



Paukštienos diena pradėta minėti Jungtinėse Amerikos Valstijose (JAV) ir vis dažniau paminima kitose pasaulio šalyse. Tai diena, kai visi naminiai paukščiai yra dėmesio centre – vištos, kalakutai, antys, žąsys ir putpelės, be kurių mėsos ar kiaušinių gyvenimo jau neįsivaizduojame. Paukštiena yra antra pagal populiarumą mėsa pasaulyje ir sudaro apie trečdalį visos pasaulyje pagaminamos ir suvartojamos mėsos, o pasauliniai tyrimai rodo, kad jos populiarumas tik didės.

Taigi, ar žinote, kad:

1. Pasaulyje yra daugiau nei 400 naminių paukščių rūšių: pavyzdžiui, vištinių šeimą sudaro 256 paukščių rūšys, iš kurių Lietuvoje gyvena 7 ir kelios iš jų auginamos kaip dekoratyviniai paukščiai; yra 154 žąsinių šeimų rūšys, iš kurių kelios žąsų ir ančių rūšys auginamos mūsų šalyje. Skirtingose šalyse iš kiekvienos šių rūšių išvestos ir atskiros veislės bei porūšiai, taigi paukščių įvairovė tikrai didelė!

2. Populiariausi naminiai paukščiai, auginami mėsai ir kiaušiniams dėti – vištos ir mėsiniai viščiukai. Jų per metus visame pasaulyje išauginama apie 54 mlrd. vnt. Neretai višta dedeklė, kuri auginama kiaušiniams dėti, painiojama su mėsiniu viščiuku (broileriu), tačiau tai yra skirtingi paukščiai. Vieni nuo kitų jie skiriasi savo fiziologinėmis savybėmis, nuo kurių priklauso ir jų auginimo sąlygos.

3. Paukštienos gamyba taip išstobulėjo, kad vietoje dešimt skirtingų produktų, kuriuos buvo

galima įsigyti prieš 40 metų, vien tik Lietuvoje pagaminama daugiau nei 300 skirtingų vištienos produktų: šviežios vištienos, virtų ir rūkytų vištienos gaminių, o kur dar kalakutienos, antienos bei putpelių mėsos produktai!

4. Paukštiena – mėsa, kuri ne tik lengvai ir greitai paruošiama, bet ir tinkama daugeliui įvairių patiekalų. Iš jos galima gaminti užkandžius, sriubas, karštus patiekalus, vištieną galima valgyti rūkytą, marinuotą, keptą, virtą, garintą, lėtai virtą, keptą ant žarijų, keptą grilyje, orkaitėje, kaip dešrelę, paštetą ir t. t. Pasirinkimo daugiau, nei progų viską paragauti!

5. 2015 m. pasaulyje pagaminta 112,1 mln. tonų paukštienos, o kiaulienos - 118,8 mln. tonų, jautienos - 68,3 mln. tonų, avienos - 14,0 mln. tonų. Prognozuojama, kad paukštienos gamyba iki 2024 m. augs dar penktadaliu ir pasieks 133 mln. tonų. Pusę viso pasaulio paukštienos suvartoja keturių geografinių regionų gyventojai: JAV, Kinijos, Europos Sąjungos ir Brazilijos.

6. Europos Sąjungos šalyse 2015 m. paukštienos pagaminta 13,1 mln. tonų, suvartojama – 12,6 mln. tonų.

7. Remiantis naujausiais duomenimis, vienas gyventojas per metus vidutiniškai suvartoja apie 15 kg paukštienos mėsos. Toks yra pasaulio vidurkis, tačiau kai kuriose šalyse šis kiekis yra kelis kartus didesnis. Daugiausia paukštienos suvartoja Izraelio, Kinijos gyventojai – čia šis rodiklis siekia apie 70 kg vienam gyventojui. JAV vienas gyventojas suvartoja vidutiniškai 58 kg paukštienos per metus. Vienas Europos Sąjungos gyventojas suvartoja vidutiniškai 27 kg paukštienos per metus. Tarp Europos Sąjungos šalių daugiausia paukštienos vartojama Portugalijoje – šis rodiklis siekia 39 kg vienam gyventojui, Vengrijoje ir Lenkijoje – 30 kg, Jungtinėje Karalystėje – 28 kg, o Olandijoje ir Lietuvoje šis rodiklis panašus – apie 26 kg paukštienos vienam gyventojui. Mažiausiai paukštienos vartoja: Švedija – tik 11 kg ir Vokietija – 19 kg paukštienos per metus.

8. Remiantis Lietuvos statistikos departamento duomenimis, vienas gyventojas 2014 m. vidutiniškai suvartojo apie 26 kg vištienos, t. y. 3 kg daugiau negu 2013 m. Tuo tarpu prieš 10 metų šis rodiklis siekė 18 kg.

9. Pasaulyje per metus kiaušinių į prekybą išleidžiama apie 76 mln. tonų arba 122 mlrd. vnt.

10. Paukštiena ne tik skani, bet ir naudinga mėsa – puikus baltymų šaltinis. Baltieji paukščių raumenys yra ypatingai vertinami, nes juose gausu žmogui būtinų nepakeičiamų amino rūgščių, kurios yra svarbios organizmo ląstelių atsinaujinimui. Vištienoje iki 40 proc. mažiau riebalų ir iki 10 proc. daugiau baltymų nei kiaulienoje. Kai kurių vitaminų bei mineralinių medžiagų (cinko, fosforo, geležies, magnio) vištienoje yra net kelis kartus daugiau nei kitos rūšies mėsoje. Jos sudėtyje yra ir nemažai vitaminų: A, B grupės, taip pat folio rūgštis. Na, o vištų kiaušiniai stiprina sveikatą, didina atsparumą ligoms, skatina augimą, todėl ypač jų reikia augančiam organizmui. Jų trynyje, be baltymų, yra daug riebalų ir fosfatidų, nemažai geležies, lengvai pasisavinamo kalcio ir fosforo, jodo, cinko, magnio, vitaminų A, D ir E, niacino (vitamino B3), biotino ir vitamino B12, folio rūgštis ir cholino.

Pastaba: Statistika surinkta remiantis ES Komisijos, FAO ir EUROSTAT duomenimis.

www.marijampolieciai.lt