

# Kje najdete okusno ekološko hrano?

<b>Ekološka kmetija Bauman Jožef</b> , Šerčerjeve brigade 5, 2000 Maribor 031 261 884   bauman.joze@gmail.com	čebelarški pridelki in izdelki
<b>Ekološka kmetija Berden</b> , Hrastje Mota 89, 9252 Radenci 041 631 281   eko.berden@gmail.com	sadike, jagode, jajca, sveža sezonska in vložena zelenjava
<b>Ekološka kmetija Bračko Ivan</b> , Rosinova 5, 2000 Maribor 041 268 954   ivan.bracko@yahoo.com	čebelarški pridelki in izdelki, sveža sezonska zelenjava, zdravilne rastline
<b>Ekološko-Izletniška kmetija »Pohorka« - Cojhter</b> , Pri Habakuku 50, 2000 Maribor   02 332 61 39	marmelade, čaji, namazi, sveža sezonska zelenjava in sadje, kruh in pekovsko pecivo
<b>Ekološka kmetija Fajdiga Peter</b> , Dvořakova ul. 8, 2000 Maribor 02 331 90 01   040 217 796   pfajdiga@gmail.com	kaki, češnje, breskve, jabolka, jabolčni sok in suho sadje
<b>Ekološka kmetija Božič-Klepec</b> , Sveti Trije kralji 11 a, 2234 Benedikt 051 376 944   ekoklepec@gmail.com	žita in žitni izdelki, jajca, sveža sezonska zelenjava in sadje, kruh in pekovsko pecivo
<b>Ekološka kmetija Kušar Jože</b> , Šikole 13, 2331 Pragersko 031 669 655   joze.kusar@gov.si	žita in žitni izdelki, bučno in sončnično olje
<b>Ekološka kmetija Lenič Irena</b> , Zgornja Korena 41, 2242 Zgornja Korena 02 684 02 76   040 882 479   ekokmetijalenic@yahoo.com	oreščki, sveža sezonska zelenjava in sadje, zelišča in začimbe
<b>Ekološka kmetija Zupanič in Metz</b> , Jelenče 4 in 5, 2211 Pesnica 031 240 415 (Ron)   040 270 374 (Zinka)   sirarnametz@gmail.com	sir, mlečni izdelki, sadni izdelki, sveža sezonska in vložena zelenjava
<b>Knajparlja - Ekološka kmetija Premzl Štefanija</b> , Mlinska ulica 14, 2313 Fram 041 282 884	zelišča, čaji, zelenjavni namazi, sokovi, zavitki in kruh
<b>Moja Biodežela, Pukšič Zvonko</b> , Jastrebci 62 a, 2276 Kog 02 719 62 96   041 894 339 info@moja-biodezela.com   www.moja-biodezela.com	vložena zelenjava, osebna in poslovna darila, vino, izobraževanja na temo zdravega in uspešnega življenja
<b>Ekološka kmetija Hiška zelišč, Patricija Senekar s.p.</b> , Hrastje 68a, 2341 Limbuš 02 614 22 30   040 304 865 patricija.senekar@siol.net   www.hiskazelisc.com	kozmetika, čaji, zelišča in izdelki iz zelišč
<b>»Pri Baronu« - Izletniška ekološka kmetija Uranjek</b> , Planica 6, 2313 Fram 02 601 44 51   051 317 104 info@pribaronu.si   www.pribaronu.si	zelišča, čaji, sokovi, sirupi, pesto, sveža sezonska zelenjava, mesni izdelki, kis, jajca, likerji, žganja, moke in sadje
<b>Ekološka kmetija Visočnik Sonja</b> , Hočko Pohorje 59, 2311 Hoče 031 232 136   visocnik.sonja@gmail.com	krompir, govedo, kruh in pekovsko pecivo, jabolka in jabolčni kis
<b>Ekološka kmetija Živko Albina</b> , Spodnja Voličina 69, 2232 Voličina 041 781 014	sveža sezonska in vložena zelenjava, sveže meso in mesni izdelki
<b>Ekološka kmetija Žnidarič Franc</b> , Logarovci 69, 9242 Križevci pri Ljutomeru 02 587 1954   040 833 774   francznidaric2@gmail.com	piščančje meso



## Ekološki pridelki in izdelki

## Zdravo iz neokrnjene narave



[www.eko-podezelje.si](http://www.eko-podezelje.si)



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja:  
Evropa investira v podeželje.

## Jejmo ekološko

Naj nam ne bo vseeno, kaj jemo! Izberimo ekološka živila s slovenskih kmetij, ki so pridelana na povsem naraven način, brez uporabe topnih mineralnih gnojil, kemično sintetiziranih fitofarmaceutskih sredstev (pesticidov), gensko spremenjenih organizmov in različnih regulatorjev rasti. So visoko kakovostna živila, z bogato prehransko vrednostjo in visoko vsebnostjo vitaminov, mineralov in antioksidantov, dajejo več energije in krepijo imunski sistem.

Prav poseben je občutek, ko ti ekološka kmetija pripelje svoje pridelke in ko veš, kdo prideluje hrano zate, kje in kako.



## Skrbimo za okolje

Ekološki pridelovalci verjamejo v trajnosten odnos do narave. Sodelujejo z naravo, skrbijo za okolje in dobro počutje živali. Rodovitnost zemlje ohranjajo le z organskimi gnojili, kot so kompost in hlevski gnoj ter naravnimi rudninskimi gnojili. Živini je potrebno zagotoviti gibanje vsaj 180 dni na leto, na hektar je omejeno tudi število glav živine.

Eko kmetje dokazujejo, da je bolje pridelovati v sodelovanju z naravo in ne delovati proti njej. Z nakupom ekoloških izdelkov naredimo nekaj dobrega za okolje tudi mi, saj s tem podpiramo, da delček zemlje obdelujejo brez strupov in s spoštovanjem.

## Kuhajmo sezonsko

Za vsako vrsto zelenjave in sadja obstaja pravi letni čas, ko je sveža in prehransko najbolj bogata. Zaradi tega uživajmo zelenjavo in sadje čim bolj sezonsko in pridelano v Sloveniji. Poleg tega je hranljivost ekološko pridelanih živil precej višja kot pri konvencionalnih živilih, saj so ekološka živila bogatejša po viru encimov, vitaminov in mineralov. Okoliške ekološke kmetije nam omogočajo, da lahko skozi vse leto uživamo pestro paleto svežih in okusnih ekoloških dobrot.



## Izberimo sveže z lokalnih kmetij

V severovzhodni Sloveniji imamo veliko ekoloških pridelovalcev, ki ponujajo svežo, domačo in okusno ekološko hrano. Njihovi pridelki niso izpostavljeni dolгим transportnim potem, obrani so v času optimalne zrelosti in pridejo hitro z njihve ali sadovnjaka do prodajnih mest. Tako obdržijo svežino, več vitaminov in mineralov.

Okusne in sveže ekološke dobrote lahko kupimo pri pridelovalcih na domu ali na Kmečki ekološki tržnici v Mariboru na Glavnem trgu vsak petek med 9. in 12. uro.

Za več informacij obiščite  
[www.eko-podezelje.si](http://www.eko-podezelje.si)