
FLAVOURS of EUROPE

**Εκπαιδευτικό πρόγραμμα PR2: Ψηφιοποίηση της αγροτικής γαστρονομικής
πολιτιστικής κληρονομιάς στην Ευρώπη**

Εκπαιδευτικό Εγχειρίδιο Νο. 3

10 βήματα για την ψηφιοποίηση της πολιτιστικής κληρονομιάς της γαστρονομίας

Αριθμός προγράμματος : 2021-1-RO01-KA220-ADU-000029562

Πίνακας Περιεχομένων

1. ΠΩΣ ΝΑ ΨΗΦΙΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΚΑΙ ΝΑ ΠΡΟΩΘΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ ΤΗΣ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ.....	8
2. Η ανάπτυξη δεξιοτήτων ψηφιακού μάρκετινγκ μεταξύ των ενδιαφερομένων μερών.....	13
3. Επικοινωνία της πολιτιστικής κληρονομιάς μέσω της ψηφιακής και βιωματικής αφήγησης	15
4. ΜΕΤΑΒΑΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ΣΤΗΝ ΨΗΦΙΑΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ.....	18
5. ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΨΗΦΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΘΝΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΒΙΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑΣ ΣΤΙΣ ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ.....	24
6. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΠΛΑΤΦΟΡΜΩΝ	26
7. ΠΩΣ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΤΕ ΜΙΑ ΒΑΣΗ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΕΥΡΩΠΑΙΚΟΥ ΚΑΤΑΛΟΓΟΥ ΣΥΝΤΑΓΩΝ.....	32
8. Πώς να ψηφιοποιήσετε μια αγροτική γαστρονομική επιχείρηση	43
9. ΨΗΦΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΣΑΣ ΣΕ 10 ΒΗΜΑΤΑ.....	47
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	48
ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΩΝ.....	50
1. Hoinari Coolinari – Γαστρονομικό ιστολόγιο (blog) και δικτυακός κόμβος (hub)	50
2. LaLena – Retete Culinare – Εφαρμογή για κινητά τηλέφωνα	52
3. Η κουζίνα της Jamila – Vlogger μαγειρικής	54
4. Roade si Merinde – Ένας δικτυακός κόμβος (network hub) φαγητού.....	57
5. Aprozarul Virtual – Ηλεκτρονικό Παντοπωλείο - Πλατφόρμα ηλεκτρονικού εμπορίου	61

6.	Gift Spelt (Dar Limetz) - Κοινοτική γεωργία και σχολείο της φύσης.....	64
7.	Balkan Bites – Γεύσεις από τη Βουλγαρία.....	68
8.	Farmhopping - Παγκόσμια αγορά για βιώσιμες γεωργικές εκμεταλλεύσεις.....	72
9.	Chilli Hills – Από τον σπόρο σε μπουκάλι καυτερής σάλτσας	76
10.	Hot Farm – Οικογενειακή επιχείρηση	81
11.	Quinta da Lage Farm, Πορτογαλία	84
12.	Εργαστήριο παρασκευής Pastel de nata στην Μαλβέϊρα της Πορτογαλίας.....	86
13.	Nü Coworking Criativo, Πορτογαλία.....	89
14.	The Pedras Salgadas spa & nature park: Χώρος spa & φυσικό πάρκο	91
15.	Paradinha Village Hotels, Arouca Πορτογαλίας	94
16.	Cooking Piemonte.....	96
17.	Η κουζίνα της Jul – Ιστορίες και συνταγές από την Τοσκάνη.....	101
18.	Borgo I Vicelli Relais Florence - Borgo I Vicelli Relais Firenze	104
19.	Μαθήματα μαγειρικής στην ακτή του Αμάλφι – Μαθήματα μαγειρικής στην Costiera Amalfitana	109
20.	Η κουζίνα του Marco	112
21.	Πρόγραμμα γαστρονομικών κοινοτήτων	115
22.	Πρόγραμμα «Ανακαλύψτε την Μεσογειακή κουζίνα»	118
23.	Εργαστήριο ελληνικής κουζίνας.....	121
24.	Ένα 12ήμερο γαστρονομικό ταξίδι στην Ελλάδα (Αθήνα - Νάξος - Σαντορίνη - Κρήτη - Αθήνα).....	123

25.	Μαθήματα μαγειρικής και πρωινό στη φάρμα του Ναρλή (Σίφνος, Ελλάδα)	125
26.	Το χωριό από πηλό (Cob Village): Μίνι οικολογικό χωριό, μοναδικό στη Ρουμανία 127	
27.	Στρατιωτικό Μουσείο – Arsenal Park	133
28.	Τρενο-ξενοδοχείο - Carpatia Express	134
29.	Αγρόκτημα Dacilor: Διαμονή και μοναδικές γαστρονομικές εμπειρίες σε ένα ιστορικό μέρος	136
30.	Οικολογικό πρόγευμα - οικοτουριστικός προορισμός Tara Dornelor	139
31.	GEOABEJAS – Παραδοσιακή επιχείρηση μελιού	140
32.	NATURVIE – Φυσικό ελαιόλαδο	143
33.	BALAM Agriculture - Καινοτομία στη γεωργία.....	146
34.	Ei ajero – Εταιρεία που ειδικεύεται στα σκόρδα	148
35.	Picota del Jerte – Επιχείρηση κερασιών από το την κοιλάδα Jerte”	150
36.	Ψηφιακό φαγητό – και όχι μόνο. Συνάντηση με τους τοπικούς οικιακούς σεφ	153
37.	Αγορά Roditor	154
38.	Amintiri gustoase – Cronicari Digitali.....	156
39.	Bucate de prin sate	158
40.	Localm	161
41.	Travllocals	164
	BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	167

Εισαγωγή

Ο γαστρονομικός τουρισμός είναι, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Τουρισμού (UNWTO, 2010), "ένας τύπος τουριστικής δραστηριότητας που χαρακτηρίζεται από την εμπειρία των επισκεπτών που συνδέεται με το φαγητό και τα συναφή προϊόντα και δραστηριότητες κατά τη διάρκεια του ταξιδιού, συμπεριλαμβανομένης της αυθεντικής, παραδοσιακής ή/και καινοτόμου γαστρονομικής εμπειρίας".

Αυτού του είδους ο τουρισμός βασίζεται στη γαστρονομική κληρονομιά και δεν είχε αναγνωριστεί πλήρως μέχρι το 2010, όταν η UNESCO συμπεριέλαβε στον κατάλογο της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς την παραδοσιακή κουζίνα του Μεξικού, τη γαλλική γαστρονομική κουζίνα και τη δημιουργία ψωμιού με πιπερόριζα από τη Βόρεια Κροατία.

Η άυλη πολιτιστική κληρονομιά περιλαμβάνει «ζωντανές» παραδόσεις που κληρονομήθηκαν από τους προγόνους μας και μεταβιβάστηκαν στους απογόνους μας, όπως οι προφορικές παραδόσεις, οι παραστατικές τέχνες, οι κοινωνικές πρακτικές, τα τελετουργικά, οι εορταστικές εκδηλώσεις, οι γνώσεις και οι πρακτικές που σχετίζονται με τη φύση και το σύμπαν ή οι δεξιότητες που απαιτούνται για την παραγωγή παραδοσιακών χειροτεχνημάτων.

Η γαστρονομία είναι το στοιχείο που συνδέει την ταυτότητα ενός τόπου, τα ιστορικά χαρακτηριστικά και την κληρονομιά. Είναι το σημείο σύνδεσης μεταξύ της παράδοσης και της νεωτερικότητας, μεταξύ του ειδικού και του οικουμενικού.

Αποτελώντας μέρος της ιστορίας, του πολιτισμού, της ταυτότητας, της οικονομίας και της κοινωνικής ζωής, η γαστρονομική κληρονομιά σε συνδυασμό με τον τουρισμό μπορεί να αποτελέσει το σημείο κλειδί για την αναζωογόνηση της οικονομίας μιας περιοχής.

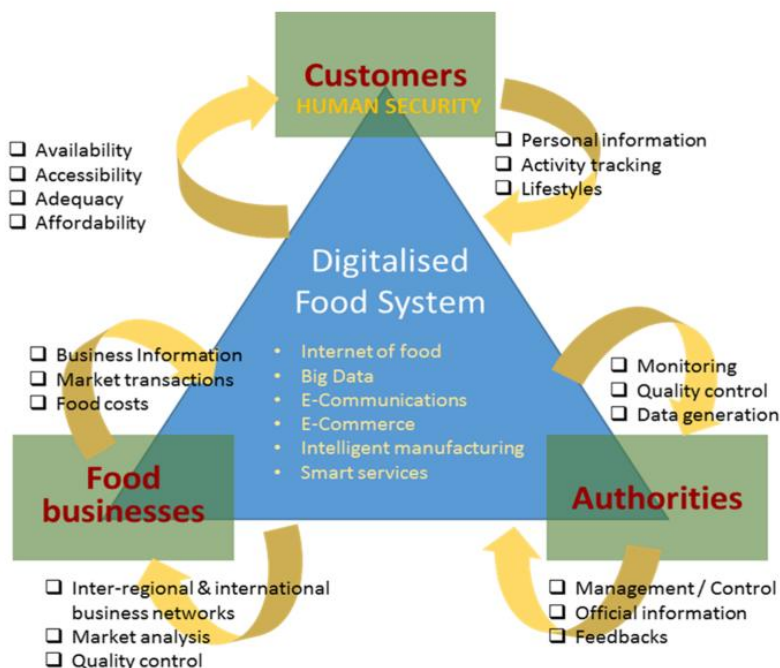
Η παραδοσιακή κουζίνα είναι ένα πολιτιστικό στοιχείο που χαρακτηρίζει σε μεγάλο βαθμό την ταυτότητα και τη μοναδικότητα των τουριστικών προορισμών. Οι οργανισμοί μάρκετινγκ και τουριστικής διαχείρισης ενδιαφέρονται όλο και περισσότερο να αναδείξουν την επιρροή της γαστρονομίας ως πρωταρχικού παράγοντα για την ανάπτυξη του τουρισμού. Και σε αυτό το

σημείο υπεισέρχεται ο ψηφιακός παράγοντας, ως συμπληρωματικό στοιχείο για την προώθηση αυτής της κληρονομιάς με τον πιο πρωτότυπο τρόπο.

Η ψηφιοποίηση είναι μια όλο και πιο διαδεδομένη έννοια-κλειδί σε κάθε τομέα.

Ψηφιοποίηση σημαίνει ουσιαστικά τον μετασχηματισμό των πληροφοριών και διαδικασιών σε ψηφιακή μορφή.

Αν αναφερθούμε στα τρόφιμα με την ευρεία έννοια, με την πάροδο του χρόνου ο ψηφιακός μετασχηματισμός επηρέασε έντονα την επεξεργασία τροφίμων με την έννοια της αύξησης της παραγωγικότητας, της διαφοροποίησης, της ασφάλειας και της διάρκειας ζωής στο ράφι.



Εικόνα 1 Μια αλληλεπικαλυπτόμενη σχέση στο πλαίσιο ενός ψηφιοποιημένου συστήματος τροφίμων (Raheem, 2019)

Πρόσφατα, αυτό έχει αρχίσει να έχει μεγαλύτερες επιπτώσεις στη γαστρονομία και τον τουρισμό, γεγονός που βοηθά στην ανάπτυξη ταχύτερων και πιο αξιόπιστων υπηρεσιών, και μέσω των οποίων μπορούν να προστεθούν οι παραδοσιακοί τρόποι εφοδιασμού τροφίμων.

Η ψηφιακή περίοδος στην οποία ζούμε δημιουργεί όλο και περισσότερες ευκαιρίες για το επιχειρηματικό περιβάλλον, με ψηφιακές λύσεις που μπορούν να ενεργοποιήσουν πόρους που πριν δεν είχαν άμεση σχέση με τα τρόφιμα και τον τουρισμό.

Προκειμένου να γίνει αντιληπτό πώς η ψηφιοποίηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί στον μετασχηματισμό του γαστρονομικού τουρισμού, η κύρια προσοχή πρέπει να στραφεί στην κατανόηση των ιδιοτήτων της ψηφιοποίησης από την άποψη των δεδομένων που χρησιμοποιούνται, των υποδομών, των διαύλων επικοινωνίας και των ψηφιακών προϊόντων. Αυτό επιτρέπει τη σωστή κατανόηση των αλλαγών που επιφέρει η ψηφιοποίηση στον τουρισμό και στην παροχή τουριστικών υπηρεσιών και εμπειριών.

Οι κύριες αμφιβολίες σχετικά με την επιρροή της τεχνολογίας στον γαστρονομικό τουρισμό είναι πώς γίνεται, πότε εφαρμόζεται και πώς αλλάζει τη σχέση μεταξύ επιχείρησης και κατανάλωσης.

Από το 2015, η UNESCO θεωρεί ότι οι ψηφιοποιημένες μορφές εγγράφων αποτελούν ένα πρωταρχικό "μέσο γνώσης" με τεράστιο αντίκτυπο στην ανθρωπότητα, καθώς καταγράφουν τις ανθρώπινες σκέψεις, τα γεγονότα, τις γλώσσες, τους πολιτισμούς και την κατανόηση του κόσμου σε συγκεκριμένο χρόνο και τόπο. Η εισήγηση αυτή ενισχύει το γεγονός ότι η έγγραφη κληρονομιά είναι ζωτικής σημασίας για την επιστημονική και τεχνολογική ανάπτυξη. Σε αυτό το πλαίσιο, η πρόσβαση θα πρέπει να υλοποιείται και να ενθαρρύνεται εύκολα στα όργανα των μελών του κράτους που επιλέγουν, συλλέγουν και διατηρούν αυτές τις μνήμες. Το 2016 η UNESCO επεξεργάστηκε τις κατευθυντήριες γραμμές για την ψηφιακή διαχείριση των ιδρυμάτων πολιτιστικής κληρονομιάς, ιδίως των βιβλιοθηκών, των αρχείων και των μουσείων, ιδρυμάτων που είναι οι κύριοι υπεύθυνοι για τη διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς με ψηφιακό τρόπο. Πρόκειται για μια πραγματική βάση για την εφαρμογή της μακροπρόθεσμης βιώσιμης ψηφιακής

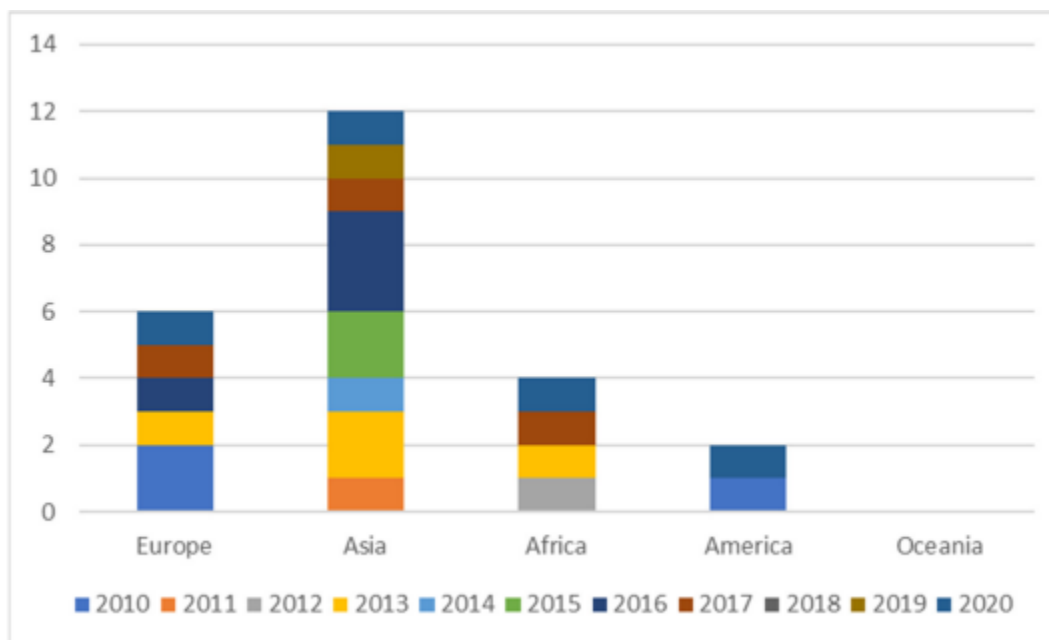
διατήρησης. Οι εν λόγω κατευθυντήριες γραμμές ανοίγουν μια νέα εποχή στην ψηφιακή διατήρηση και τη χρήση βιώσιμων και ανθεκτικών πρακτικών.

1. ΠΩΣ ΝΑ ΨΗΦΙΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΚΑΙ ΝΑ ΠΡΩΘΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ ΤΗΣ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ

Συμπεριλαμβάνονται: συνταγές, πιάτα, συστατικά, πρώτες τοπικές ύλες και τοπικοί παραγωγοί, παλιές εγκαταστάσεις κουζίνας (φούρνοι ψησίματος, εργαλεία, τζάκια), θρύλοι, τραγούδια και ρούχα που σχετίζονται με το φαγητό, παραδόσεις.

Η κληρονομικοποίηση των τροφίμων "αναφέρεται στη μετατροπή των [τροφίμων], των τόπων και των πρακτικών σε πολιτιστική κληρονομιά, καθώς τους αποδίδονται αξίες, περιγράφοντας ουσιαστικά την κληρονομιά ως διαδικασία" (Sjöholm J, 2016).

Η δημιουργία, το 2010, του καταλόγου Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO άρχισε να εστιάζει στο φαγητό και τη γαστρονομία ως δείκτες ταυτότητας και στο πώς η γαστρονομία μπορεί να προωθήσει την οικονομική, πολιτική και κοινωνική ενδυνάμωση των τοπικών κοινοτήτων (Zocchi, Corvo, 2021).



Εικόνα 2 Άνη γαστρονομική κληρονομιά αναγνωρισμένη από την UNESCO (Lin, Marine-Roig, Llonch – Molin, 2021)

Το φαινόμενο αυτό αποκαλείται από ορισμένους εμπειρογνώμονες "στροφή στην κληρονομιά", ο όρος αυτός προσδιορίζει τη σχέση μεταξύ της κρίσης ταυτότητας και του τρόπου με τον οποίο τα τρόφιμα καλύπτουν ένα κενό κληρονομιάς με την προώθηση των τοπικών γεωργικών πόρων και του διατροφικού τουρισμού.

Όταν μιλάμε για βιωσιμότητα, το διατροφικό σύστημα είναι μία από τις βασικές πτυχές που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη. Η τρέχουσα συζήτηση διερευνά όλο και περισσότερο πώς η κληρονομιά ενισχύει τη βιωσιμότητα του συστήματος διατροφής και πώς οι τοπικές κοινότητες συμβάλλουν στη διαφύλαξη των παραδοσιακών διατροφικών πόρων και ποια εργαλεία χρειάζονται για τη διατήρηση αυτού του είδους της κληρονομιάς.

Στον τομέα της πολιτιστικής διατροφικής κληρονομιάς, κάθε κοινότητα μπορεί να διακρίνεται από τις γνώσεις που έχει αποκτήσει με την πάροδο του χρόνου. Η κατανόηση αυτή προκύπτει από την αλληλεπίδραση με το περιβάλλον και τις συνθήκες διαβίωσης, πολλές από τις οποίες έχουν

αποδεδειγμένη επιστημονική βάση (Bergflødt et al. 2012). Μεταβιβάζεται από γενιά σε γενιά και αποτελεί το αποτέλεσμα μιας ιστορικής διαδικασίας που αναφέρεται στη χρήση των πόρων. Με αυτόν τον τρόπο, η εκ νέου ανακάλυψη αυτών των πόρων περιλαμβάνει την ιδέα της προόδου (Cannarella et al. 2011, Handayani et al. 2009).

Η ανάπτυξη του διατροφικού τουρισμού, με έμφαση στην αυθεντική γαστρονομία, είναι σημαντική για τη διασφάλιση της μακροπρόθεσμης βιωσιμότητας του τουρισμού, ιδίως στις αγροτικές περιοχές. Η επιτυχία στην ανάπτυξη αυτού του είδους τουρισμού εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την ισχυρή δέσμευση των ενδιαφερομένων μερών.

Η σχέση μεταξύ της γαστρονομίας και των εμπειριών των τουριστών είναι σημαντική για τους προορισμούς, καθώς αυτές οι αξέχαστες εμπειρίες συνδέονται με θετική προφορική επικοινωνία και υψηλότερη ικανοποίηση. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό στο πλαίσιο των αγροτικών προορισμών, όπου το φαγητό θεωρείται χαρακτηριστικό γνώρισμα, αντιπροσωπεύει μια συγκεκριμένη κληρονομιά και παραδόσεις και συμβάλλει στην ανάπτυξή τους. Κατά την ανάπτυξη του γαστρονομικού τουρισμού στις αγροτικές περιοχές, είναι εξαιρετικά σημαντικό να λαμβάνεται υπόψη ο αυθεντικός χαρακτήρας των προσφερόμενων τροφίμων.

Τα τελευταία χρόνια, ο ψηφιακός μετασχηματισμός έχει γενικά αλλάξει τη ζήτηση και την προσφορά, προσφέροντας αυξανόμενη αλληλεπίδραση και το διαδίκτυο έχει γίνει ένα κρίσιμο εργαλείο μάρκετινγκ.

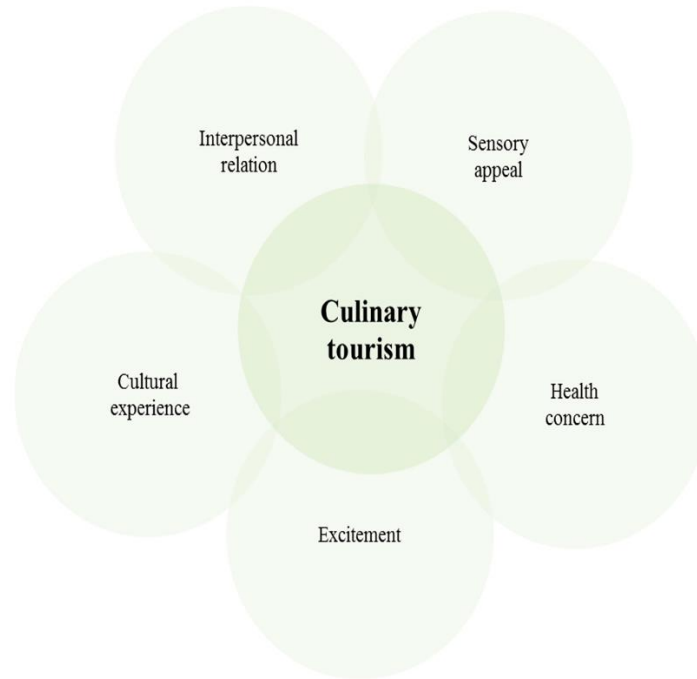
Η ψηφιοποίηση έχει αλλάξει τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι αλληλεπιδρούν μεταξύ τους, αλλά ταυτόχρονα είναι μια διαδικασία που προσθέτει αξία στις προκλήσεις των καινοτόμων υπηρεσιών.

Οι ψηφιακές ιδιότητες που περιλαμβάνουν χρήσιμα στοιχεία για την ενίσχυση της γαστρονομικής κληρονομιάς είναι οι εξής:

- Η *δυνατότητα προγραμματισμού* και η *αυτό-αναφορικότητα των δεδομένων*, η οποία προσφέρει αυξημένες δυνατότητες αυτοματοποίησης
- *Ψηφιακή συνδεσιμότητα* (ασύρματες, ενσύρματες, δορυφορικές τεχνολογίες), η υποδομή που είναι ο κινητήριος μοχλός της επικοινωνίας και της κινητικότητας
- *Πανταχού παρουσία*, ώστε μέσω της τεχνολογίας να μπορούμε να είμαστε παρόντες σε πολλά μέρη ταυτόχρονα και οι υπηρεσίες να είναι προσβάσιμες από οποιοδήποτε μέρος, από οποιαδήποτε συσκευή, σχεδόν ανά πάσα στιγμή
- *Ψηφιακή δομή*, η οποία επιτρέπει την αναδιαμόρφωση των στοιχείων κατά μήκος των κλάδων και της αλυσίδας αξίας, ώστε να οδηγήσει σε νέα επιχειρηματικά μοντέλα που θα είναι όσο το δυνατόν πιο βιώσιμα
- *Ψηφιακή προβολή*, ιδίως από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης που μεταβάλλουν την επικοινωνία, την κοινωνικοποίηση και τη δύναμη της διανομής πληροφοριών
- Εξατομίκευση, έτσι ώστε το ενδιαφερόμενο άτομο να έχει τη δυνατότητα να προσαρμόζει τα προϊόντα και τις υπηρεσίες του σύμφωνα με τις δικές του προτιμήσεις και αξίες μέσω ψηφιακών χαρακτηριστικών.

Η ψηφιοποίηση του γαστρονομικού τουρισμού αποσκοπεί στην προώθηση της γαστρονομικής κληρονομιάς παρέχοντας στους επισκέπτες αυθεντικές εμπειρίες, χρησιμοποιώντας νέες τεχνολογίες. Έτσι, πριν από την εφαρμογή ψηφιακών στοιχείων, είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τα κίνητρα των επισκεπτών/τουριστών για τις γαστρονομικές εμπειρίες.

Προκειμένου να εξηγήσουν τη συμπεριφορά των τουριστών να δοκιμάζουν τοπικά τρόφιμα και ποτά, οι Kim και Eves (2012) ανέπτυξαν μια κλίμακα που αποτελείται από πέντε διαστάσεις κινήτρων, οι οποίες δημιουργήθηκαν από 26 στοιχεία. Οι πέντε διαστάσεις κινήτρων ήταν η πολιτιστική εμπειρία, ο ενθουσιασμός, η διαπροσωπική σχέση, η αισθητική ελκυστικότητα και η προστασία της υγείας.



Εικόνα 3 Οι πέντε παράγοντες κινήτρων με βάση τους Kim και Eves (Kim, 2012)

Ειδικότερα, η πολιτιστική εμπειρία συνδέεται με την επιθυμία των τουριστών να γνωρίσουν διαφορετικούς πολιτισμούς, καθώς η δοκιμή νέων τροφίμων και πιάτων σημαίνει επίσης την εμπειρία νέων πολιτισμών.

