



Boosting Innovation for Food SMEs

www.plantpowerproject.eu

Καλώς Ήρθατε στο Βιβλίο Εργασιών Εκπαιδευομένου

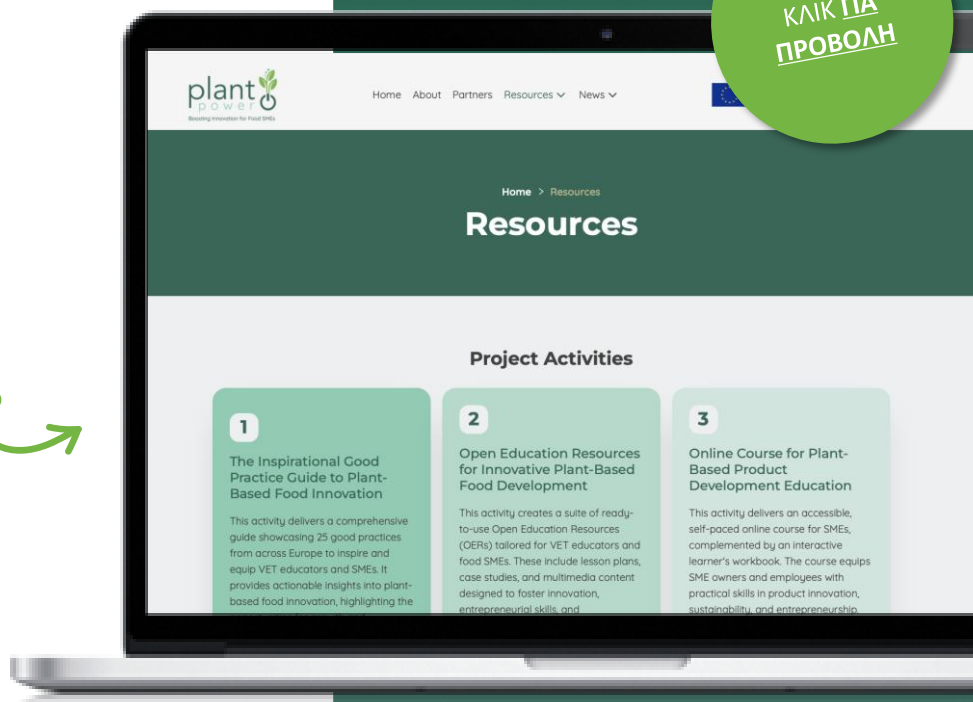
Καλώς ήρθατε

στο Βιβλίο Εργασιών

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

Χρησιμοποιήστε αυτό το βιβλίο εργασιών για να μάθετε τα βασικά θέματα από το **διαδικτυακό μας μάθημα Plant Power**.

Δείτε εδώ το δωρεάν διαδικτυακό μας μάθημα



Το Έργο **Plant Power** είναι αφιερωμένο στον μετασχηματισμό του **ευρωπαϊκού κλάδου τροφίμων μέσω της καινοτομίας και της βιωσιμότητας**. Η αποστολή μας είναι να ενδυναμώσουμε τις ΜμΕ τροφίμων, τους παρόχους ΕΕΚ και τους φορείς χάραξης πολιτικής με τις δεξιότητες, τους πόρους και τις στρατηγικές που χρειάζονται για να υιοθετήσουν φυτικά προϊόντα και να συμβάλουν σε ένα πιο πράσινο μέλλον

ΕΤΟΙΜΟΙ, ΘΕΣΗ, ΠΑΜΕ!

Κάντε κλικ στα εικονίδια κοινωνικής δικτύωσης για να συμμετάσχετε στην online κοινότητα καινοτόμων τροφίμων μας



Περιεχόμενα

Το Βιβλίο Εργασιών Εκπαιδευομένων Plant Power ακολουθεί τις 6 ενότητες του διαδικτυακού μαθήματος με τη σειρά.

01

Καινοτομία και Ψηφιακά Εργαλεία για Επιχειρήσεις Φυτικών Τροφίμων

Σελίδα 5

02

Προσθήκη Αξίας μέσω Επεξεργασίας και Βελτίωσης Προϊόντων

Σελίδα 12

04

Χρήση Τοπικών Πρώτων Υλών για Ισχυρότερα Φυτικά Προϊόντα Τροφίμων

Σελίδα 26

03

Δημιουργία Φυτικών Προϊόντων για Λιανική και Καθημερινή Χρήση

Σελίδα 19

05

Αξιοποίηση της Δύναμης των Φυτών για μια πιο Βιώσιμη Επιχείρηση Τροφίμων

Σελίδα 33

06

Δημιουργία Ευκαιριών Φυτικού Μενού για την Επιχείρησή σας Τροφίμων

Σελίδα 40



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα(είς) και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.



Εμπνευστείτε να Μάθετε

Σας προσκαλούμε να **εξερευνήσετε** πώς η φυτική **καινοτομία** μπορεί να συμβάλει στη δημιουργία υγιέστερων κοινοτήτων, ισχυρότερων επιχειρήσεων και ενός πιο **βιώσιμου** μέλλοντος.

Μέσα από πρακτικές δραστηριότητες, εμπνευσμένα παραδείγματα και γνώσεις από τον πραγματικό κόσμο, θα ανακαλύψετε νέες ευκαιρίες για να **επανεξετάσετε τα τρόφιμα**, να υιοθετήσετε την καινοτομία και να γίνετε μέρος του **ολοένα αυξανόμενου κινήματος** προς ανθεκτικά και **βιώσιμα συστήματα τροφίμων**.

Το ταξίδι μάθησής σας ξεκινά εδώ!



«Η μετάβαση σε πιο υγιεινές, βιώσιμες και ισορροπημένες διατροφικές συνήθειες είναι απαραίτητη για μια επιτυχημένη μετάβαση σε ένα πιο βιώσιμο σύστημα τροφίμων, και τα φυτικά τρόφιμα αποτελούν μέρος της λύσης.»

Ευρωπαϊκό Γραφείο Περιβάλλοντος



Χρήση Καινοτομίας & Ψηφιακών Εργαλείων για την Ανάπτυξη της Φυτικής σας Επιχείρησης Τροφίμων

Αυτή η ενότητα εξερευνά πώς η ψηφιοποίηση και ο ψηφιακός μετασχηματισμός μπορούν να χρησιμοποιηθούν εναλλακτικά, αλλά διευκρινίζει πώς αντιπροσωπεύουν διαφορετικά στάδια τεχνολογικής υιοθέτησης. Η ψηφιοποίηση επικεντρώνεται στη μετατροπή παραδοσιακών διαδικασιών σε ψηφιακή μορφή για τη βελτίωση της αποδοτικότητας, τη μείωση των σφαλμάτων και την απλοποίηση των καθημερινών λειτουργιών.



Παραδείγματα περιλαμβάνουν την ψηφιακή τήρηση αρχείων, τη διαχείριση εγγράφων στο cloud, το ψηφιακό λογισμικό λογιστικής και τις online πλατφόρμες επικοινωνίας. Ο ψηφιακός μετασχηματισμός ξεπερνά τις βελτιώσεις αποδοτικότητας και αφορά την επανεξέταση του τρόπου με τον οποίο μια επιχείρηση δημιουργεί αξία. Στις ΜμΕ τροφίμων, ο ψηφιακός μετασχηματισμός μπορεί να περιλαμβάνει τη χρήση τεχνητής νοημοσύνης για ανάλυση αγοράς, blockchain για ιχνηλασιμότητα, αισθητήρες για παρακολούθηση των συνθηκών παραγωγής, ή πλατφόρμες ηλεκτρονικού εμπορίου που επιτρέπουν την άμεση επικοινωνία με τους καταναλωτές. Αυτές οι τεχνολογίες βοηθούν τις επιχειρήσεις να γίνουν πιο ανταγωνιστικές, διαφανείς

και βιώσιμες.

Για τις φυτικές επιχειρήσεις τροφίμων, ο ψηφιακός μετασχηματισμός προσφέρει ευκαιρίες για βελτιστοποίηση της παραγωγής, μείωση των αποβλήτων, ενίσχυση των σχέσεων με τους πελάτες και πρόσβαση σε νέες αγορές. Ταυτόχρονα, υποστηρίζει τους στόχους βιωσιμότητας βελτιώνοντας την αποδοτικότητα των πόρων και επιτρέποντας τη λήψη αποφάσεων βάσει δεδομένων. Η κατανόηση της διαφοράς μεταξύ ψηφιοποίησης και ψηφιακού μετασχηματισμού βοηθά τις ΜμΕ να εντοπίσουν πρακτικές ευκαιρίες καινοτομίας που ταιριάζουν στο μέγεθος, τους πόρους και τους επιχειρηματικούς τους στόχους.



Χαρτογράφηση Ψηφιακής Καινοτομίας για ΜμΕ

Οι εκπαιδευόμενοι εργάζονται ατομικά, σε μικρές ομάδες ή σε σχολική τάξη για να **αναλύσουν μια πραγματική ΜμΕ τροφίμων ή τον δικό τους οργανισμό**

**Εκτιμώμενη
Διάρκεια: 30–45
λεπτά**



Βήμα 1

Εντοπίστε τουλάχιστον τρία ψηφιακά εργαλεία που χρησιμοποιεί επί του παρόντος η επιχείρηση.

Βήμα 2

Κατηγοριοποιήστε κάθε εργαλείο ως:

- Ψηφιοποίηση
- Ψηφιακός Μετασχηματισμός

Βήμα 3

Εντοπίστε μία επιπλέον τεχνολογία που θα μπορούσε να βελτιώσει την απόδοση της επιχείρησης, τη βιωσιμότητα, τη δέσμευση πελατών ή την αποδοτικότητα.

Βήμα 4

Καταρτίστε ένα σύντομο σχέδιο δράσης που περιγράφει:

- Αναμενόμενα οφέλη
- Απαιτούμενους πόρους
- Πιθανές προκλήσεις εφαρμογής

Ο μαθησιακός στόχος είναι να βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να διακρίνουν μεταξύ ψηφιοποίησης και ψηφιακού μετασχηματισμού. Επίσης, να εντοπίσουν πρακτικές ευκαιρίες καινοτομίας για ΜμΕ τροφίμων.

Μελέτη Περίπτωσης



Χώρα
Σλοβακία

Hausnatura

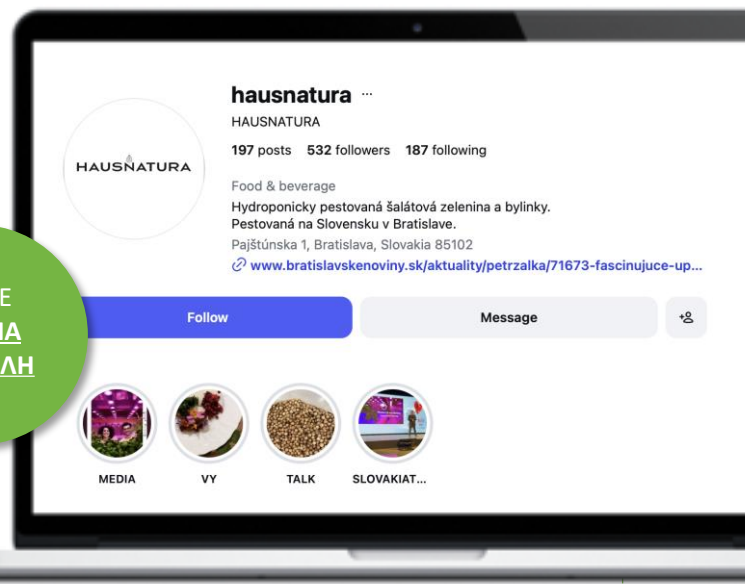
Καινοτομία Κάθετης Καλλιέργειας

Hausnatura είναι μία από τις πρωτοπόρες εταιρείες κάθετης καλλιέργειας εσωτερικού χώρου στη Σλοβακία, με έδρα τη Μπρατισλάβα. Η εταιρεία παράγει φρέσκα φυλλώδη λαχανικά και βότανα χρησιμοποιώντας υδροπονικά συστήματα καλλιέργειας σε ελεγχόμενο εσωτερικό περιβάλλον. Ενσωματώνοντας ψηφιακές τεχνολογίες παρακολούθησης, περιβαλλοντικούς αισθητήρες και αυτοματοποιημένη διαχείριση παραγωγής, η Hausnatura μπορεί να βελτιστοποιεί τις συνθήκες ανάπτυξης ενώ ελαχιστοποιεί την κατανάλωση πόρων. Η εταιρεία δείχνει πώς η καινοτομία και οι ψηφιακές τεχνολογίες μπορούν να στηρίξουν τη βιώσιμη παραγωγή τροφίμων σε αστικά περιβάλλοντα. Σε σύγκριση με τη συμβατική γεωργία, η κάθετη καλλιέργεια μειώνει σημαντικά τη χρήση νερού, εξαλείφει την ανάγκη μεταφοράς σε μεγάλες αποστάσεις και προσφέρει παραγωγή όλο τον χρόνο ανεξαρτήτως καιρικών συνθηκών.

