



**Jurga ir Paulius Jurkevičiai Varėnoje:**

## **„NORIME, KAD LIETUVIAI GYVENTŲ SVEIKAI IR ILGAI, KAIP ITALAI“**

***Interviu su sveikos gyvensenos ekspertais Italijos Užsienio Spaudos Asociacijos Skonio grupės nariais žurnalistais Jurga ir Pauliumi Jurkevičiais***

***Giružis:*** - Gyvenate Italijoje jau 23-jus metus. Kaip susidomėjote sveiku maistu ir kaip gimė idėja rengti Lietuvoje degustacinius aliejaus, sveiko maisto propagavimo renginius?

***P.J.*** – Domėtis sveiku maistu paprastai priverčia sveikatos problemos. Ir mums taip atsitiko. Išvykome iš Lietuvos su gausybe ligų.

***J.J.*** – Lemtingas mūsų gyvenimo posūkis įvyko kai apsigyvenome Italijoje. Ten supratome, kad tai, ką žmogus kasdien įsideda į burną yra ne tik benzinas, kuris varo organizmą į priekį, bet labai sudėtingas veiksmas. Jei tas veiksmas nevyksta kasdien tuo pačiu laiku, tai jau yra pirmas kelias į ligą. O jei mes nežinome, ką dedame sau į burną ir kad tai turi kainuoti brangiai, reiškia menkai save vertiname. Mūsų pačių gyvenimą, nuotaiką ir veiklą nulemia tai, ką kasdien valgome. Kai Romoje gyvendami sužinojome, kad italai yra ilgaamžiai, nes investuoja į maistą, kilo mintis šia patirtimi pasidalinti su mūsų gimtojo krašto žmonėmis.

***Giružis:*** Lietuvoje šiandien visi tik ir šneka apie maistą. Kuo jūs esate išskirtiniai?

**J.J.** – Taip, informacijos Lietuvoje yra daug. Bet mes stengiamės neišradinėti dviračio, kaip kiti maisto sveikatingumo filosofijų kūrėjai. Mes remiamės tos valstybės, kurios gastronomijos principus įsisavinome ir patys, patirtimi. Prieš išvykdami į Italiją patys buvome gerokai jaunesni, tačiau, kaip minėjo Paulius, – nuolatiniai medikų pacientai. Dabar patys gydome save ir kitus savo žiniomis apie produktus ir jų teisingą vartojimą. Lietuvoje turime daug žmonių, kurie eina mūsų keliu – tai nuolatiniai klientai, kurie kasdien virtuvėje naudoja mūsų atvežamą į Lietuvą „Frantoio Montechia“ alyvuogių aliejų. Mūsų aliejus skiriasi nuo įsigyto prekybos centre ar kažkokiam maisto butike tuo, kad, jei kažkas negerai – galite skųstis tiesiai mums. Mes jums atsakysime į visus klausimus. Esame šios srities profesionalai, ne vien distributoriai.



**P.J.** – Mes patys pradėjome aliejų naudoti jau prieš dvidešimt metų. Esam sveiki ir laimingi. Skleisti aliejaus propagandą niekas mūsų neverčia – tiesiog norim, kad lietuviai gyventų ilgai ir pasaulis mus pažintų ne kaip mirtininkų tautą. Be to, iki išvykstant į Italiją dirbome dėstytojais aukštosiose mokyklose – gal kažkiek padeda ir sugebėjimas žmonėms teisingai paaiškinti, kokia yra gero maisto reikšmė. Galbūt tai ir traukia žmones į mūsų renginius.

Giružis: Bet mes, skirtingai nuo italų, neturime brangiems produktams pakankamai pinigų?

**P.J.** – Aš nevažinėju nei „Mersedesu“, nei „Audi“, negyvenu viloje, bet perku brangų alyvuogių aliejų, nes mano turtas tai – aš pats ir mano šeimos sveikata.