Ο ενθουσιασμός σχετίζεται με την ανάγκη να βιώνουν συναρπαστικές εμπειρίες κατά τη διάρκεια των διακοπών, η οποία συνδέεται επίσης με την ανάγκη να ξεφύγουν από την καθημερινότητα.

Η τρίτη διάσταση που εντοπίστηκε ήταν η *διαπροσωπική σχέση*, η οποία θεωρείται ως η επιθυμία να γνωρίσουν νέους ανθρώπους, να περάσουν χρόνο με φίλους και οικογένεια και να ξεφύγουν από την καθημερινότητα.

Ο γαστρονομικός τουρισμός θεωρείται επίσης μια αισθητική εμπειρία. Η *αισθητική ελκυστικότητα* είναι, στην πραγματικότητα, η τέταρτη διάσταση και σχετίζεται με τα αισθητήριες ιδιότητες των τροφίμων που μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στις επιλογές των γαστρονομικών τουριστών.

Οι *προστασία της υγείας* είναι το πέμπτο κίνητρο που επηρεάζει την κατανάλωση τοπικών τροφίμων και ποτών σε τουριστικούς προορισμούς.

2. Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΨΗΦΙΑΚΟΥ ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΕΝΩΝ ΜΕΡΩΝ

Η απασχόληση είναι ο σημαντικότερος παράγοντας διαβίωσης και η βασικότερη στήριξη για την οικονομική ανάπτυξη. Η διεύρυνση των διαύλων απασχόλησης του αγροτικού εργατικού δυναμικού είναι ένας σημαντικός τρόπος για την αύξηση των πηγών εισοδήματος και τη βελτίωση του βιοτικού επιπέδου. Ωστόσο, σε πολλές χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος, η διατήρηση του εργατικού δυναμικού στις αγροτικές περιοχές είναι εμφανής και η ανεργία λόγω τριβών και οι διαρθρωτικές συγκρούσεις έχουν αυξηθεί. Το πρόβλημα της απασχόλησης των ανέργων και των ατόμων με χαμηλή ειδίκευση στις αγροτικές περιοχές έχει σταδιακά γίνει εμφανές λόγω της έλλειψης εργασιακών δεξιοτήτων.

Με τη βελτίωση της ψηφιακής υποδομής και τη διάδοση των έξυπνων συσκευών, οι ψηφιακές δεξιότητες διαδραματίζουν ολοένα και σημαντικότερο ρόλο στην πρόσβαση των εργαζομένων στις πληροφορίες. Η βελτίωση της ψηφιακής υποδομής έχει αλλάξει σε μεγάλο βαθμό τον τρόπο ζωής και την επικοινωνία των κατοίκων της υπαίθρου και έχει ορισμένες επιπτώσεις στις ατομικές επιλογές τους για την απασχόληση.

Η απόκτηση ψηφιακών δεξιοτήτων μπορεί να ενισχύσει την επικοινωνία των εργατών της υπαίθρου, να διευρύνει το πεδίο και το βάθος των κοινωνικών σχέσεων και να συμβάλει στη συσσώρευση κοινωνικού κεφαλαίου. Αυτό το κοινωνικό κεφάλαιο μπορεί να βοηθήσει τους εργαζόμενους στην αγροτική οικονομία να αποκτήσουν πληροφορίες για την απασχόληση και μπορεί να παρέχει ευκαιρίες εργασίας και πόρους, βελτιώνοντας έτσι την ποιότητα και τις πιθανότητες απασχόλησης.

Με την ταχεία ανάπτυξη της ψηφιακής τεχνολογίας, τα ψηφιακά δίκτυα έχουν γίνει μια νέα μαθησιακή πλατφόρμα που ξεπερνά τους περιορισμούς του χρόνου και των γεωγραφικών μαθησιακών πόρων και παρέχει πιο βολικές συνθήκες για την επίτευξη της ανταλλαγής

μαθησιακών πόρων και της διαδικτυακής επικοινωνίας. Η κατάκτηση ψηφιακών δεξιοτήτων μπορεί να επιτρέψει στους εργατές της υπαίθρου να έχουν πρόσβαση σε μαθησιακούς πόρους, όπως η κατάρτιση επαγγελματικών δεξιοτήτων, με χαμηλότερο κόστος χωρίς να εγκαταλείψουν το σπίτι τους, βελτιώνοντας έτσι τις δεξιότητες και τις γνωστικές τους ικανότητες.

Η κατάρτιση επαγγελματικών δεξιοτήτων μπορεί να ενισχύσει το επίπεδο του ανθρώπινου κεφαλαίου των εργαζομένων στην ύπαιθρο, και η ύπαρξη υψηλότερου επιπέδου ανθρώπινου κεφαλαίου θα αυξήσει το επίπεδο δεξιοτήτων και την παραγωγικότητα της εργασίας τους, διευκολύνοντας έτσι την εύρεση ευκαιριών απασχόλησης. Επιπλέον, το επίπεδο του ανθρώπινου κεφαλαίου που υποστηρίζεται από ψηφιακές δεξιότητες διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στις αποφάσεις απασχόλησης του αγροτικού εργατικού δυναμικού.

Για την ανάδειξη των προϊόντων πολιτιστικής κληρονομιάς απαιτούνται ικανότητες και επενδύσεις μάρκετινγκ. Οι παραγωγοί πολιτιστικής κληρονομιάς, ιδίως αν είναι μικρότερου μεγέθους, δυσκολεύονται να υιοθετήσουν στρατηγικές μάρκετινγκ ευαίσθητες ως προς την πολιτιστική κληρονομιά.

Οι τυπικές προκλήσεις είναι οι ακόλουθες:

- Έλλειψη ψηφιακών δεξιοτήτων
- Ανεπαρκή κεφάλαια που διατίθενται για επενδύσεις στην αγορά
- Ζητήματα ψηφιακού διαχωρισμού που εμποδίζουν την πρόσβαση σε ψηφιακές ευκαιρίες
- Η αντίληψη ότι οι ψηφιακές τεχνολογίες είναι χρήσιμες για τις μεγαλύτερες επιχειρήσεις αλλά όχι για τους μικρούς παραγωγούς ή τα βιοτεχνικά προϊόντα διατροφής
- Ιδεολογικοί αποκλεισμοί στην υιοθέτηση του μάρκετινγκ, το οποίο νοείται ως "καπιταλιστική" φιλοσοφία διαχείρισης και σύνολο τεχνικών που αποσκοπούν στην τόνωση της υπερκατανάλωσης.

Συνεπώς, οι φορείς παραγωγής πολιτιστικής κληρονομιάς και οι συλλογικές τους οργανώσεις θα πρέπει να:

- Επενδύσουν στην ανάπτυξη των ψηφιακών τους δεξιοτήτων. Αυτό μπορεί να γίνει μέσω της επίσημης κατάρτισης και των ευκαιριών που προσφέρονται από εκπαιδευτικά ιδρύματα ή άλλους σχετικούς φορείς
- Αναπτύξουν τη διαδικτυακή τους παρουσία. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι πολύ εύκολα στη χρήση και παρέχονται δωρεάν. Το άλλο πλεονέκτημα είναι ότι μπορούν συχνά να δημιουργήσουν περιεχόμενο που παράγεται από τους χρήστες και από στόμα σε στόμα, ιδίως αν οι καταναλωτές ενθαρρύνονται να το κάνουν. Η διαδικτυακή παρουσία αποτελεί μια πολύτιμη ατομική επένδυση μάρκετινγκ που οι παραγωγοί μπορούν να χρησιμοποιήσουν για την προώθηση της κληρονομιάς τους
- Υιοθετήσουν στρατηγικές εμπορικής επωνυμίας, μια προσέγγιση προώθησης κατά την οποία οι παραγωγοί πρώτων υλών ή ενδιάμεσων προϊόντων διαφημίζονται απευθείας στους καταναλωτές, έτσι ώστε οι καταναλωτές να αντιλαμβάνονται τα τελικά προϊόντα που ενσωματώνουν αυτά τα συστατικά ως υψηλής ποιότητας

3. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΨΗΦΙΑΚΗΣ ΚΑΙ ΒΙΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΦΗΓΗΣΗΣ

Οι διατροφικές πρακτικές εξελίχθηκαν μέσα από κοινωνικές και ιστορικές δομές και γεγονότα που αφορούσαν μια περιοχή (Foley, 2005). Το παραδοσιακό σύστημα διατροφής ορίζεται ως "όλα τα είδη τροφίμων που είναι διαθέσιμα σε έναν συγκεκριμένο πολιτισμό από τους τοπικούς φυσικούς πόρους και τα αποδεκτά πρότυπα χρήσης τους εντός του εν λόγω πολιτισμού" (Kuhnlein & Chan, 2000, σ. 596). Αυτός ο ορισμός απηχεί την κοινωνικοπολιτισμική σημασία των τροφίμων, με έμφαση στον τρόπο με τον οποίο παρασκευάζονται, διατηρούνται και προωθούνται ώστε να παρέχουν διατροφική αξία για μια ομάδα ανθρώπων, εθνοτική ομάδα ή φυλή. Το ίδιο το τρόφιμο είναι εξίσου σημαντικό με τη διαδικασία προμήθειας, επεξεργασίας, χημικής σύνθεσης και τον τρόπο χρήσης κάθε τροφίμου ανάλογα με το φύλο, την ηλικία και την κοινωνική δομή.

Περαιτέρω, είναι επίσης σημαντικό τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης να αποτελούν παγκόσμιες

πλατφόρμες επικοινωνίας που είναι σε θέση να βελτιστοποιήσουν την πολιτιστική βιωσιμότητα μέσω των αρχών ανάπτυξης με βάση την καταγραφή. Όχι μόνο ως μέσα διατήρησης, η καταγραφή της ανάπτυξης του τοπικού πολιτισμού - συμπεριλαμβανομένης της τυπικής γαστρονομίας - έχει επίσης το οικονομικό δυναμικό που παρέχει τα οφέλη με τη μορφή της ανάπτυξης της ενημερίας για τους ανθρώπους που ζουν σε μια συγκεκριμένη περιοχή με τη δική τους δυναμική. Μέσω της βελτιστοποίησης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ως μέσων καταγραφής, η παραδοσιακή γαστρονομία μπορεί να παρουσιαστεί σε παγκόσμιες σκηνές ως θησαυρός τοπικού πολιτισμού με αξίες τοπικής σοφίας εσωτερικευμένες ως ταυτότητα και μοναδικότητα να κατανοήσουν τις διατροφικές συνέπειες των τροφίμων στην υγεία. Η καταγραφή στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχει σημαντικό ρόλο στη δημιουργία και έχει τη λειτουργία ενός μέσου για την ευρεία διάδοση των παραδοσιακών αξιών και γνώσεων. Επιπλέον, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορούν να λειτουργήσουν ως πηγή πληροφοριών για την προσέλκυση τουριστών που απολαμβάνουν τα παραδοσιακά τρόφιμα.

Η αφήγηση ιστοριών είναι ένα αποτελεσματικό εργαλείο προώθησης για τη σύνδεση με τους καταναλωτές. Ειδικότερα, η ψηφιακή αφήγηση είναι ένας οικονομικά αποδοτικός τρόπος για την επαφή με το διαδικτυακό κοινό και τους οπαδούς και επιτρέπει την επαφή με τις νεότερες γενιές των *ψηφιακών ιθαγενών*. Επιτρέπει επίσης τη δυνατότητα χρήσης ιστοριών και περιεχομένου που δημιουργούν οι καταναλωτές για λόγους προώθησης.

Οι τυπικές προκλήσεις και δυσκολίες στους τομείς της διαμεσολαβούμενης αφήγησης είναι οι εξής:

- Η ψηφιακή αφήγηση απαιτεί την παραγωγή περιεχομένου μέσω ενημέρωσης υψηλής ποιότητας και οι τοπικοί φορείς συχνά δεν διαθέτουν το χρόνο και τις δεξιότητες για την παραγωγή περιεχομένου υψηλής ποιότητας με λογική αφήγησης
- Οι επαγγελματίες που προέρχονται από άλλες περιοχές μπορεί να έχουν περιορισμένη επίγνωση της διατροφικής κληρονομιάς μιας περιοχής
- Οι τοπικοί παραγωγοί συχνά δεν δημιουργούν δικτυακούς τόπους και κανάλια κοινωνικής δικτύωσης ή δεν διαθέτουν τις δεξιότητες και το χρόνο για να

κινητοποιήσουν τα τελευταία με συνέχεια ή να αντιδράσουν γρήγορα στις διαδικτυακές αλληλεπιδράσεις των καταναλωτών.

Ως εκ τούτου, οι τοπικοί παραγωγοί θα πρέπει να:

- Υιοθετήσουν την αφηγηματική προσέγγιση στην σήμανση
- Αναβαθμίσουν τις δεξιότητες και τις επενδύσεις τους στην ψηφιακή προώθηση και αφήγηση ιστοριών. Θα πρέπει να δημιουργήσουν μια παρουσία στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να μοιράζονται με ευνοϊκό τρόπο τη διαδικτυακή συζήτηση για τα προϊόντα τους. Όταν συναλλάσσονται με μη ντόπιους εμπειρογνώμονες σε αυτούς τους τομείς, θα πρέπει να τους παρέχουν αρκετές πληροφορίες σχετικά με τον τοπικό πολιτισμό και τις παραδόσεις και να διασφαλίζουν ότι τα μηνύματα που διαχέονται στους τουρίστες και τους μη ντόπιους πελάτες παραμένουν αυθεντικά και πολιτισμικά συντονισμένα με την τοπική κοινότητα
- Σχεδιάζουν προσεκτικά τις ευκαιρίες για τη δημιουργία περιεχομένου που δημιουργείται από τους χρήστες. Οι τοπικοί παραγωγοί θα μπορούσαν να αξιολογήσουν όλα τα υπάρχοντα σημεία επαφής με τους καταναλωτές από την άποψη της οπτικής ευκαιρίας για τις "Instagrammable" στιγμές τους ή να δημιουργήσουν νέες με αυτή τη λογική. Για να επωφεληθούν από το περιεχόμενο που δημιουργείται από τους χρήστες, οι παραγωγοί πολιτιστικής κληρονομιάς θα πρέπει επίσης να κοινοποιήσουν τα επίσημα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τα προτιμώμενα hashtags τους.

4. ΜΕΤΑΒΑΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ΣΤΗΝ ΨΗΦΙΑΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ

Ο μετασχηματισμός της πολιτιστικής κληρονομιάς σε ψηφιακή κληρονομιά, η διατήρησή της και η βιωσιμότητά της με τη μεταβίβασή της στις μελλοντικές γενιές έχουν μεγάλη σημασία για την οικονομική ανάπτυξη.

Υπό αυτή την έννοια, θα πρέπει πρώτα να αναπτυχθεί η τεχνολογική υποδομή για να αποφευχθούν πιθανές ελλείψεις όσον αφορά την τεχνολογία, το διαδίκτυο και τη διαχείριση κατά τη μεταφορά πολιτιστικών στοιχείων σε ένα ψηφιακό περιβάλλον.

Η ψηφιακή κληρονομιά αποτελείται από υλικό βασισμένο σε ηλεκτρονικούς υπολογιστές με διαρκή αξία που πρέπει να διατηρηθεί για τις μελλοντικές γενιές. Στην πραγματικότητα, ενώ η ψηφιοποίηση της πολιτιστικής κληρονομιάς διασφαλίζει τη διατήρηση των πρωτότυπων εγγράφων και υλικών, επιτρέπει την ισότιμη πρόσβαση σε αυτή την κληρονομιά από όλους. Η ψηφιοποίηση αποτρέπει ιδιαίτερα σπάνια γραπτά έργα, εικόνες, βιντεο-ηχογραφήσεις και έγγραφα από την φθορά και την απώλειά τους, ενώ συμβάλλει επίσης σημαντικά στον πολιτιστικό τουρισμό, επιτρέποντας στους επισκέπτες να έχουν πρόσβαση σε αυτά τα υλικά ανά πάσα στιγμή και σε οποιοδήποτε μέρος.

Επιπλέον, η ψηφιοποίηση διευκολύνει τους δυνητικούς επισκέπτες να έχουν πρόσβαση σε πληροφορίες για την επιλογή προορισμού και προϊόντος.

Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι οι σύγχρονοι τουρίστες θέλουν επίσης να βιώσουν την κληρονομιά στο πλαίσιο του δημιουργικού τουρισμού. Ο δημιουργικός τουρισμός που αναφέρεται εδώ "είναι ο τύπος τουρισμού που παρέχει στους επισκέπτες την ευκαιρία να αναπτύξουν τις δημιουργικές τους δυνατότητες μέσω της ενεργούς συμμετοχής σε μαθήματα και μαθησιακές εμπειρίες που αποτελούν χαρακτηριστικό του προορισμού διακοπών που επισκέπτονται". Η εμπειρία της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της χώρας, όπως η κουζίνα, η μουσική, η κοινωνική ζωή κ.λπ. που είναι ψηφιοποιημένη και μπορεί να προβληθεί μέσω του διαδικτύου για να διασφαλιστεί η διατήρηση και η βιωσιμότητα του πολιτιστικού τουρισμού, αποτελεί προτίμηση πολλών τουριστών.

Έχοντας κατά νου τις σημερινές ανταγωνιστικές και ταχέως μεταβαλλόμενες αγορές, οι εταιρείες βασίζονται σε μεγάλο βαθμό στην επιτυχή ανάπτυξη και εισαγωγή νέων προϊόντων ή/και υπηρεσιών στην αγορά. Η καινοτομία είναι μια ευρεία και πολυδιάστατη έννοια, η οποία μπορεί να οριστεί ως η ικανότητα ανάπτυξης νέων προϊόντων, νέων διαδικασιών, νέων μορφών οργάνωσης ή ακόμη και νέων αγορών (Horvat et al., 2019; Kalluri & Kodali, 2014; Kühne et al., 2010).

Υπάρχει αυξημένο ενδιαφέρον για τα τρόφιμα που συνδέονται με την παράδοση και αντιπροσωπεύουν ένα αυξανόμενο τμήμα της αγοράς τροφίμων στην Ευρώπη. Προκειμένου να διατηρήσουν ή και να αυξήσουν το μερίδιο αγοράς και την κερδοφορία εκμεταλλευόμενες τις ευκαιρίες μάρκετινγκ, οι επιχειρήσεις του παραδοσιακού τομέα τροφίμων αναγκάζονται επίσης να καινοτομήσουν, παρόλο που οι καινοτομίες είναι αμφιλεγόμενες στο συγκεκριμένο πλαίσιο (Kühne et al., 2010; Vanhonoracker et al., 2013).

Οι καταναλωτές συνήθως συνδέουν τα παραδοσιακά προϊόντα διατροφής με την ποιότητα και τα συσχετίζουν με την παράδοση. Ωστόσο, την ίδια στιγμή, απαιτούν επίσης πιο υγιεινά, πιο θρεπτικά και πιο κατάλληλα προϊόντα. Ως εκ τούτου, η καινοτομία καθίσταται απαραίτητη για την ικανοποίηση των απαιτήσεων των καταναλωτών, και αν τα παραδοσιακά προϊόντα διατροφής θέλουν να διατηρήσουν το ρυθμό, χρειάζονται καινοτόμες λύσεις όσο και άλλα προϊόντα διατροφής. Οι καταναλωτές αισθάνονται διχασμένοι σχετικά με την καινοτομία στα παραδοσιακά προϊόντα, λόγω των αντιφατικών εννοιών που κρύβονται από κάτω: καινοτομία έναντι παράδοσης. Από την άλλη πλευρά, πρόκειται για μια ιδιαίτερη ευκαιρία, διότι φέρνει την καινοτομία σε ένα προϊόν που έχει μια ιδιαίτερη θέση ακριβώς επειδή προορίζεται να είναι παραδοσιακό (Bigliardi, 2019; Gere et al., 2019).

Προκειμένου να διατηρήσουν ή να επεκτείνουν το μερίδιο αγοράς και την κερδοφορία τους, ο τομέας των παραδοσιακών τροφίμων θα πρέπει επίσης να προχωρήσει σε καινοτόμες ενέργειες. Οι καινοτομίες περιλαμβάνουν τη βελτίωση του προϊόντος, της διαδικασίας και της διανομής των παραδοσιακών τροφίμων με τους τρόπους των μη παραδοσιακών τροφίμων, εκτός από τη διατήρηση της φυσικής ταυτότητας των παραδοσιακών τροφίμων, όπως συνήθη, οικεία,

αυθεντικά, τυπικά και κληρονομικά. Ο βαθμός εξοικείωσης με τα τρόφιμα επηρεάζει τις αντιδράσεις των καταναλωτών, την προθυμία αγοράς και τελικά τις δυνατότητες επιτυχίας. Η κατανόηση των προτιμήσεων των καταναλωτών για τα παραδοσιακά τρόφιμα είναι επίσης σημαντική για την εμπορική προώθηση του προϊόντος σε όλη τη χώρα, ακόμη και στην παγκόσμια αγορά. Μια νέα διάσταση στο παραδοσιακό προϊόν θα μπορούσε να είναι η προσθήκη μιας νέας έννοιας που σχετίζεται με τη βελτίωση των αντιληπτικών ιδιοτήτων του προϊόντος, όπως η ενίσχυση του παραδοσιακού χαρακτήρα, η μείωση της περιεκτικότητας σε λιπαρά, η αφαίρεση της δυσάρεστης γεύσης, η συσκευασία και η παρουσίασή τους με πιο φυσικό τρόπο στα διάφορα μεγέθη και η πώλησή τους σε αυτόματους πωλητές.

Ιδιαίτερα με την ανάπτυξη της τεχνολογίας, η σύνδεση μεταξύ των πολιτισμών που αναπτύσσουν στενότερες σχέσεις μεταξύ τους και το κίνητρο για ταξίδια με σκοπό την εμπειρία του φαγητού ενισχύεται. Με άλλα λόγια, η παγκοσμιοποίηση εμφανίζεται ως κινητήριος δύναμη για την ανοικοδόμηση ή την επανεφεύρεση των τοπικών παραδόσεων και χαρακτηριστικών των τροφίμων. Στην καθημερινή μας ζωή, η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από όλους αποτελεί ένδειξη της κουλτούρας τροφίμων και ποτών και παρέχει επικοινωνία μεταξύ των ατόμων. Τα εστιατόρια και τα τρόφιμα που μοιράζονται σε εφαρμογές όπως το TripAdvisor, το Foursquare, το Facebook και το Instagram προκαλούν την περιέργεια των ανθρώπων και τους διεγείρουν. Σε αυτό το πλαίσιο, οι άνθρωποι εγκαταλείπουν συνεχώς τους τόπους διαμονής τους και μετακινούνται προσωρινά στους προορισμούς που τους ενδιαφέρουν και δοκιμάζουν τα εν λόγω εστιατόρια και φαγητά. Ως αποτέλεσμα, αναδύεται μια νέα πολιτιστική δομή, η οποία ονομάζεται ψηφιακή κουλτούρα κουζίνας.

Το φαγητό αποκτά ολοένα και περισσότερο κεντρικό ρόλο στην εμπειρία των τουριστικών προορισμών. Με την άνοδο της οικονομίας της εμπειρίας, το φαγητό γίνεται ένα από τα κεντρικά στοιχεία που οι προορισμοί θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν ως βάση για το εμπορικό σήμα, τη διαμόρφωση της εικόνας του προορισμού και την προώθηση του τουρισμού. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αποκτούν ολοένα και μεγαλύτερη σημασία ως πηγή πληροφοριών για τους τουρίστες.

Ο πολιτισμός της ψηφιακής κουζίνας είναι μια ολοκληρωμένη έννοια που επηρεάζεται από τα γεγονότα του πολιτισμού, την πολιτιστική δημιουργικότητα, τον τουρισμό, την τεχνολογία και τα τρόφιμα. Τα πιάτα που αναπτύσσονται σε σχέση με τις τοπικές κοινότητες αποτελούν τον διατροφικό πολιτισμό αυτής της περιοχής. Σε εποχές που η τεχνολογία δεν υπήρχε, η διατροφική κουλτούρα αναπτυσσόταν, άλλαζε και αναδιαμορφωνόταν, επηρεαζόμενη από γεγονότα όπως η μετανάστευση, οι πόλεμοι ή οι τουριστικές δραστηριότητες. Αυτός ο κύκλος της διατροφικής κουλτούρας δεν έληξε ποτέ. Ωστόσο, με την ανάπτυξη της τεχνολογίας, η κουλτούρα τροφίμων μεταφέρεται σε άλλη διάσταση και συνεχίζει την αλλαγή της από εδώ και πέρα. Τα κρυμμένα πιάτα και οι διατροφικές κουλτούρες αποκαλύπτονται μέσω διαφόρων εφαρμογών των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Το φαγητό που εκτίθεται είναι πιο γνωστό, έχει γίνει οικείο και έχει αρχίσει να παράγεται και να πωλείται σε μεγαλύτερη περιοχή βγαίνοντας από μια πιο μικρή περιοχή.