Η Hausnatura αποτελεί ισχυρό παράδειγμα φυτικής επιχειρηματικότητας, καθώς συνδυάζει τεχνολογική καινοτομία, περιβαλλοντική βιωσιμότητα και τοπική παραγωγή τροφίμων. Η εταιρεία δείχνει πώς οι ΜμΕ μπορούν να χρησιμοποιήσουν ψηφιακές λύσεις για να αντιμετωπίσουν προκλήσεις επισιτιστικής ασφάλειας, δημιουργώντας παράλληλα προϊόντα υψηλής ποιότητας για τους σύγχρονους καταναλωτές. Το επιχειρηματικό της μοντέλο ευθυγραμμίζεται στενά με τους ευρωπαϊκούς στόχους βιωσιμότητας και δείχνει πρακτικές διαδρομές καινοτομίας στον φυτικό κλάδο τροφίμων.

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

HAUSNATURA



Άσκηση Αναστοχασμού



Αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε πώς τα ψηφιακά εργαλεία και η καινοτομία συνδέονται στο πλαίσιο των ΜμΕ. Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε τη σκέψη σας.



01

Ποια είναι η διαφορά μεταξύ ψηφιοποίησης και ψηφιακού μετασχηματισμού, και γιατί είναι σημαντική αυτή η διάκριση για τις ΜμΕ;

02

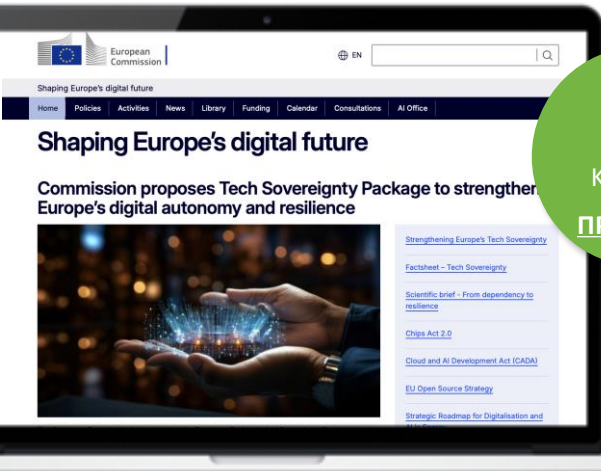
Ποια ψηφιακή τεχνολογία θα μπορούσε να έχει τον μεγαλύτερο αντίκτυπο στη βιωσιμότητα των επιχειρήσεων τροφίμων και γιατί;

03

Ποια εμπόδια θα μπορούσαν να αποτρέψουν τις ΜμΕ από την υιοθέτηση καινοτόμων τεχνολογιών, και πώς θα μπορούσαν να ξεπεραστούν αυτά τα εμπόδια;



Εκπαιδευτικό Υλικό

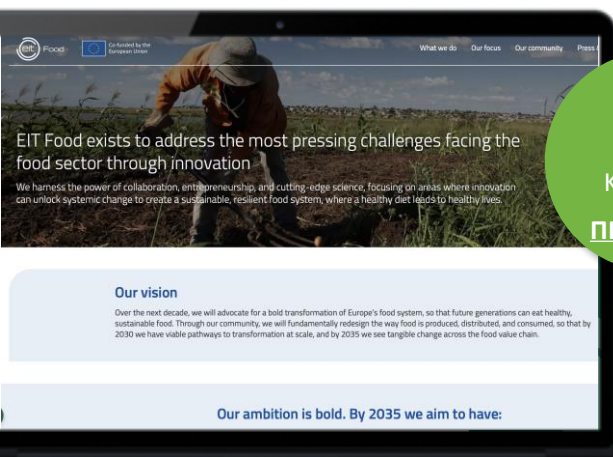
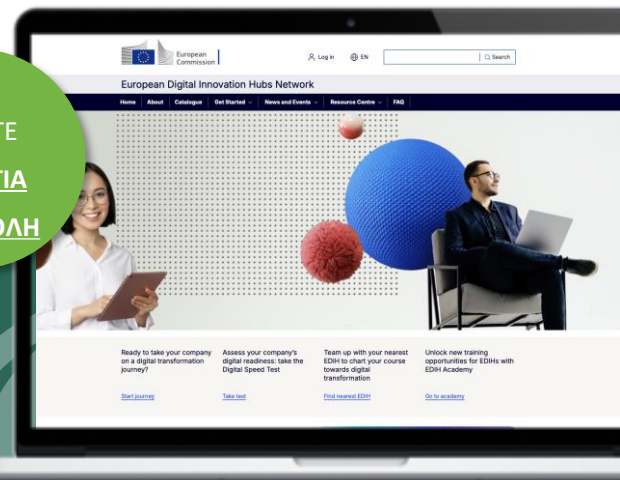


ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

Πρόγραμμα Ψηφιακής Ευρώπης

Δίκτυο Ευρωπαϊκών Κόμβων Ψηφιακής Καινοτομίας

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

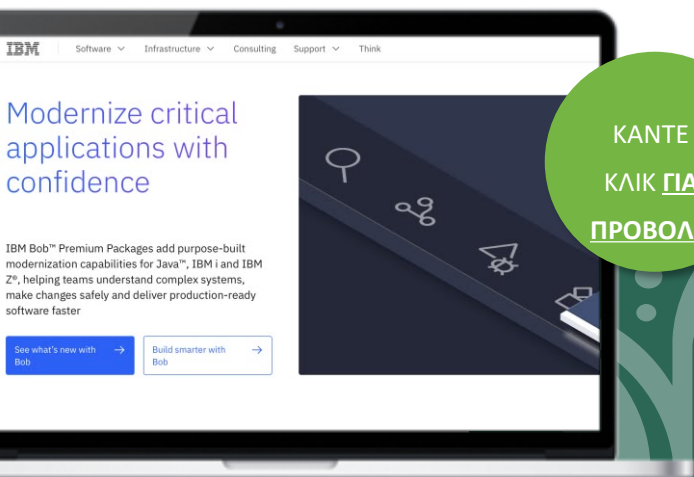
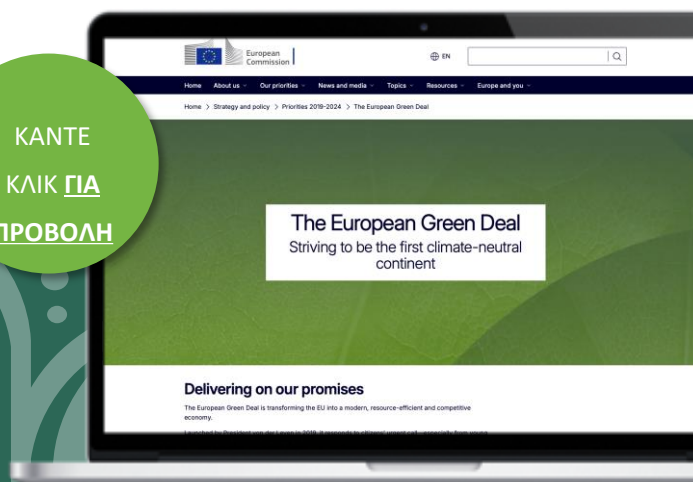
EIT Food

Δείτε περισσότερα στην
επόμενη διαφάνεια



Ευρωπαϊκή Πράσινη Συμφωνία

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

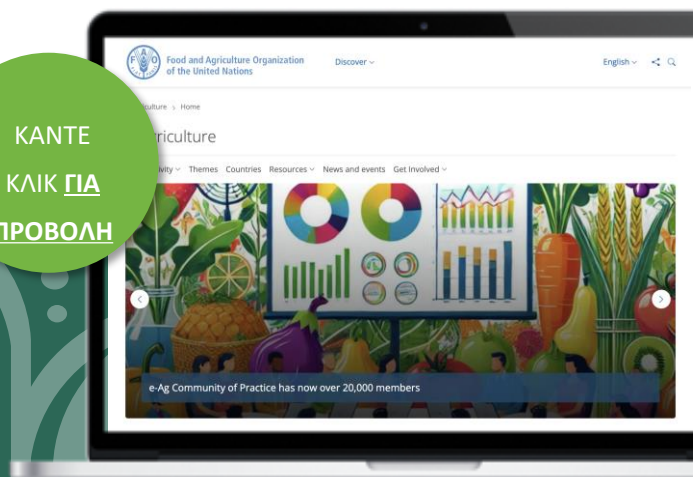


ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

IBM Food Trust

Ψηφιακοί Πόροι Γεωργίας του FAO

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ





«Ο τρόπος με τον οποίο παράγουμε και καταναλώνουμε τρόφιμα πρέπει να γίνει πιο βιώσιμος προς όφελος της υγείας μας, του περιβάλλοντος και του κλίματός μας.»

Στρατηγική «Από το Αγρόκτημα στο Πιάτο» της Ευρωπαϊκής Επιτροπής



Ενότητα 2



Προσθήκη Αξίας στα Φυτικά Προϊόντα της Επιχείρησής σας Τροφίμων

Αυτή η ενότητα εξερευνά πώς οι σύγχρονες τεχνολογίες και οι παραδοσιακές μέθοδοι ενισχύουν τα φυτικά τρόφιμα. Οι εκπαιδευόμενοι θα κατανοήσουν τους βασικούς παράγοντες και τις ευκαιρίες που σχετίζονται με την τεχνολογία και μπορούν να συμβάλουν στην παραγωγή καλύτερων και ασφαλέστερων φυτικών τροφίμων.



Οι εκπαιδευόμενοι θα μπορούν να προσδιορίσουν πώς τα φυτικά προϊόντα μπορούν να προσφέρουν βασικές γεύσεις, θρεπτικά συστατικά και βιοδραστικές ενώσεις που συμβάλλουν στα οφέλη υγείας των φυτικών τροφίμων· πώς οι τεχνολογίες ενισχύουν τη διατροφική τους ποιότητα, τη βιοδιαθεσιμότητα και τη λειτουργικότητά τους. Επιπλέον, θα ανακαλύψουν πώς λειτουργούν συγκεκριμένες τεχνολογίες τροφίμων και πώς μπορούν να βοηθήσουν στη διατήρηση και τη μετατροπή φυτικών προϊόντων.

Θα μάθουν να εξερευνούν πραγματικές εφαρμογές αυτών των τεχνολογιών, οι οποίες χρησιμοποιούνται ήδη στην παρασκευή ροφημάτων, σνακ και υποκατάστατων κρέατος. Τέλος, οι εκπαιδευόμενοι θα γνωρίσουν τη χρήση τεχνολογιών για την κάλυψη των διατροφικών αναγκών των

"Από τον Σπόρο στο Ράφι" - Σχεδιασμός ενός Φυτικού Προϊόντος Προστιθέμενης Αξίας

Αυτή είναι μια δραστηριότητα ανάπτυξης προϊόντος. Μπορεί να γίνει ατομικά, σε μικρή ομάδα, ως συζήτηση σε τάξη ή ως online συνεδρία. Η πρόκλησή σας είναι να πάρετε μία προσιτή φυτική πρώτη ύλη και να σχεδιάσετε ένα έτοιμο για την αγορά προϊόν προστιθέμενης αξίας που εφαρμόζει τουλάχιστον μία τεχνολογία από την ενότητα.

Ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

Εκτιμώμενη
Διάρκεια:
90-120 λεπτά



01

Επιλέξτε τη βασική σας πρώτη ύλη από αυτή τη λίστα: φακές, ρεβίθια, μαυρομάτικα φασόλια, βρώμη, μπιζέλια, ηλιόσπορους ή κριθάρι. Σημειώστε εν συντομία τα διατροφικά της πλεονεκτήματα και τυχόν γνωστά αντιθρεπτικά συστατικά ή περιορισμούς.

02

Επιλέξτε μία τεχνολογία επεξεργασίας (ΗΗΡ, φύτρωμα, ζύμωση ή εξώθηση) και εξηγήστε συγκεκριμένα τι κάνει στην πρώτη σας ύλη — διατροφικά, ως προς την ασφάλεια και αισθητηριακά.

03

Ορίστε το προϊόν σας: τη μορφή του (ρόφημα, αλεύρι, άλειμμα, σνακ, πουρές κ.λπ.), τον στοχευόμενο καταναλωτή, το κύριο όφελος για την υγεία και τουλάχιστον έναν ισχυρισμό που θα θέλατε να αναγράψετε στην ετικέτα.

04

Σχεδιάστε ένα περίγραμμα ετικέτας: ονομάστε το προϊόν νομικά (τηρώντας τους κανόνες ονοματολογίας της ΕΕ), καταγράψτε τα υποχρεωτικά στοιχεία ετικέτας που απαιτεί ο Κανονισμός 1169/2011 και αποφασίστε εάν ο ισχυρισμός υγείας ή διατροφής σας είναι εγκεκριμένος βάσει του Κανονισμού 1924/2006.

05

Εντοπίστε μία διάσταση βιωσιμότητας: πώς η επιλογή του προϊόντος σας (πρώτη ύλη, μέθοδος επεξεργασίας ή σχεδιασμός συσκευασίας) συμβάλλει στη μείωση των αποβλήτων, στη μείωση του αποτυπώματος άνθρακα ή στη στήριξη της τοπικής γεωργίας;

06

Παρουσιάστε το προϊόν σας σε ένα 3λεπτο pitch στην ομάδα. Δώστε και λάβετε δομημένη ανατροφοδότηση χρησιμοποιώντας μια απλή μορφή ναι/όχι/βελτίωση.

