedljiva. Leta 2000 pa mi je brat Vili, ki je tudi čebelar, podaril tri čebelje družine in to je bil moj začetek ljubiteljske čebelarske kariere.

### **Kako nastane med?**

Čebele na cvetočih rastlinah v naravi nabirajo medičino in v gozdu različne vrste mane. Svoj medeni želodček napolnijo s sladko tekočino, ki jo nato odnesejo v panj in jo predajo panjskim čebelam. Panjske čebele prejeto medičino obdelajo, dodajo encime, jo zgostijo, shranijo v satje in pokrijejo z voščenimi pokrovc.

### **Koliko panjev imate in koliko je v njih čebel?**

Letošnjo sezono sem čebelaril s petindvajsetimi čebeljimi družinami. V enem panju je družina, ki šteje petdeset do šestdeset tisoč čebel, eno matico in nekaj tisoč trotoev. V zimskem času pa je ena matica in okoli nje deset tisoč čebel.

### **Zakaj je med tako zdrav?**

Zdrav je zaradi svoje lastnosti in svoje edinstvene strukture. Zato je nujen sestavni del zdrave prehrane. Med vsebuje več vrst sladkorjev, minerale, vitamine, beljakovine in druge snovi, ki jih človeški organizem potrebuje za odpornost proti različnim boleznim. Med je pomembno hranilo in pogosto tudi »zdravilo«. Pravimo mu, da je "hrana kraljev in bogov".

**Za kaj vse lahko uporabljamo med?**

Uporabljamo ga kot sladilo, pripravimo lahko medene napitke. V kulinariki pa ga dodamo pecivu in ostalim jedem. Uživamo ga za lajšanje prehladnih obolenj, poseben sloves pa uživa zaradi antioksidacijskega delovanja. Uporabljamo ga za izdelavo krem, šamponov, za medene terapevtske masaže ipd.

**Koliko medu ste prispevali za zajtrk na naši šoli?**

V tem šolskem letu sem za zajtrk na OŠ Šmarje pri Jelšah prispeval osemindvajset kilogramov medu.

**Kdo so pa sicer vaši kupci oz. kje vse prodajate vaše izdelke?**

Večino pridelanega medu in medenih izdelkov prodam stalnim kupcem kar na domu. Nekaj ga, kot je bilo že rečeno, prodam šoli, kar nekaj pa ga podarim znancem in prijateljem.

**Mislite, da so čebele ogrožene?**

Ogroženost čebel je zaradi bolezni in zajedavca varoje ter vremenskih sprememb zelo velika. Zato danes čebele brez čebelarjeve pomoči žal ne bi mogle preživeti.

**Zakaj radi opravljate delo čebelarja?**

Ker me delo s čebelami veseli in sprošča. Ko odprem panj in zaslišim čebelice v panju zašumeti, pozabim na čas in vse ostale skrbi. Čebelarji pravimo, da je čebelarjenje poezija kmetijstva. Za konec pa še čebelarški pozdrav: »Naj medi!«

## **Stremimo k zdravju in naravi prijaznemu načinu pridelave**

K medenemu zajtrku poleg medu, mleka in kruha spadajo tudi jabolka. Lokalno pridelana imajo posebno vrednost, saj niso prepotovala na tisoče kilometrov, preden so se znašla na naši mizi. Tista, v katera bodo 17. novembra ugriznili učenci OŠ Šmarje pri Jelšah, so zrasla le nekaj kilometrov stran, in sicer na jablanah sadjarstva Mastnak s Ponikve. Ker smo želeli spoznati našega dobavitelja jabolka, smo lastniku Mateju Mastnaku zastavili nekaj vprašanj.

*Spraševali: Nataša Dolenc, 9. b, in Tajda Majer, 9. c*

*Fotografije: arhiv sadjarstva Mastnak*

### **Kako in kdaj ste se začeli ukvarjati s sadjarstvom?**

Leta 1991 je sedaj že moj pokojni oče Srečko Mastnak preusmeril navadno kmetijo v sadjarsko panogo. Sprva je bila to navadna živinorejska podeželska kmetija, ki je obsegala 6 hektarjev gozdov ter 5 hektarjev travnikov in njiv. Po letu 1991 pa smo travnike in njive ustrezno obdelali ter jih zasadili z drevesi jablan, v začetku približno 3 hektarje površin. Sčasoma smo se širili do sedanjih dobrih 6 hektarjev sadovnjakov. Po dvajsetih letih so se starejši sadovnjaki jablan izrodili, zato so bili potrebni obnove. Tako smo leta 2013 začeli z obnovo sadovnjakov in najprej obnovili 3 hektarje, leta 2015 pa še 2 hektarja.