Πριν από την ψηφιακή εποχή, οι γαστρονομικές κουλτούρες βασίζονταν στα χαρακτηριστικά της εν μέρει κλειστής περιοχής τους, με στοιχεία για τον ανανά κ.λπ. Ενώ διαμορφώνεται, η κατάσταση αυτή έχει αλλάξει εντελώς στην ψηφιακή εποχή. Η ανάπτυξη των μεταφορών, οι θετικές εξελίξεις στην αλυσίδα εφοδιασμού τροφίμων, δηλαδή το γεγονός ότι τα θρεπτικά συστατικά μπορούν να μεταφερθούν οπουδήποτε, η αύξηση της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ως αποτέλεσμα της εξέλιξης της τεχνολογίας, καθιστούν τα πιάτα όχι αποκλειστικά σε συγκεκριμένες περιοχές. Η εύκολη πρόσβαση στα θρεπτικά συστατικά έχει ως αποτέλεσμα τα γεύματα που είναι ειδικά για ορισμένες περιοχές να παράγονται στον επιθυμητό τόπο χωρίς να εμποδίζονται από το χρόνο και το χώρο. Ως αποτέλεσμα της χρήσης των εφαρμογών των μέσων κοινωνικής δικτύωσης που αναπτύσσονται σύμφωνα με την τεχνολογία, αυξάνει την ευαισθητοποίηση και τη ζήτηση των πιάτων από συγκεκριμένες περιοχές. Στο τέλος, ως αποτέλεσμα της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, καθιστά δυνατή τη ζήτηση και την προμήθεια πιάτων συγκεκριμένων περιοχών παντού. Η κατάσταση αυτή αποκαλύπτει ριζικές αλλαγές στη διατροφική κουλτούρα. Ειδικά στις μεγαλουπόλεις, έχει περάσει από την παραδοσιακή κουλτούρα κουζίνας στην ψηφιακή κουλτούρα κουζίνας. Για παράδειγμα, μια

μεγαλούπολη, όπως Κωνσταντινούπολη-Τουρκία, η οποία έχει κοσμοπολίτικη δομή. Λόγω της κοσμοπολίτικης δομής της, άνθρωποι με πολλές διαφορετικές γαστρονομικές κουλτούρες ζουν μαζί. Ωστόσο, οι τουρίστες που επισκέφθηκαν την Κωνσταντινούπολη, όχι μόνο για τη γαστρονομική κουλτούρα της, είναι πιθανό να είναι πρόθυμοι να ζήσουν την εμπειρία με τη γαστρονομική κουλτούρα της Τουρκίας. Υπό αυτή την έννοια, ανοίγουν εστιατόρια με διαφορετικές έννοιες προκειμένου να βιώσουν πιάτα διαφόρων γαστρονομικών πολιτισμών που μαθαίνουν από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Ως αποτέλεσμα της συνέχισης αυτού του κύκλου, αναδύεται μια ψηφιακή κουλτούρα κουζίνας.

Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, η οποία αναπτύσσεται σε συνδυασμό με την τεχνολογία, αλλάζει συνεχώς τη συμπεριφορά των τουριστών και τη δομή των τουριστικών προϊόντων που θέλουν να βιώσουν. Υπήρξε μια πολιτιστική αλλαγή, ιδίως όταν οι τουρίστες που ταξιδεύουν για να γνωρίσουν διαφορετικές γαστρονομικές κουλτούρες ήθελαν να δοκιμάσουν την κουζίνα ή τις γαστρονομικές κουλτούρες που έβλεπαν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Αυτή η πολιτιστική αλλαγή, η επιθυμία να απολαύσουν τα πιάτα διαφόρων γαστρονομικών πολιτισμών που βγαίνουν με πολιτιστική δημιουργικότητα και μοιράζονται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, δημιουργεί μια νέα δομή της αγοράς. Αυτή η δομή επηρεάζει την κουλτούρα του τουρισμού και ως εκ τούτου τη γαστρονομική κουλτούρα.

Ειδικότερα, ο τρόπος με τον οποίο οι άνθρωποι σχετίζονται και επικοινωνούν με τους οργανισμούς όταν προσπαθούν να ικανοποιήσουν τις υλικές και οικονομικές τους ανάγκες επηρεάζεται σημαντικά από την έλευση και την ευρεία χρήση νέων και πιο εφευρετικών ψηφιακών πλατφορμών.

Η σημερινή κοινωνία χρησιμοποιεί ήδη ψηφιακές πλατφόρμες, μηχανές αναζήτησης, ιστότοπους, κοινωνικά δίκτυα, εφαρμογές για κινητά τηλέφωνα και υπηρεσίες ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, για να επικοινωνεί μεταξύ της, να ενημερώνεται για τοπικά και παγκόσμια γεγονότα, να αγοράζει και να πωλεί αγαθά και υπηρεσίες, να διαχειρίζεται τα οικονομικά της και, όλο και περισσότερο, να εκτελεί επαγγελματικά καθήκοντα.

Ο αντίκτυπος που είχε το πλαίσιο που αναλύθηκε προηγουμένως στο μάρκετινγκ ως τομέα προσπάθειας ήταν μια από τις πιο ενδιαφέρουσες αλλαγές που επέφερε, διότι η συγχώνευσή του με τις νέες ΤΠΕ και τα ψηφιακά εργαλεία τείνει να οδηγεί σε πιο επιτυχημένες πρωτοβουλίες, είναι πιο εύκολα ελεγχόμενη και, το σημαντικότερο, να παρέχει μια πιο εύκολα μετρήσιμη απόδοση της επένδυσης.

Από εννοιολογική άποψη, η αρχική και ευρέως διαδεδομένη αντίληψη ότι το "ψηφιακό μάρκετινγκ" αναφέρεται στο μάρκετινγκ προϊόντων και υπηρεσιών μέσω ψηφιακών καναλιών έχει εξελιχθεί στο σημείο όπου πλέον χαρακτηρίζεται ως μια κοινωνική διαδικασία μέσω της οποίας τα άτομα και οι οργανισμοί χρησιμοποιούν τις ψηφιακές τεχνολογίες για να προσελκύσουν νέους πελάτες, να αυξήσουν τις γνώσεις των υφιστάμενων πελατών (ώστε να μπορούν να ανταποκριθούν καλύτερα στις ανάγκες τους), να προωθήσουν τα εμπορικά σήματα, να ενισχύσουν τις συμπράξεις και να αυξήσουν τις πωλήσεις.

Το ψηφιακό μάρκετινγκ είναι κάτι πολύ περισσότερο από τη χρήση ενός ιστότοπου. Είναι, κατά τη γενική αντίληψη, μια συμβίωση μεταξύ διαδικτυακών πλατφορμών και πρακτικών ψηφιακού μάρκετινγκ, ενσωμάτωσης περιεχομένου σε θεματικά προσανατολισμένες πύλες και θεσμικών ιστότοπων.

Από τεχνική άποψη, τα κύρια εργαλεία που υποστηρίζουν σήμερα την πλειονότητα των πρωτοβουλιών ψηφιακού μάρκετινγκ είναι το μάρκετινγκ κοινωνικών μέσων (SMM), το μάρκετινγκ για κινητά τηλέφωνα, η βελτιστοποίηση μηχανών αναζήτησης (SEO), η ανάλυση ιστοσελίδων, το μάρκετινγκ μηχανών αναζήτησης (SEM), το διαδραστικό μάρκετινγκ, το μάρκετινγκ συνεργαζόμενων επιχειρήσεων, το μάρκετινγκ ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και η δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου.

5. ΕΝΤΟΠΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΨΗΦΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΘΝΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΒΙΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑΣ ΣΤΙΣ ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ

Στους κύκλους της διεθνούς πολιτικής αναγνωρίζεται όλο και περισσότερο ότι η διατήρηση της βιολογικής ποικιλομορφίας συνδέεται αναπόσπαστα με τη διατήρηση της πολιτιστικής ποικιλομορφίας και ότι οι τοπικές κοινότητες κατέχουν παραδοσιακές οικολογικές γνώσεις μεγάλης δυνητικής αξίας και σημασίας στις παγκόσμιες προσπάθειες για την επίτευξη των στόχων της βιώσιμης ανάπτυξης και έτσι οι ψηφιακές τεχνολογίες διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη διευκόλυνση της διατήρησης αυτής της πολιτιστικής ποικιλομορφίας.

Η ψηφιακή τεχνολογία χρησιμοποιείται ευρέως για σκοπούς διατήρησης της βιοποικιλότητας και πολλές κρατικές και μη κυβερνητικές πρωτοβουλίες βρίσκονται σε εξέλιξη για την ανάπτυξη ηλεκτρονικών μέσων αποθήκευσης και επικοινωνίας.

Καθώς οι αγροτικές κοινότητες παρουσιάζουν συρρίκνωση του πληθυσμού, όσοι παραμένουν αντιμετωπίζουν πλήθος κοινωνικών και οικονομικών ζητημάτων. Αλλά με την αύξηση της πρόσβασής τους στην τεχνολογία, ορισμένα από αυτά τα προβλήματα μπορούν να μειωθούν και οι ευάλωτες κοινότητες να προστατευθούν.

Η ψηφιοποίηση της υπαίθρου περιλαμβάνει τη χρήση προηγμένων ψηφιακών τεχνολογιών για την ενίσχυση του οικονομικού και κοινωνικού δικτύου των αγροτικών πληθυσμών, παρέχοντάς τους εν τέλει περισσότερες ευκαιρίες για μια δικτυωμένη ζωή. Οι τεχνολογίες αυτές λαμβάνουν πολλές μορφές - από γεωργικές καινοτομίες έως συστήματα φωτισμού που λειτουργούν με ηλιακή ενέργεια - αλλά όλες απευθύνονται στο ίδιο βασικό στόχο: Οι άνθρωποι δεν πρέπει να μετακινούνται από την ύπαιθρο λόγω ανάγκης. Πολλές οικογένειες έχουν πολιτιστικούς και ιστορικούς δεσμούς με τις αγροτικές τους περιοχές και η ψηφιοποίηση διασφαλίζει ότι μπορούν να παραμείνουν εκεί χωρίς να διακυβεύεται η ποιότητα ζωής τους.

Στην Ε.Ε., η υλοποίηση των μεγαλύτερων παγκοσμίως προγραμμάτων έρευνας και καινοτομίας - Ορίζοντας 2020 (Horizon 2020) - οδήγησε σε πολλά έργα που αποσκοπούν στη διασφάλιση της ευρωπαϊκής παγκόσμιας ανταγωνιστικότητας. Για παράδειγμα, το πρόγραμμα DESIRA επικεντρώθηκε ειδικά στην αξιολόγηση των επιπτώσεων της ψηφιοποίησης, καθορίζοντας επτά κατευθυντήριες αρχές για να βοηθήσει την Ευρώπη να επιτύχει την ψηφιοποίηση της υπαίθρου έως το 2040. Μεταξύ αυτών των αρχών είναι η εφαρμογή πολιτικών που προωθούν την ψηφιακή ένταξη. Κατά τη διαδικασία της αγροτικής ψηφιοποίησης, ορισμένες αγροτικές περιοχές θα μπορούσαν να μείνουν εκτός, με αποτέλεσμα την αύξηση του ψηφιακού χάσματος και την άνιση ανάπτυξη. Για να αποφευχθεί αυτό, το DESIRA επιβεβαιώνει ότι οι ευρωπαϊκές κυβερνήσεις είναι υπεύθυνες να διασφαλίσουν ότι οι άνθρωποι δεν βρίσκονται σε μειονεκτική θέση με βάση την τοποθεσία τους, κάτι που οι κυβερνήσεις θα πρέπει να υιοθετήσουν καθολικά όταν πρόκειται για την ψηφιοποίηση της υπαίθρου.

Παράλληλα με τη βελτίωση των αγροτικών υποδομών, τη χρήση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας και την ενσωμάτωση της τεχνολογίας επικοινωνιών στις γεωργικές βιομηχανίες, η ψηφιοποίηση παρέχει καλύτερες ευκαιρίες κυρίως για τις νέες γυναίκες. Η βελτίωση των εκπαιδευτικών ευκαιριών των γυναικών μέσω της ψηφιοποίησης των σχολείων είναι ίσως μία από τις καλύτερες μεθόδους ενδυνάμωσης των κοριτσιών, καθώς τους παρέχει νέες, ανανεωτικές προοπτικές για τον κόσμο στον οποίο ζουν.

Η βιοποικιλότητα επιδεινώνεται ραγδαία στην Ευρώπη και σε ολόκληρο τον κόσμο. Υπάρχουν, ωστόσο, τεράστιες αναξιοποίητες δυνατότητες στη χρήση δεδομένων και ψηφιακών λύσεων για την προστασία των φυσικών μας πόρων.

Στην πραγματικότητα, οι ψηφιακές λύσεις έχουν ήδη αποδειχθεί εξαιρετικά χρήσιμες στην παρακολούθηση της βιοποικιλότητας παγκοσμίως εδώ και δεκαετίες. Στο μέλλον, τεχνολογίες όπως η τεχνητή νοημοσύνη (Artificial Intelligence - AI) και το Διαδίκτυο των πραγμάτων μπορούν να βελτιώσουν περαιτέρω τη διαχείριση των δεδομένων που απαιτούνται για την παρακολούθηση, τη λήψη αποφάσεων και την επιβολή του νόμου. Μπορούν επίσης να βοηθήσουν στην οικολογική ανάπτυξη των ανθρώπινων δραστηριοτήτων, να ευαισθητοποιήσουν σχετικά με τις προκλήσεις

που σχετίζονται με τη βιοποικιλότητα και να ενθαρρύνουν τους πολίτες να υποστηρίξουν τα αναγκαία μέτρα.

6. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΠΛΑΤΦΟΡΜΩΝ

Για τη δημιουργία μιας βάσης δεδομένων συνταγών, το πλαίσιο που θα χρησιμοποιηθεί θα πρέπει να είναι παρόμοιο με μια έξυπνη ψηφιακή πλατφόρμα.

Οι ψηφιακές πλατφόρμες είναι ένας διαμεσολαβητής μεταξύ των καταναλωτών που επιθυμούν μια εξατομικευμένη εμπειρία και των τοπικών πρωτοβουλιών ανταλλάσσοντας πληροφορίες, δίνοντας προβολή, προωθώντας τους γαστρονομικούς πόρους, ανταλλάσσοντας δεδομένα, δημιουργώντας οικονομικά οφέλη για τους τοπικούς επιχειρηματίες, ενσωματώνοντας τις ψηφιακές τεχνολογίες στο οργανωτικό πλαίσιο. Οι πρωτοβουλίες αυτές επιτρέπουν την ενημέρωση της βάσης δεδομένων σε πραγματικό χρόνο και την αποτίμηση του παράγοντα δημιουργίας.

Οι έξυπνες ψηφιακές πλατφόρμες είναι σε θέση:

- Να διατυπώνουν τους προωθητές της καινοτομίας
- Να παρέχουν εξειδικευμένες πληροφορίες
- Να ενισχύσουν την προβολή των γαστρονομικών πόρων
- Να απορροφούν και να σχεδιάζουν εμπειρίες
- Να αναδεικνύουν τους φορείς των αγροτικών κοινοτήτων.

Πτυχές καινοτομίες	Χρήση και λειτουργίες
Κοινότητα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ενίσχυση της κοινότητας της υπαίθρου 2. Μάρκετινγκ γαστρονομικών υπηρεσιών 3. Διαχείριση της σύστασης επιχειρήσεων 4. Άμεση επικοινωνία με τους επισκέπτες
Χρήση για τους επισκέπτες	<ol style="list-style-type: none"> 1. Συγκέντρωση πληροφοριών 2. Άμεση επικοινωνία με την κοινότητα της υπαίθρου 3. Πρωταρχική εμπειρία μέσω της πλατφόρμας 4. Προβολή των γαστρονομικών πόρων και υπηρεσιών

Εικόνα 4: Χρήση και κύριες λειτουργίες μιας έξυπνης ψηφιακής πλατφόρμας

Βασικοί τομείς μιας έξυπνης ψηφιακής πλατφόρμας:

a. *Πρόταση αξίας:* Είναι ο τρόπος με τον οποίο μια γεωγραφική περιοχή αναδεικνύει την πολιτιστική και γαστρονομική της ταυτότητα. Η πρόταση αξίας βασίζεται στην προσφορά ολοκληρωμένων υπηρεσιών με φροντίδα του περιβάλλοντος και σεβασμό της πολιτιστικής ποικιλομορφίας.

b. *Βασικοί εταίροι:* Δημιουργία ενός δικτύου αξιόπιστων και αποτελεσματικών εταίρων. Κατά τη διαδικασία επιλογής στρατηγικών εταίρων, πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ένας εκτενής κατάλογος στοιχείων, όπως η σύνδεση με την πρόταση αξίας, τα κριτήρια επιλογής και η ανάπτυξη μιας επωφελούς σχέσης για όλα τα μέρη.

c. *Βασικοί πόροι*: Τα εργαλεία για την υλοποίηση των βασικών δραστηριοτήτων, όπως η πρόσβαση στο διαδίκτυο, η χρήση εφαρμογών για κινητά τηλέφωνα ή οι σχεδιαστές ταξιδιών. Οι πληροφορίες θα αποθηκεύονται σε μια βάση δεδομένων, ώστε να μπορεί να γίνει αργότερα ανάλυση των δεδομένων για τον στρατηγικό σχεδιασμό.

d. *Σχέσεις με τους επισκέπτες*: Δημιουργείται μια κοινότητα γύρω από τα προϊόντα και τις υπηρεσίες της και αυτό βοηθά στην παροχή εξατομικευμένων εμπειριών από την πλατφόρμα και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

e. *Κανάλια επικοινωνίας*: Στοιχεία που καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο η προβαλλόμενη πολιτιστική κληρονομιά θα προσεγγίσει τους επισκέπτες και θα μεταφέρει τις προτάσεις αξίας ευρέως και αποτελεσματικά.

f. *Κατηγορίες επισκεπτών*: Η κατηγορία του επισκέπτη-στόχου καθορίζεται με βάση πληροφορίες που λαμβάνονται από μελέτες, με βάση δημογραφικές παραμέτρους, δραστηριότητες, κοινωνική τάξη, τρόπο ζωής κ.λπ. Η πλατφόρμα θα ενσωματωθεί από τους τοπικούς φορείς όπου εντοπίζονται οι δυνητικοί επισκέπτες.

Βασικοί εταίροι	Κύριες δραστηριότητες	Βασικές πηγές
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Τοπικοί επιχειρηματίες (βιοτέχνες, αγρότες, ιδιοκτήτες καταλυμάτων, μάγειρες κ.λπ.) ▪ Εξωτερικές εταιρείες (ταξιδιωτικά γραφεία, τουριστικά γραφεία, εταιρείες μάρκετινγκ κ.λπ.) ▪ Μεταφορικές εταιρείες ▪ Υπεύθυνοι κοινοτήτων ▪ Ψηφιακοί influencers ▪ Πάροχοι υπηρεσιών ▪ Τοπικές κυβερνήσεις/αρχές ▪ Πολιτιστικά ιδρύματα / ΜΚΟ ▪ Αναλυτές 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ανάπτυξη και διαχείριση ιστοσελίδων ▪ Προώθηση σε πλατφόρμες ▪ Προώθηση στα κοινωνικά δίκτυα ▪ Μάρκετινγκ πολιτιστικής κληρονομιάς ▪ Εκπαίδευση των τοπικών φορέων στη χρήση ψηφιακών τεχνολογιών ▪ Απόκτηση διαφημιστών 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Πρόσβαση στο Διαδίκτυο ▪ Εφαρμογές κινητών τηλεφώνων ▪ Συνεργασία όλων των φορέων
Σχέσεις επισκεπτών	Κανάλια	Κατηγορίες επισκεπτών
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Διαδικτυακά μέσω της πλατφόρμας ▪ Διαδικτυακά μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Μέσα κοινωνικής δικτύωσης ▪ Συμβατικοί πολιτιστικοί και τουριστικοί οργανισμοί ▪ Ψηφιακό μάρκετινγκ 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Επισκέπτες που ενδιαφέρονται για τον γαστρονομικό τουρισμό, τον οικολογικό τουρισμό, τον

		<p>πολιτιστικό τουρισμό, τον αγροτουρισμό, τον αιφόρο και τον βιωματικό τουρισμό</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ταξιδιωτικά γραφεία ▪ Τουριστικοί οργανισμοί ▪ ΜΚΟ
--	--	---

Εικόνα 5 Παραδείγματα βασικών τομέων ενός φορέα παροχής

Μία από τις προτεραιότητες για την ενίσχυση της πληροφόρησης είναι η ψηφιοποίηση της ζήτησης και της προσφοράς για τη γαστρονομική κληρονομιά, η οποία συμβάλλει στην ένταξη των μικρών γεωργικών εκμεταλλεύσεων και των εκμεταλλεύσεων ημιεπιβίωσης στην οικονομική δραστηριότητα, η οποία, με τη σειρά της, προάγει τη ζωτικότητα και τη βιωσιμότητα του αγροτικού χώρου.

Ένας από τους απλούστερους τρόπους είναι η δημιουργία ενός ειδικού οργάνου που θα είναι υπεύθυνο για τη σύγκλιση της ζήτησης και της προσφοράς. Οι μεμονωμένοι παραγωγοί ενημερώνουν το ίδρυμα για τα αγαθά/προϊόντα τους, τον τρόπο προσέγγισής τους (τις διευθύνσεις τους) και τη δυνατότητα άμεσης επικοινωνίας.

Το e institution δημιουργεί ιστοσελίδες, συγκεντρώνει τις πληροφορίες και πραγματοποιεί τις παραγγελίες. Η PlatFerma στη Ρουμανία θα μπορούσε να αναφερθεί ως παράδειγμα. Η PlatFerma είναι μια διαδικτυακή πλατφόρμα μέσω της οποίας οι πολίτες μπορούν να μάθουν ποιοι και πού είναι οι Ρουμάνοι αγρότες, τι φυσικά προϊόντα προσφέρουν, πώς φροντίζουν τα νοικοκυριά τους, τι τους εμπνέει και τι τους παρακινεί. Στο πλαίσιο αυτής της πλατφόρμας, κάθε αγρόκτημα διαθέτει ένα αντίστοιχο "Προφίλ αγρότη", το οποίο περιέχει πληροφορίες σχετικά με τα υγιεινά

τρόφιμα και την προέλευσή τους. Η πλατφόρμα περιλαμβάνει "Τον χάρτη αγροκτημάτων" -ένα χάρτη που κατευθύνει τους αγοραστές σε αγροκτήματα κοντά σε μεγάλες πόλεις, τι και πού μπορούν να αγοράσουν. Ο χάρτης εντοπίζει σημεία της χώρας, όπου οι φάρμες χωρίζονται ανά νομό και κατηγορία προϊόντων. Υπάρχουν εννέα κατηγορίες που περιλαμβάνουν στοιχεία μιας διαφοροποιημένης, νόστιμης και τοπικής διατροφής (PlatFerma..., 2018).

Μια σημαντική επιλογή για την προσέγγιση της ζήτησης και της προσφοράς είναι επίσης η αυτοοργάνωση επιχειρηματικών ενώσεων ή συνεταιρισμών και η δημιουργία των δικών τους καταστημάτων.

Τέλος, επεκτείνεται και το άμεσο μάρκετινγκ. Ένας παραγωγός αγαθών/προϊόντων δημιουργεί μία ιστοσελίδα και προσφέρει τα αγαθά/προϊόντα, τα είδη συσκευασίας, την τιμή και τον πιθανό χρόνο παράδοσης, καθώς ο ίδιος ο παραγωγός παραδίδει τα αγαθά/προϊόντα σε ορισμένες τοποθεσίες. Όσον αφορά την άμεση εμπορία, συχνά συνεργάζονται οι αγοραστές και όχι οι προμηθευτές. Δημιουργούνται οι λεγόμενες ομάδες άμεσου μάρκετινγκ. Οι ομάδες άμεσου μάρκετινγκ αποδίδονται στην ευκαιρία που δημιουργείται από τους αγοραστές -ενθουσιαστές- να αγοράζουν τακτικά, κάθε εβδομάδα, φρέσκα τοπικά βιολογικά τρόφιμα απευθείας από τους βιοκαλλιεργητές επενδύοντας το δικό τους χρόνο.

Το άμεσο μάρκετινγκ έρχεται σε αντίθεση με τις εμπορικές συνήθειες στην αγορά ή σε ένα σούπερ μάρκετ. Οι αγοραστές πρέπει να προγραμματίσουν τις ανάγκες τους σε προϊόντα για την επόμενη εβδομάδα. Εκτός αυτού, μερικές φορές πρέπει να είναι δημιουργικοί για να μαγειρέψουν γεύματα από ό,τι είναι διαθέσιμο εκείνη την περίοδο ή εποχή.

7. ΠΩΣ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΕΤΕ ΜΙΑ ΒΑΣΗ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΕΥΡΩΠΑΙΚΟΥ ΚΑΤΑΛΟΓΟΥ ΣΥΝΤΑΓΩΝ

Η διατήρηση της εθνοτικής και πολιτιστικής ποικιλομορφίας γενικά αποτελεί σήμερα μια μεγάλη πρόκληση, παρόμοια με το έργο της διατήρησης της βιολογικής ποικιλομορφίας του πλανήτη μας. Στους παράγοντες που θέτουν σε κίνδυνο περιλαμβάνονται ακόμη και η εξάπλωση των ψηφιακών μέσων που είναι απίθανο να αποδεχτούν τις τοπικές παραδόσεις.

Οι πολλοί συνδυασμοί γεύσεων, αρωμάτων, τεχνικών, καθώς και οι ιστορικές, θρησκευτικές και πολιτιστικές αναφορές διαμορφώνουν σταδιακά την κληρονομιά με αναφορές στη λογοτεχνία, τη λαογραφία, τη μουσική - όλα αυτά που κάνουν τις εθνικές κουζίνες μοναδικές και διασυνδεδεμένες με άλλους τομείς των ανθρώπινων δραστηριοτήτων.

Ο Fabio Parasecoli (2005) εφαρμόζει ορθά την έννοια των " σημαινόντων δικτύων " στις εθνικές κουζίνες: "Κάθε στοιχείο μιας γαστρονομικής παράδοσης αποτελεί έτσι επίσης μέρος πολλών διασυνδεδεμένων δικτύων νοήματος, πρακτικών, εννοιών και ιδανικών- η πλήρης έκταση του νοήματος και της αξίας του δεν μπορεί να γίνει αντιληπτή χωρίς να αναλυθεί η αλληλεπίδρασή του με άλλους φαινομενικά άσχετους τομείς. Μπορούμε να ορίσουμε αυτά τα δίκτυα ως "σημαίνοντα", επειδή μας βοηθούν να κατανοήσουμε την πραγματικότητα, επιτρέποντάς μας να κατανοήσουμε το πολιτισμικό μας περιβάλλον και να ενεργήσουμε εντός των κανόνων και των ορίων του" (Parasecoli, 2005).