Οι εκπαιδευόμενοι θα εφαρμόσουν γνώσεις τεχνολογιών επεξεργασίας φυτικών προϊόντων, διατροφικής επιστήμης και κανονισμών επισήμανσης της ΕΕ για να σχεδιάσουν ένα ρεαλιστικό προϊόν προστιθέμενης αξίας. Θα εξασκηθούν στην κριτική σκέψη σχετικά με τους συμβιβασμούς μεταξύ κόστους, ποιότητας, βιωσιμότητας και επικοινωνίας με τον καταναλωτή — και θα συνδέσουν αυτές τις αποφάσεις με πραγματικά δεδομένα αγοράς και κλινικά πλαίσια.



Χώρα

Ισπανία

NatureSnack

Μείωση της Σπατάλης Τροφίμων
μέσω Αφυδάτωσης σε Φυτικά
Σνακ

Παράγουν **100% φυσικά αφυδατωμένα σνακ φρούτων και τσιπς λάχανου (Υγιεινά Σνακ)**. Η αργή διαδικασία τους χαμηλής θερμοκρασίας βοηθά στη διατήρηση των φυσικών ιδιοτήτων των πρώτων υλών, με αποτέλεσμα υγιεινά σνακ χωρίς προσθήκη ζάχαρης, συντηρητικών ή πρόσθετων. Απευθείας από το Αγρόκτημα.

Δεσμεύονται στη χρήση τοπικά προερχόμενων πρώτων υλών και συνεργάζονται απευθείας με κοντινούς αγρότες για να διασφαλίσουν δίκαιο εμπόριο και εξαιρετικής ποιότητας φρούτα και λαχανικά. Αξιοποιώντας το πλεόνασμα παραγωγής και μειώνοντας τα απόβλητα τροφίμων, συμβάλλουν ενεργά στη βιωσιμότητα. Φτιαγμένα για να σας φροντίζουν. Στόχος τους είναι να διευκολύνουν την απόλαυση εποχιακών φρούτων και λαχανικών οποτεδήποτε, οπουδήποτε. Επιβλέπουν προσεκτικά κάθε βήμα της διαδικασίας για να προσφέρουν στους πελάτες ένα υγιεινό, υψηλής ποιότητας προϊόν με την αυθεντική γεύση που όλοι γνωρίζουν και αγαπούν. Η NaturSnacks εστιάζει έντονα τόσο στη βιωσιμότητα όσο και στην καινοτομία. Η εταιρεία συνεργάζεται απευθείας με τοπικούς αγρότες και δίνει προτεραιότητα σε πρώτες ύλες εθνικής προέλευσης, στηρίζοντας το δίκαιο εμπόριο, μειώνοντας τα

χιλιόμετρα μεταφοράς και ελαχιστοποιώντας τα απόβλητα τροφίμων μέσω της χρήσης πλεονάζοντων ή ατελών προϊόντων που διαφορετικά δεν θα διατίθεντο στο εμπόριο. Η βιοτεχνική διαδικασία αφυδάτωσης χαμηλής θερμοκρασίας βοηθά επίσης στη διατήρηση των φυσικών ιδιοτήτων φρούτων και λαχανικών, αποφεύγοντας πρόσθετα, συντηρητικά και προσθήκη ζάχαρης. Η καινοτομία βρίσκεται στον πυρήνα του επιχειρηματικού τους μοντέλου. Η NaturSnacks αναπτύσσει υγιεινές και βολικές εναλλακτικές λύσεις για τα παραδοσιακά σνακ, όπως αφυδατωμένα προϊόντα φρούτων και τσιπς λάχανου, ενώ συνεχώς εργάζεται για την ανάπτυξη νέων προϊόντων σε συνεργασία με ερευνητικά κέντρα. Στόχος τους είναι να συνδυάσουν υγεία, ποιότητα, βιωσιμότητα και καινοτομία τροφίμων για να δημιουργήσουν φυσικά σνακ προσαρμοσμένα στον σύγχρονο τρόπο ζωής.

Η Natursnacks είναι εξαιρετικά σχετική με τη φυτική επιχειρηματικότητα και τα βιώσιμα συστήματα τροφίμων επειδή η εταιρεία αναπτύσσει 100% φυτικά σνακ φτιαγμένα αποκλειστικά από φρούτα και λαχανικά, χωρίς πρόσθετα ή συστατικά ζωικής προέλευσης. Τα προϊόντα τους προωθούν πιο υγιεινές και βιώσιμες καταναλωτικές συνήθειες προσφέροντας φυσικές εναλλακτικές στα συμβατικά επεξεργασμένα σνακ.

Η εταιρεία συμβάλλει επίσης σε πιο ανθεκτικά συστήματα τροφίμων μέσω της δέσμευσής της στην τοπική προμήθεια, τη συνεργασία με κοντινούς αγρότες και τη χρήση πλεονάζουσας γεωργικής παραγωγής για τη μείωση των αποβλήτων τροφίμων. Οι μέθοδοι της Natursnacks στηρίζουν τη μετάβαση προς μια πιο περιβαλλοντικά υπεύθυνη και κυκλική οικονομία τροφίμων.

Μέσω της διαδικασίας αφυδάτωσης χαμηλής θερμοκρασίας, η εταιρεία μπορεί να παρατείνει τη διάρκεια ζωής φρούτων και λαχανικών διατηρώντας τη διατροφική τους αξία, βοηθώντας στη βελτίωση της διατήρησης τροφίμων και στη μείωση περιττών αποβλήτων σε όλη την αλυσίδα εφοδιασμού.

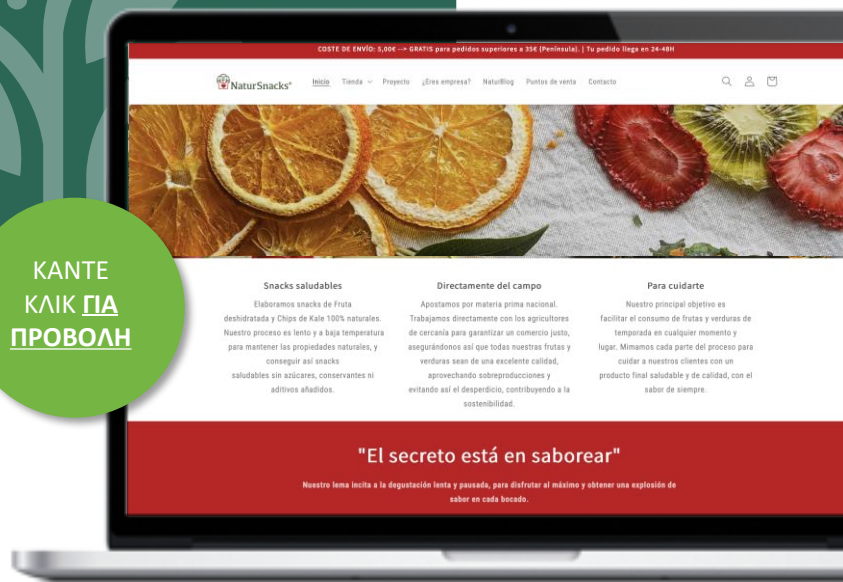
Η Natursnacks αποτελεί ισχυρή καλή πρακτική επειδή συνδυάζει με επιτυχία τη φυτική καινοτομία, τη βιωσιμότητα και την υγιεινή διατροφή σε ένα πρακτικό και κλιμακούμενο επιχειρηματικό μοντέλο. Κάνουν τη φυτική διατροφή πιο προσβάσιμη και ελκυστική για τους καταναλωτές. Δείχνει επίσης πώς οι επιχειρήσεις τροφίμων μπορούν να συμβάλουν σε πιο βιώσιμα συστήματα τροφίμων συνεργαζόμενες απευθείας με τοπικούς αγρότες, στηρίζοντας το δίκαιο εμπόριο και μειώνοντας τα απόβλητα τροφίμων μέσω της χρήσης πλεονάζουσας παραγωγής. Η διαδικασία αφυδάτωσης χαμηλής θερμοκρασίας διατηρεί τη διατροφική αξία χωρίς την ανάγκη πρόσθετων, συντηρητικών ή προσθήκης ζάχαρης, ενισχύοντας τη δέσμευσή τους σε καθαρή ετικέτα και ελάχιστα επεξεργασμένα τρόφιμα.

Η Natursnacks δείχνει πώς η επιχειρηματικότητα μπορεί να δημιουργήσει αξία σε όλη την αλυσίδα εφοδιασμού, προωθώντας παράλληλα την περιβαλλοντική ευθύνη και την καινοτομία στον φυτικό κλάδο.

KANTE
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ



NaturSnacks®



Άσκηση Αναστοχασμού



Αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε πώς η τεχνολογία και οι παραδοσιακές πρακτικές μπορούν να συνεργαστούν σε μια ΜμΕ. Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε τη σκέψη σας.



01

Με ποιους τρόπους μπορεί η τεχνολογία να συμβάλει στη μείωση της σπατάλης τροφίμων;

02

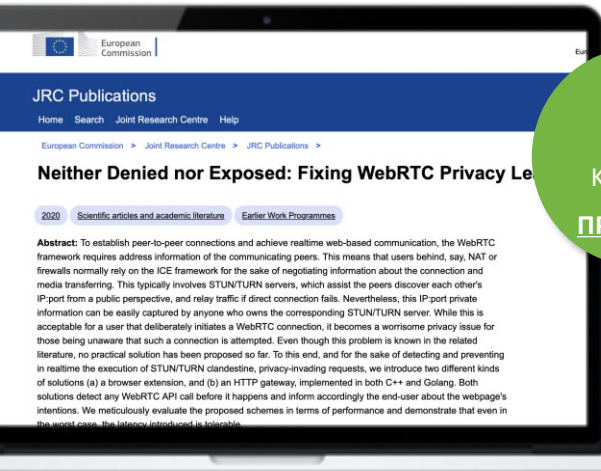
Ποια περιβαλλοντικά οφέλη σχετίζονται με την παραγωγή σνακ από πλεονάζοντα λαχανικά;

03

Εντοπίστε τα πιθανά μειονεκτήματα ή περιορισμούς της εισαγωγής τεχνολογίας.

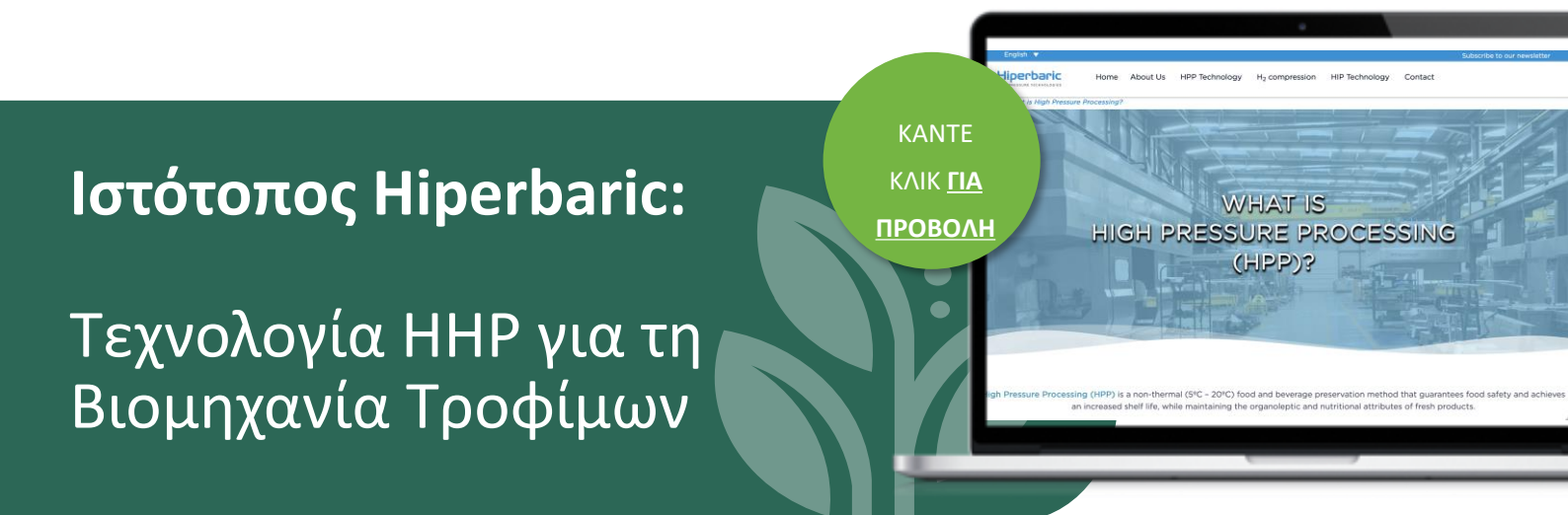


Εκπαιδευτικό Υλικό



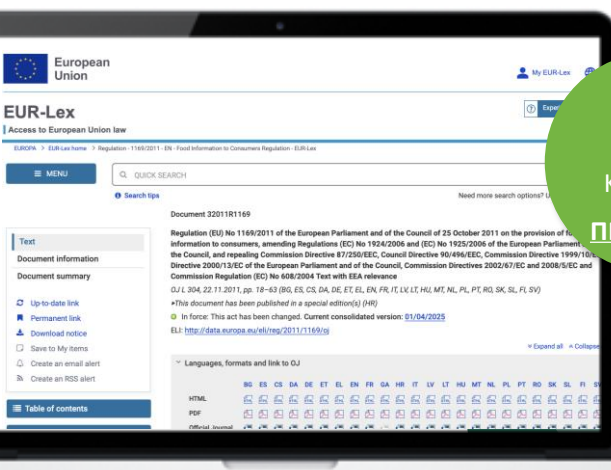
ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
ΠΡΟΒΟΛΗ