**J.J.** – Lietuvių kišenėje pinigų vaistams visada atsiranda, tik prieš tai dar reikia kentėti kraujo tyrimus, skausmingas procedūras ir gaišti laiką prie medikų kabineto. Daug maloniau yra bendrauti su Jurga ir Paulium internetu ir mokytis, kaip gyvena ir valgo italai, kodėl jiems tai malonu ir ką reikia daryti, kad kokybiški produktai mums suteiktų galimybę gerai jaustis ir būti laimingais. Mes ir stengiamės, kad Italija atsirastų Lietuvoje, kurioje yra puikių daržovių, mėsos, žuvies ir grybų, tik mes jų nemokame valgyti.

□

Parašė Romana

Penktadienis, 18 Lapkritis 2016 13:28

---

**Giružis:** - Skaitėme apie Romoje veikiančią restoraną „Pas Jurgą ir Paulių“. [www.15min/.tavorom.a.lt](http://www.15min/.tavorom.a.lt). Ar daug atvyksta lietuvių? Kuo vaišinate savo svečius?

**J.J.** - Prieš metus Romoje sukūrėme improvizuotą restoraną „Pas Jurgą ir Paulių“. Kviečiame visus jame apsilankyti. (kreiptis adresu: [jurjur.roma@gmail.com](mailto:jurjur.roma@gmail.com).) Mūsų vakarienių Romoje metu ir susipažįstame su daugelio Lietuvos restoranų savininkais. Jie paragauja mūsų jūros gėrybių Romoje ir kviečia atvykti su mūsų valgiaraščiu į Lietuvą. Jau pristatėme savo alyvuogių aliejumi paremtas edukacines vakarienes pusšimtyje garsiausių Lietuvos restoranų. Vakarienių metu degustuojame mūsų gerai pažįstam italų gamintojo „Frantoio Montecchia“ alyvuogių aliejų. Juo vaišiname savo svečius, degustuojame, mokomės suprasti skirtumus tarp kokybiško alyvuogių aliejaus ir riebalų, kuris parduodamas mūsų prekybos centruose. Siūlome ne tik žuvies, bet ir mėsos meniu, nes yra žmonių, kuriems dar sunku degustuoti Viduržemio jūros gėrybes. Kuo ypatingos mūsų vakarienės? Tikriausiai jos kitokios dėl to, kad visus patiekalus gaminame su tyru alyvuogių aliejumi. Tiesa, jis pavojingas... Nes ne tik smarkiai keičia skonį, tačiau, vieną kartą jo paragavę, be aliejaus daugiau nebepajėgsite gyventi. Teks atsisakyti kitų poreikių. Bet kai žmonės pradeda suprasti, kad kasdien vartodami tyrą alyvuogių aliejų investuoja į save, pasaulis nušvinta kita spalva.

**P.J.** - Šiuo metu lėktuvai iš Vilniaus į Romą – pilnutėliai. Duodame patarimus, kur ir ką paragauti, kokie restoranai Romoje įdomūs. Žmonės mėgsta Romoje švesti gimtadienius, sužadėtuves. Džiaugiamės, kad domisi ir nori tobulėti, ir esam laimingi, kad pasitiki mūsų žiniomis.

Giružis: *Kuo nustebinsite degustaciniame Aliejaus renginyje varėniškis?*



**J.J.** – Varėnoje bus nemažai siurprizų. Mūsų renginyje padvelks Italija. Vienas siurprizų tai – kad visi patiekalai bus su ką tik išspaustu alyvuogių aliejumi „Montecchia Novello“. Net desertas. Būtent jis įtikina labiausiai užkietėjusius skeptikus, kad kokybiškas produktas skiriasi nuo prasto.