Καθώς ο κόσμος μικραίνει από άποψη ταξιδιών και επικοινωνίας, έχουμε πολλές ευκαιρίες να ανακαλύψουμε νέες πολιτιστικές διαστάσεις στον εαυτό μας. Μπορεί κανείς να μάθει πολλά για μια εθνοτική ομάδα μόνο και μόνο δοκιμάζοντας τα διάσημα πιάτα της. Οι ξένοι επισκέπτες είναι συχνά αρκετά πρόθυμοι να δοκιμάσουν την τοπική κουζίνα, αλλά μπορεί να το θεωρήσουν επικίνδυνο αν δεν παρέχονται αρκετές επεξηγηματικές πληροφορίες. Η κοινοποίηση συνταγών μαγειρικής δεν περιλαμβάνει μόνο έναν κατάλογο απλών συστατικών και οδηγιών μαγειρέματος, αλλά και το περιβάλλον στο οποίο αναπτύσσονται τα προϊόντα διατροφής. Οι εθνικές κουζίνες περιλαμβάνουν έναν μεγάλο αριθμό παραγόντων που καθιστούν τα πιάτα ξεχωριστά, συμπεριλαμβανομένων συγκεκριμένων τρόπων επεξεργασίας ολόκληρων των τροφίμων, χρήσης

σκευών, εφαρμογής τεχνικών μαγειρέματος κ.λπ. Έτσι, η περίπτωση χρήσης της ψηφιοποίησης της κουζίνας είναι αρκετά διδακτική για την κατανόηση των αρχών της σημερινής διαπολιτισμικής ανταλλαγής γνώσεων. Η σημερινή μεγάλη πρόκληση είναι η κωδικοποίηση αυτών των πληροφοριών σε κατάλληλη ψηφιακή μορφή, ώστε η ανταλλαγή δεδομένων να ανοίξει πόρτες σε ξένους τουρίστες, να ενισχύσει τους οικονομικούς δεσμούς και να φέρει τη διαπολιτισμική επικοινωνία σε πολύ υψηλότερο επίπεδο. Πολλά έργα ψηφιοποίησης βασίζονται στην ιδέα της χρήσης κάποιου είδους θεμελιώδους οντολογίας που μπορεί να επεκταθεί από μηχανικούς γνώσης σε ένα συγκεκριμένο ειδικό πεδίο εμπειρογνωμοσύνης. Θα εξετάσουμε την περίπτωση χρήσης της εφαρμογής αυτών των εργαλείων για την ψηφιοποίηση των εθνικών κουζινών.

Οι υπάρχουσες τεχνολογίες τυποποιημένης αναπαράστασης γνώσης κατατάσσονται σε διάφορες ομάδες πλαισίων.

Αυτές περιλαμβάνουν την προσέγγιση του Σημασιολογικού Ιστού στην αρχική του μορφή με την OWL και το RDF. Οι διαδικτυακές συλλογές αλληλένδετων συνόλων δεδομένων που χρησιμοποιούν μέσα του Σημασιολογικού Ιστού είναι γνωστές ως Συνδεδεμένα Δεδομένα (Linked Data). Πολλά έργα ψηφιοποίησης είναι χτισμένα γύρω από την ιδέα της χρήσης κάποιου είδους θεμελιώδους οντολογίας που μπορεί να επεκταθεί από μηχανικούς γνώσης σε ένα συγκεκριμένο ειδικό πεδίο εμπειρογνωμοσύνης.

Η κυρίαρχη λογική του **RDF** είναι ότι "ο Παγκόσμιος Ιστός μετακινείται από το να έχει μόνο πληροφορίες αναγνώσιμες από τον άνθρωπο στο να είναι ένα παγκόσμιο δίκτυο συνεργαζόμενων διαδικασιών.

Το RDF παρέχει μια παγκόσμια γλώσσα για αυτές τις διαδικασίες". Όπως υποδηλώνει το όνομά του, το RDF είναι ένα πλαίσιο για την έκφραση πληροφοριών σχετικά με πόρους - κυρίως έγγραφα του διαδικτύου και διάφορες οντότητες. Ο φορμαλισμός του βασίζεται στην ιδέα των στατικών κλάσεων και ιδιοτήτων. Φυσικά τίθεται το ερώτημα σε ποιο βαθμό είναι λογικό να αντιμετωπίζεται μια συνταγή ως οντότητα και όχι ως μια σύνθετη διαδικασία με επιχειρήματα, χρονοδιαγράμματα, εμφωλευμένη πολυπλοκότητα κ.λπ.

Το Schema.org είναι μια συνεργατική δραστηριότητα της κοινότητας με σκοπό τη δημιουργία, τη συντήρηση και την προώθηση σχημάτων για διαρθρωμένα δεδομένα στο Διαδίκτυο. Η πρωτοβουλία αυτή αποσκοπεί στην παροχή ενός τυποποιημένου λεξιλογίου για κοινά μεταδεδομένα (metadata) δημοσιευμένων πόρων του διαδικτύου.

Οι διαδικτυακοί πόροι που σχετίζονται με το μαγείρεμα μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα πεδία μεταδεδομένων της κλάσης «Συνταγή» (Recipe), που βρίσκεται εδώ:

<http://schema.org/Recipe>.

```
<τύπος σεναρίου="application/ld+json">
{
  "@περιεχόμενο": "http://schema.org/",
  "@τύπος": "Συνταγή",
  "όνομα": "Συνταγή Mesclun με Φράουλα-Μάνγκο",
  "εικόνα": [
    "https://example.com/photos/1x1/photo.jpg"
  ],
  "συγγραφέας": {
    "@τύπος": "Άτομο",
    "όνομα": "scoorpana"
  },
  "ημερομηνία δημοσίευσης": "2008-03-03",
  "περιγραφή": " Μάνγκο, φράουλες και αποξηραμένα κράνμπερι αποτελούν μία γευστική προσθήκη σε ανάμεικτα χόρτα που ανακατεύονται με ένα λάδι και βαλσαμικό.",
  "αξιολόγηση": {
    "@τύπος": "Αξιολόγηση",
    "βαθμός": "5",
    "Ανασκόπηση": "52"
  },
}
```

"χρόνος προετοιμασίας": "PT15M",
"συνολικός χρόνος": "PT14M",
"αριθμός μερίδων": "12 μερίδες",
"διατροφή": {
"@τύπος": "Διατροφικές πληροφορίες",
"μέγεθος μερίδας": "1 μπωλ",
"θερμίδες": "319 kcal",
"Λιπαρά": "20.2 g"
},
"συστατικά": [
"1/2 κούπας ζάχαρη ",
"3/4 φλιτζανιού κραμβέλαιο ",
"1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι ",
"1/4 φλιτζάνι βαλσάμικο ξύδι ",
"8 φλιτζάνια ανάμεικτη σαλάτα",
"2 φλιτζάνια αποξηραμένα κράνμπερι",
"1/2 κιλό φρέσκες φράουλες, κομμένες σε τέσσερα κομμάτια",
"1 μάνγκο - ξεφλουδισμένο, χωρίς σπόρους και κομμένο σε κύβους ",
"1/2 κούπα ψιλοκομμένο κρεμμύδι ",
"1 φλιτζάνι ψιλοκομμένα αμύγδαλα "
], "Οδηγίες": "\n1. Τοποθετήστε το
τη ζάχαρη, το λάδι, το αλάτι και το ξύδι σε ένα βάζο με
καπάκι. Σφραγίστε το βάζο και ανακινήστε δυνατά. Σε ένα μεγάλο μπολ, ανακατέψτε τα χόρτα της
σαλάτας, τα
αποξηραμένα κράνμπερις, τις φράουλες,
το μάνγκο και το κρεμμύδι. Για να σερβίρετε, ανακατέψτε με
σάλτσα και πασπαλίστε με αμύγδαλα."
}

</κείμενο>

Αναπαράσταση Δεδομένων Συνταγής με χρήση του JSON και του λεξιλογίου Schema.org (Dmitriev, 2018)

Το λεξιλόγιο και η μορφή που υιοθετεί το Schema.org είναι κυρίως προσανατολισμένα στην αναπαράσταση μεταδεδομένων υψηλού επιπέδου των εγγράφων ιστού. Κατά την άποψή μας, ένας σωστά κανονικοποιημένος σημασιολογικός γράφος απαιτεί πολύ πιο ρητή αναπαράσταση των εννοιών. Οι περισσότερες τιμές συμβολοσειράς στα πεδία του Schema.org είναι φυσικά κείμενα που απαιτούν ανθρώπινη γνωστική ερμηνεία. Ένα τέτοιο κείμενο δεν μπορεί να διαβαστεί άμεσα από ψηφιακά συστήματα χωρίς ειδικά εργαλεία NLP που ως επί το πλείστον είναι αρκετά επιρρεπή σε σφάλματα.

Ο παραδοσιακός τρόπος για να δώσετε οδηγίες μιας συνταγής είναι να ξεκινήσετε με τα πράγματα και τις λειτουργίες που πρέπει να εκτελεστούν πρώτα. Αυτή η σειρά και το ύφος της περιγραφής είναι γνωστά ως προστακτική ή διαδικαστική. Το δηλωτικό ή λειτουργικό στυλ περιγραφής της λογικής μιας διαδικασίας ξεκινά συνήθως από την κορυφή της πυραμίδας εκτέλεσης, το αναμενόμενο χρήσιμο αποτέλεσμα που θέλουμε να επιτύχουμε.

Η γνωστική πρόκληση αυτής της εργασίας φαίνεται δύσκολη ευθύς εξαρχής, όταν προσπαθούμε ακόμη και να ορίσουμε ποια είναι η "συνταγή". "Ο όρος "συνταγή" έχει διάφορες σημασίες σε σχέση με τα συμφραζόμενα.

Μπορεί να οριστεί γενικά ως μια μέθοδος για την επίτευξη ενός επιθυμητού σκοπού. Όταν χρησιμοποιείται στο πλαίσιο της μαγειρικής, θεωρείται γενικά ένα σύνολο οδηγιών για την προετοιμασία ενός μαγειρικού πιάτου. Ως εκ τούτου, θα μπορούσε να θεωρηθεί ως ένα αντικείμενο με ιδιότητες όπως τα συστατικά και ο χρόνος που απαιτείται. Εναλλακτικά, θα μπορούσε να θεωρηθεί ως μια διαδικασία, η οποία δέχεται κάποια είσοδο, έχει μια σειρά βημάτων που πρέπει να εκτελεστούν και παράγει κάποιο αποτέλεσμα.

Ο χρόνος που απαιτείται για την εκτέλεση των βημάτων και τα απαιτούμενα σκεύη βοηθούν επίσης στην περιγραφή της συνταγής.

Μόλις βρεθούμε αντιμέτωποι με το έργο της σαφούς επεξήγησης εννοιών που μας είναι κυρίως γνωστές από την καθημερινή μας εμπειρία, ως ανθρώπινα όντα τείνουμε να καταλήγουμε σε διαφορετικές σημασιολογικές διαιρέσεις της κοινής πραγματικότητας. Για ορισμένους ανθρώπους η απάντηση σε αυτό το πρόβλημα έγκειται στην επιβολή όσο το δυνατόν περισσότερων παγκόσμιων προτύπων. Ωστόσο, κατά την άποψή μας είναι άσκοπο να προσπαθούμε να επιβάλουμε οποιαδήποτε ομοιογένεια στη γνωστική μας διαμόρφωση των θεμελιωδών όρων. Ο πιθανός τρόπος διαπολιτισμικής σημασιολογικής ολοκλήρωσης κατά την άποψή μας είναι η προώθηση της χρήσης εννοιών που είναι στενά συνδεδεμένες με την επεξεργασία της φυσικής γλώσσας.

Το ιδανικό είναι να προσφέρει στην κοινότητα των γλωσσολόγων, των ανθρωπολόγων, των μηχανικών της γνώσης και όλων των άλλων ενδιαφερόμενων μερών ένα σύνολο μεθοδολογιών, ψηφιακών μορφών και εργαλείων λογισμικού που θα βοηθήσουν στη δημιουργία μιας συνεργατικής πλατφόρμας για την ανταλλαγή γνώσεων. Είναι περίπλοκο να σκεφτεί κανείς ότι τόσο πολύπλοκοι φορμαλισμοί θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν άμεσα από τοπικές κοινότητες που επιθυμούν να μοιραστούν την πολιτιστική τους κληρονομιά με τον υπόλοιπο κόσμο. Ξεκινώντας όμως από αυτά, μπορούμε να δημιουργήσουμε μια τεχνολογική βάση για να μπορούν να τη χρησιμοποιούν.

Η ευρύτερη χρήση της επεξεργασίας φυσικής γλώσσας μπορεί να βοηθήσει στη μετατροπή του ελεύθερου κειμένου που παρέχει ο χρήστης, π.χ. των οδηγιών μαγειρικής από την αρχική γλώσσα σε ένα σύνολο αλληλένδετων σημασιολογικών προτάσεων που μπορούν να δημιουργηθούν εν κινήσει και να παρουσιαστούν σε ένα φιλικό προς το χρήστη γραφικό περιβάλλον.

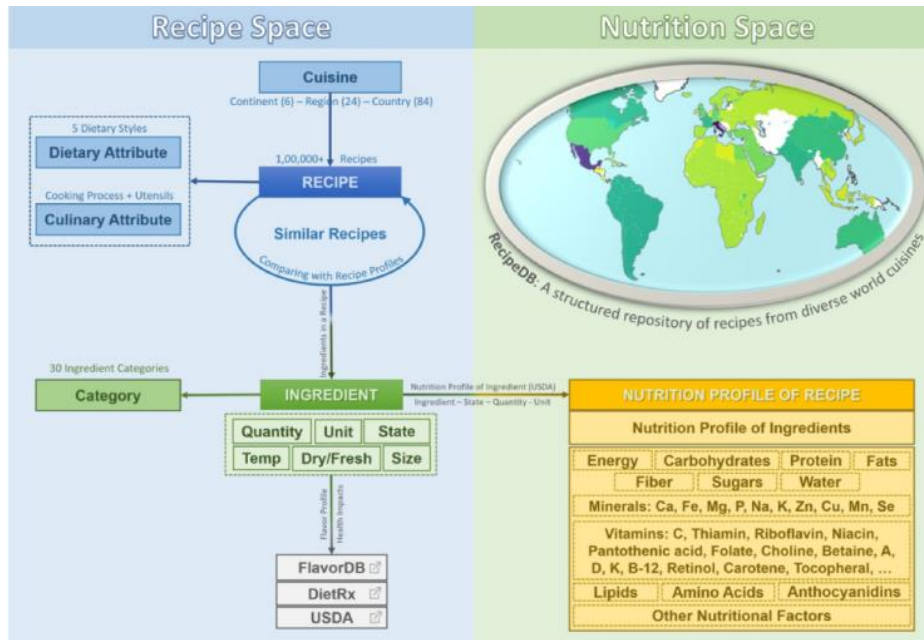
Οι προτάσεις μπορούν να επαναδιατυπωθούν σε άλλη φυσική γλώσσα ή στην ίδια αρχική γλώσσα αλλά με πιο γενικό τρόπο. Εάν κάποια από τις προτάσεις που αναλύονται αυτόματα φαίνεται

λανθασμένη ή είναι τελικά λανθασμένη, μπορεί κανείς είτε να προσπαθήσει να επαναδιατυπώσει την αρχική οδηγία είτε να ανακατευθύνει το ζήτημα αυτό σε μια ομάδα υποστήριξης.

Σήμερα, τα θέματα μαγειρικής παρουσιάζουν έντονο ενδιαφέρον στα κοινωνικά δίκτυα και τις εφαρμογές κινητών τηλεφώνων. Ο φορμαλισμός μας που βασίζεται στην GSL δοκιμάστηκε σε διάφορα εμπορικά και μη κερδοσκοπικά έργα.

Ένα άλλο παράδειγμα επιτυχημένου προγράμματος είναι η RecipeBD¹ η οποία διαθέτει μια δομημένη συλλογή συνταγών, συστατικών και διατροφικών προφίλ, διασυνδεδεμένων με προφίλ γεύσης και συσχετισμούς υγείας. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα περιλαμβάνει 118 171 συνταγές από κουζίνες σε όλο τον κόσμο (6 ηπείρους, 26 γεωπολιτισμικές περιοχές και 74 χώρες), οι οποίες παρασκευάζονται με τη χρήση 268 διαδικασιών (θερμότητα, μαγείρεμα, βράσιμο, σιγοβράσιμο, ψήσιμο κ.λπ.), με την ανάμειξη πάνω από 20 262 διαφορετικών συστατικών, τα οποία συνδέονται περαιτέρω με τα μόρια γεύσης τους (FlavorDB), τα διατροφικά προφίλ (Υπουργείο Γεωργίας των ΗΠΑ) και τις εμπειρικές καταγραφές συσχετίσεων ασθενειών που λαμβάνονται από το MEDLINE (DietRx). Αυτός ο πόρος αποσκοπεί στη διευκόλυνση της επιστημονικής εξερεύνησης του γαστρονομικού χώρου (συνταγή, συστατικό, διαδικασίες/τεχνικές μαγειρέματος, διατροφικά στυλ κ.λπ.) που συνδέονται με χαρακτηριστικά γεύσης (προφίλ γεύσης) και υγείας (συσχετίσεις διατροφής και ασθενειών) που αναζητούν αποκλίνουσες εφαρμογές.¹

¹ <https://cosylab.iiitd.edu.in/recipebd>



Εικόνα 6 Η δομή της βάσης δεδομένων της RecipeDB

Βήματα για τη δημιουργία μιας βάσης δεδομένων ως πηγή για την εξερεύνηση συνταγών

1. Επισκόπηση της βάσης δεδομένων

Τα βήματα περιλαμβάνουν την ταξινόμηση των συνταγών σε κουζίνες ανά γεωπολιτισμικές περιοχές, χαρτογραφήσεις και επισημάνσεις με διαφορετικά χαρακτηριστικά (διατροφικά στυλ, διαδικασίες μαγειρέματος κ.λπ.). Είναι σημαντικό να προσφέρεται μια φιλική προς το χρήστη επαφή για την αναζήτηση και την περιήγηση στις συνταγές. Μπορούν να παρέχονται διαδραστικές απεικονίσεις δεδομένων και διασυνδεδεμένες επιλογές αναζήτησης για την ανάκτηση σχετικών πληροφοριών.

2. Συγκέντρωση δεδομένων

Ενδείκνυται η εξέταση ενός μεγάλου αριθμού αποθηκευτικών χώρων συνταγών ως δυνητική πηγή δεδομένων, με βάση την ομοιομορφία στη δομή και τη διαθεσιμότητα γεωπολιτισμικής χαρτογράφησης και τον αριθμό. Οι πληροφορίες αυτές μπορούν στη συνέχεια να χωριστούν σε πολλαπλά μέρη (δεδομένα συστατικών, δεδομένα οδηγιών μαγειρέματος, δεδομένα γεωπολιτισμικής χαρτογράφησης κ.λπ.).

Κατά την δημιουργία του συνόλου δεδομένων, οι πληροφορίες θα πρέπει να ζητούνται σε δομημένη μορφή με την κατασκευή του συνόλου δεδομένων, την επισήμανση κάθε λέξης σε κάθε φράση ανά στόχο, τη χρήση διανυσμάτων αναπαράστασης και την ομαδοποίηση, που σημαίνει ουσιαστικά τον εντοπισμό μοναδικών διανυσμάτων αναπαράστασης για την αύξηση της ποικιλομορφίας της βάσης δεδομένων.

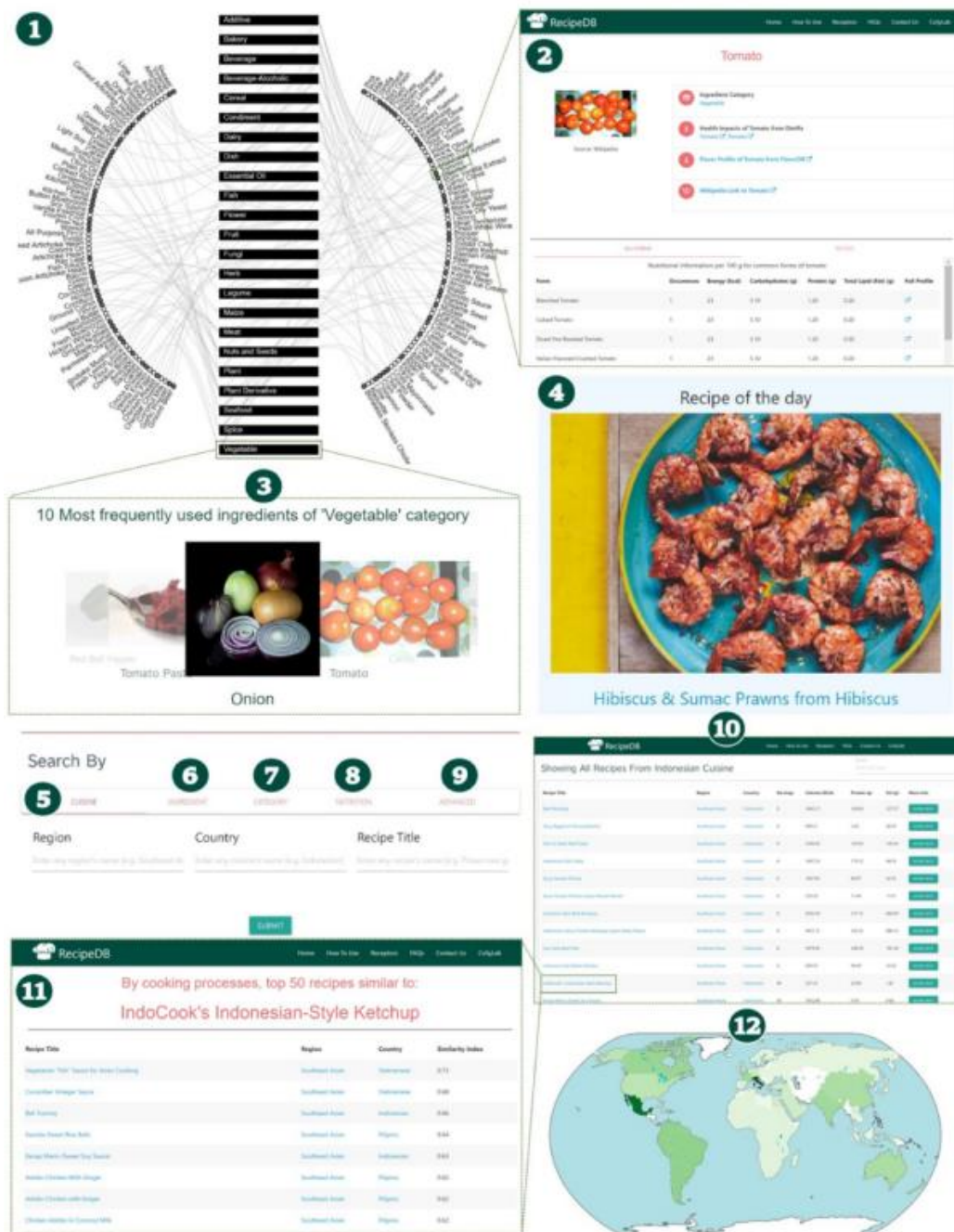
Μετά από αυτό το βήμα, μπορούμε επίσης να δημιουργήσουμε μοντέλα για να "εκπαιδεύσουμε" τη βάση δεδομένων ώστε να λάβουμε παρεμβολές για όλες τις συνταγές της βάσης δεδομένων.

Κάθε συνταγή μπορεί να αντιστοιχιστεί με τη γεωπολιτισμική της αντιστοιχία σε διάφορα επίπεδα ιεραρχίας (π.χ.: χώρα, μακροπεριφέρεια, περιφέρεια, υποπεριφέρεια κ.λπ.) και αυτό το επίπεδο χαρτογράφησης μπορεί να γίνει με βάση τις μαγειρικές/πολιτιστικές ομοιότητες.

3. Αρχιτεκτονική της βάσης δεδομένων και διαδικτυακή διεπαφή

Η βάση δεδομένων θα πρέπει να διευκολύνει την εύκολη κατανόηση και πλοήγηση στις πολύπλοκες σχέσεις μεταξύ των κουζινών, των συστατικών, των μεθόδων επεξεργασίας, των πληροφοριών για την πολιτιστική κληρονομιά και των κατηγοριών τους.

Η διαδραστική απεικόνιση των δεδομένων και η μεγάλη ποικιλία φιλικών προς τον χρήστη αναζητήσεων παρέχουν γρήγορη πρόσβαση στις επιθυμητές πληροφορίες.



1 A circular network diagram showing relationships between various food categories. The central column lists categories: Alcohol, Beverages, Condiments, Dairy, Eggs, Fats, Fruit, Grains, Herbs, Legumes, Nuts, Oils, Plant-based, Spices, and Vegetables. Lines connect these categories to numerous specific ingredients listed around the perimeter.

2 RecipeDB interface for 'Tomato'. It shows a list of ingredients: 1. Ingredients Category: Tomato, 2. Health Benefits of Tomato from Health News of Science, 3. Power Foods of Tomato from Food52, and 4. Mediterranean in Tomato. Below is a table of nutritional information per 100g for common forms of tomato.

Form	Protein	Energy (kcal)	Carbohydrates (g)	Fiber (g)	Total Lipid (Fat) (g)	Salt (NaCl) (g)
Shredded Tomato	1	21	3.9	1.5	0.2	0.7
Whole Tomato	1	22	3.0	1.2	0.2	0.7
Sliced (Thin) Tomato	1	21	3.9	1.5	0.2	0.7
Whole (Unwashed) Tomato	1	22	3.0	1.2	0.2	0.7

3 10 Most frequently used ingredients of 'Vegetable' category. Images show Tomato Paste, Onion, and Tomato.

4 Recipe of the day: Hibiscus & Sumac Prawns from Hibiscus. Image shows a plate of cooked prawns.

5 Search By filters: Cuisine, Region, Country, Recipe Title.

6-9 Search results for Indonesian recipes. A table with columns: Recipe Title, Region, Country, Similarity Index.

Recipe Title	Region	Country	Similarity Index
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.71
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.68
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.66
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.64
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.62
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.60
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.58
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.56
Indonesian 'Rendang' (Spiced Beef Rendang)	Southeast Asia	Indonesia	0.54

10 Showing All Recipes From Indonesian Cuisine. A table with columns: Recipe Title, Region, Country, Similarity Index.

11 By cooking processes, top 50 recipes similar to: IndoCook's Indonesian-Style Ketchup. A table with columns: Recipe Title, Region, Country, Similarity Index.

12 World map highlighting the location of the data source in Southeast Asia.

Εικόνα 7 Σχηματική απεικόνιση της επαφής του χρήστη της RecipeDB με έμφαση στις δυνατότητες αναζήτησης και πλοήγησης στα δεδομένα

4. Περιπτώσεις χρήσης

Αυτό το βήμα είναι πιο εμπειρικό και δείχνει τη χρησιμότητα μιας βάσης δεδομένων συνταγών για διάφορες εφαρμογές.