Έκθεση Ευρωπαϊκής
Επιτροπής: Ούτε Άρνηση
Ούτε Έκθεση: Επιδιόρθωση
Παραβιάσεων Απορρήτου
WebRTC



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
ΠΡΟΒΟΛΗ

Ιστότοπος Hiperbaric:
Τεχνολογία HHP για τη
Βιομηχανία Τροφίμων



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
ΠΡΟΒΟΛΗ

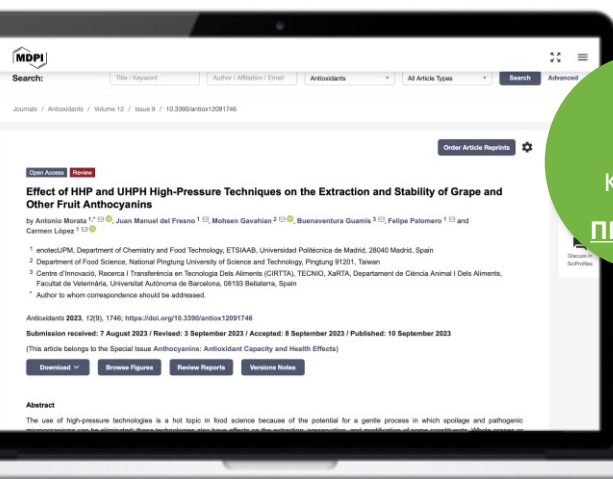
Κανονισμός (ΕΕ)
αριθ. 1169/2011
για την Παροχή Πληροφοριών
για τα Τρόφιμα στους
Καταναλωτές

Δείτε περισσότερα στην
επόμενη διαφάνεια



FAO — Βιώσιμες Υγιεινές Διατροφές: Κατευθυντήριες Αρχές

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

Morata et al. — ΗΗΡ για την Αύξηση Φαινολικών Ενώσεων στα Τρόφιμα:





Δημιουργία Φυτικών Καινοτομιών για Έτοιμα Προϊόντα Λιανικής

Αυτή η ενότητα στοχεύει να προσφέρει στους εκπαιδευόμενους μια ολοκληρωμένη κατανόηση των καταναλωτικών τάσεων και της ζήτησης της αγοράς για φυτικά έτοιμα προς κατανάλωση (RTE) και προϊόντα λιανικής.



Εξερευνά καινοτόμες στρατηγικές για την ανάπτυξη φυτικών προϊόντων που απευθύνονται σε διαφορετικά τμήματα καταναλωτών, αναλύοντας προκλήσεις και λύσεις σχετικά με τη σύνθεση, τη διάρκεια ζωής, τη συσκευασία και τη διανομή.

Επιπλέον, η ενότητα υπογραμμίζει πώς να ενσωματωθούν η βιωσιμότητα, η διατροφή και η ευκολία στον σχεδιασμό προϊόντων λιανικής και προσφέρει γνώσεις για αποτελεσματική επωνυμία, επισήμανση και επικοινωνία με τον καταναλωτή για φυτικά τρόφιμα.

Έως το τέλος της ενότητας, οι εκπαιδευόμενοι θα μπορούν να:

01

Εντοπίζουν τους βασικούς παράγοντες καινοτομίας στα φυτικά προϊόντα λιανικής.

02

Σχεδιάζουν νέα φυτικά προϊόντα ευθυγραμμισμένα με τις τρέχουσες τάσεις και τις απαιτήσεις υγείας.

03

Αξιολογούν επιλογές συσκευασίας και εφοδιαστικής για την παράταση της διάρκειας ζωής και τη διατήρηση της ποιότητας.

04

Αναπτύσσουν στρατηγικές μάρκετινγκ και επικοινωνίας που χτίζουν την εμπιστοσύνη του καταναλωτή.

**Εκτιμώμενη
Διάρκεια:**
45 λεπτά



Άσκηση:

Η Πρόκληση Λιανικής: Επανασχεδιασμός ενός παραδοσιακού αγαπημένου σε ένα φυτικό RTE προϊόν με Καθαρή Ετικέτα

Άσκηση

Οι εκπαιδευόμενοι, σε ζευγάρια ή ως μικρή ομάδα, θα ενεργήσουν ως ομάδα ανάπτυξης προϊόντος για μια ΜμΕ τροφίμων που επιθυμεί να λανσάρει ένα νέο φυτικό, έτοιμο προς κατανάλωση (RTE) γεύμα λιανικής. Πρέπει να μετατρέψουν ένα συμβατικό αγαπημένο του σούπερ μάρκετ, **"Κρεμώδη Ζυμαρικά με Κοτόπουλο & Μανιτάρια και Μυρωδικά"** σε φυτική εναλλακτική. Οι ομάδες πρέπει να ολοκληρώσουν τις παρακάτω δύο λειτουργικές εργασίες χρησιμοποιώντας τις γνώσεις που αποκτήθηκαν σε όλη την Ενότητα 3.



Οι ομάδες πρέπει να ολοκληρώσουν τις παρακάτω δύο λειτουργικές εργασίες χρησιμοποιώντας τις γνώσεις που αποκτήθηκαν σε όλη την Ενότητα 3.



01

Εργασία 1: Επιλογή Σύνθεσης & Συντήρησης

Εξετάστε τον παρακάτω τεχνικό πίνακα και επιλέξτε την καταλληλότερη επιλογή για την αντικατάσταση των ζωικών στοιχείων. Δώστε μια σύντομη αιτιολόγηση εστιάζοντας στην υφή, τη γεύση και τη συμμόρφωση με καθαρή ετικέτα.

- **Πρώτη ύλη 1: Κοτόπουλο (Υφή):**
 - Επιλογή A: Πρωτεΐνη Μπιζελιού με Υφή (μέσω τεχνολογίας εξώθησης) Ή
 - Επιλογή B: Ανεπεξέργαστο Ψιλοκομμένο Τόφου.
- **Πρώτη ύλη 2: Vegan Κρεμώδης Σάλτσα:**
 - Επιλογή A: Ηλιέλαιο με συνθετικά γαλακτωματοποιητικά Ή
 - Επιλογή B: Μείγμα Κάσιους & Γάλακτος Βρώμης (προσέγγιση Καθαρής Ετικέτας).
- **Πρώτη ύλη 3: Ενίσχυση Γεύσης (Umami):**
 - Επιλογή A: Γλουταμινικό Μονονάτριο (MSG) Ή
 - Επιλογή B: Εκχύλισμα Μαγιάς και σκόνη μανιταριού Πορτσίνι.
- **Πρώτη ύλη 4: Συντήρηση Τροφίμων:**
 - Επιλογή A: Παστερίωση Υπερυψηλής Θερμοκρασίας Ή
 - Επιλογή B: Συσκευασία Τροποποιημένης Ατμόσφαιρας (MAP) σε συνδυασμό με εφοδιαστική Ψυκτικής Αλυσίδας.

Εργασία 2: Στρατηγική Μάρκετινγκ & Τοποθέτησης στη Λιανική

Οδηγίες: Απαντήστε στις παρακάτω τρεις λειτουργικές ερωτήσεις για το νέο σας προϊόν με βάση τις γνώσεις για τον καταναλωτή και τις κατευθυντήριες γραμμές μάρκετινγκ.

- **Ο Ισχυρισμός στην Πρόσωση της Συσκευασίας:** Το μάρκετινγκ θα πρέπει να επικεντρώνεται στην απόλαυση και την εμπειρία γεύσης και όχι απλώς σε ό,τι "δεν έχει" το προϊόν. Συντάξτε μια σύντομη, ελκυστική πρόταση για τη συσκευασία σας που απευθύνεται ειδικά σε Φλεξιταριανούς, ώστε αυτό το φυτικό γεύμα να ακούγεται νόστιμο.

Η Απάντησή σας:

- **Οπτικά Στοιχεία & Αφήγηση:** Σύμφωνα με την ενότητα, οι επωνυμίες πρέπει να ευθυγραμμίζουν την "Αφήγηση" και τα "Οπτικά Στοιχεία" τους για να χτίσουν την εμπιστοσύνη του καταναλωτή. Περιγράψτε τι είδους ιστορία ή οπτικό στιλ (π.χ. μινιμαλιστικό στιλ καθαρής ετικέτας έναντι παραδοσιακού αγροτικού γεύματος) θα επικοινωνήσει η συσκευασία σας για να δείξει ότι το προϊόν είναι ταυτόχρονα premium και βιώσιμο.

Η Απάντησή σας:

- **Τοποθέτηση στο Κατάστημα Λιανικής:** Με βάση τις συνήθειες αγορών των φλεξιταριανών και τις τάσεις της αγοράς, θα δώσετε οδηγίες στα σουπερ μάρκετ να τοποθετήσουν το προϊόν σας στον απομονωμένο "Διάδρομο Vegan/Δίαιτας" ή απευθείας στο κύριο τμήμα "Ψυγμένων Έτοιμων Γευμάτων" δίπλα σε συμβατικά γεύματα ζυμαρικών; Αιτιολογήστε την απόφασή σας.

**Μαθησιακός Στόχος
(Ποια δεξιότητα ή
γνώση πρέπει να
αποκτήσουν οι
εκπαιδευόμενοι;)**

Ολοκληρώνοντας αυτή την άσκηση, οι εκπαιδευόμενοι θα αποκτήσουν τις πρακτικές δεξιότητες που χρειάζονται για να εφαρμόσουν τεχνολογίες υφής, να εφαρμόσουν φυσικά συστατικά καθαρής ετικέτας, να επιλέξουν εμπορικές μεθόδους επέκτασης διάρκειας ζωής (MAP) και να διαμορφώσουν στρατηγικές μάρκετινγκ βασισμένες στην αισθητηριακή εμπειρία για να τοποθετήσουν επιτυχώς ένα φυτικό προϊόν σε περιβάλλοντα μαζικής λιανικής.

Μελέτη Περίπτωσης



Χώρα
Ελλάδα

Nutree

*Καινοτομία Σνακ Καθαρής Ετικέτας
και Τοποθέτηση σε Μαζική Λιανική.*

Παράγουν 100% φυσικά αφυδατωμένα σνακ φρούτων, Περίληψη Μελέτης Περίπτωσης. Η NUTREE είναι μια δυναμική ελληνική μικρομεσαία επιχείρηση (ΜμΕ) που ιδρύθηκε από δύο φίλους και συνεταίρους, τον Αναστάση και τον Φαίδωνα. Έχοντας ζήσει στο εξωτερικό και βιώσει τις προκλήσεις διατήρησης μιας ισορροπημένης διατροφής μέσα σε έναν γρήγορο αστικό τρόπο ζωής, ίδρυσαν την πρώτη ελληνική επωνυμία αφιερωμένη στην ενσωμάτωση ωμών, φυτικών, έτοιμων προς κατανάλωση (RTE) σνακ στην καθημερινότητα. Η εταιρεία παράγει 100% φυσικές μπάρες ενέργειας και μπουκίτσες πρωτεΐνης χρησιμοποιώντας καθαρές, αυθεντικές πρώτες ύλες εμπνευσμένες από τον πλούτο της ελληνικής γης.

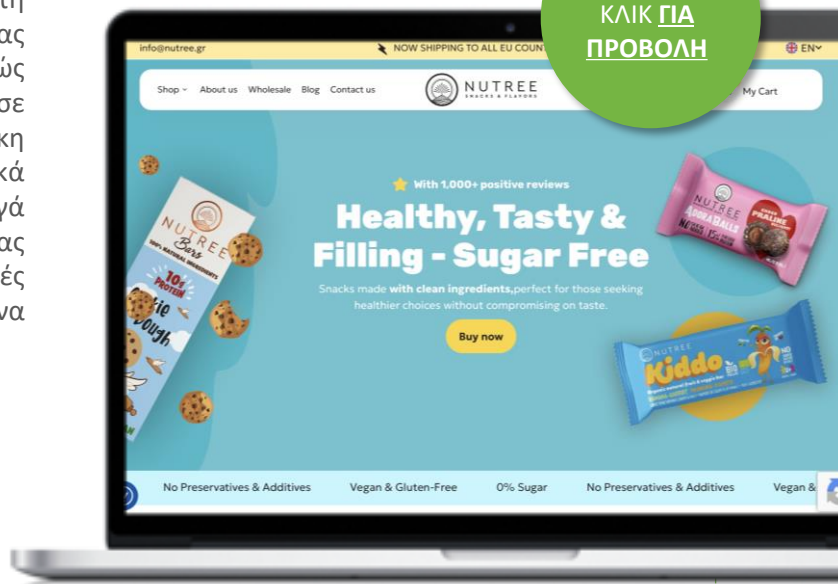
Η απόλυτη εστίαση της εταιρείας είναι στην καινοτομία καθαρής ετικέτας και την αισθητηριακή αριστεία. Η NUTREE ισορροπεί με επιτυχία τη διατροφή με την "υγιεινή απόλαυση", διασφαλίζοντας ότι η βιώσιμη φυτική διατροφή παραμένει εγγενώς νόστιμη. Στηριζόμενοι εξ ολοκλήρου σε ανεπεξέργαστες πρώτες ύλες, αποβάλλουν προσθήκη ζάχαρης, συνθετικά πρόσθετα ή τεχνητά συντηρητικά από τις συνταγές τους. Επιπλέον, καινοτομούν ενεργά στον χώρο των λειτουργικών τροφίμων συνδυάζοντας μεσογειακές πρώτες ύλες με καθαρές φυτικές πρωτεΐνες (όπως η πρωτεΐνη μπιζελίου) για να προσφέρουν μια ανώτερη, ικανοποιητική υφή.