**Giružis:** *Kodėl svarbu lietuviams žinoti apie extra virgin aliejų ir jo savybes? Juk mes esame ne italai? Gal mums geriau vartoti rapsų arba sėmenų aliejų?*

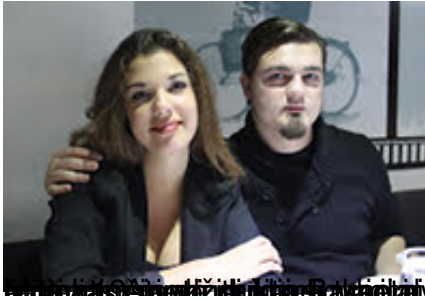
**P.J.** – Galbūt. Bet nei rapsų nei sėmenų aliejus neturi medžiagų, kuriomis pasižymi alyvuogių aliejus. Jis yra antiseptikas. Alyvmedis – ilgaamžis, gyvena kelis šimtus metų, todėl ir italai – ilgaamžiai. Net apkūnių italų kraujagyslės švarios kaip kūdikių. Štai ir atsakymas, kodėl jiems negresia infarktas ir insultas. Žinoma, yra išskirtinių atvejų, bet statistika rodo, kad italų vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė visu dešimtmečiu ilgesnė, nei mūsų – lietuvių.

Lietuvoje įsteigėme savo elektroninę parduotuvę oleoteca.lt. „Frantoio Montecchia“ aliejaus distributorius Lietuvoje yra mūsų sūnus Simonas. Jis po šešiolikos metų gyvenimo Italijoje grįžo į Lietuvą, veda degustacijas įvairioms įmonėms ir restoranams. Ir pats naudoja savo virtuvėje daug kokybiško alyvuogių aliejaus.

**J.J.** – Žinios būtinos pirmiausia todėl, kad, kaip italai, patikėtume, kad tyras „Frantoio Montecchia“ alyvuogių aliejus tai – gyvybės eliksyras. Mūsų aliejaus gamintojo Gennaro ir Aminos Montecchia dukra Universitete parašė mokslinį darbą apie aliejuje esančius polifenolius. Tai tie stebuklingi „delfinai“, kurie visas mūsų organizmo ląsteles padengia imuniteto apvalkalu. Aliejaus vartotojo ląsteles ne taip lengva pažeisti. Taigi, mokslas įrodo, kad Aliejaus mitas tai - ne vien gražūs žodžiai ir produkto reklama. Varėnoje atsakysime į daugybę klausimų, ir, žinoma, į patį svarbiausią - apie „kepimą“. Mūsų vakarienių metu Romoje tyrą „Frantoio Montecchia“ alyvuogių aliejų pilame ant karštos sriubos, karšto bifštekso, karštų griliuje keptų daržovių. O kaip pilame ir kada, tai parodysime vakaro metu.

**Giružis:** *-Varėnoje kalbėsime ne tik apie suaugusių, bet ir vaikų sveiką mitybą. Papasakokite plačiau.*

**J.J.** – Italų moterys ir vyrai – gražūs, sveiki, šypsosi, myli savo artimą, ir nieko sau nedraudžia. Jie viską valgo ir vyno taurės neatsisako ir ilgiau už mus gyvena. Išorinį jų grožį pirmiausia užtikrina itališkasis „staltiesės ritmas“ ir brangus, geras maistas. Taip jie stengiasi auklėti ir vaikus. Pietūs ir vakarienė kartu su tėvais prie stalo Italijoje yra būtini. Restoranuose vaikai neišdykauja ir nesivarto svečiams po kojomis. Jie sėdi prie stalo ir kartu su tėvais renkasi patiekalus, ragauja.



## VIŠOS ALYVUOGIŲ ALIEJAUS PASLAPTYS



Kavinėje „Grilis“ (Vytauto g. 18-2, Varėna)  
„Knygos apie ypač tyrą“ ir „Staltiesės ritmas“ autorius

**PAULIUS JURKEVIČIUS,**

žurnalistė, knygos „Elegancijos kodas“ autorė

**JURGA JURKEVIČIENĖ**

**2016 lapkričio mėn. 21d., 18 val.**

pristato:

**LYGINAMOJI ALYVUOGIŲ ALIEJAUS DEGUSTACIJA SU KOMENTARAIŠ**

*Kaip suprasti aromatą ir skonį, kaip naudoti kasdienėje mityboje, kaip teisingai nusipirkti, kaip veikia mūsų sveikatą, kaip suprasti kokybę, kaip ragauti*

Rezervuoti staliuką tel. [\(8-310\) 31588](tel:831031588)

Dalyvio mokestis: 8,00 Eur.

Viety skaičius ribotas