Οι χρήστες έχουν τη δυνατότητα να αναζητήσουν συνταγές στις περιφέρειες μιας χώρας. Κάθε πεδίο μπορεί να τροφοδοτηθεί με ένα μόνο γράμμα αυτόματης πρότασης για να μπορέσει ένας μη μνημένος χρήστης να χρησιμοποιήσει τη βάση δεδομένων. Κάνοντας κλικ στο όνομα μιας συνταγής μπορεί να εμφανιστεί μια σελίδα με δομικές λεπτομέρειες της συνταγής και "περισσότερες πληροφορίες" ή άλλες αναδυόμενες σελίδες μπορούν να παρέχουν διαφορετικές πληροφορίες ή διασταυρούμενα στοιχεία πίσω από τη συνταγή.

Με τη δημιουργία μιας βάσης δεδομένων συνταγών υπάρχει η δυνατότητα ανάπτυξης σύνθετων ερωτημάτων με προηγμένη αναζήτηση. Η προηγμένη αναζήτηση επιτρέπει τη δημιουργία διαφοροποιημένων ερωτημάτων χρησιμοποιώντας τα επιμέρους στοιχεία του ερωτήματος (κουζίνα, τίτλος συνταγής, συστατικό που χρησιμοποιήθηκε/δεν χρησιμοποιήθηκε, διαδικασίες μαγειρέματος και σκεύη που χρησιμοποιήθηκαν και μακροθρεπτικά συστατικά).

Το φαγητό είναι ένα πολύπλοκο θέμα που είναι συνυφασμένο με τις παραδοσιακές μαγειρικές πρακτικές (συνταγές), τη γεύση, τη διατροφή και την υγεία. Μια βάση δεδομένων με εθνικό και ευρωπαϊκό κατάλογο συνταγών μπορεί να αποτελέσει μια προοπτική του παζλ των τροφίμων με βάση τα δεδομένα.

Αυτού του είδους οι βάσεις δεδομένων έχουν τη δυνατότητα να παρέχουν δομημένα αποθέματα διαφορετικών συνταγών για την ενσωμάτωση πολιτιστικών, μαγειρικών και διατροφικών πτυχών. Με τη δημιουργία μιας επιμελημένης και δομημένης βάσης μαγειρικής γνώσης, μια βάση δεδομένων επιτρέπει ανοιχτές εξερευνήσεις.

Εκτός από τη βελτίωση της ποσότητας των δεδομένων, υπάρχουν πολλά περιθώρια βελτίωσης της ποιότητας των δεδομένων των συνταγών. Η συλλογή γενικών παραδοσιακών συνταγών είναι μία από τις βασικές μελλοντικές κατευθύνσεις.

Τα δεδομένα που συγκεντρώθηκαν αποτελούν μια ισχυρή πηγή για την ανάλυση της "ταυτότητας" της κουζίνας σε μετρήσιμες παραμέτρους, της ομοιότητας μεταξύ των κουζινών, των βασικών μοτίβων στις κουζίνες, μεταξύ άλλων, εκτός του ότι αποτελούν μια εξαιρετική πηγή για την υποβολή ερωτημάτων. Έτσι, η βάση δεδομένων παρέχει μια ποσοτικοποιημένη πηγή της γαστρονομικής κληρονομιάς μέσω ενός δομημένου αποθετηρίου συνταγών.

8. ΠΩΣ ΝΑ ΨΗΦΙΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΜΙΑ ΑΓΡΟΤΙΚΗ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ

Ο σύγχρονος επιχειρηματικός κόσμος απαιτεί νέες προσεγγίσεις για την ενίσχυση της καινοτομίας και της εφευρετικότητας στις αγροτικές επιχειρήσεις, και για να επιτευχθεί αυτό θα πρέπει να καθοριστεί σωστά μια ευρεία γνώση και κατανόηση της ψηφιακής τεχνολογίας, πώς μπορεί να χρησιμοποιηθεί, πότε μπορεί να χρησιμοποιηθεί, πού μπορεί να χρησιμοποιηθεί και γιατί χρησιμοποιείται, από τους επιχειρηματίες της υπαίθρου. Οι στρατηγικές προώθησης του μάρκετινγκ με τη χρήση της ψηφιακής τεχνολογίας θα πρέπει να αποτελέσουν κεντρικό θέμα και τα οφέλη τους θα πρέπει να γίνουν καλύτερα κατανοητά από τους ιδιοκτήτες και τους διευθυντές επιχειρήσεων παγκοσμίως. Η πρόσβαση στις παγκόσμιες αγορές, η αποτελεσματική διανομή των προϊόντων και η υψηλότερη ευαισθητοποίηση του εμπορικού σήματος μπορούν επίσης να προσφέρουν ανταγωνιστικό πλεονέκτημα και να εξασφαλίσουν αποτελεσματική επιχειρηματική επικοινωνία.

Οι πρωταρχικές έννοιες της επιχειρηματικής πρακτικής περιλαμβάνουν την ανεξαρτησία, την καινοτομία, τη λήψη αποφάσεων, την πρόβλεψη, την εφαρμογή και την επίτευξη επιτυχίας. Ωστόσο, η αγροτική επιχειρηματικότητα πρέπει να αναπτυχθεί καλύτερα για να βελτιωθεί η ευρύτερη οικονομική συμμετοχή της. Ο μετασχηματισμός του τρόπου άσκησης της αγροτικής επιχειρηματικότητας θα μπορούσε να προσελκύσει μεγαλύτερη επιχειρηματική επιτυχία, αλλά οι αποτελεσματικές οικονομικές δραστηριότητες μπορούν να επιτευχθούν μόνο με την ψηφιοποίηση της αγροτικής επιχειρηματικότητας. Η έννοια της ψηφιοποίησης μπορεί να περιγραφεί από την

άποψη των διαδικασιών υποδομής που συνδέονται με τις ψηφιακές τεχνολογίες, κατά τις οποίες οι αναλογικές πληροφορίες μεταγράφονται σε ψηφιακή μορφή και εφαρμόζονται σε ευρύτερα κοινωνικά και θεσμικά πλαίσια.

Η σημασία της ψηφιοποίησης δεν περιορίζεται στα προϊόντα, τις υπηρεσίες και τις διαδικασίες παραγωγής, αλλά περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα αρμοδιοτήτων, όπως το μάρκετινγκ, η δικτύωση των επιχειρήσεων, οι διάφορες προωθητικές, η διανομή προϊόντων, η διαχείριση της αλυσίδας εφοδιασμού, η πρόσβαση στις διεθνείς αγορές και η διαχείριση της ανάπτυξης για την επίτευξη ανταγωνιστικού πλεονεκτήματος. Η ψηφιοποίηση όλων των επιχειρηματικών διαδικασιών είναι δυνατή και έτσι μπορεί εύκολα να ξεπεραστεί η εξωτερική ανάθεση ορισμένων υπηρεσιών ή η έλλειψη ανθρώπινου κεφαλαίου που διαθέτουν οι αγροτικές επιχειρήσεις, δεδομένου ότι η ψηφιοποίηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να δώσει θετική δυνατότητα στις νέες νεοσύστατες επιχειρήσεις και στους δυνητικούς νέους επιχειρηματίες που είναι πρόθυμοι να δραστηριοποιηθούν στο αγροτικό περιβάλλον με αυτόν τον τρόπο.

Λίγες έρευνες έχουν διεξαχθεί για το πώς η ψηφιοποίηση θα μπορούσε να βελτιώσει την επιβίωση και την ανάπτυξη των αγροτικών επιχειρήσεων, γεγονός που έχει ως αποτέλεσμα την έλλειψη γνώσης και κατανόησης της σχέσης της με τη βελτίωση της επιτυχίας των αγροτικών βιομηχανιών. Οι γνώσεις σχετικά με τα οφέλη της ψηφιοποίησης των αγροτικών επιχειρήσεων και τον τρόπο με τον οποίο αυτή μπορεί να βελτιώσει τις δυνατότητες λειτουργίας των επιχειρήσεων, παραμένουν ως επί το πλείστον υποθετικές μεταξύ των επαγγελματιών και των φορέων χάραξης πολιτικής.

Ωστόσο, υπάρχουν πολλά στοιχεία από διεθνή άποψη που δείχνουν ότι οι μικρές επιχειρήσεις, οι οποίες συνήθως βρίσκονται σε αγροτικές περιοχές, διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στη δημιουργία ποικίλων οικονομιών.

Παράγοντες ψηφιοποίησης της αγροτικής επιχειρηματικότητας

1. Τεχνολογική ανάπτυξη

Προκειμένου να επιτευχθούν ευκαιρίες κοινοτικής ανάπτυξης, ακαδημαϊκές βελτιώσεις, κοινωνική αλλαγή και την πολιτική και επιχειρηματική ανάπτυξη, οι κυβερνήσεις θα πρέπει να δώσουν προτεραιότητα στην εγκατάσταση τεχνολογιών οπτικών ινών, καθιστώντας έτσι την ευρυζωνική συνδεσιμότητα προσιτή στις αγροτικές κοινότητες. Η παροχή συνδεσιμότητας οπτικών ινών σε όλες τις κατοικίες στις αγροτικές περιοχές δεν θα κάλυπτε μόνο την επικοινωνία των νοικοκυριών, αλλά θα επέτρεπε την ψηφιοποίηση των αγροτικών επιχειρηματικών πρωτοβουλιών. Πιστεύεται ότι μέσω στρατηγικών συμμαχιών σύμπραξης του ιδιωτικού τομέα, ο δημόσιος τομέας και οι κυβερνήσεις τόσο των αναπτυγμένων όσο και των αναπτυσσόμενων χωρών δίνουν τη δυνατότητα να δημιουργήσουν ψηφιακές υποδομές που θα εξασφαλίσουν την ψηφιοποίηση όλων των αγροτικών περιοχών.

2. Κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες

Οι κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες αποτελούν βασικές πτυχές που επηρεάζουν την επιχειρηματική συμπεριφορά και τη λειτουργία των επιχειρήσεων. Η οικονομική ανάπτυξη είναι συνάρτηση τόσο της αύξησης των πόρων όσο και του ρυθμού των τεχνολογικών αλλαγών, με τη γη, την εργασία, το κεφάλαιο και την επιχειρηματικότητα να αποτελούν πόρους στους συντελεστές παραγωγής. Οι οικονομολόγοι, οι οποίοι έχουν μελετήσει τα αποτελέσματα αυτών των πόρων ή συντελεστών παραγωγής για τον προσδιορισμό των αιτιών της οικονομικής ανάπτυξης, αναγνωρίζουν την ανάπτυξη της επιχειρηματικότητας ως κύρια πηγή τους. Πρωταρχική συμβολή στην οικονομική ανάπτυξη όλων των εθνών είναι αυτή που πραγματοποιείται από τον επιχειρηματικό παράγοντα, διότι οι επιχειρηματίες είναι αυτοί που συμβάλλουν με μεθόδους για την επίτευξη συγκεκριμένων στόχων, οι οποίοι περιλαμβάνουν εκείνες τις καινοτομίες που είναι υπεύθυνες για την τεχνολογική πρόοδο. Επομένως, δεν είναι η αύξηση της ποσότητας

των άλλων εισροών που προάγει την οικονομική ανάπτυξη, αλλά οι προσπάθειες των επιχειρηματιών, οι οποίοι αναλαμβάνουν τους κινδύνους για την καινοτομία, οργανώνουν και συντονίζουν όλες τις επιχειρηματικές εισροές.

3. Εμπόδια στην ψηφιοποίηση της επιχειρηματικότητας της υπαίθρου

Η αγροτική επιχειρηματικότητα βρίσκεται αντιμέτωπη με τις προκλήσεις των οικονομικών ελλείψεων, των ελλείψεων δικτύωσης, της ηλεκτρικής ενέργειας, του εξοπλισμού, της εμπορίας, των μικρών και απομακρυσμένων αγορών, των ανεπαρκών συστημάτων μεταφορών, αλλά και της διαφθοράς. Σε πολλές χώρες, οι ανεπαρκείς υποδομές, η περιορισμένη πρόσβαση στην τεχνολογία και η έλλειψη ευρυζωνικής συνδεσιμότητας και αξιοποιήσιμων δρόμων αποτελούν σημαντικές προκλήσεις ανάπτυξης.

4. Αγροτικοί επιχειρηματικοί πόροι

Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι ιδιοκτήτες/διευθυντές των μικρομεσαίων επιχειρήσεων δεν διαθέτουν τις δεξιότητες και τις ικανότητες που απαιτούνται για την έναρξη και τη λειτουργία των επιχειρήσεων, και με τις αγροτικές επιχειρήσεις να χαρακτηρίζονται από πολλούς δύσκολους παράγοντες, όπως οι περιορισμένοι πόροι, το μικρό τους μέγεθος και οι διάσπαρτες και απομακρυσμένες τοποθεσίες. Επίσης, το κόστος συναλλαγών για τις αγροτικές δραστηριότητες είναι υψηλό, γεγονός που οφείλεται σε μεγάλο βαθμό στον χρόνο που απαιτείται για να διασφαλιστεί ότι τηρούνται τα επιχειρηματικά πρότυπα. Οι αγροτικές επιχειρήσεις αντιμετωπίζουν κινδύνους που κυμαίνονται από τη διαχείριση των ανισορροπιών ισχύος, που βιώνουν σε σύγκριση με τις μεγαλύτερες επιχειρήσεις, έως τους αγοραστές που μπορούν να επηρεάσουν τους όρους, τις προϋποθέσεις και τις τυπικές απαιτήσεις για την πραγματοποίηση πωλήσεων. Υπό αυτή την έννοια, οι αγροτικές επιχειρήσεις έχουν περιορισμένη πρόσβαση στις τρέχουσες πληροφορίες της αγοράς, κυρίως λόγω των αδύναμων υποδομών μεταφοράς και επικοινωνίας, ειδικά σε αγροτικά περιβάλλοντα, γεγονός που καθιστά εξαιρετικά δύσκολη τη συμμετοχή των επιχειρήσεων αυτών σε αγορές υψηλής αξίας.

5. Θεσμικές προκλήσεις για την επιχειρηματικότητα της υπαίθρου

Η απελευθέρωση της επιχειρηματικότητας απαιτεί ένα περιβάλλον που θα επιτρέπει στους επιχειρηματίες να δημιουργούν, να λειτουργούν, να διαχειρίζονται και, αν χρειαστεί, να κλείνουν επιχειρήσεις, σε ένα πλαίσιο όπου θα διασφαλίζεται η συμμόρφωση με το κράτος δικαίου που διέπει τις διαδικασίες γνωστοποίησης, αδειοδότησης και καταχώρισης και η προστασία της φυσικής και πνευματικής ιδιοκτησίας. Το υφιστάμενο ρυθμιστικό περιβάλλον θα πρέπει να ενθαρρύνει τους ανθρώπους να ξεκινήσουν τις δικές τους επιχειρήσεις, να δοκιμάσουν νέες επιχειρηματικές ιδέες και να αναλάβουν υπολογισμένους κινδύνους, διατηρώντας παράλληλα τις διοικητικές επιβαρύνσεις στο ελάχιστο που απαιτείται για την υποστήριξη βιώσιμων στόχων δημόσιας πολιτικής και ανάπτυξης.

9. ΨΗΦΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΣΑΣ ΣΕ 10 ΒΗΜΑΤΑ

1. Προωθήστε την αξία του φαγητού ως μέσου για τη διατήρηση της παραδοσιακής μαγειρικής και του πολιτισμού και για τη σύνδεση των ανθρώπων
2. Προωθήστε την ανοιχτή καινοτομία που εμπλέκει τον χρήστη από την αρχή, καθώς και διεπιστημονικές προσεγγίσεις που καλύπτουν τις ανάγκες τόσο της σημερινής όσο και των μελλοντικών γενεών
3. Χρησιμοποιήστε την τεχνολογία για την ενθάρρυνση και την κατάρτιση των τοπικών φορέων που εμπλέκονται στον τομέα των τροφίμων και του τουρισμού
4. Βάλτε τους επισκέπτες/καταναλωτές στο επίκεντρο της στρατηγικής σας
5. Βασιστείτε στα ενδιαφερόμενα μέρη
6. Προωθήστε το βιώσιμο εμπόριο
7. Χρησιμοποιήστε τα δεδομένα
8. Χρησιμοποιήστε τις καινούριες τεχνολογίες

9. Βασιστείτε σε ένα ψηφιακό και βιώσιμο επιχειρηματικό μοντέλο μέσω διαφανών και δίκαιων πρακτικών και εξισορροπώντας τα τεχνολογικά εργαλεία με τις ευχάριστες εμπειρίες των πελατών
10. Να είστε ανοιχτοί σε νέα πράγματα.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Η ψηφιοποίηση της οικονομίας επιφέρει την ανάπτυξη νέων επιχειρηματικών μοντέλων και νέων μορφών κοινωνικής και επιχειρηματικής οργάνωσης. Οι επιχειρήσεις και οι κάτοικοι των αγροτικών περιοχών πρέπει να είναι προετοιμασμένοι ώστε να είναι σε θέση να καρπωθούν τα οφέλη των ευκαιριών που παρέχει η ψηφιοποίηση, προκειμένου να καταστεί δυνατή η ανάπτυξη χωρίς αποκλεισμούς και η βελτίωση της ποιότητας ζωής των κατοίκων.

Η εφαρμογή της τεχνολογίας στον τομέα της πολιτιστικής κληρονομιάς μπορεί να ενισχύσει τις εμπειρίες των επισκεπτών, ενισχύοντας τόσο τις αναμνήσεις όσο και την αίσθηση του ανήκειν. Η βελτιωμένη ανάμνηση της επίσκεψης στην πολιτιστική κληρονομιά μπορεί να συμβάλει σε αυξημένη ευαισθητοποίηση για το παρελθόν και να μετατραπεί σε επιθυμία αλληλεπίδρασης με την πολιτιστική κληρονομιά με βιώσιμους τρόπους. Συνεπώς, είναι ζωτικής σημασίας να εξεταστεί ο αυξανόμενος ρόλος που διαδραματίζει η τεχνολογία στον πολιτιστικό τομέα, ιδίως καθώς η τεχνολογία αναγνωρίζεται ως ένα από τα βασικά συστατικά της πολιτιστικής εμπειρίας.

Τα τελευταία χρόνια έχουν εμφανιστεί καινοτόμες και συναρπαστικές τεχνολογικές εφαρμογές στον τομέα της πολιτιστικής κληρονομιάς. Το φαινόμενο αυτό έχει καθορίσει μια ταχεία και ουσιαστική αλλαγή στις πρακτικές αξιοποίησης, προσφοράς και διατήρησης της πολιτιστικής κληρονομιάς και παρουσιάζει μια διττή ταξινόμηση των μακροκατηγοριών της τεχνολογίας που μπορούν να παρατηρηθούν στον πολιτιστικό τομέα: διαδικτυακές τεχνολογίες που

επικεντρώνονται στη χρήση ιστοτόπων και εφαρμογών για κινητά τηλέφωνα, και τεχνολογίες επί του χώρου, όπως ξεναγήσεις και συσκευές που βελτιώνουν την επίσκεψη (π.χ. ηχητικοί οδηγοί, συσκευές εντοπισμού GPS και εφαρμογές για κινητά τηλέφωνα). Πολλές από αυτές τις τεχνολογίες έχουν εμπλουτίσει την εμπειρία και έχουν καταστήσει τις πληροφορίες πιο προσιτές σε διαφορετικά τμήματα επισκεπτών. Μέσω των νέων τεχνολογιών επικοινωνίας, μπορούν να μοιραστούν πρόσθετες πληροφορίες με τους επισκέπτες, αποτελώντας έτσι κεντρικό σημείο προστιθέμενης αξίας στην εμπειρία της πολιτιστικής κληρονομιάς.

ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΩΝ

1. Hoinari Coolinari – Γαστρονομικό ιστολόγιο (blog) και δικτυακός κόμβος (hub)

Το Hoinari Coolinari είναι ένα έργο, που ξεκίνησε το 2019, με στόχο τη δημιουργία μιας ισχυρής κοινότητας γύρω από το τοπικό φαγητό και την επιθυμία μοιρασμού προσωπικών γαστρονομικών εμπειριών με αυτούς που παθιάζουν με αυτό το είδος φαγητού, μέσω μιας διαδικτυακής πλατφόρμας.

Το έργο ξεκίνησε από ένα νεαρό ζευγάρι, παθιασμένο με την τοπική γαστρονομία. Οι δύο τους ταξιδεύουν και ανακαλύπτουν νέες κοινότητες, δοκιμάζουν τοπικά προϊόντα και συνταγές, τις οποίες στη συνέχεια προωθούν μέσω της διαδικτυακής πλατφόρμας που διαχειρίζονται.

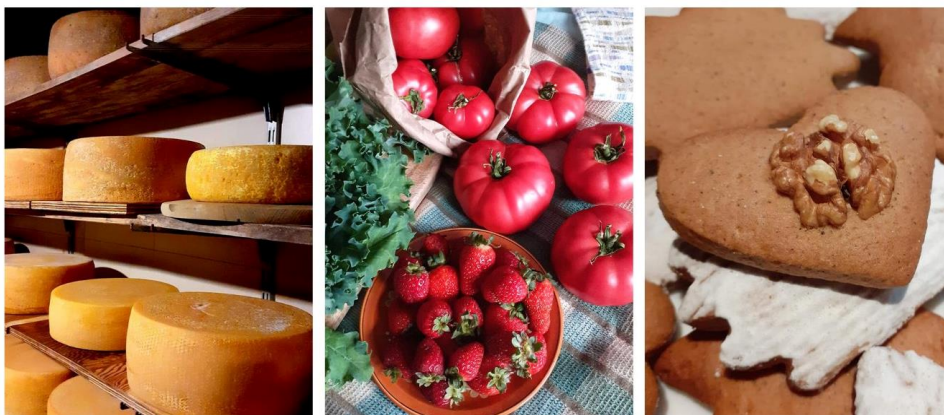
Δημιουργούν ιστορίες γύρω από κάθε γαστρονομική εμπειρία, γράφουν για ό,τι τους εμπνέει και μοιράζονται με τους οπαδούς τους τις εμπειρίες με τις οποίες ταυτίζονται!

Η ομάδα-στόχος της πλατφόρμας είναι όλοι όσοι εκτιμούν το τοπικό, αυθεντικό, φρέσκο, υγιεινό, αρωματικό και γεμάτο νόστιμες ιστορίες φαγητού.

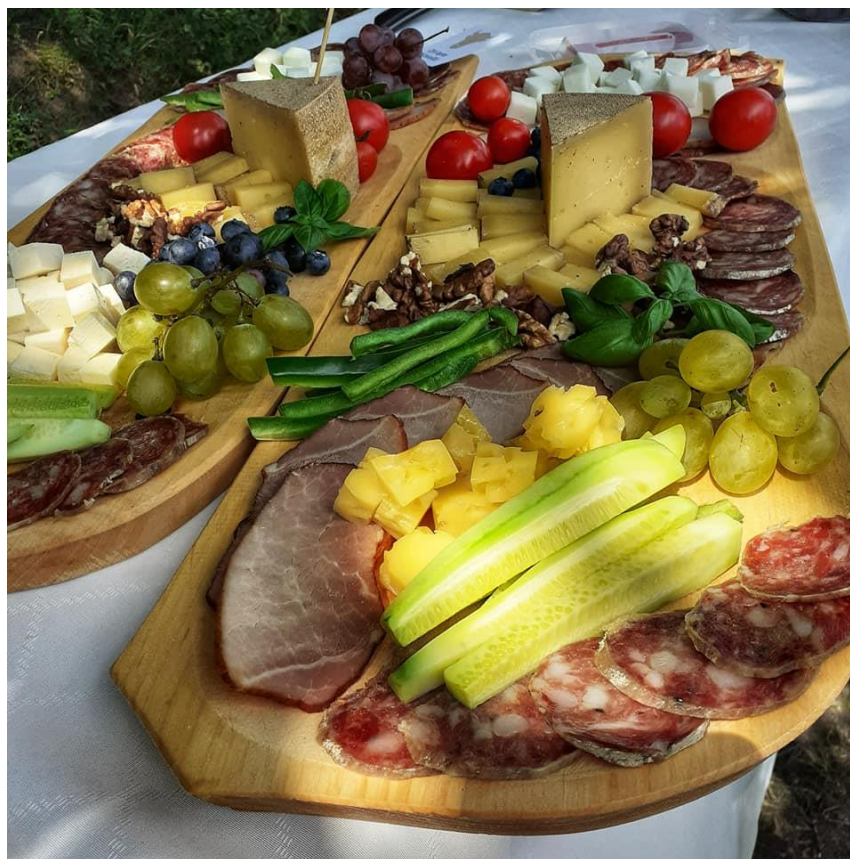
Η διαδικτυακή πλατφόρμα δεν είναι μόνο ένα γαστρονομικό ιστολόγιο μέσω του οποίου δημιουργείται περιεχόμενο και γαστρονομικές ιστορίες, αλλά είναι επίσης ένας κόμβος για την προώθηση των παραγωγών. Η πλατφόρμα διαθέτει ένα ευρύ φάσμα συνεργατών τους οποίους προωθεί και βοηθά μέσω της διαδικτυακής διαφήμισης, δημιουργώντας έτσι μια πραγματική κοινότητα γύρω από τη γαστρονομία.

<https://culinarativ.ro/>

<https://www.facebook.com/Culinarativ>



Hoinari Coolinari



2. LaLena – Retete Culinare – Εφαρμογή για κινητά τηλέφωνα

LaLena – Retete Culinare (στα ελληνικά: LaLena – Συνταγές μαγειρικής) είναι μια εφαρμογή για κινητά που προσφέρει πάνω από 1000 μαγειρικές συνταγές. Η εφαρμογή έχει ξεκινήσει από έναν γαστρονομικό blogger από τη Ρουμανία.

Η Elena Butuc (LaLena) είναι μια Ρουμάννα μπλόγκερ μαγειρικής, η οποία δημοσιεύει διάφορες συνταγές που ετοιμάζει η ίδια και τις παρουσιάζει βήμα προς βήμα τόσο μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης όσο και μέσω της προσωπικής της ιστοσελίδας. Σήμερα, έχει περισσότερους από 300.000 ακόλουθους.