Η NUTREE αποτελεί εξαιρετικό παράδειγμα καλής πρακτικής για τη φυτική επιχειρηματικότητα. Δείχνει πώς μια τοπική startup βασισμένη σε αξίες μπορεί να μετατραπεί από μια εξειδικευμένη ιδέα σε μαζική λιανική. Ευθυγραμμίζοντας τη συσκευασία, την αυθεντική αφήγηση και την οπτική τους ταυτότητα με τις σύγχρονες καταναλωτικές τάσεις, έχτισαν άμεση αξιοπιστία. Μέσα από την άριστη εκτέλεση της υφής, της φορητότητας και της ευκολίας του προϊόντος, η NUTREE εξασφάλισε με επιτυχία ανταγωνιστικό χώρο σε ράφια μεγάλων εθνικών σούπερ μάρκετ και διεθνών αγορών, προσφέροντας ένα κλιμακούμενο επιχειρηματικό πρότυπο για άλλες μεσογειακές ΜμΕ τροφίμων.

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ



NUTREE
SNACKS & FLAVORS





Αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε τις καταναλωτικές τάσεις και τη ζήτηση της αγοράς στο πλαίσιο των ΜμΕ. Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε τη σκέψη σας.



01

Πώς μπορεί μια αγροδιατροφική ΜμΕ να εξισορροπήσει αποτελεσματικά τη ζήτηση των καταναλωτών για προϊόντα "Καθαρής Ετικέτας" (ελαχιστοποίηση συνθετικών προσθέτων) με τις αυστηρές τεχνικές απαιτήσεις των μεγάλων σούπερ μάρκετ για παρατεταμένη διάρκεια ζωής;

02

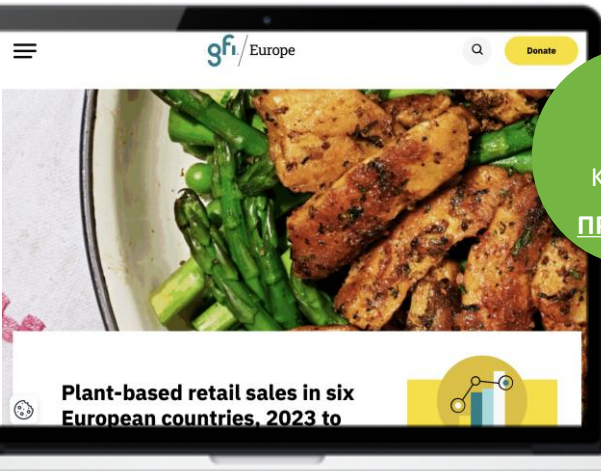
Αναλογιζόμενοι τη μελέτη περίπτωσης, ποιοι είναι οι λειτουργικοί κίνδυνοι και τα εμπορικά οφέλη για μια μικρή επιχείρηση όταν απαιτεί τοποθέτηση στον ψυγμένο διάδρομο υψηλής κίνησης δίπλα σε συμβατικά γεύματα αντί στο απομονωμένο τμήμα χορτοφαγικών προϊόντων;

03

Σε μια αγορά φυτικών προϊόντων λιανικής όλο και πιο πυκνοκατοικημένη από διαφορετικά λογότυπα (π.χ. V-Label, Βιολογικό, Eco-scores), ποιο είδος πιστοποίησης ή επικοινωνίας συσκευασίας πιστεύετε ότι είναι πιο αποτελεσματικό για να κερδίσει την εμπιστοσύνη ενός δύσπιστου φλεξιταριανού καταναλωτή;



Εκπαιδευτικό Υλικό

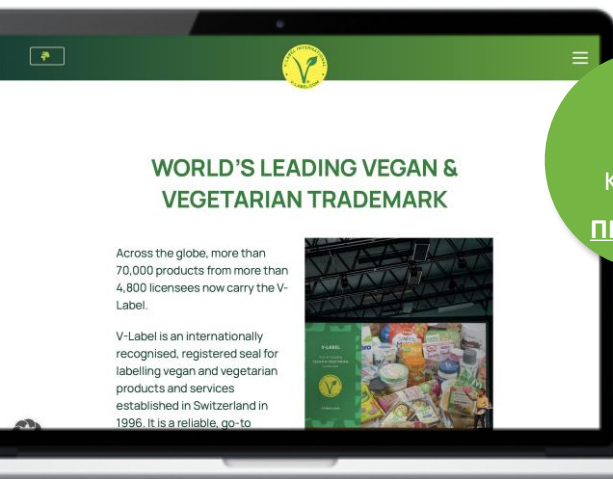


ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

**Good Food
Institute Europe:**
Δεδομένα πωλήσεων
φυτικών προϊόντων
στην Ευρώπη 2022-2024

**Ευρωπαϊκή
Εκστρατεία για την
Ασφάλεια
Τροφίμων:**
Ενημερωτικά Δελτία

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

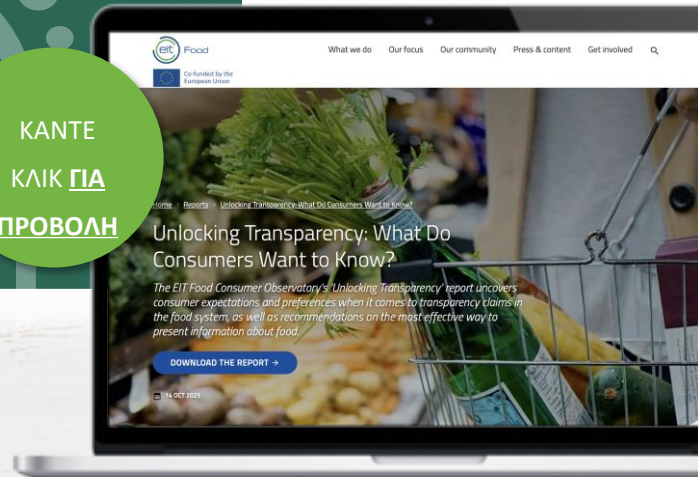
V-Label Europe:
Καλλιεργώντας
την Εμπιστοσύνη του
Καταναλωτή

Δείτε περισσότερα στην
επόμενη διαφάνεια



ΕΙΤ-Food: Ξεκλειδώνοντας τη Διαφάνεια: Τι Θέλουν να Ξέρουν οι Καταναλωτές;

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΠΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ





Χρήση Τοπικών Πρώτων Υλών για την Ανάπτυξη Ισχυρότερων Φυτικών Προϊόντων

Πριν επενδύσετε σε ένα νέο φυτικό προϊόν, βοηθά να κατανοήσετε πώς ακριβώς μία μόνο πρώτη ύλη κινείται από το χωράφι στον πελάτη. Η χαρτογράφηση της διαδρομής μιας μόνο πρώτης ύλης: ο παραγωγός που την καλλιεργεί, ο επεξεργαστής που την προετοιμάζει και ο αγοραστής που τη χρησιμοποιεί, σας δείχνει πού είναι δυνατή η αλυσίδα εφοδιασμού σας, πού έχει κενά και πού μικρές αλλαγές θα μπορούσαν να κάνουν μεγάλη διαφορά.



Βασικές έννοιες. Η τοπική προμήθεια συνήθως αναφέρεται σε πρώτες ύλες που διανύουν περίπου 100–150 χλμ από την προέλευση έως την επεξεργασία. Η περιφερειακή προμήθεια εκτείνεται έως περίπου 500 χλμ. Οτιδήποτε παραπέρα αποτελεί ένδειξη ότι αξίζει να διερευνηθεί αν υπάρχει πιο κοντινή επιλογή. Τρία σημεία αγκυρώνουν κάθε αλυσίδα εφοδιασμού: ο παραγωγός (το αγρόκτημα ή η ομάδα καλλιεργητών), ο επεξεργαστής (όπου η πρώτη ύλη καθαρίζεται, αλέθεται, πιέζεται, καταψύχεται ή συσκευάζεται) και ο αγοραστής (ο τροφοδότης, ο έμπορος λιανικής ή ο παρασκευαστής που τη χρησιμοποιεί).

Πρακτική σημασία. Οι φυτικές ΜμΕ έχουν συχνά καλή σχέση με το άκρο του αγοραστή στην αλυσίδα, αλλά περιορισμένη ορατότητα στο άκρο του παραγωγού. Οι μεγάλες διαδρομές μεταφοράς και τα ελλείποντα

στάδια επεξεργασίας είναι τα δύο σαφέστερα σημάδια ότι η τοπική προμήθεια έχει περιθώριο ανάπτυξης. Ο φυτικός κλάδος της Δανίας έχει χτίσει δύναμη εδώ μέσω συντονισμένων αλυσίδων αξίας· η Naturli', η Simple Feast και η DRYK χρησιμοποιούν όλες δανέζικες ή κοντινές στην ΕΕ πρώτες ύλες και το επικοινωνούν ανοιχτά στους πελάτες.

Επεξήγηση με εστίαση στον εκπαιδευόμενο. Έως το τέλος αυτής της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να μπορούν να επιλέξουν μία πρώτη ύλη, να σκιαγραφήσουν μια απλή **διαδρομή παραγωγός → επεξεργαστής → αγοραστής** για την περιοχή τους και να εντοπίσουν ένα δυνατό σημείο, ένα κενό και μία ευκαιρία. Η άσκηση είναι σκόπιμα μικρή. Ξεκινήστε με μία πρώτη ύλη πριν επανασχεδιάσετε ολόκληρο το προϊόν.



Σκιαγραφήστε τη Διαδρομή: Από τον Παραγωγό → τον Επεξεργαστή → τον Αγοραστή.
Αυτή η άσκηση γίνεται καλύτερα σε ζευγάρια ή σε μικρή ομάδα.

Εκτιμώμενη Διάρκεια:
20 λεπτά



01

Επιλέξτε μία φυτική πρώτη ύλη που ήδη χρησιμοποιείτε, ή μία στην οποία θα θέλατε να στραφείτε (π.χ. βρώμη, μπιζέλια, κουκιά, ντομάτες, ελαιοκράμβη, βότανα).

02

Βρείτε τον παραγωγό. Ποιος τον καλλιεργεί; Ονομάστε ένα αγρόκτημα, συνεταιρισμό ή ομάδα καλλιεργητών στην περιοχή σας.

03

Βρείτε τον επεξεργαστή. Πού καθαρίζεται, αλέθεται, πιέζεται, καταψύχεται ή συσκευάζεται; Αυτός είναι συχνά ο κρίκος που λείπει στην τοπική προμήθεια.

04

Βρείτε τον αγοραστή. Ποιος καταλήγει να τον χρησιμοποιεί – ένας τροφοδότης, ένας έμπορος λιανικής, μια κουζίνα εστίασης ή η δική σας επιχείρηση;

05

Σχεδιάστε τρία κουτιά σε χαρτί ή πίνακα, με βέλη ανάμεσά τους. Επισημάνετε κάθε βέλος με την περίπου απόσταση σε χλμ. Αν ένα βήμα λείπει ή είναι άγνωστο, αφήστε το κενό – αυτό είναι κι αυτό ένα εύρημα.

06

Σημειώστε ένα δυνατό σημείο, ένα κενό ή εμπόδιο και μία ευκαιρία που βλέπετε στη διαδρομή.

Οι εκπαιδευόμενοι θα μπορούν να σκιαγραφήσουν μια απλή διαδρομή εφοδιασμού για μία φυτική πρώτη ύλη στην περιοχή τους, να εντοπίσουν πού η αλυσίδα είναι δυνατή ή αδύναμη, και να εντοπίσουν μία πρακτική ευκαιρία για πιο τοπική προμήθεια.

Μελέτη Περίπτωσης



Χώρα

Δανία

DRYK

*Μια Απλή Ιστορία Προμήθειας
Χτισμένη γύρω από Δύο Πρώτες Ύλες*

Η DRYK είναι μια δανέζικη εταιρεία φυτικών ροφημάτων που ξεκίνησε το 2020 από τον Christian Christensen και τη Marina Hansen στο Stevn, με κύριο γραφείο στο Køge.

Η επωνυμία παράγει ροφήματα με βάση τη βρώμη και τα μπιζέλια σχεδιασμένα να ταιριάζουν με τη διατροφική ποιότητα του αγελαδινού γάλακτος, παραμένοντας διαφανείς για κάθε συστατικό.

Τι κάνει. Η DRYK παράγει φυτικά ροφήματα από βρώμη που προέρχεται από τη Νορβηγία και κίτρινα μπιζέλια που προέρχονται από τη Γαλλία. Χρησιμοποιεί επίσης μικρότερες ποσότητες κάνναβης και κινόα. Σε αντίθεση με πολλές επωνυμίες φυτικών ροφημάτων, η DRYK αποφεύγει τα βρασμένα φυτικά σιρόπια και χρησιμοποιεί αντ' αυτού πιεσμένες πρώτες ύλες, οι οποίες διατηρούν περισσότερη φυσική πρωτεΐνη και μειώνουν την επεξεργασία.