### **Koliko jablan raste v vašem sadovnjaku in kako poteka skrb zanje?**

V našem sadovnjaku raste približno 17.300 sadik jablan. Največ je sorte gala, sledi ji idared, braeburn, jonagold, zlati delišes, elstar, topaz in pinova. Skrb zanje poteka skozi vse leto. Spomladi pričnemo z gnojenjem in s fitofarmaceutsko foliarno zaščito pred boleznimi. Po cvetenju, nekje v mesecu maju, pa začnemo z odvijanjem mreže za zaščito proti toči. Skozi leto približno štirikrat strojno mulčimo travo med vrstami, v mesecu juniju pa po potrebi tudi ročno redčimo odvečna jabolka z dreves. Septembra se prične obiranje plodov. Po obiranju je treba zviti protitočno mrežo pred prvim snegom. V začetku novega koledarskega leta pa se prične zimski rez jablan.

### **Približno koliko kg jabolka pridelate v letu?**

V polni rodnosti (brez naravnih katastrof, kot je zmrzal) pridelamo približno 250.000 kilogramov.

### **Kako poteka obiranje?**

Obiranje poteka »polstrojno« z namensko delovno ploščadjo in z manjšo skupino ljudi. Obiramo dve vrsti hkrati. Dva na višini obirata vrhove jablan, ostali pa s tal oberejo preostala jabolka. Obira se v večje zaboje, ki držijo 350 kilogramov.

### **Ko so jabolka obrana, jih je verjetno potrebno na primeren način shraniti. Kako?**

Večina jabolka se pri nas proda jeseni, ostala pa takoj skladiščimo v hladilnici na temperaturi 2 °C, v popolni temi in na najmanj 80 % vlažnosti.

### **Kdo so vaši kupci oz. kje vse prodajate vaša jabolka?**

Največ kupcev je iz tujine, zato največ jabolka jeseni izvozimo. Že vrsto let pa si lahko pri nas kupci jabolka oberejo sami neposredno z dreves.



**V domačih sadovnjakih je letošnja bera jabolk precej skromna. Kako pridelek ubranite pred naravnimi nepravilnostmi, kot so zmrzal, suša ipd.**

Prav zaradi neugodnih vremenskih razmer smo bili prisiljeni v ukrepe za zaščito jabolk pred točo in sušo. Tako smo leta 2013, ko smo pričeli z obnovo sadovnjakov, s pomočjo evropskih sredstev postavili protitočno mrežo in namakalni sistem z akumulacijskim bazenom. Ker pa nas je že drugo leto zapored strašno prizadela zmrzal, pa razmišljamo tudi o oroševalnem sistemu.

**Vedno več ljudi želi jesti čim bolj zdravo in išče ekološko pridelana sadja in zelenjavo. Kako pridelovalec skrbi za uravnoteženje med tem, da pridelava čim lepši pridelek, pri tem pa ne uporablja preveč strupov?**

Poznamo klasično, integrirano in ekološko pridelavo. Mi smo v integrirani, torej s certifikatom o kontrolirani pridelavi. To pomeni, da stremimo k zdravju in naravi prijaznemu načinu pridelave. Za ekološko pridelavo se nismo odločili zgolj zaradi povpraševanja kupcev po sortah jabolk, ki jih v ekološki pridelavi ni mogoče pridelati.

**Vemo, da jabolko na dan odžene zdravnika stran. Bi k temu še kaj dodali?**

Da, ta pregovor drži že od nekdaj, vendar ne smemo pozabiti na raznolikost sadja v uravnoteženi prehrani. Poskušajmo torej zaužiti čim več doma pridelanega sadja in zelenjave.



*Fertigacijska in čistilna naprava za namakanje jabolk*



*Hladilnica*



*Akumulacijski bazen, ki je potreben za namakanje v primeru suše*



*Obrana jabolka*