Μια καινοτομία που αντιμετώπισε πρόσφατα η LaLena είναι το ξεκίνημα μιας εφαρμογής για κινητά τηλέφωνα με μαγειρικές συνταγές.

Η εφαρμογή έχει πρόσβαση σε πάνω από 1000 μαγειρικές συνταγές από όλες τις κατηγορίες και για όλα τα γούστα, συνταγές με κρέας, συνταγές για ωμά χορτοφάγους, συνταγές για κέικ, καθώς και σούπες. Οι συνταγές είναι ομαδοποιημένες με βάση τα πιο δημοφιλή συστατικά: κοτόπουλο, χοιρινό, ψάρι, μανιτάρια κ.λπ. Οι συνταγές βρίσκονται σε ένα μέσο επίπεδο και μπορούν να μαγειρευτούν στην κουζίνα χρησιμοποιώντας μόνο βασικά σκεύη και υλικά.

Όλες οι συνταγές έχουν λεπτομερείς περιγραφές βήμα-προς-βήμα με εικόνες και πολλές από αυτές διαθέτουν επίσης βίντεο.

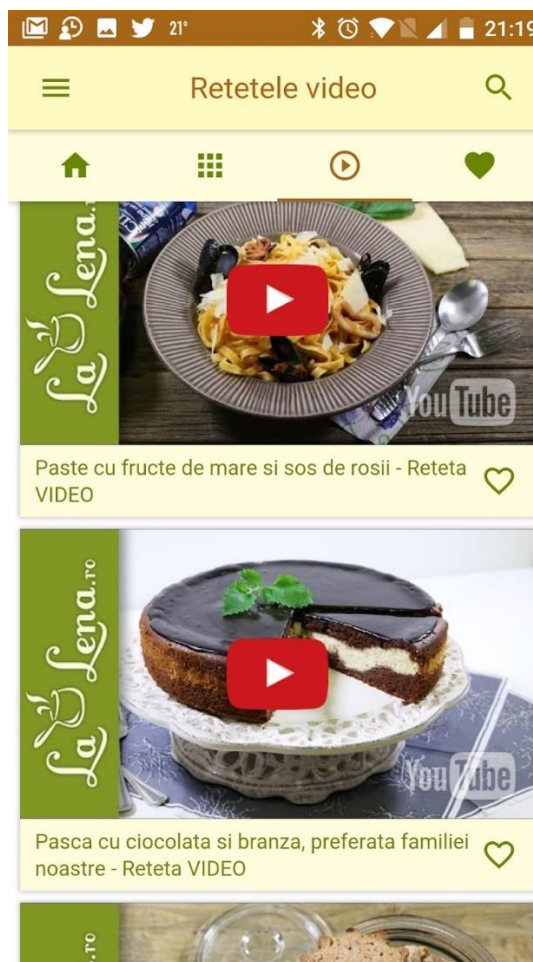
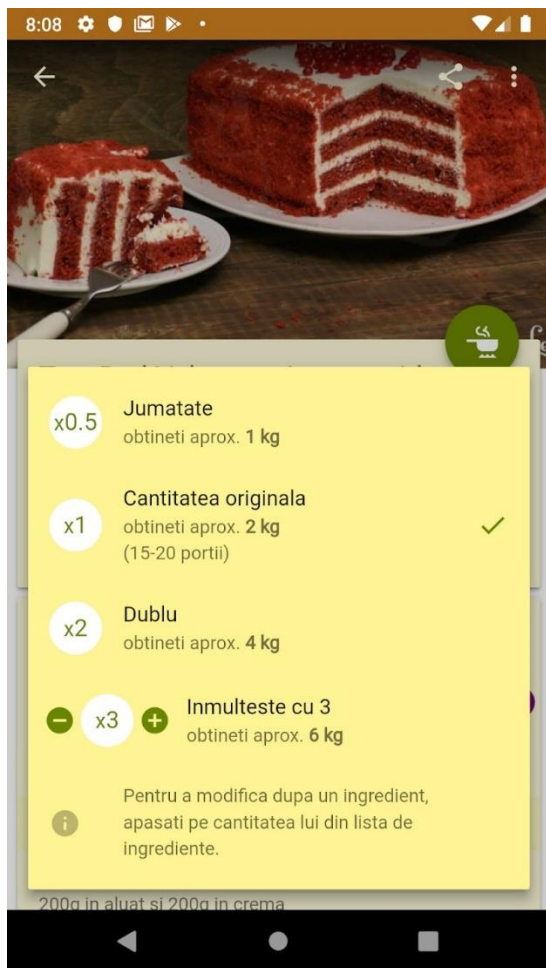
Τα χαρακτηριστικά που προσφέρει η εφαρμογή LaLena είναι: εύκολη πλοήγηση στις κατηγορίες, εύρεση συνταγών με λέξεις-κλειδιά και συστατικά, αποθήκευση αγαπημένων συνταγών. Επίσης, όταν πατάτε "Ξεκινήστε το μαγείρεμα", η εφαρμογή θα καθοδηγήσει τον χρήστη, βήμα προς βήμα, μέσα από ολόκληρη τη συνταγή.

Όλες οι συνταγές είναι επίσης διαθέσιμες στην ιστοσελίδα lалena.ro.

<https://www.lалena.ro/>

<https://www.facebook.com/lалena.ro/>





3. Η κουζίνα της Jamila – Vlogger μαγειρικής

«Η κουζίνα της Jamila» είναι μια διαδικτυακή μαγειρική εκπομπή που ιδρύθηκε το 2012. Αυτή τη στιγμή είναι η πιο επισκέψιμη στην κατηγορία μαγειρικής και στο YouTube το JamilaCuisine παρακολουθείται από πάνω από 1,5 εκατομμύριο συνδρομητές.

Η κουζίνα της Jamila είναι το μεγαλύτερο και πιο αγαπημένο μαγειρικό κανάλι στη Ρουμανία. Οι εμπνευστές του Geanina Staicu Avram και ο σύζυγός της ήταν οι πρωτοπόροι των συνταγών βίντεο στη Ρουμανία. Κατάφεραν να δημιουργήσουν βίντεο σε μια εποχή όπου κανείς δεν έφτιαχνε συνταγές με αυτόν τον τρόπο.

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

54



Παρόλο που όλα ξεκίνησαν ως παιχνίδι, σήμερα η Jamila απολαμβάνει μια πραγματική δουλειά και ταυτόχρονα ένα πάθος που δεν φαίνεται να βαριέται ποτέ. Στην αρχή πίστευε ότι θα έφτιαχνε τα βίντεο για να τα μοιραστεί με φίλους και συγγενείς, αλλά καθώς αναρτούσε τα βίντεο στο διαδίκτυο, όλο και περισσότεροι άνθρωποι την ακολουθούσαν, ρωτώντας για νέες συνταγές.

Έτσι η Jamila έγινε γνωστή και ακολουθείται από εκατομμύρια Ρουμάνους παντού για τις διάσημες συνταγές της. Έχει πάνω από 1,5 εκατομμύριο συνδρομητές στο κανάλι της στο YouTube. Εκτός από αυτό το κανάλι, η food blogger έχει επίσης έναν ιστότοπο όπου δημοσιεύει τις συνταγές της επίσης με τη μορφή βίντεο, έτσι ώστε οι ακόλουθοι να μπορούν να κατανοήσουν καλύτερα τα συστατικά των συνταγών και τον τρόπο παρασκευής τους.

Εκτός από αυτό, η Jamila έχει επίσης γράψει δύο βιβλία μαγειρικής με τίτλο "Η κουζίνα της Jamila. Οι καλύτερες συνταγές". Ο πρώτος τόμος κυκλοφόρησε το 2016 και ο δεύτερος το 2017. Και τα δύο βιβλία μαγειρικής περιέχουν περισσότερες από 50 γαστρονομικές συνταγές, εξηγούμενες βήμα προς βήμα και εικονογραφημένες με φωτογραφίες, για ανθρώπους που θέλουν μια πινελιά έμπνευσης ή απλά είναι παθιασμένοι με την κουζίνα.

<https://jamilacuisine.ro/>

<https://www.facebook.com/JamilaCuisine>



4. Roade si Merinde – Ένας δικτυακός κόμβος (network hub) φαγητού

Το “Rode si Merinde” είναι ένας δικτυακός κόμβος που προωθεί τοπικά αγροτικά προϊόντα με φυσικά και αληθινά συστατικά από μικρές αγροτικές καλλιέργειες στην επαρχία Ιάσιο και σε γειτονικούς νομούς - υποστηρίζοντας ένα υγιές, δυναμικό σύστημα κατανάλωσης τοπικών γευμάτων. Αποστολή του είναι να τονώσει την κοινότητα γύρω από την πόλη του Ιάσιου και τη βορειοανατολική περιοχή και να οικοδομήσει ένα βιώσιμο και δίκαιο περιφερειακό σύστημα τροφίμων.

Το "Roade și Merinde" συγκεντρώνει περισσότερους από 50 παραγωγούς τροφίμων από τους νομούς Ιάσιο, Μποτοσάνι, Νεάμτ, Μπακάου, Σουκεάβα και Βασλούι, με στόχο την υποστήριξη των παραγωγών από την περιοχή της Μολδαβίας και την ενθάρρυνση των καταναλωτών να επιλέγουν ρουμανικά προϊόντα αντί για εισαγόμενα.

Η ιστορία αυτής της πρωτοβουλίας ξεκίνησε πριν από 5 χρόνια, όταν ο ιδιοκτήτης θέλησε να προσφέρει στα παιδιά του την πιο υγιεινή διατροφή. Σε πρώτη φάση, στράφηκε στις καλλιέργειες που παρήγαγε στο νοικοκυριό των πεθερικών του. Δεδομένου ότι οι ποσότητες που συλλέγονταν ήταν πολύ περισσότερες από τις καθημερινές ανάγκες της οικογένειας, βρήκε έναν καινοτόμο τρόπο για την αξιοποίησή τους. Άρχισε να διανέμει τα προϊόντα σε φίλους και συγγενείς- έτσι γεννήθηκε μια επιτυχημένη νέα επιχειρηματική ιδέα.

Παράλληλα με τον κύριο στόχο της παροχής προϊόντων που εξασφαλίζουν μια υγιεινή διατροφή, το "Roade and Merinde" προσφέρει επίσης: επισκέψεις στις φάρμες των παραγωγών που παραδίδουν τα τρόφιμα και συμβουλεύει τους παραγωγούς να πετύχουν την προώθηση και την έγκριση των προϊόντων τους. Τα προϊόντα είναι διαθέσιμα στο διαδίκτυο και μπορούν να αγοραστούν μέσω του ηλεκτρονικού τους καταστήματος.

Η ικανότητα του επιχειρηματία να δημιουργήσει ένα δίκτυο τοπικών αγροτών για την προώθηση των τοπικών προϊόντων αποτελεί ένα πραγματικό μάθημα: η επιτυχία δεν επέρχεται μεμονωμένα, αλλά είναι αποτέλεσμα ομαδικής εργασίας, με τη συμμετοχή και την υποστήριξη άλλων φορέων με το ίδιο όραμα.

Σε σύντομο χρονικό διάστημα, το δίκτυο αγοραστών έφτασε σε αρκετές εκατοντάδες οικογένειες και προκειμένου να ανταποκριθεί στα αιτήματά τους, ο επιχειρηματίας ξεκίνησε συνεργασίες με άλλους τοπικούς προμηθευτές για να αναπτύξει το δίκτυο παραγωγών του.

<https://roadesimerinde.ro/>



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

60



5. Aprozarul Virtual – Ηλεκτρονικό Παντοπωλείο - Πλατφόρμα ηλεκτρονικού εμπορίου

Το Aprozarul Virtual (ηλεκτρονικό παντοπωλείο) είναι μια διαδικτυακή πλατφόρμα που στοχεύει στην προώθηση της προσφοράς των τοπικών παραγωγών και των προϊόντων τους, τα οποία είναι καθαρά, φρέσκα και 100% ρουμάνικα. Η ιδέα ξεκίνησε από το Ciugud, την κοινότητα της Ρουμανίας που εισήγαγε την ιδέα του "Εξυπνου Χωριού", και επεκτάθηκε σε εθνικό επίπεδο για να υποστηρίξει τους Ρουμάνους παραγωγούς.

"Πιστεύουμε ότι, σε αυτούς τους δύσκολους καιρούς, πρέπει επίσης να σκεφτούμε, περισσότερο από ποτέ, τον μικρό παραγωγό στο χωριό, ο οποίος εξασφαλίζει τα καθημερινά του προς το ζην από τα προϊόντα που αποκτά με ιδρώτα και πολλή δουλειά. Αυτοί οι αξιοπρεπείς και σκληρά εργαζόμενοι άνθρωποι δεν φωνάζουν για βοήθεια, δεν παραπονιούνται, αλλά συνεχίζουν να εργάζονται, με ηλιοκαμένα πρόσωπα και χαραγμένα χέρια, ελπίζοντας ότι εμείς, οι καταναλωτές, θα επιλέξουμε να βάλουμε τα προϊόντα τους στο τραπέζι. Κάθε ρουμανικό προϊόν που αγοράζεται αποτελεί μια σταγόνα ελπίδας για τον αγρότη ή τον παραγωγό της χώρας και συνιστά μια ευκαιρία για την αυθεντική ρουμανική γεωργία και ένα μέλλον για το ρουμανικό χωριό." αναφέρει ο εμπνευστής της πλατφόρμας.

Η ηλεκτρονική πλατφόρμα δημιουργήθηκε για να διευκολύνει την αλληλεπίδραση μεταξύ του πελάτη και του μικρού Ρουμάνου παραγωγού και να προωθήσει τα ρουμανικά προϊόντα. Οι μικροί παραγωγοί είναι εκείνοι που εκτιμούν πραγματικά τον πλούτο που προσφέρει η εργασία στον τομέα και που αξίζουν μια πλατφόρμα ηλεκτρονικού εμπορίου.

Το ηλεκτρονικό κατάστημα δημιουργήθηκε από την εκτίμηση προς αυτούς, τους υπέροχους ανθρώπους του ρουμανικού χωριού.

Το "Aprozarul Virtual" διατίθεται δωρεάν στους παραγωγούς για την πώληση των προϊόντων τους. Οι παραγωγοί μπορούν να υποβάλλουν προσφορές και να ενημερώνουν τα αποθέματα και οι αγοραστές μπορούν να επιλέγουν τα προϊόντα που επιθυμούν.

Κάθε παραγωγός, από οποιαδήποτε γωνιά της χώρας, μπορεί να εγγραφεί δωρεάν στην ηλεκτρονική πλατφόρμα και να έχει το δικό του ηλεκτρονικό κατάστημα, όπου θα μπορεί να προσθέτει φωτογραφίες των προϊόντων, να συμπληρώνει προσφορές ή να ενημερώνει συνεχώς το απόθεμα των προϊόντων του.

Επίσης, κάθε κοινότητα ή τοπική αυτοδιοίκηση στη Ρουμανία μπορεί να έχει τη δική της ηλεκτρονική αγορά, όπου οι μικροί παραγωγοί μπορούν να προωθούν τα προϊόντα τους και να αλληλεπιδρούν με τους πελάτες.

Με τη σειρά τους, οι αγοραστές έχουν πολλαπλές δυνατότητες να επιλέξουν τα προϊόντα που επιθυμούν, αλλά και τη δυνατότητα να βρουν τους παραγωγούς που βρίσκονται πιο κοντά στην περιοχή όπου ζουν. Ο αγοραστής μπορεί επίσης να κάνει σχόλια σχετικά με τα προϊόντα που αγόρασε και να συστήσει τα προϊόντα αυτά στους φίλους ή τους γνωστούς του.

<https://www.aprozarulvirtual.ro/despre-aprozarul-virtual>

<https://www.facebook.com/aprozarulvirtual.ro/>



Aprozarul Virtual

PRODUSE PROASPETE ŞI
100% ROMÂNEŞTI



COMANDA REPEDE
ŞI SIMPLU PE
www.aprozarulvirtual.ro



Eşti producător?
Înscrie-te
GRATUIT!

0258 841 205

Ne găsiți și pe Facebook



Descoperă Ciugud Primăria Consiliul Local Primăria Online Informații de interes public Investește în Ciugud Monitorul Oficial Local Contact

Aprozarul virtual



Legume

Detalii >



Fructe

Detalii >



Lactate și brânzeturi

Detalii >

6. Gift Spelt (Dar Limetz) - Κοινωνική γεωργία και σχολείο της φύσης

Το όνομα της πρωτοβουλίας είναι εμπνευσμένο από τον δάσκαλο Peter Dunon, ο οποίος υποστηρίζει ότι το σιτάρι/σπέλτα δεν πρέπει να αγοράζεται και να πωλείται, είναι μια ιερή τροφή.

Μέσω αυτής της πρωτοβουλίας, οι ιδρυτές προσπαθούν να δώσουν ένα παράδειγμα για το πώς το ψωμί και το σιτάρι μπορούν να μοιράζονται ελεύθερα και έτσι να είναι πολύ πιο πολύτιμα για όλους. Το Gift Spelt είναι μια ιδέα που οι ιδρυτές προσπαθούν να υλοποιήσουν και να μοιραστούν με έμπνευση και μεγάλη χαρά. Πιστεύουν ότι η γνώση και η ευρεία διάδοσή της θα αποφέρει πολλά πολύτιμα οφέλη σε όλους. Η Σπέλτα είναι μια από τις πιο αγνές, θεραπευτικές και ιερές τροφές. Είναι σημαντικό περισσότεροι άνθρωποι να έχουν την οικονομική δυνατότητα να τρώνε ή να καλλιεργούν τη σπέλτα για να έχουν καλή υγεία σύμφωνα με τους ιδρυτές της πρωτοβουλίας. Γι' αυτό ξεκίνησαν το 2012 να καλλιεργούν αυτό το αρχαίο είδος σπέλτας και να το δωρίζουν.

Την άνοιξη πολλοί Βούλγαροι νηστεύουν, τρώγοντας μόνο σπέλτα, μήλα, μέλι και καρύδια για 10 ημέρες. Τότε είναι που το Gift Spelt στέλνει σε χιλιάδες ανθρώπους δωρεάν σακούλες με σπέλτα για να θεραπεύσουν και να ανανεώσουν το σώμα τους. Η άλλη εποχή για πιο μαζικό μοίρασμα του Gift Spelt είναι για τη φθινοπωρινή σπορά, όταν δωρίζουν τους σπόρους, ώστε όλο και περισσότεροι άνθρωποι να μπορούν να καλλιεργήσουν το σιτάρι και να το έχουν ξανά στη ζωή.

Η σπέλτα που καλλιεργούν δεν πωλείται. Είναι χειροποίητη και ραμμένη σε υψηλό επίπεδο στις διάφορες περιοχές της Ρίλα, της Ροδόπης, του Πιρίν, του Παλαιού Βουνού, της Βίτοσα κ.λπ. Κάποια από αυτά συγκομίζονται τάξη προς τάξη, με τα γυμνά χέρια εθελοντών και οι ιδιότητές τους είναι άκρως φαρμακευτικές. Το σπέρνουν με τραγούδια, προσευχές, φωτεινές σκέψεις και προθέσεις - κάθε κόκκος γίνεται πολύτιμος. Η Πρώτη Σπέλτα καλλιεργείται ώστε όσο το δυνατόν περισσότεροι άνθρωποι να λάβουν έστω και λίγη ποσότητα με την οποία να εξαγνιστούν και να θεραπευτούν, ή να τους δοθούν σπόροι για να καλλιεργηθούν, ώστε ο αρχαίος σπόρος να εξαπλωθεί και το καλό έργο να πολλαπλασιαστεί.

Πως αναπτύσσεται η σπέλτα;

Πρώτον, η ομάδα αναζητά ένα μεγάλο χωράφι (δεκάδες, εκατοντάδες ή χιλιάδες στρέμματα) σε μια βολική τοποθεσία σε όλη τη χώρα, το οποίο μπορεί να της διατεθεί όσο το δυνατόν πιο κερδοφόρα. Στη συνέχεια, όποιος επιθυμεί να καλλιεργήσει τη δική του σπέλτα είναι ευπρόσδεκτος να προσχωρήσει σε αυτό το χωράφι και ο καθένας αναλαμβάνει το κόστος καλλιέργειας του τεμαχίου γης που επιθυμεί να σπείρει. Οι ιδρυτές δωρίζουν τους σπόρους, με την ιδέα ότι το άτομο στη συνέχεια δωρίζει τουλάχιστον το 50% της συγκομιδής του, έτσι ώστε το καλό έργο να συνεχιστεί και άλλοι άνθρωποι να μπορούν να λάβουν δωρεάν σπόρους και να αρχίσουν να καλλιεργούν τη δική τους σπέλτα.

Με αυτόν τον τρόπο, όχι μόνο εξοικονομεί κανείς το κόστος καλλιέργειας της γης και της σπέλτας, αλλά και δεν χρειάζεται να κάνει μια μεγάλη αρχική επένδυση για την αγορά του σπόρου. Επίσης, αν κάποιος δεν έχει εμπειρία στην καλλιέργεια της σπέλτας, αυτός είναι ένας καλός τρόπος να την αποκτήσει, συνεργαζόμενος με συναδέλφους του.

Ένα παράδειγμα συλλογικής καλλιέργειας είναι το μεγάλο χωράφι 800 στρεμμάτων κοντά στο Πλόβντιβ (χωριό Τσαράτσοβο) που έσπειρε το Gift Spelt το 2013. Περίπου 200 άτομα συγκεντρώθηκαν για να καλλιεργήσουν τη σπέλτα.

Η πρωτοβουλία δεν έχει υποστηριχθεί από ευρωπαϊκά προγράμματα, επιχορηγήσεις ή οργανισμούς. Όλα όσα έχουν επενδυθεί μέχρι στιγμής προέρχονται από προσωπικά κεφάλαια και την υποστήριξη εθελοντών και δωρητών.

Η σπέλτα που παράγουν δεν έχει ποτέ αγοραστεί και πωληθεί, και αυτή είναι η βάση της πρωτοβουλίας και οι ιδρυτές ελπίζουν ότι θα παραμείνει πάντα έτσι.

Το Gift Spelt είναι μέρος ενός μεγαλύτερου έργου, που ονομάζεται Nature School "Gratitude", το οποίο βρίσκεται στο βουνό Βίτοσα σε υψόμετρο 1130 μέτρων. Δημιουργήθηκε με έμπνευση και βρίσκεται ακόμα υπό κατασκευή, στην οποία μπορεί να συμμετάσχει ο καθένας ακολουθώντας τις εκδηλώσεις εθελοντισμού στο προφίλ του.

Το όνειρό τους είναι το σχολείο “Gratitude” να είναι ένα δωρεάν πολιτιστικό κέντρο για παιδιά και ενήλικες, που θα στεγάζει μια ποικιλία δραστηριοτήτων, όπως φυσικούς και βασισμένους στη φύση τρόπους εργασίας και διαβίωσης - εναλλακτικά κτίρια, βιολογική γεωργία, εργασία με πηλό, καθαρισμός φυσικών χώρων από απορρίμματα, μαθήματα ξυλουργικής κ.λπ. Πιστεύουν επίσης ότι το σχολείο αυτό θα φιλοξενήσει πολλές εκδηλώσεις της κοινότητας, όπως διαλέξεις, εργαστήρια, συναυλίες, θεατρικές παραστάσεις, πνευματικές πρακτικές και θεραπείες, προετοιμασία υγιεινών τροφών, διάφορες ομαδικές δραστηριότητες, μαθήματα και κατασκηνώσεις με παιδιά.

<https://darlimec.com/>





7. Balkan Bites – Γεύσεις από τη Βουλγαρία

Το Balkan Bites είναι μια προσπάθεια να προσφέρει στους ταξιδιώτες της Σόφιας την πρώτη δωρεάν καθημερινή περιήγηση για φαγητό στην Ευρώπη και ίσως στον κόσμο. Η ιδέα είναι να περιηγηθείτε σε μερικά από τα πιο ενδιαφέροντα και μοντέρνα οικογενειακά εστιατόρια που έχει να προσφέρει η Σόφια και να απολαύσετε την παραδοσιακή βουλγαρική κουζίνα, ακούγοντας παράλληλα για την ιστορία και τα έθιμα που τα βοήθησαν να γίνουν βασικά τρόφιμα στη Βουλγαρία, από έμπειρους ξεναγούς.

Η ίδια η ξενάγηση είναι μια περιήγηση με τα πόδια που ξεκινά στις 2 μ.μ. κάθε μέρα της εβδομάδας, στο Park Crystal μπροστά από το μεγάλο άγαλμα του Στέφαν Σταμπόλοφ. Αν και δεν χρειάζονται κρατήσεις το Σαββατοκύριακο, εγγυώνται στον τουρίστα μια θέση στην ξενάγηση. Κατά τη διάρκεια της εβδομάδας η ομάδα πραγματοποιεί τις περιηγήσεις μόνο με κρατήσεις! Η διάρκεια είναι περίπου 2 ώρες και το φαγητό που παρουσιάζεται στους συμμετέχοντες είναι δωρεάν.

Ενδιαφέρεστε για τη βουλγαρική κουζίνα αλλά δεν έχετε την ευκαιρία να έρθετε στην καθημερινή δωρεάν ξενάγηση; Το Balkan Bites προσφέρει ιδιωτικές περιηγήσεις για φαγητό, ώστε να μάθει κανείς γιατί οι Βούλγαροι είναι τόσο παθιασμένοι με το φαγητό τους. Κατά τη διάρκεια αυτής της ξενάγησης διάρκειας περίπου 3 ωρών, θα μάθετε πώς εξελίχθηκε το φαγητό στα Βαλκάνια και πώς έγινε αυτό που είναι σήμερα. Ο ξεναγός συνοδεύει τον τουρίστα στα εστιατόρια μέσα από μερικούς από τους λιγότερο τουριστικούς δρόμους της κεντρικής Σόφιας, όπου θα μάθει κανείς για τα περισσότερα μη διάσημα δρομάκια της πόλης, από την τέχνη του δρόμου μέσω ποιημάτων σε μια σύγχρονη εποχή.