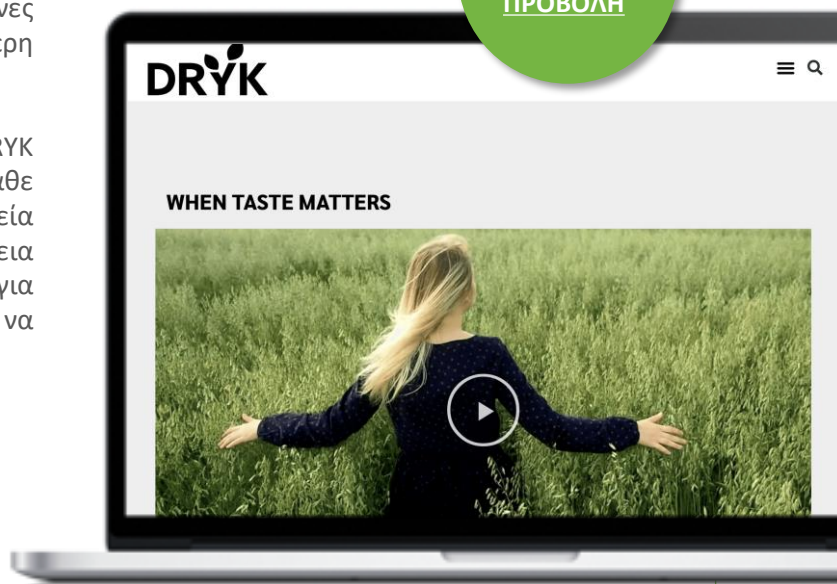
Εστίαση στη βιωσιμότητα και την καινοτομία. Η DRYK συνεργάζεται με το Δανικό Ταμείο Φύσης – για κάθε χαρτοκουτί που πωλείται στη Σκανδιναβία, η εταιρεία δωρίζει ένα ποσό ισοδύναμο με τη βασική επιφάνεια του χαρτοκουτιού για να ελευθερώσει δανέζικη γη για τη φύση. Η επωνυμία δεσμεύεται επίσης να

χρησιμοποιεί όλο και περισσότερες τοπικές πρώτες ύλες με την πάροδο του χρόνου για να μειώσει περαιτέρω το αποτύπωμα άνθρακα.

Η εταιρεία δεν ισχυρίζεται ότι όλα είναι δανέζικα – λέει ακριβώς από πού προέρχονται η βρώμη και τα μπιζέλια της. Αυτή η διαφάνεια χτίζει την εμπιστοσύνη των πελατών και δείχνει σε άλλες ΜμΕ ότι μια ισχυρή ιστορία προμήθειας μπορεί να χτιστεί γύρω σε δύο πρώτες ύλες, όχι σε ολόκληρη τη

**ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ**

DRYK



Άσκηση Αναστοχασμού



Αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε και να εστιάσετε στη διαδρομή που επιλέξατε. Πώς βοήθησε η χαρτογράφηση αυτής της πρώτης ύλης στην παραγωγή; Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε τη σκέψη σας.



01

Κοιτάξτε τη διαδρομή που σκιαγραφήσατε. Πού βρίσκεται η μεγαλύτερη απόσταση ανάμεσα σε δύο σημεία, και είναι αυτή η απόσταση πρόβλημα ή απλώς ένα δεδομένο του τρόπου καλλιέργειας αυτής της πρώτης ύλης;

02

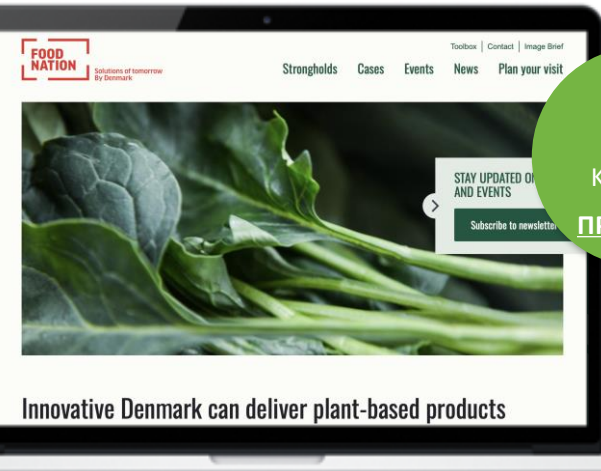
Η DRYK κάνει ισχυρισμό προμήθειας μόνο για δύο πρώτες ύλες (βρώμη και μπιζέλια). Για ποια μία ή δύο πρώτες ύλες στο δικό σας προϊόν θα νιώθατε σίγουροι να κάνετε έναν σαφή, ειλικρινή ισχυρισμό προμήθειας;

03

Πού είναι πιο αδύναμο το στάδιο του επεξεργαστή στην τοπική σας αλυσίδα εφοδιασμού; Τι είδους συνεργασία - κοινή αποθήκευση, περιφερειακός μυλωνάς, εγκατάσταση κατάψυξης- θα βοηθούσε να διορθωθεί;



Εκπαιδευτικό Υλικό

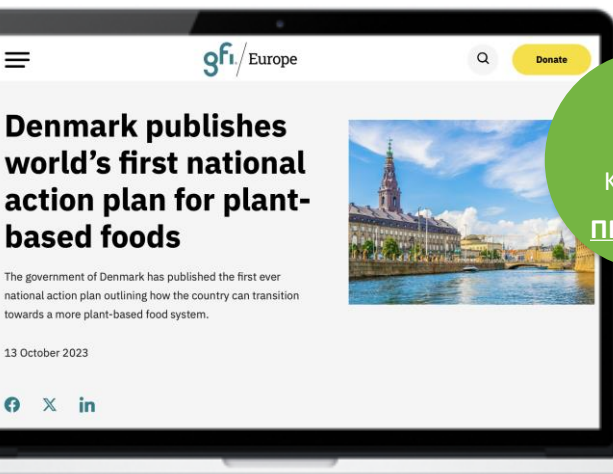


ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

Food Nation Denmark Επισκόπηση Κλάδου Φυτικών Τροφίμων

SEGES Innovation Φυτικά Τρόφιμα

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

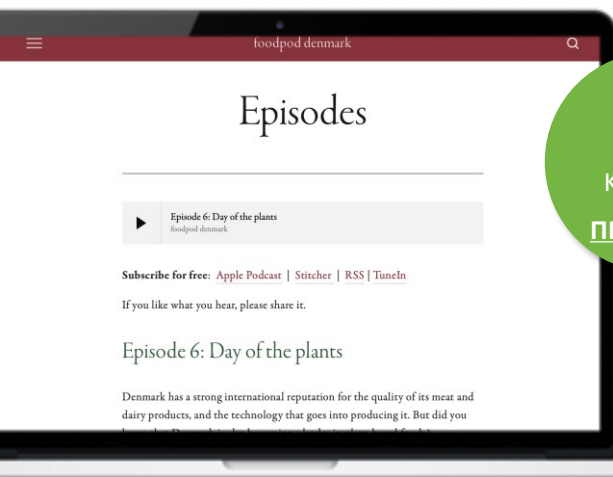
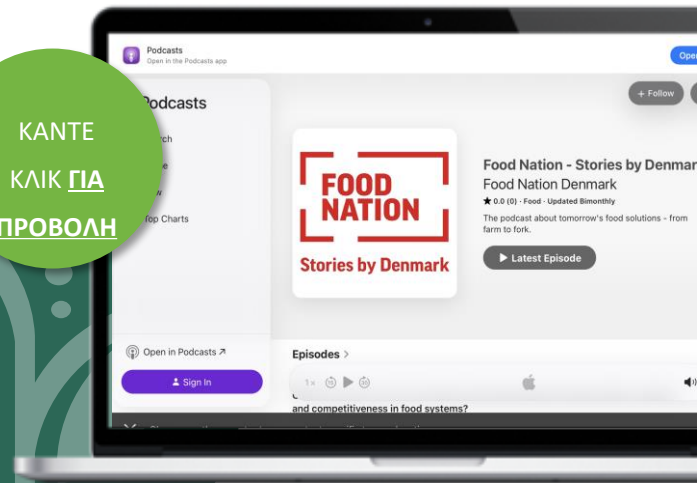
GFI Europe – Εθνικό Σχέδιο Δράσης της Δανίας για Φυτικά Τρόφιμα

Δείτε περισσότερα στην
επόμενη διαφάνεια



Food Nation: Ιστορίες από τη Δανία – επεισόδια για φυτικά προϊόντα και τον κλάδο πρώτων υλών

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

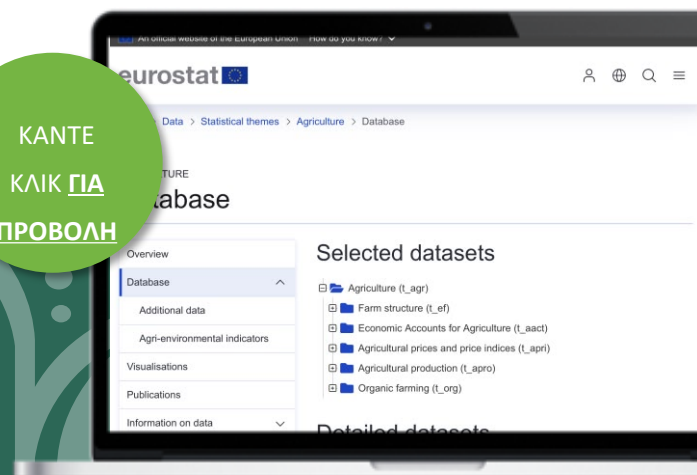


ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

Foodpod Denmark – Επ. 6: Η Ημέρα των Φυτών (Naturli' & Δανική Χορτοφαγική Εταιρεία)

Eurostat – Βάση δεδομένων Γεωργίας (NUTS 2 / NUTS 3 δεδομένα φυτικής

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)





*«Τα συστήματα τροφίμων
βρίσκονται στην καρδιά της
μετάβασης προς ένα βιώσιμο
μέλλον.»*

**Ευρωπαϊκό Ινστιτούτο
Καινοτομίας και
Τεχνολογίας Τροφίμων**





Αξιοποίηση της Δύναμης των Φυτών για μια πιο Βιώσιμη Επιχείρηση Τροφίμων

Μέσω της αξιοποίησης της δύναμης των φυτών για μια πιο βιώσιμη επιχείρηση τροφίμων, οι ΜμΕ κατανοούν τον κρίσιμο ρόλο που παίζουν τα φυτικά συστήματα τροφίμων στη διαμόρφωση ενός ανθεκτικού μέλλοντος. Αποκτούν τις γνώσεις για να ευθυγραμμίσουν τις πρακτικές τους με τις τάσεις βιωσιμότητας και τη μεταβαλλόμενη ζήτηση των καταναλωτών για φυτικά προϊόντα.

Ενθαρρύνονται να σκεφτούν τις τρέχουσες παγκόσμιες προκλήσεις και να φανταστούν μετασχηματιστικές λύσεις ριζωμένες στη φυτική καινοτομία. Βοηθά τις ΜμΕ να εντοπίσουν ευκαιρίες για καινοτομία, οικονομική αποδοτικότητα και νέα ανάπτυξη αγοράς στα φυτικά συστήματα τροφίμων. Αυτή η ενότητα αποτελεί μια θεμελιώδη εισαγωγή σε ένα φυτικό μέλλον τροφίμων, ενθαρρύνοντας τους συμμετέχοντες

να εξετάσουν κριτικά τα παραδοσιακά συστήματα τροφίμων και να φανταστούν εναλλακτικές που ευθυγραμμίζονται με τους Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης (ΣΒΑ). Χρησιμοποιούμε μεικτό περιεχόμενο και πρακτικές δραστηριότητες ώστε οι εκπαιδευόμενοι να γίνουν φορείς αλλαγής στη μετάβαση προς βιώσιμα συστήματα τροφίμων.

Έως το τέλος αυτών των ασκήσεων, οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να μπορούν να:

01

Εξηγούν τον ρόλο των φυτικών συστημάτων τροφίμων στην περιβαλλοντική και δημόσια υγεία.

02

Εντοπίζουν πώς οι φυτικές λύσεις ευθυγραμμίζονται με την Ευρωπαϊκή Πράσινη Συμφωνία και τους Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ.

03

Αναστοχάζονται σχετικά με τον κοινωνικοοικονομικό αντίκτυπο της στρόφης προς φυτικές διατροφικές συνήθειες.

04

Οραματίζονται καινοτόμες φυτικές ιδέες που προωθούν τη βιωσιμότητα και την ισότητα.

**Εκτιμώμενη
Διάρκεια:**
40-60 λεπτά



Μάθετε κάνοντας την παρακάτω άσκηση!

Σχεδιάστε τη Μελλοντική σας Επιχείρηση Τροφίμων

Φανταστείτε ότι είναι το έτος 2035 και λανσάρετε μια επιχείρηση τροφίμων που συμβάλλει σε ένα πιο υγιές, δίκαιο και βιώσιμο σύστημα τροφίμων.

