

Figuurisõbrad valisid lemmikuid

Selgusid kõige figuurisõbralikumad toidud.

21. mail korraldasid Figuurisõbrad Marienthali keskuse konverentsisaalis toiduainetekonkursi "Süües terveks!", et välja selgitada kõige figuurisõbralikumad, tervislikumad ja isuäratavamad tooted. Konkursi eesmärk on tähelepanu tõmmata kvaliteetsele ja tervislikule eestimaisele toidule, et tarbijad selle poodides kaubakülluse hulgast üles oskaksid leida.

Oma toodetega osales 9 Eesti toiduainetootjat ja üks sissetooja. Võistlevate toodete hulgas leidis nii tuntud maiuspalasid kui ka uusi üllatajaid.

Jookidest pälvis esikoha tootjale endalegi üllatuseks A. Le Coq'i Aura Fruit Tikker. Tootja esindaja avaldas arvamust, et parimaks valitakse nende (kuri)kuulus kali. Ent tikrilisand andis veele just sellise kergelt hapuka maitsevarjundi, mida üks janune ihaldab.

Juustuvalik tõestas, et toit võib maitsta imeliselt ka rohke rasvata. Kõik konkureerinud lahjad juustud olid väärt kandma delikatessi nime. Võitjaks tunnistatud Valio Polar oli konkurentide hulgas üks kõige lahjemaid – 15% rasva. Veel vähem rasva sisaldab vaid Gourmante Feta määrdejuust. Estoveri Vene Juust Light ja

Havarti Fitness maitseid samuti imeliselt, ent on pisut rammusamad, sisaldades 22% rasva; samuti nende siiniahallitusjuust Bavaria Blu, milles on 25% rasva.

Viinereid tuntakse üldiselt kui rasvapomme, mida tervisliku toidu söber ei puutu. Rakvere Lihatööstus tõestas, et nii see tingimata pole – nende Järlepa viiner sisaldab vaid 13% rasva.

Tõeline üllataja ja žürii lemmik oli Pagariipoiste kerge suvine kook. Kes suudaks uskuda, et üks küllusliku väljanägemisega magus küpsetis sisaldab vaid 6% rasva ning 100 grammi kohta 162 kcal!

Hindamiskomisjon koosnes meedia esindajaist ja toitumisspetsialistidest. Pärast pikka ja põhjalikku degusteerimist valisid žürii liikmed kõikidest tootegruppidest välja oma lemmikud, andes neile hinded – kas 5, 3 või 1 punkti.

Figuurisõprade lemmiktooted 2009

- **Joogid:** A. Le Coq – Aura Fruit tikker
- **Piimatooted:** Tere AS – Light maasika-vaarika jogurt
- **Kondiitritooted:** Pagariipoisid – kerge suvine kook

- **Juustud:** Valio Eesti AS – Polar, 15% rasva
- **Lihatooted:** AS Nõo Lihatööstus – broilerifilee sink
- **Liha:** Rakvere Lihakombinaat AS – lihavaise delikatess-hakkliha
- **Teraviljatooted:** AS Leibur – ELA 100% täistera-mitmeviljasai
- **Kastmed:** AS Põltsamaa Felix – kerge majonees
- **Õlid/rasvad:** AS Põltsamaa Felix – Voila Light
- **Konservid:** Hellenic Trade OÜ – Gourmante Florini terved piprad

Kõikide kategooriate parimaid autasustati diplomiga, mis lubab seda toiduainet aasta vältel reklaamida kui Figuurisõprade lemmiktoodet.

Toitumisspetsialistid žüriis:

- Kaie Pappel, Tallinna Ülikooli dotsent
- Kaja Torm, Figuurisõprade konsultant
- Liidia Kiisk, Tartu Ülikooli Kliiniku mi dieetarst
- Mai Maser, Eesti Toitumisteaduse Seltsi juhatuse liige
- Sirje Vaask, TTÜ Toiduaineteinstituut

**VIVIKA
VESKI**

VIVIKA VESKI