Το Balkan Bites προσφέρει επίσης: Γευσιγνωσία κρασιού, ξεναγήσεις στο κομμουνιστικό Trabi, στα γκράφιτι της Σόφια, στο βουλγαρικό τριαντάφυλλο και στην αγορά. Ακολουθεί περιγραφή της ξενάγησης στην αγορά:

Γνωριμία με την αγορά

"Ελπίζουμε να μοιραστούμε μια άλλη πλευρά της πόλης που μέχρι τώρα έχει λάβει πολύ λίγη προσοχή όσον αφορά τη σημασία της στη Σόφια. Η διαδρομή μας ξεκινάει από τον Κρυστάλλινο Κήπο(πάρκο) μπροστά από το άγαλμα του Stefan Stambolon, όπου θα ξεκινήσουμε να περπατάμε μέσα από τρεις διαφορετικές αγορές, μαθαίνοντας για την ιστορία και τη σημερινή ελκυστικότητα, σταματώντας στην πορεία σε επιλεγμένα σημεία για να δοκιμάσουμε πιάτα που αντιπροσωπεύουν τον πολιτισμό μας! Θα έχετε τη χαρά να δοκιμάσετε πιάτα που έχουν κάνει την κουζίνα μας τόσο νόστιμη και να νιώσετε την αυθεντική ατμόσφαιρα της παλιάς και της σύγχρονης Σόφιας. Βυθιστείτε σε αυτή τη μοναδική περιήγηση φαγητού στην Ιστορική Αγορά της Σόφιας και ζήστε την εμπειρία της μάθησης ενώ τρώτε! Πότε; Όποτε σας βολεύει

Πού; Ο οδηγός μπορεί να σας παραλάβει από το κατάλυμά σας (στο κέντρο της πόλης)

Διάρκεια: 3 ώρες

Συμπεριλαμβάνονται: Αγγλόφωνος προσωπικός ξεναγός, όλα τα γεύματα (αντικαθιστά το γεύμα/δείπνο)

Το Balkan Bites είναι ένα εξαιρετικό παράδειγμα συνεργασίας εστιατορίων, οινοποιείων και ξεναγών. Επιπλέον, η μεγάλη ποικιλία ξεναγήσεων και η δυνατότητα να κλείσετε μια ιδιωτική ξενάγηση προσελκύουν την προσοχή του τουρίστα.

<https://balkanbitesfoodtours.com/>







8. Farmhopping - Παγκόσμια αγορά για βιώσιμες γεωργικές εκμεταλλεύσεις

Το Farmhopping είναι το νέο εγχείρημα τριών φίλων που προσπαθούν να υποστηρίξουν τη βιώσιμη γεωργία σε παγκόσμιο επίπεδο. Σε αντάλλαγμα για την υποστήριξη που λαμβάνουν οι αγρότες, δίνουν πίσω φρέσκα και υγιεινά αγαθά από τις φάρμες τους.

Το Farmhopping υποστηρίζει τα τοπικά αγροκτήματα από όλο τον κόσμο και οι πελάτες παίρνουν σε αντάλλαγμα φρέσκα αγαθά από το αγρόκτημα.

Αποστολή του Farmhopping είναι να βοηθήσει στην ανάπτυξη της βιώσιμης γεωργίας και ταυτόχρονα να προσφέρει στους ανθρώπους των πόλεων έναν πιο φυσικό και βιώσιμο τρόπο ζωής.

Το Farmhopping είναι μια κερδοσκοπική εταιρεία που ιδρύθηκε στη Σόφια της Βουλγαρίας και μόλις εγκαταστάθηκε στο Λονδίνο του Ηνωμένου Βασιλείου. Εκτός από τη φροντίδα όλων των παραγγελιών που εκτελεί η εταιρεία, η ομάδα αφιερώνει το χρόνο της στη βελτίωση των λειτουργιών του ιστότοπου και στην προσθήκη νέων χαρακτηριστικών.

Στην πλατφόρμα τους, οι αγρότες έχουν τη δική τους αγορά, όπου καθορίζουν οι ίδιοι τις τιμές και αποφασίζουν για τις προσφορές των προϊόντων.

Ποιοι μπορούν να συμμετάσχουν;

Το Farmhopping είναι μια διαδικτυακή πλατφόρμα και πόρος για βιώσιμους αγρότες και παραγωγούς. Δεν εμπλέκονται στην ανάπτυξη των προϊόντων ή των ίδιων των αγροκτημάτων. Οποιοσδήποτε μπορεί να ξεκινήσει ένα προφίλ στο Farmhopping, αρκεί οι μέθοδοι παραγωγής και τα προϊόντα του να πληρούν τις κατευθυντήριες γραμμές της πλατφόρμας.

Κάθε προφίλ δημιουργείται και λειτουργεί ανεξάρτητα από τα αγροκτήματα. Οι φάρμες που βλέπει κανείς στο farmhopping έχουν τον πλήρη έλεγχο των προφίλ τους και την πλήρη ευθύνη για το περιεχόμενό τους. Οι αγρότες φροντίζουν για όλες τις λεπτομέρειες της αγοράς από την αρχή μέχρι το τέλος, συμπεριλαμβανομένων των πακέτων που προσφέρουν και των τιμών που καθορίζουν.

Η δημιουργία ενός προφίλ στο Farmhopping είναι δωρεάν τόσο για τους αγρότες όσο και για τους χρήστες. Εάν ένα προϊόν πωληθεί με επιτυχία, η πλατφόρμα εισπράττει το 15% από κάθε συναλλαγή.

Η απευθείας αγορά από έναν αγρότη διαφέρει από την αγορά προϊόντων από το σούπερ μάρκετ ή το τοπικό κατάστημα. Ορισμένα προϊόντα χρειάζονται χρόνο για να παραχθούν, ο οποίος σε πολλές περιπτώσεις είναι μεγαλύτερος από τον προβλεπόμενο. Οι καλλιέργειες εξαρτώνται από τις καιρικές συνθήκες και τις ιδιοτροπίες του περιβάλλοντός μας. Και, μερικές φορές, η γεύση του προϊόντος διαφέρει μεταξύ των αγορών, επειδή όλα τα προϊόντα είναι χειροποίητα. Αυτή είναι η ζωή σε ένα αγρόκτημα - γεμάτη αβεβαιότητα και καθυστερήσεις - αληθινή και φυσική.

Οι ιδρυτές θέλησαν να δημιουργήσουν μια πλατφόρμα όπου βιώσιμοι αγρότες, λάτρεις της φύσης, λάτρεις των βιολογικών τροφίμων και πολίτες με οικολογική συνείδηση από όλο τον κόσμο θα μπορούσαν να συνεργαστούν μοιράζοντας ιδέες, έργα, δεξιότητες και κεφάλαια για την προώθηση και ενδυνάμωση μιας φιλικής προς τη φύση της γεωργικής κουλτούρας και συνεργατικής κατανάλωσης.

Οι Rossi, Mihail και Ruslan γνωρίστηκαν πριν από 8 χρόνια. Αυτό που τους έφερε κοντά ήταν το πάθος τους για την αναρρίχηση, τα ταξίδια, το σκι και τα βουνά.

Σε ένα ταξίδι στα βουλγαρικά βουνά, ο Mihail βρήκε ένα μαγευτικό αγρόκτημα που ονομάζεται Perun. Ο ιδιοκτήτης, Todor, ήταν παθιασμένος με τη διαφύλαξη των ζώων που κάποτε ήταν παραδοσιακό είδος για αυτές τις περιοχές, αλλά απειλούνταν με εξαφάνιση, και εκτρέφει και μεγαλώνει φυλές όπως το ντόπιο πρόβατο Karakachan.

Ο βιοπορισμός του, ο οποίος περιλαμβάνει κυρίως την εκτροφή αυτών των απειλούμενων ζώων, αντιμετώπιζε ωστόσο ένα πρόβλημα. Με σοβαρό ανταγωνισμό από μεγάλες φάρμες που χρησιμοποιούσαν μη βιώσιμες μεθόδους, η Φάρμα Perun αγωνιζόταν να ανταποκριθεί στις ανάγκες της.

Ο Mihail αποφάσισε ότι το λιγότερο που μπορούσε να κάνει ήταν να υιοθετήσει 2 πρόβατα από τη φάρμα με μια μηνιαία πληρωμή που εξασφάλιζε τη συντήρησή τους. Στην επιθυμία του να βρει μια πιο βιώσιμη και γενική λύση στο πρόβλημα αυτό, επικοινωνήσε με τη Rossi, η οποία μόλις είχε αποφοιτήσει από το τμήμα επενδύσεων και διαχείρισης κινδύνων στο Λονδίνο και ετοιμαζόταν να ξεκινήσει την καριέρα της στον τομέα των τραπεζικών επενδύσεων.

Η Rossi συμφώνησε να βοηθήσει αμέσως, και αυτή η απόφαση σήμανε το τέλος των σχεδίων της για επαγγελματική καριέρα - μια απόφαση για την οποία δεν μετάνιωσε ποτέ.

Ο Rossi και ο Misho προσπάθησαν να δημιουργήσουν ένα σύστημα εργασίας, με το οποίο θα μπορούσαν να βοηθήσουν όλο και περισσότερους αγρότες να λύσουν τα κοινά τους προβλήματα.

Ο Ruslan πρόσθεσε στην ομάδα το καλλιτεχνικό του ταλέντο.

Το Farmhopping είναι ένα παράδειγμα για το πώς μπορεί να υστηριχθούν οι αγρότες, προσφέροντας παράλληλα:

- Εμπειρία βιωσιμότητας
- Μοναδικά χειροποίητα προϊόντα;
- Φρέσκα τρόφιμα χωρίς πρόσθετα και φυτοφάρμακα
- Επίσκεψη στο αγρόκτημα και στον κόσμο της παραδοσιακής γεωργίας
- Βιώσιμη γεωργία με προοπτική

Με το να γίνετε μέρος της πλατφόρμας μας, στηρίζετε τον βιοπορισμό των βιώσιμων αγροτών σε όλο τον κόσμο.

Όταν κάποιος αγοράζει τρόφιμα μέσω του Farmhopping, υποστηρίζει άμεσα τη βιώσιμη γεωργία και βοηθά τις μικρές φάρμες.

Το Farmhopping προσφέρει προϊόντα υψηλής ποιότητας από 200+ μικρές φάρμες και τοπικούς παραγωγούς. Οι πελάτες μπορούν να επιλέξουν μια βολική ώρα για να παραλάβουν την παραγγελία τους στη διεύθυνση του σπιτιού ή του γραφείου τους, καθώς και να παραλάβουν την παραγγελία τους και να απολαύσουν φρέσκα τοπικά τρόφιμα χωρίς ταλαιπωρία.

Τέλος, η ομάδα απαντά σε ερωτήσεις χρηστών και αγροτών, αναζητά νέες φάρμες και ομάδες αγοραστών και παρέχει πρόσθετη υποστήριξη μέσω του δικτύου μεντόρων της.

<https://farmhopping.com/en>





9. Chilli Hills – Από τον σπόρο σε μπουκάλι καυτερής σάλτσας

Το Chilli Hills ξεκίνησε ως μάρκα στις αρχές του 2014 και έκτοτε λειτουργεί ως μια μπουτίκ φάρμα που καλλιεργεί σπάνια τσίλι από όλο τον κόσμο. Μέσα σε λίγες ώρες από τη συλλογή τους, επεξεργάζονται και συντηρούνται με τη μορφή καυτερών σάλτσων, πάστας, μαρινάδων και πολλών άλλων διαφορετικών προϊόντων.

Ο κύριος στόχος του Chilli Hills είναι να συμβάλει στην ανάπτυξη της κουλτούρας των μπαχαρικών στη Βουλγαρία και παράλληλα να βάλει τη βουλγαρική κουλτούρα τσίλι στον παγκόσμιο χάρτη. Αποστολή τους είναι να επαναφέρουν στη δημοσιότητα την ξεχασμένη εγχώρια πιπεριά τσίλι με ονομασία "Βουλγαρικό Καρότο" (Bulgarian Carrot)!

Η σειρά "Balkan Hot Sauce" αντιπροσωπεύει την πρώτη χειροποίητη καυτερή σάλτσα στη Βουλγαρία και αποτελεί το πιο καυτό προϊόν της χώρας.

Οι ιδρυτές είναι ο Alex και η Boryana και μετά από πολλά χρόνια που πέρασαν ταξιδεύοντας σε όλο τον κόσμο, η οικογένεια αποφάσισε να επιστρέψει στη Βουλγαρία και να ζήσει στη φύση. Βρήκαν το σπίτι των ονείρων τους στο χωριό Kokalyane, στους πρόποδες του βουνού Vitosha και εκεί ξεκίνησε η αγάπη τους για τη γεωργία και τη ζωή στην ύπαιθρο. Ο Alex και η Boryana άρχισαν να καλλιεργούν φρούτα, λαχανικά και τη μεγαλύτερη αγάπη τους - τις πιπεριές τσίλι!

Ο κύριος στόχος του Chilli Hills είναι να συμβάλει στην ανάπτυξη της κουλτούρας τσίλι στη Βουλγαρία και επίσης να παρέχει ένα εγχώριο ποιοτικό προϊόν στην παγκόσμια αγορά τσίλι.

Σήμερα το Chilli Hills διαθέτει τέσσερα αυτόνομα καταστήματα στη Σόφια, τη Βάρνα, το Μπουργκάς και τη Φιλιπούπολη, διατίθεται σε 500 σούπερ μάρκετ, εστιατόρια και ντελικατέσεν σε όλη τη Βουλγαρία και εξάγεται σε 13 διαφορετικές χώρες.

Με ιδιαίτερη προσοχή στην ποιότητα των προϊόντων και έχοντας καθιερώσει το δικό της στυλ μπουτίκ, η Chilli Hills έχει γίνει σήμα κατατεθέν ποιότητας και ηγείται της αγοράς θερμών προϊόντων στη Βουλγαρία.

Το Chilli Hills έχει κερδίσει πολλά χρυσά μετάλλια και βραβεία σε διεθνείς εκθέσεις τροφίμων και ποτών. Το 2019 η εταιρεία συνεργάστηκε με το πρώτο της διεθνές κατάστημα στο Βίλνιους της Λιθουανίας.

Το Chilli Hills είναι το πρώτο επίσημο αγρόκτημα καυτερής πιπεριάς στη Βουλγαρία.

Το εργοστάσιο εμφιάλωσης βρίσκεται στα περίχωρα της Σόφιας. Διαθέτει πλήρη άδεια για την επεξεργασία και τη συντήρηση φρούτων και λαχανικών. Εδώ γίνεται η μαγεία!

Λόγω της αυξανόμενης ζήτησης για τα προϊόντα τους, το καλοκαίρι του 2017 το οικογενειακό αγρόκτημα επέκτεινε τις δραστηριότητές του και ξεκίνησε την καλλιέργεια καυτερής πιπεριάς σε μια δεύτερη τοποθεσία στις εύφορες κεντρικές πεδιάδες της Βουλγαρίας. Σε 20 στρέμματα υπαίθριας έκτασης και 10 στρέμματα θερμοκηπίων καλλιεργούνται 70 είδη πιπεριάς από όλο τον κόσμο.

Το εργαστήριό τους βρίσκεται στο αγρόκτημα και λειτουργεί ως βάση για την ανάπτυξη και τις δοκιμές των προϊόντων. Το υπερσύγχρονο σύστημα καλλιεργητικών κιβωτίων τους επιτρέπει την πρόωμη έναρξη των φυτών με τέλειο έλεγχο της θερμοκρασίας, του φωτός και της υγρασίας.

Όλα τα προϊόντα της μάρκας είναι 100% φυσικά, χωρίς συντηρητικά, χρώματα ή πηκτικά.

"Από τον σπόρο στο μπουκάλι" είναι το σύνθημα της μάρκας, που σημαίνει ότι ελέγχουν ολόκληρο τον κύκλο παραγωγής από τη φύτευση πάνω από 50 ειδών καυτερής πιπεριάς μέχρι την καλλιέργεια, την επεξεργασία, τη συσκευασία και την εμπορία. Αυτή τη στιγμή διαθέτουν πάνω από 40 σειρές προϊόντων και συνεργασίες με άλλους παραγωγούς βιοτεχνικών τροφίμων, όπως μύρα τσίλι, καυτερό κονιάκ, καυτό γκουρμέ αλάτι, καυτό ελαιόλαδο και πολλά άλλα, συμπεριλαμβανομένων φυσικά των πιο καυτερών πιπεριών στον κόσμο.

Επιπλέον, προσφέρουν ένα εργαστήριο παραγωγής - βρίσκεται στα περίχωρα της Σόφιας. Πλήρως εξοπλισμένο και αδειοδοτημένο για την επεξεργασία φρούτων και λαχανικών. Εδώ γίνεται η μαγεία!

Η σειρά "Balkan Hot Sauce" έγινε η πρώτη βουλγαρική χειροποίητη σάλτσα τσίλι και αποτελεί το πιο καυτερό προϊόν της χώρας.

Έτσι, το Chilli Hills έχει πολύ καλό περιεχόμενο στην ιστοσελίδα της και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης - ελκυστικά βίντεο, ενδιαφέροντα στοιχεία για τα τσίλι, καθώς και συνταγές. Έχουν παρουσιαστεί σε πολλές τηλεοπτικές εκπομπές και δημοφιλή περιοδικά στη Βουλγαρία.

Τέλος, το Chilli Hills προσφέρει την "ευκαιρία να ξεκινήσετε τη δική σας μάρκα": η υπηρεσία αυτή περιλαμβάνει την πλήρη ανάπτυξη ενός καυτερού προϊόντος σύμφωνα με τα αιτήματα του πελάτη.

<https://chilli-hills.com/en/home-en/>



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

79

**Co-funded by
the European Union**



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

10. Hot Farm – Οικογενειακή επιχείρηση

Η Hot farm καλλιεργεί περίπου 150 ποικιλίες πιπεριών τσίλι. Εκτελούν ολόκληρο τον κύκλο της παραγωγής - από τη φύτευση, τη συλλογή των καρπών μέχρι το τελικό προϊόν, και όλα αυτά με το χέρι. Οι ιδιοκτήτες θεωρούν ότι χρειάζεται αγάπη και αφοσίωση για να καλλιεργηθεί κάθε φυτό, όπως ακριβώς και οι πιπεριές τσίλι. Η εταιρεία συνεχίζει να εξελίσσεται, δημιουργώντας νέα καινοτόμα και υγιεινά προϊόντα. Επιμένουν στη δημιουργικότητα, τη γεύση, την πρωτοτυπία και την απόλυτη και πρωτοφανή ποιότητα.

Το λογότυπό τους απεικονίζει μια πιπεριά που έχει πιαστεί, υποδηλώνοντας συμβολικά το πιο χαρακτηριστικό γνώρισμα των προϊόντων τους - όλα περιέχουν φρέσκια πιπέρια τσίλι, απευθείας από το αγρόκτημα, χωρίς μπαχαρικά, χωρίς φυτικά προϊόντα, χωρίς χρωστικές ουσίες. Χρησιμοποιούν μόνο τις καλύτερες πιπεριές για την παραγωγή τους, και ο ποιοτικός έλεγχος των προϊόντων γίνεται εξ ολοκλήρου χειροκίνητα, ξεκινώντας από την επιλογή των σπόρων, μέσω της επιλογής των πιο υγιεινών και ώριμων πιπεριών μέχρι την τιμολόγηση κάθε σταγόνας σάλτσας. Επιπλέον, η Hot Farm διαχωρίζει τις φλούδες, τα κουκούτσια και τους σπόρους. Η επεξεργασία κάθε πιπεριάς καθιστά το τελικό προϊόν φιλικό προς το στομάχι και κατάλληλο ακόμη και για άτομα με γαστρίτιδα, έλκος και άλλα στομαχικά προβλήματα. Η Hot Farm έχει δημιουργήσει προϊόντα στα οποία έχει αντικαταστήσει τη ζάχαρη με χυμό μήλου. Αυτό τους επιτρέπει να δηλώνουν ότι το τσίλι είναι υγιεινό!

Ιδρυτές είναι η οικογένεια Rodinov – αποτελείται από τους Hristo, Darina, Elena, Slavena και Stoyan. Το αγρόκτημά τους βρίσκεται 15 χιλιόμετρα μακριά από τη θάλασσα πρωτεύουσα της Βουλγαρίας - Βάρνα, στο χωριό Strashimirovo, λίγα λεπτά από το αξιόλογο Robiti Kamani. Εκεί, το κλίμα και το έδαφος είναι κατάλληλα, γεγονός που έχει μεγάλη σημασία για την καλλιέργεια των φυτών. Η οικογένεια διαθέτει 10 στρέμματα γης και θερμοκήπια όπου φροντίζει και καλλιεργεί τα εξωτικά φυτά, καθώς και τις δικές της εγκαταστάσεις που είναι φτιαγμένες σύμφωνα με όλα τα πρότυπα και τις τεχνολογίες για την καλύτερη ποιότητα και ιχνηλασιμότητα.

Η Hot Farm είναι μοναδική γιατί:

- Μόνο εκεί μπορεί κανείς να ρίξει μια ματιά στον κόσμο των τσίλι με μια επίσκεψη στο αγρόκτημα. Για να γίνει η επίσκεψη μια πραγματική εμπειρία, το 2021 η Hot Farm δημιούργησε ένα δωμάτιο καυτερής γευσιγνωσίας που λειτουργεί ως συμπληρωματική εμπειρία στην πικάντικη ξενάγηση
- Οι ιδιοκτήτες παράγουν προϊόντα με φυσική καυστικότητα χωρίς την προσθήκη τεχνητής καψαϊκίνης. Η Hot Farm χρησιμοποιεί μόνο φυσικές και φρέσκες πιπεριές απευθείας από τους κήπους της
- Η ποιότητα των προϊόντων είναι 100% φυσική – χωρίς την προσθήκη ΓΤΟ, τεχνητών χρωμάτων ή ενισχυτικών ουσιών
- Μόνο σε αυτή τη φάρμα μπορεί κανείς να βρει τσίλι χωρίς προσθήκη ζάχαρης, το οποίο είναι κατάλληλο για διαβητικούς
- Δίνεται ιδιαίτερη προσοχή σε κάθε σταγόνα - τα προϊόντα τους επιτρέπουν στα άτομα με ευαίσθητο στομάχι να καταναλώνουν με ηρεμία καυτερά προϊόντα. Η Hot Farm χρησιμοποιεί μια καινοτόμα τεχνολογία για να αφαιρέσει κάθε σπόρο και φλοιό ώστε να προστατεύσει τον οργανισμό
- Η φάρμα έχει υιοθετήσει την πολιτική μηδενικών αποβλήτων - Η παραγωγή κλειστού κύκλου τους επιτρέπει να μην έχουν απόβλητα. Ότι περισσεύει από την παραγωγή των προϊόντων χρησιμοποιείται για άλλες παραγωγές.

Στην ιστοσελίδα τους μπορεί κανείς να βρει ένα δωρεάν εγχειρίδιο για την καλλιέργεια εξωτικών καυτερών πιπεριών.

Τέλος, φιλοξενούν μια "πικάντικη εκπομπή" στο διαδίκτυο, στην οποία οι καλεσμένοι τους αντιμετωπίζουν την πρόκληση να φάνε 10 φτερούγες, με κάθε φτερούγα να είναι σημαντικά πιο πικάντικη από την προηγούμενη, ενώ συζητούν για ενδιαφέροντα θέματα κατά τη διάρκεια του γεύματος.

<https://hotfarm.eu/>



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



11. Quinta da Lage Farm, Πορτογαλία

Το Quinta da Lage είναι ένα οικολογικό αγρόκτημα με έδρα το παράκτιο φυσικό πάρκο στο νοτιοδυτικό Alentejo της Πορτογαλίας. Το έργο αφορά την αποκατάσταση της γης με τη χρήση διαφόρων μεθόδων βιώσιμης γεωργίας και μετακαλλιέργειας, όπως οι υδροσυλλογές και ο σχεδιασμός βασικών ζωνών, η προγραμματισμένη βοσκή με ζώα, η αγροδασοπονία, η αποκατάσταση του εδάφους και η κηπουρική χωρίς όργωμα.

Το Quinta da Lage είναι καινοτόμο καθώς στοχεύει να δημιουργήσει ελπίδα για τις μελλοντικές γενιές, να δείξει ποιες πρακτικές δυνατότητες υπάρχουν όσον αφορά την αντιστροφή της διάβρωσης του εδάφους και την αποκατάσταση της γης, την οικολογική δόμηση, τη μάθηση με πάθος, την τοπική επισιτιστική ασφάλεια και πολλά άλλα.

<https://www.aquinta.org/>



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



12. Εργαστήριο παρασκευής Pastel de nata στην Μαλβέϊρα της Πορτογαλίας

Η Pastelaria Batalha προσάρμοσε τα δημοφιλή εργαστήρια τάρτας κρέμας στη σημερινή εποχή.

Εκεί μπορείτε να φτιάξετε τάρτες κρέμας με τον σεφ μιας βραβευμένης οικογενειακής επιχείρησης και αποτελεί πρόταση της Pastelaria Batalha για να αφιερώσετε χρόνο στο σπίτι φτιάχνοντας αυτό το γλυκό. Αφού διοργάνωσε εργαστήρια για τουρίστες στο κατάστημά της στο Chiado, το ζαχαροπλαστείο ξεδιπλώνει τώρα τα μυστικά του στους Πορτογάλους, σε διαδικτυακά μαθήματα, υπό την καθοδήγηση του σεφ João Batalha.

Στο μάθημα, το οποίο πραγματοποιείται μέσω της εφαρμογής Zoom, οι συμμετέχοντες μαθαίνουν πώς να φτιάχνουν το γλυκό στο σύνολό του, με απλά υλικά, συμπεριλαμβανομένης της σφολιάτας. "Η ιδέα είναι να παρακολουθείτε, να μαθαίνετε και να αλληλεπιδράτε, καθώς και να κάνετε ερωτήσεις. Στο τέλος του διαδικτυακού μαθήματος, οι συμμετέχοντες θα λάβουν την αναλυτική

συνταγή μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και θα έχουν επίσης υποστήριξη για να απαντήσουν σε ερωτήσεις", όπως αναφέρεται σε ανακοίνωσή του.