Εργαζόμενοι ατομικά ή σε ομάδες, σχεδιάστε μια φυτική επιχείρηση τροφίμων προσανατολισμένη στο μέλλον και απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις:

01

Ποιο προϊόν ή υπηρεσία προσφέρει η επιχείρησή σας;

02

Ποιες τοπικές ή βιώσιμες πρώτες ύλες χρησιμοποιείτε;

03

Πώς μειώνει η επιχείρησή σας τον περιβαλλοντικό αντίκτυπο;

04

Πώς αντιμετωπίζει τη σπατάλη τροφίμων ή στηρίζει την κυκλική οικονομία;

05

Πώς ανταποκρίνεται στις ανάγκες των πελατών και στις μεταβαλλόμενες τάσεις τροφίμων;

06

Πώς στηρίζει τη δικαιοσύνη, την προσβασιμότητα ή την επισιτιστική δικαιοσύνη;

07

Τι κάνει την επιχείρησή σας ανθεκτική σε ένα μεταβαλλόμενο κλίμα και οικονομία;

Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να δημιουργήσουν μια μονοσέλιδη αφίσα ιδέας, επιχειρηματικό καμβά ή σύντομη παρουσίαση που απεικονίζει το όραμά τους.

Μετά την ολοκλήρωση της δραστηριότητας, κάθε εκπαιδευόμενος ή ομάδα παρουσιάζει τη μελλοντική του επιχείρηση τροφίμων και εξηγεί πώς συμβάλλει σε έναν καλύτερο κόσμο μέσω της δύναμης των φυτών.

Οι εκπαιδευόμενοι θα εφαρμόσουν έννοιες βιωσιμότητας σε μια πραγματική ιδέα επιχείρησης τροφίμων.

Θα κατανοήσουν τις συνδέσεις μεταξύ φυτικών τροφίμων, κλιματικής δράσης, επισιτιστικής δικαιοσύνης και επιχειρηματικής ανθεκτικότητας. Θα αποκτήσετε γνώσεις για την ανάπτυξη μελλοντολογικής σκέψης και δεξιοτήτων καινοτομίας. Επίσης, θα εξασκηθείτε στην επικοινωνία βιώσιμων επιχειρηματικών λύσεων.



ALTERNATIVES
SUCCESSORS



Χώρα
Ισπανία

Heura Foods

*Από Startup σε Επανάσταση
Τροφίμων: Πώς η Heura Foods
Μετασχηματίζει το Σύστημα
Τροφίμων της Ευρώπης*

Η Heura Foods είναι μια εταιρεία τροφίμων με έδρα τη Βαρκελώνη που αναπτύσσει και διαθέτει στην αγορά 100% φυτικές εναλλακτικές λύσεις. Η εταιρεία παράγει προϊόντα σχεδιασμένα να μειώνουν τον περιβαλλοντικό αντίκτυπο που σχετίζεται με τη συμβατική κτηνοτροφία.

Η αποστολή της Heura είναι να βοηθήσει στον μετασχηματισμό του συστήματος τροφίμων σε ένα πιο υγιές, πιο βιώσιμο και πιο θρεπτικό.

Heura®

Η εταιρεία εστιάζει σε:

- Ανάπτυξη φυτικών τροφίμων με σημαντικά χαμηλότερο περιβαλλοντικό αποτύπωμα από τα ζωικά προϊόντα.
- Χρήση μεσογειακών πρώτων υλών όπως όσπρια και ελαιόλαδο.
- Μεγάλες επενδύσεις σε έρευνα και ανάπτυξη για τη βελτίωση της διατροφικής ποιότητας και της γεύσης.
- Αντικατάσταση συστατικών όπως κορεσμένα λίπη και πρόσθετα με υγιεινότερες φυτικές εναλλακτικές.
- Στήριξη της μετάβασης προς πιο βιώσιμα πρότυπα κατανάλωσης τροφίμων σε όλη την Ευρώπη.



Η Heura είναι ένα από τα πιο επιτυχημένα παραδείγματα φυτικής επιχειρηματικότητας στην Ευρώπη. Η εταιρεία δείχνει πώς μια startup μπορεί να συνδυάσει βιωσιμότητα, καινοτομία και εμπορική επιτυχία για να αντιμετωπίσει σημαντικές προκλήσεις του συστήματος τροφίμων. Η εταιρεία έχει γίνει κορυφαίος παίκτης στην ευρωπαϊκή αγορά φυτικών προϊόντων, συνεχίζοντας παράλληλα να καινοτομεί μέσω τεχνολογίας τροφίμων και ανάπτυξης προϊόντων.

Η Heura θεωρείται παράδειγμα καλής πρακτικής επειδή συνδύασε μια ισχυρή κοινωνική και περιβαλλοντική αποστολή με ένα επιτυχημένο επιχειρηματικό μοντέλο. Δείχνει πώς η βιωσιμότητα μπορεί να οδηγήσει σε καινοτομία και ανάπτυξη αγοράς. Επιπλέον, τα προϊόντα τους ευθυγραμμίζονται με τις ευρωπαϊκές προτεραιότητες για βιώσιμα συστήματα τροφίμων, κλιματική δράση και υγιεινότερες διατροφικές συνήθειες.

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

Heura®



Άσκηση Αναστοχασμού



Αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε πρακτικές και τον αντίκτυπό τους στη βιωσιμότητα. Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε τη σκέψη σας.



01

Πώς επηρεάζουν οι σημερινές διατροφικές σας επιλογές το περιβάλλον, και ποια είναι μία αλλαγή που θα μπορούσατε να κάνετε για να μειώσετε το περιβαλλοντικό σας αποτύπωμα;

02

Ποιον ρόλο πιστεύετε ότι μπορούν να παίξουν τα φυτικά συστήματα τροφίμων στην αντιμετώπιση παγκόσμιων προκλήσεων όπως η κλιματική αλλαγή, η επισιτιστική ανασφάλεια και η κοινωνική ανισότητα;

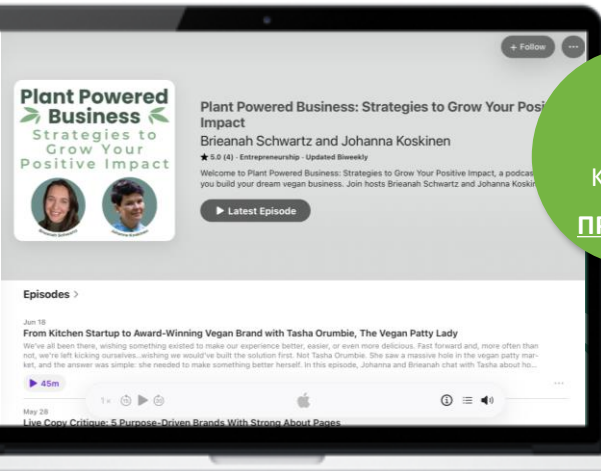
03

Φανταστείτε την κοινότητά σας το 2035. Πώς θα έμοιαζε ένα βιώσιμο και δίκαιο σύστημα τροφίμων, και ποιες ενέργειες θα μπορούσαν να κάνουν άτομα, επιχειρήσεις & κυβερνήσεις για να βοηθήσουν στην επίτευξή του;

ΣΥΜΒΟΥΛΗ! Ζητήστε από εκπαιδευόμενους μειονοτικού υποβάθρου να χρησιμοποιήσουν τις πολιτισμικές τους τροφές σε αυτόν τον προβληματισμό.



Εκπαιδευτικό Υλικό

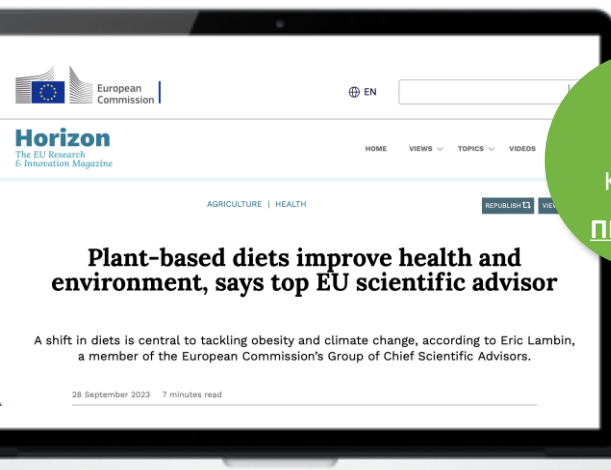
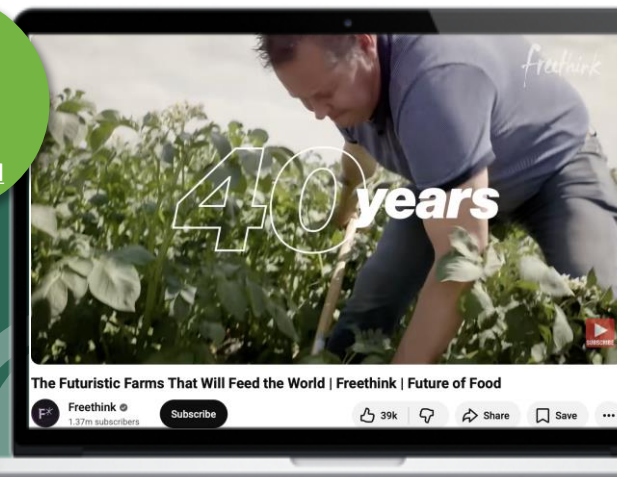


ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
ΠΡΟΒΟΛΗ

Επιχείρηση με τη
Δύναμη των Φυτών:
Στρατηγικές για την
Ανάπτυξη του
Θετικού σας

Οι Φουτουριστικές
Φάρμες που θα
Ταΐσουν τον Κόσμο

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
ΠΡΟΒΟΛΗ



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
ΠΡΟΒΟΛΗ

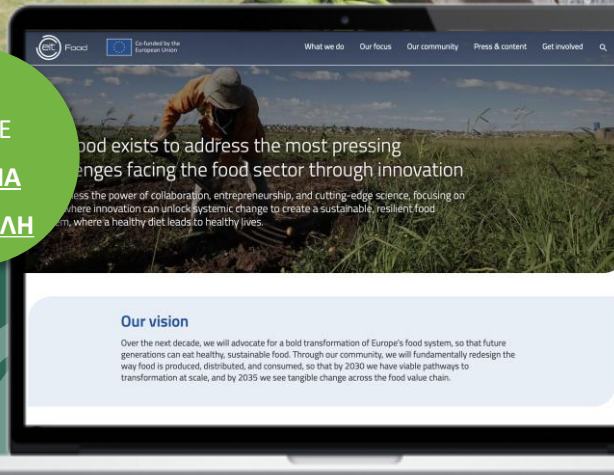
Οι φυτικές διατροφές
βελτιώνουν την υγεία
και το περιβάλλον, λέει
κορυφαίος
επιστημονικός

Δείτε περισσότερα στην
επόμενη διαφάνεια



EIT Food

ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΓΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ



Φυτεύοντας το μέλλον των βιώσιμων συστημάτων τροφίμων στην Ευρώπη

Ενότητα 6



Δημιουργία Φυτικών Καινοτομιών για Σημεία Εστίασης Τροφίμων

Ο γενικός στόχος αυτής της ενότητας είναι να εξοπλίσει τους παρόχους υπηρεσιών εστίασης με τις γνώσεις που χρειάζονται για να ενσωματώσουν τη φυτική καινοτομία στην επιχείρησή τους.



Εξετάζοντας τους βασικούς παράγοντες πίσω από τις φυτικές διατροφές, καθώς και τις σχετικές προκλήσεις και ευκαιρίες για τις ΜμΕ, η ενότητα βοηθά τους εκπαιδευόμενους να ανταποκριθούν αποτελεσματικά στην εξελισσόμενη ζήτηση των καταναλωτών. Επίσης εντάσσει τον φυτικό κλάδο σε πλαίσιο εξερευνώντας παγκόσμιες τάσεις. Επιπλέον, η ενότητα παρέχει

πρακτικές συμβουλές και κατευθυντήριες γραμμές για την προσαρμογή και ανάπτυξη μενού ώστε να ενσωματωθούν φυτικές επιλογές. Επιτυγχάνεται καλύτερα σε ζευγάρια, σε μικρή ομάδα ή ως συζήτηση σε τάξη.

Έως το τέλος αυτής της ενότητας, οι εκπαιδευόμενοι θα μπορούν να:

01

Κατανοήσουν τις προκλήσεις και τις ευκαιρίες των φυτικών επιλογών

02

Εντοπίσουν λειτουργικές απαιτήσεις για διαφορετικά σημεία εστίασης

03

Αξιολογήσουν κριτικά παγκόσμιες τάσεις στον φυτικό κλάδο

04

Κατανοήσουν τη διατροφική αξία των φυτικών προϊόντων

05

Εφαρμόσουν στρατηγικές σχεδιασμού μενού για την ανάπτυξη φυτικών συνταγών

**Εκτιμώμενη
Διάρκεια:**
45 λεπτά



Ανάπτυξη Μενού και Προϊόντων

Εργασία 1: Άσκηση Ανάλυσης Κενού Μενού

01

Οδηγίες: Επιτυγχάνεται καλύτερα σε μικρή ομάδα, εργασία σε ζεύγη ή συζήτηση σε τάξη.

Εξετάστε το δείγμα μενού εστίασης που παρέχεται και εντοπίστε πού θα μπορούσαν να προστεθούν ή να βελτιωθούν φυτικές επιλογές.

Χρησιμοποιήστε τοπικούς και εθνικούς δείκτες τιμών προμηθευτών για τους υπολογισμούς.

Η Απάντησή σας:

Ορεκτικά

Σούπα ημέρας, σερβιρισμένη με καστανό ψωμί
Φτερούγες κοτόπουλου με σος blue cheese
Ψωμί με σκόρδο και μοτσαρέλα
Κοκτέιλ γαρίδας με γαρνιτούρα σαλάτας

Κυρίως πιάτα

Μπιφτέκι μοσχαρίσιο με τηγανητές πατάτες και
κόουλσλο
Ψητό κοτόπουλο με σος Caesar
Ψάρι με τηγανητές πατάτες και πουρέ μπιζελιού
Ζυμαρικά καρμπονάρα
Κάρι αρνιού με ρύζι μπασμάτι

Σάντουιτς και ρολά

Τοστ ζαμπόν και τυρί
Ρολό με τόνο μαγιονέζα
Σάντουιτς BLT (μπέικον, μαρούλι, ντομάτα)
Ρολό Caesar με κοτόπουλο
Σάντουιτς με σαλάτα αυγού

Επιδόρπια

Τσίζκεικ
Μπραουνί σοκολάτας
Παγωτό βανίλια
Μηλόπιτα με κρέμα
Φρουτοσαλάτα

Λειτουργικές και Επιχειρηματικές Δεξιότητες



Εκτιμώμενη Διάρκεια:
45 λεπτά

Αυτή η άσκηση μπορεί να γίνει σε ζευγάρια, σε μικρή ομάδα ή ως συζήτηση σε τάξη.

02

Εργασία 2: Άσκηση Κοστολόγησης

Οδηγίες: Εξετάστε το κόστος των παρακάτω φυτικών πιάτων και συγκρίνετέ το με τις κρεατοφαγικές εναλλακτικές τους.

Μεσογειακή Σαλάτα Ρεβιθιών - Ένα μείγμα ψιλοκομμένου αγγουριού, ντομάτας, κόκκινου κρεμμυδιού, ελιών καλαμών και ρεβιθιών, ανακατεμένο σε βινεγκρέτ λεμονιού.

Εκτίμηση Κόστους

Σαλάτα Caesar με Κοτόπουλο - Μαρούλι romaine, τραγανά κρουτόν, τριμμένο παρμεζάνα και ψητό κοτόπουλο ανακατεμένα σε κρεμώδη σος Caesar.

Εκτίμηση Κόστους

Σύγκριση Κόστους

Μπολονέζ Φακής - Μια πλούσια, νόστιμη σάλτσα ζυμαρικών φτιαγμένη με καστανές φακές, θρυμματισμένες ντομάτες, σκόρδο και ιταλικά μυρωδικά, σερβιρισμένη με σπαγγέτι.

Εκτίμηση Κόστους

Σπαγγέτι Μπολονέζ - Αργοσιγοβρασμένος κιμάς βοδινού και αρωματικά λαχανικά σε πλούσια σάλτσα ντομάτας και κόκκινου κρασιού, σερβιρισμένα με σπαγγέτι και τριμμένη παρμεζάνα από πάνω.

Εκτίμηση Κόστους

Σύγκριση Κόστους

Μπέργκερ Μανιταριού Portobello - Ψητά καπέλα portobello σερβιρισμένα σε ψωμάκι με αβοκάντο, μαρούλι, σοταρισμένα κρεμμύδια, με πικάντικη σος chipotle.

Εκτίμηση Κόστους

Μπιφτέκι - Το εμβληματικό μας μπιφτέκι 227γρ από premium ιρλανδικό βοδινό, με λιωμένο ώριμο τυρί cheddar, τραγανό μαρούλι, ντομάτες ωριμασμένες στο κλαδί και σπιτική μαρμελάδα μπέικον, σερβιρισμένο σε ψωμάκι brioche.

Εκτίμηση Κόστους

Σύγκριση Κόστους



Μαθησιακός Στόχος:

Η άσκηση ανάλυσης κενού μενού καλεί τους εκπαιδευόμενους να αξιολογήσουν κριτικά κλασικές επιλογές μενού και να προκληθούν να δημιουργήσουν φυτικές εναλλακτικές για ένα πιο ποικίλο μενού που να απευθύνεται εξίσου σε χορτοφάγους, φλεξιταριανούς και κρεατοφάγους. Η άσκηση κοστολόγησης εμβαπτίζει τους εκπαιδευόμενους στην οικονομία του μενού για να βοηθήσει στην αντιμετώπιση πιθανών εμποδίων κόστους που σχετίζονται με την προσφορά φυτικών επιλογών μενού.



Χώρα
Ιρλανδία

The Happy Pear

*5 Μυστικές Vegan Γεύσεις
που Λατρεύει αυτός ο Σεφ με Αστέρι
Michelin*

Ιδρύθηκε το 2004 από τα πανομοιότυπα δίδυμα Dave και Steve, η **The Happy Pear** ξεκίνησε ως μαγαζί λαχανικών στο Greystones, στην κομητεία Wicklow

Είκοσι δύο χρόνια αργότερα, η εταιρεία έχει επεκταθεί ώστε να περιλαμβάνει καφετέρια και αρτοποιείο, μια εμπορική επωνυμία που προσφέρει 80 φυτικά προϊόντα τροφίμων, περισσότερα από 15 online μαθήματα, 7 βιβλία μαγειρικής, ένα αναγεννητικό βιολογικό αγρόκτημα 1,6 εκταρίων και ένα καβουρδιστήριο καφέ.

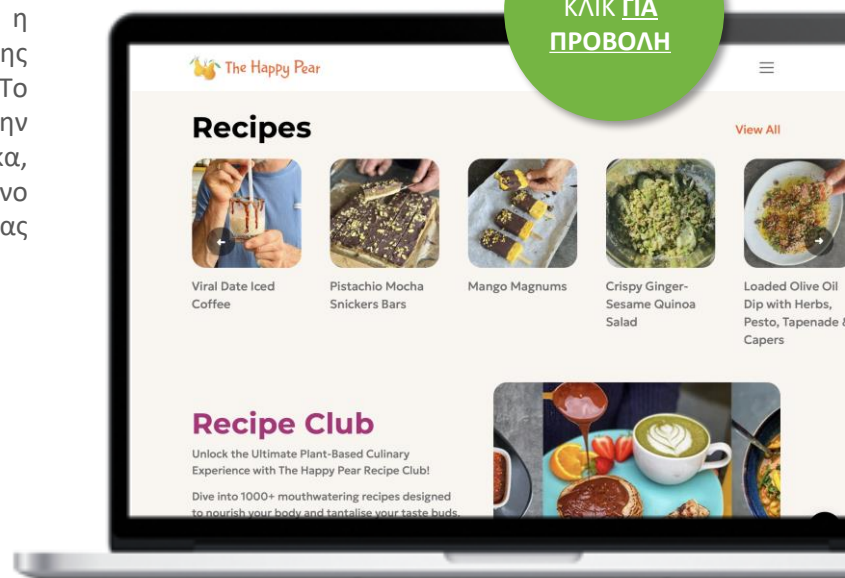
Όλα αυτά τα χρόνια, η αποστολή της εταιρείας παραμένει η ίδια: να δημιουργήσει έναν πιο υγιή, πιο ευτυχισμένο κόσμο και να χτίσει κοινότητα. Με πάνω από 2 εκατομμύρια ακολούθους στα social media, η The Happy Pear αποτελεί απόδειξη της αυξανόμενης ζήτησης των καταναλωτών για φυτικές επιλογές. Το αναγεννητικό τους αγρόκτημα εφοδιάζει την καφετέρια και το κατάστημά τους με φρέσκα, βιολογικά προϊόντα και αποτελεί εμπνευσμένο παράδειγμα βιωσιμότητας και τοπικής αλυσίδας εφοδιασμού.

Σε αυτό το βίντεο, η The Happy Pear συναντά τον ιρλανδό σεφ με αστέρι Michelin, JP McMahon, για να ανακαλύψουν 5 vegan γεύσεις, όπως σανό, πουρέ μαύρου μήλου, ζωμό μανιταριών, φύκια και άγριο σκόρδο. Αυτή η καινοτόμος προσέγγιση στη γεύση βοηθά να διαμορφωθεί ο φυτικός κλάδος και να υποστηριχθεί η δημιουργία ικανοποιητικών φυτικών πιάτων ποιότητας Michelin για μενού εστιατορίων

**ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΠΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ**



The Happy Pear





Αφιερώστε λίγο χρόνο για να σκεφτείτε την επίδραση της ενσωμάτωσης φυτικών τροφίμων στα Σημεία Εστίασης. Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω ερωτήσεις για να καθοδηγήσετε τη σκέψη σας.



01

Θα πρέπει τα χορτοφαγικά και vegan πιάτα να κοστίζουν το ίδιο με τα πιάτα κρέατος στα εστιατόρια;

02

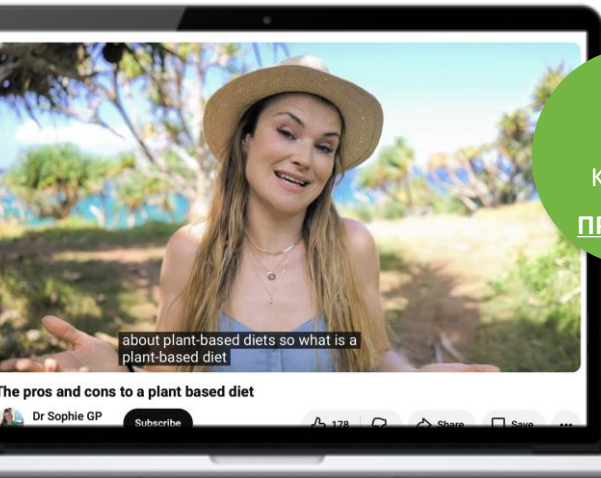
Είστε υπέρ ή κατά της πρότασης απαγόρευσης επισήμανσης φυτικών προϊόντων με ζωικούς όρους; Ποια επιρροή πιστεύετε ότι θα είχε αυτή η πρόταση στον κλάδο HoReCa (Ξενοδοχεία, Εστιατόρια, Καφέ);

03

Πιστεύετε ότι η φυτική διατροφή είναι πιο δημοφιλής σήμερα απ' ό,τι πριν από 10 χρόνια; Γιατί ή γιατί όχι;



Εκπαιδευτικό Υλικό



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

Dr Sophie GP (2019)
Τα Υπέρ και τα Κατά
μιας Φυτικής
Διατροφής.

EAT & GlobeScan (2023)
Παγκόσμια Έρευνα
Καταναλωτών για Υγιεινά
και Βιώσιμα Συστήματα
Τροφίμων, Grains
of Truth 2023.



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ [ΓΙΑ](#)
[ΠΡΟΒΟΛΗ](#)

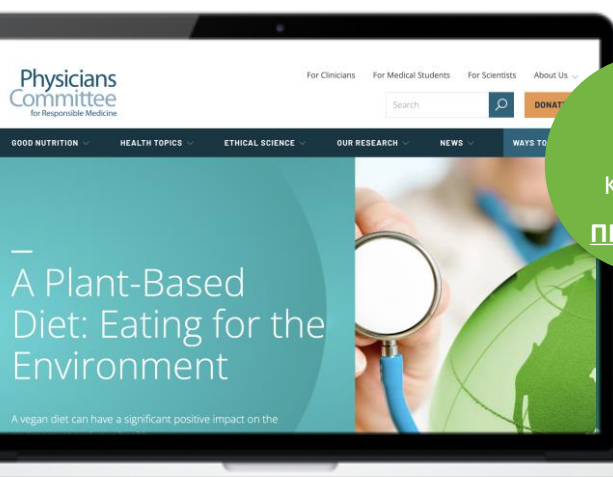
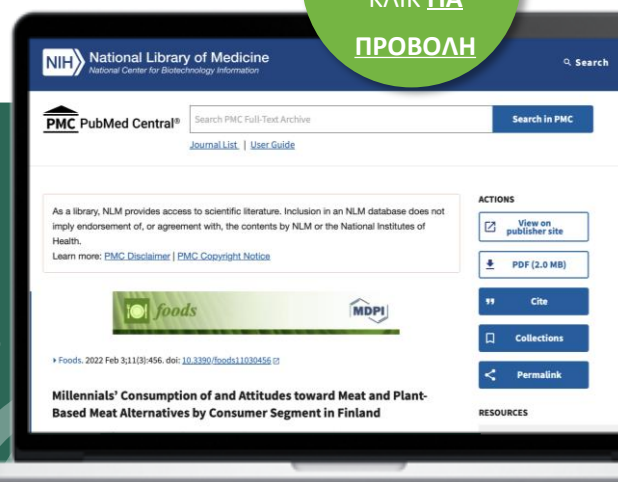
EAT & GlobeScan (2024)
Γεύση, Τιμή, Αισιοδοξία &
Εμπόδια, Συνήθεια,
Ευκολία, Υγεία, Grains
of Truth 2024.

Δείτε περισσότερα στην
επόμενη διαφάνεια



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΠΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

Κατανάλωση Κρέατος και Φυτικών Εναλλακτικών Κρέατος από τους Millennials ανά Καταναλωτικό Τμήμα στη Φινλανδία



ΚΑΝΤΕ
ΚΛΙΚ ΠΙΑ
ΠΡΟΒΟΛΗ

Physicians Committee for Responsible Medicine (2024) Μια Φυτική Διατροφή: Τρώγοντας για το Περιβάλλον



Boosting Innovation for Food SMEs

www.plantpowerproject.eu

ΕΤΟΙΜΟΙ, ΘΕΣΗ, ΠΑΜΕ!

Κάντε κλικ στα εικονίδια κοινωνικής δικτύωσης για να συμμετάσχετε στην online κοινότητα καινοτόμων τροφίμων μας



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα(εις) και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.