Το Pastelaria Batalha είναι καινοτόμο καθώς, σε αντίθεση με άλλα μαθήματα Pastel de Nata στην πόλη, σας δείχνει πώς να παρασκευάζετε γλυκίσματα όπως οι επαγγελματίες στον τομέα της ζαχαροπλαστικής. Στη συνέχεια, θα φτιάξετε την κρέμα από το μηδέν και θα τα ψήσετε όλα μέσα σε έναν επαγγελματικό φούρνο. Όλοι οι συμμετέχοντες φτιάχνουν τουλάχιστον 3 γλυκά με το χέρι - απλώνουν τη ζύμη με μια συγκεκριμένη τεχνική Pastel de Nata, γεμίζουν την κρέμα κ.λπ.

<https://pastelariabatalha.com/>





13. Nü Coworking Criativo, Πορτογαλία

Στο Nü, μπορείτε να δημιουργήσετε το δικό σας αναμνηστικό από το Πόρτο, να μάθετε αγγειοπλαστική και να απολαύσετε ένα πολύ δημιουργικό και χαλαρωτικό πρωινό ή απόγευμα. Μπορείτε να φτιάξετε ένα κομμάτι από μοντελοποιημένο και ζωγραφισμένο στο χέρι πηλό, το οποίο μπορείτε να πάρετε στο σπίτι σας τέσσερις ημέρες αργότερα (καθώς πρέπει να ψηθεί) ή να το στείλετε στο σπίτι σας. Μπορείτε να επιλέξετε το είδος του πηλού, την τεχνική, το αντικείμενο, τα σχήματα και τα χρώματα.

Η ιδέα ήταν τόσο επιτυχημένη που, εκτός από τα μαθήματα, δημιουργήθηκε ένα δίκτυο δημιουργικών ανθρώπων, όπου αυτό που μετράει είναι η θέληση για δημιουργία και ανταλλαγή εμπειριών. Σήμερα στο NÜ προσφέρονται διάφορα εργαστήρια και ατομικά μαθήματα. Αν θέλετε να κάνετε ένα διάλειμμα από την πολυάσχολη καθημερινότητά σας ή ακόμη και να ανακαλύψετε κρυφές δεξιότητες, το NÜ είναι το κατάλληλο μέρος!

<https://nu-coworking-criativo.business.site/>





14. The Pedras Salgadas spa & nature park: Χώρος spa & φυσικό πάρκο

Το Pedras Salgadas spa & nature park, είναι ένα τουριστικό θέρετρο 4 αστέρων που βρίσκεται στη βόρεια Πορτογαλία σε υψόμετρο 580 μέτρων, στην καρδιά του πάρκου Pedras Salgadas, το οποίο ανήκει στον δήμο Vila Pouca de Aguiar, μεταξύ της Vila Real και του Chaves.

Μία ώρα και δέκα λεπτά με το αυτοκίνητο από την πόλη του Πόρτο, το πάρκο Pedras Salgadas διαθέτει έκταση 20 στρεμμάτων, με οκτώ χιλιόμετρα μονοπατιών που οδηγούν στην ανακάλυψη των ιδιαιτεροτήτων του. Εκεί όλη η ενέργεια που εκπέμπει η φύση παραμένει άθικτη.

Στην πραγματικότητα, το Pedras Salgadas ήταν προορισμός διακοπών για τη βασιλική οικογένεια. Σήμερα, αυτή η απολαυστική κωμόπολη με τα λουτρά της έχει γίνει ένας μοντέρνος προορισμός. Η δύναμη του νερού και η φυσική ομορφιά του πάρκου συνδυάζονται για να προσελκύσουν τουρίστες, οι οποίοι έρχονται από όλο τον κόσμο.

Στην καρδιά του πάρκου, εναρμονισμένα με το φυσικό περιβάλλον, βρίσκονται τα Οικολογικά Σπίτια (Eco Houses), η ιδανική επιλογή για τη διαμονή σας. Το έργο του αρχιτέκτονα Luís Rebelo Andrade είναι μοντέρνο τόσο στη σύνθεση όσο και στην εσωτερική του διακόσμηση. Στο εσωτερικό των Οικολογικών Σπιτιών, μπορείτε να βρείτε καινούρια τεχνολογία και πλήρως εξοπλισμένη κουζίνα, ενώ στον εξωτερικό χώρο, έναν ευρύχωρο χώρο.

<https://www.pedrassalgadapark.com/en/>





15. Paradinha Village Hotels, Arouca Πορτογαλίας

Στο χωριό Paradinha υπάρχουν 11 σπίτια, πλήρως συνδεδεμένα με τη φύση του χωριού Paradinha. Όλα έχουν ιδιωτική και αποκλειστική θέα στον ποταμό Raiña.

Κάθε σπίτι χαρακτηρίζεται από απλότητα και κομψότητα. Απλότητα στον μινιμαλισμό της αρχιτεκτονικής και του εσωτερικού περιβάλλοντος. Κομψότητα στον σχεδιασμό και την άνεση, που υπάρχει στον εξοπλισμό και τη διακόσμηση των χώρων μας, τα οποία είναι 100% πορτογαλικές μάρκες εξαιρετικής ποιότητας για μια πλήρη εμπειρία με τη ΣΥΝΤΟΝΙΑ.

Η ιδέα αυτής της ανάπτυξης είναι διαφορετική από ένα ξενοδοχείο, με μεμονωμένα δωμάτια. Το κατάλυμα διαθέτει αρθρωτά σπίτια που καταλήγουν να δίνουν περισσότερη ιδιωτικότητα, κάτι που αναζητείται από την εποχή της πανδημίας. Οι ιδιοκτήτες ανέλαβαν αυτή την πρόκληση στη μέση της φύσης, ένα έργο που έγινε περισσότερο με πάθος παρά με λογική.

<https://www.syntonyhotels.com/>





Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

16. Cooking Piemonte

Στο εξοχικό σπίτι όπου ζει η ιδιοκτήτρια, μέσα στο πράσινο και την αγάπη των ζώων της, οι πόρτες είναι πάντα ανοιχτές για όσους αποφασίσουν να παρακολουθήσουν ένα μάθημα μαγειρικής δοκιμάζοντας τα να φτιάξουν ζύμες με τα χέρια τους και να γίνουν μάγειρες για μια μέρα. Μια εμπειρία γεμάτη γεύσεις, χρώματα, συναισθήματα και πολλή χαρά. Γιατί μαγειρική είναι το ζύωμα, το ξεφλούδισμα, το κόψιμο, το ανακάτεμα, το μαγείρεμα, το ψιλοκόψιμο αλλά και το γέλιο, το αστείο, η χαλάρωση και το μοίρασμα. Πόσα πράγματα μπορούν να γίνουν σε μια κουζίνα! Αν στη συνέχεια συνοδεύσετε όλα αυτά με ένα καλό κρασί από το Πιεμόντε, ανάμεσα στα γέλια, τότε γίνεται πραγματικά μια αξέχαστη στιγμή.

Αυτό είναι το πνεύμα πίσω από τα μαθήματα μαγειρικής: μοναδικές στιγμές μάθησης με χαρά.

Μια επιστροφή στα απλά πράγματα, όπου δεν έχει σημασία αν ξέρετε ήδη να μαγειρεύετε ή αν δεν έχετε τηγανίσει ποτέ ένα αυγό. Αυτό δεν είναι το Masterchef ούτε καν το Cordon Bleu.

Πρόκειται για ένα είδος σπιτιού που είναι ανοιχτό για όποιον θέλει να μάθει για τις παραδόσεις της κουζίνας του Πιεμόντε και να αποκτήσει μια αληθινή και γνήσια εμπειρία για μια μέρα.

Αν θέλετε να μάθετε πώς να προετοιμάσετε ένα γεύμα σύμφωνα με την παράδοση της κουζίνας του Πιεμόντε, να μάθετε τα μικρά αλλά πολύ σημαντικά μυστικά που η γιαγιά και η μητέρα έδωσαν στη Raffaella (την ιδιοκτήτρια), να ξέρετε ποια κρασιά συνοδεύουν τα πιάτα, τότε τα μαθήματα μαγειρικής του Πιεμόντε είναι αυτό που ψάχνετε.

Κάθε μάθημα είναι οργανωμένο σαν μια συνάντηση φίλων, όπου ο καθένας συμβάλλει στην προετοιμασία των διαφόρων μαθημάτων, βιώνοντας όλα τα διαφορετικά στάδια της προετοιμασίας. Και όπως όλες οι συγκεντρώσεις μεταξύ φίλων, η συνάντηση τελειώνει με την απόλαυση των πιάτων που θα έχουν προετοιμαστεί εν μέσω ευχάριστων συζητήσεων, συνομιλιών, ιστοριών και, σχεδόν πάντα, γέλιου.

Η έδρα της σχολής μαγειρικής είναι το ίδιο της το σπίτι. Ένα ανακαινισμένο παλιό αγροτόσπιτο, περιτριγυρισμένο από πράσινο στους πρόποδες των λόφων Langhe, όπου 4 σκυλιά, 1 άλογο, 1

πόνι, 3 γάτες, 2 κοτόπουλα, τα βατράχια στη λίμνη και κάθε άλλο μικρό ον που έχει ανάγκη και εμφανίζεται στην πόρτα ζουν ευτυχισμένα.

Κάθε μάθημα μαγειρικής πραγματοποιείται στη μεγάλη, φωτεινή κουζίνα της αγροικίας της, που έχει εξοχικό και μοντέρνο στυλ. Η μεγάλη κεντρική κουζίνα προσφέρει έως και 10 θέσεις εργασίας, με όλο τον εξοπλισμό που απαιτείται για την προετοιμασία των πιάτων.

Κατά τη διάρκεια των μαθημάτων μαγειρικής, η ατμόσφαιρα είναι χαλαρή, οι άνθρωποι σχολιάζουν τα διάφορα βήματα, δοκιμάζουν τα συστατικά, αστειεύονται και πάνω απ' όλα διασκεδάζουν.

Ένα μάθημα διαρκεί κατά μέσο όρο 3 ώρες, συμπεριλαμβανομένου ενός διαλείμματος για καφέ και γευσιγνωσίας όλων των πιάτων με συνοδεία κρασιού.

Για τις ομάδες, είναι δυνατόν να γευματίσετε ή να δειπνήσετε στο τέλος του μαθήματος δοκιμάζοντας τα πιάτα που ετοιμάζονται γύρω από ένα ωραίο τραπέζι και καλό κρασί που επιλέγεται από τη λίστα μας, όλα αυστηρά από το Πιεμόντε.

www.cookingpiemonte.com







17. Η κουζίνα της Jul – Ιστορίες και συνταγές από την Τοσκάνη

Η Giulia και ο Tommaso, οι ιδιοκτήτες, έχουν μια κουζίνα στην ύπαιθρο της Τοσκάνης με θέα σε μια φάρμα, με λαχανόκηπο, μερικά οπωροφόρα δέντρα και γλάστρες γεμάτες βότανα. Εκεί μαγειρεύουν τα πιάτα τους εμπνευσμένα από την Τοσκάνη και την ιταλική κουζίνα, με φρέσκα εποχιακά υλικά. Αυτές οι συνταγές, προσεκτικά μαγειρεμένες, δοκιμασμένες, φωτογραφισμένες και γραμμένες, παρουσιάζονται στην ιστοσελίδα μαζί με ιστορίες της καθημερινής ζωής, ιστορίες για τα υλικά και τους παραγωγούς και τουριστικές διαδρομές για να ανακαλύψετε τα λιγότερο γνωστά μονοπάτια της Τοσκάνης.

Η κουζίνα της Juls δημιουργήθηκε το 2009 για να σας εμπνεύσει να μαγειρεύετε απλά πιάτα όπου η ποιότητα και η φρεσκάδα των συστατικών αναδεικνύονται. Θέλουν να σας δείξουν πώς το καλό, γνήσιο, εποχιακό φαγητό είναι προσιτό σε όλους. Κάθε συνταγή είναι σαν μια μαγική φόρμουλα-θα σας βοηθήσει να αναδημιουργήσετε μια αυθεντική τοσκανική ατμόσφαιρα στην κουζίνα σας, φτιαγμένη από αρωματικά βότανα, το τσιγάρισμα ενός soffritto στο ελαιόλαδο ή τη μυρωδιά του ντόπιου ψωμιού.

Τα υλικά των συνταγών είναι απλά και εποχιακά. Η Giulia και ο Tommaso ψωνίζουν από την αγορά, αγοράζοντας φρέσκα φρούτα και λαχανικά, από το κρεοπωλείο του δρόμου, από τοπικούς παραγωγούς και από το σούπερ μάρκετ του χωριού. Ακριβώς όπως εσείς, είναι κανονικοί άνθρωποι, που προσπαθούν να βελτιστοποιήσουν το χρόνο και τις υποχρεώσεις τους.

Τίποτα δεν τους δίνει μεγαλύτερη ικανοποίηση από το να ξέρουν ότι σας άρεσε μια συνταγή τους, ότι έχει γίνει μέρος της οικογενειακής σας ρουτίνας. Εξάλλου, το φαγητό της Τοσκάνης είναι το καλύτερο όταν μοιράζεται. Δεδομένου ότι η Giulia και ο Tommaso εργάζονται και ζουν μαζί στην ύπαιθρο, αποφάσισαν να ανακαινίσουν ένα παλιό μέρος που έχει δει τόση ζωή και ιστορία να περνάει όλα αυτά τα χρόνια για να δημιουργήσουν το στούντιο μαγειρικής της Juls, έναν πολύπλευρο χώρο όπου εργάζονται καθημερινά για την κουζίνα της Juls: εδώ μαγειρεύουν, γράφουν, φωτογραφίζουν, γυρίζουν βίντεο συνταγών.

Εδώ φιλοξενούνται εργαστήρια μαγειρικής της Τοσκάνης, σύντομα μαθήματα συγγραφής και φωτογραφίας τροφίμων και, δύο φορές το χρόνο, το Three Acres Creative Gathering. Το στούντιο μαγειρικής της Juls είναι ένας τόπος συγκέντρωσης όπου το εικονικό αναμιγνύεται με το πραγματικό και όλα συμβαίνουν γύρω από ένα στρωμένο τραπέζι.

Κάθε χρόνο διοργανώνουν το πάρτι Fettunta στην αυλή τους ανάμεσα στα ελαιόδεντρα. Είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να συναντήσετε φίλους και λάτρεις του φαγητού και να διασκεδάσετε μαζί.

Αν θέλετε να ζήσετε μια μοναδική εμπειρία σχεδιασμένη ειδικά για να ταιριάζει στις προτιμήσεις και τις ανάγκες σας, μπορείτε να επιλέξετε ένα από τα μαθήματα μαγειρικής της Τοσκάνης που γίνονται κατά παραγγελία. Θα μπορέσετε να δημιουργήσετε μαζί τους ένα πλήρες μενού, από το ορεκτικό μέχρι το επιδόρπιο. Εάν επιλέξετε την εμπειρία με επίσκεψη στην αγορά, θα έχετε επίσης την ευκαιρία να κάνετε τα ψώνια σας μαζί.

Τα μαθήματα πραγματοποιούνται στο στούντιο τους, που βρίσκεται σε ένα παραδοσιακό εξοχικό σπίτι στους λόφους της Τοσκάνης μεταξύ Σιένα και Φλωρεντίας.

Προς το παρόν, τα μαθήματα μαγειρικής διεξάγονται μόνο στα αγγλικά, ώστε να είναι σε θέση να ανταποκριθούν (σχεδόν) σε όλα τα αιτήματα.

Μια επίσκεψη στην αγορά είναι ο συντομότερος δρόμος για να ανακαλύψετε τον πολιτισμό και τις διατροφικές παραδόσεις μιας χώρας.

Νωρίς το πρωί, οι συμμετέχοντες με την Giulia και τον Tommaso θα συναντηθούν για ένα ιταλικό πρωινό σε ένα τοπικό καφέ: θα γνωριστείτε μεταξύ σας συζητώντας έχοντας μπροστά σας μία ποικιλία γλυκών και απολαμβάνοντας ένα καπουτσίνο, εσπρέσο ή μακιάτο.

Στη συνέχεια, θα έχετε την ευκαιρία να ψωνίσετε μαζί στην τοπική αγορά φρούτων και λαχανικών και να επισκεφθείτε το τοπικό κρεοπωλείο. Με αυτόν τον τρόπο, οι συμμετέχοντες μπορούν να σχεδιάσουν από κοινού το μενού, επιλέγοντας τα πιο φρέσκα τοπικά υλικά. Θα μάθουν πώς να επιλέγουν και να χρησιμοποιούν τα καλύτερα εποχιακά προϊόντα.

Μετά την αγορά, θα πάτε στο στούντιο μαγειρικής της εξοχής, όπου θα μαγειρέψετε μαζί μια εποχιακή γιορτή της Τοσκάνης, δουλεύοντας πάνω σε ένα παραδοσιακό μενού από ορεκτικά μέχρι επιδόρπια. Το μάθημα θα ολοκληρωθεί με γεύμα, το οποίο θα πραγματοποιηθεί στον ελαιώνα ή στο στούντιο, ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες.

<https://it.julskitchen.com/>





18. Borgo I Vicelli Relais Florence - Borgo I Vicelli Relais Firenze

Το Borgo I Vicelli Relais Florence είναι ένα θέρετρο στην Φλωρεντία (Τοσκάνη) όπου τα όνειρα παίρνουν σάρκα και οστά και οι άνθρωποι ξαναβρίσκουν μια αναζωογονητική επαφή με την φύση.

Λίγο έξω από τη Φλωρεντία, ο επισκέπτης περνάει από λόφους με ελαιώνες μέχρι το Bagno a Ripoli και μπαίνει σε ένα τυπικό περιβάλλον της Τοσκάνης και ανακαλύπτει μια κομψή τοποθεσία στην εξοχή, με το Chianti να ξεχωρίζει. Έτσι φτάνει κανείς στη θέα αυτού του μαγευτικού προαστίου, ενός γοητευτικού αγροτουρισμού και ενός εξοχικού που αποτελείται από μια βίλα του 19ου αιώνα, ένα παλιό ελαιοτριβείο, έναν αχυρώνα και μερικά σπιτάκια. Ένα θέρετρο ευεξίας με πισίνα και spa, το ιδανικό μέρος για να γιορτάσετε έναν γάμο ή μια επέτειο.

Γύρω από τα πέτρινα κτίρια ξεδιπλώνεται ένα πάρκο με γκαζόν και μεγαλοπρεπή δέντρα, το οποίο αποτελεί θεατρικό σκηνικό για τη βεράντα του belvedere. Στο καταπράσινο γρασίδι έχει κανείς την ευκαιρία να κάνει μαθήματα γιόγκα και tai chi, αφιερωμένα σε όσους αναζητούν ένα διάλειμμα για διαλογισμό και ψυχική αρμονία. Ο κήπος συνορεύει με το κτήμα του θέρετρου Relais και διαθέτει 2.500 ελαιόδεντρα, χάρη στα οποία οι ιδιοκτήτες παράγουν κάθε χρόνο ένα εξαιρετικό βιολογικό έξτρα παρθένο ελαιόλαδο (ένα από τα αστέρια του μενού του εστιατορίου Eno).

Πηγαίνοντας ακόμα πιο μακριά μπορείτε να βρείτε το δάσος πουρναριών-βελανιδιών, όπου μπορείτε να περπατήσετε μέσα στη σιωπή και την ησυχία, αλλά και να ψάξετε για τρούφες μαζί με τον εμπειρογνώμονα του Borgo (και τον εκπαιδευμένο σκύλο του!)

Το Borgo I Vicelli Relais Florence δεν ήταν πάντα ένα εξοχικό σπίτι στους λόφους της Τοσκάνης- αρχικά ήταν ένα μικρό χωριό που αποτελούνταν από έναν αχυρώνα, ένα αγροτόσπιτο και ένα ελαιοτριβείο. Για αιώνες η κλίση του ήταν αυτή ενός ξεκάθαρα τοσκανικού αγροκτήματος, που διατηρήθηκε στο πέρασμα του χρόνου και ανανεωνόταν κάθε χρόνο κατά τη διάρκεια της περιόδου της ελαιοκομιδής.

Με 2.500 ελαιόδεντρα των ποικιλιών Moraiolo, Leccino και Frantoiano, το εξοχικό παράγει βιολογικό έξτρα παρθένο ελαιόλαδο υψηλής ποιότητας, το οποίο αποτελεί και τον πρωταγωνιστή των μενού του εστιατορίου Eno AI 588. Η δραστηριότητα του ελαιοτριβείου υπήρχε μέχρι τη δεκαετία του 1980 (με μια υπερσύγχρονη τότε εγκατάσταση).

Οι ελιές συλλέγονται με το χέρι μεταξύ τέλους Οκτωβρίου και τέλους Νοεμβρίου και η ψυχρή συμπίεση πραγματοποιείται εντός 24 ωρών από τη συγκομιδή για να εξασφαλιστεί ένα φρέσκο προϊόν χωρίς καμία αλλοίωση, ένας αγνός βιολογικός χυμός ελιάς, ο οποίος πωλείται σε όλους τους επισκέπτες που το ζητούν. Ο λαχανόκηπος και ο οπωρώνας, που συμπληρώνεται από τον κήπο εσπεριδοειδών, εξασφαλίζουν επίσης μια σταθερή συνέχεια με το μακραίωνο παρελθόν: τα προϊόντα που προσφέρονται σε συνταγές και παρασκευές παράγονται με βιώσιμο τρόπο και συχνά προέρχονται απευθείας από τα χωράφια τους.

Το Borgo I Vicelli Relais Florence είναι κάτι πολύ περισσότερο από έναν αγροτουρισμό στην Τοσκάνη, κοντά στη Φλωρεντία, είναι ένα "all inclusive" εξοχικό ικανό να προσφέρει αποκλειστικές εμπειρίες, όπως μια γευσιγνωσία κρασιού με τη συνοδεία του Amedeo, οινολόγου του εστιατορίου Eno.

Εδώ καλλιεργείται καθημερινά η πλευρά που είναι πιο κοντά στην αγροτουριστική διάσταση που παρουσιάζει το θέρετρο, για να εγγυηθεί στους επισκέπτες ένα πραγματικό συνδυασμό μεταξύ της καινοτόμου έρευνας και της ενίσχυσης των παραδόσεων της Τοσκάνης. Ο τέλειος συνδυασμός

μεταξύ του ωραίου και του καλού, του παρελθόντος και του παρόντος, σε μια στρατηγική τοποθεσία για να εξερευνήσετε ολόκληρη την περιοχή (Πίζα, Λούκα, Σιένα, Μονταλτσίνο, Αρέτσο, ακόμη και τη θάλασσα και τα δάση του Καζεντίνο και της Μάρεμμα, όλη την Τοσκάνη και φυσικά τη Φλωρεντία), μια όαση ευεξίας και ηρεμίας όπου εκτός από το να τρώτε και να δοκιμάζετε προϊόντα μηδενικής προέλευσης που ενισχύονται από πανάρχαιες συνταγές τροποποιημένες με πινελιές νεανικής δημιουργικότητας, μπορείτε να αφοσιωθείτε στην αναγέννηση της ομορφιάς του σώματός σας και να χαλαρώσετε το μυαλό σας.

Οι ιδιοκτήτες προσφέρουν επαγγελματικά μασάζ και θεραπείες ομορφιάς, μαθήματα tai-chi και υδρόβια αεροβική γυμναστική, συνεδρίες γιόγκα στο γκαζόν, περιπάτους στα μονοπάτια που περιβάλλονται από πράσινο, ακόμη και έναν προσωπικό γυμναστή για να σας κρατήσει σε φόρμα.

Για να βελτιώσουν τις αισθήσεις παρέχουν επίσης μια δοκιμή βιολογικού λαδιού, κρασιού ή μελιού, ένας τρόπος για να απολαύσετε ένα γοητευτικό ταξίδι με απόλυτη ηρεμία.

Οι ιδιοκτήτες προσφέρουν επίσης μια φιλική υπηρεσία ξενάγησης: προτάσεις για το πώς να επισκεφθείτε όλες τις μεσαιωνικές ακροπόλεις του Chianti, να σχεδιάσετε μια περιήγηση για ψώνια (στο κέντρο της Φλωρεντίας ή στο κοντινό εμπορικό κέντρο) ή να προτείνετε διαδρομές πεζοπορίας ή ορεινής ποδηλασίας, ακόμη και ιπασία, γκολφ και τένις.

www.borgoivicelli.com





Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν. 108

19. Μαθήματα μαγειρικής στην ακτή του Αμάλφι – Μαθήματα μαγειρικής στην Costiera Amalfitana

Ο σεφ, Vito Piccolo, υπερηφανεύεται για την πολύχρονη εμπειρία του στον χώρο της εστίασης. Το πάθος του για τη μαγειρική ξεκίνησε από την οικογένειά του, χάρη στη μητέρα του και τον θείο του, Tobia, που τον ενέπνευσαν να γίνει σεφ.

Αφού εργάστηκε σε διάφορα εστιατόρια στην Ευρώπη και την Ιταλία, πολλά από αυτά με αστέρια Michelin, είναι τώρα διευθυντής του εστιατορίου Melchiò, στο όμορφο τοπίο της ακτής Αμάλφι, στο Furore.

Εδώ αποφάσισε να ξεκινήσει ένα άλλο σχέδιο, αυτό των μαθημάτων μαγειρικής με Ιταλούς σεφ.

Ένα μέρος όπου οι λάτρεις και οι τουρίστες μπορούν να δοκιμάσουν τις δυνάμεις τους στην τέχνη της μαγειρικής, δοκιμάζοντας τον εαυτό τους με παραδοσιακά ιταλικά και μεσογειακά πιάτα, ξεκινώντας - ωστόσο - από το προϊόν, την αυθεντικότητά του και την εποχικότητά του.

Ως εκ τούτου, τα τελευταία τέσσερα χρόνια, τα μαθήματα μαγειρικής, που χωρίζονται σε πακέτα και ανταποκρίνονται στην επιθυμία όσων συμμετέχουν σε αυτά, έχουν απογειωθεί.

Ο σεφ μας καθοδηγεί τους επισκέπτες δοκιμάζοντας πιάτα με ψάρι, τυπικά ναπολιτάνικα και μεσογειακά πιάτα, πίτσα και παραδοσιακά επιδόρπια, ένας τρόπος ώστε να νιώσετε κοντά στους ανθρώπους και τη γαστρονομική παράδοση της χώρας μας.

Μια αποστολή, εν ολίγοις, ικανή να δώσει τη σωστή αξία και σημασία στους καρπούς μιας εύφορης γης και τόσο γενναιόδωρης με τους κατοίκους της: η Ακτή Αμάλφι..

Ανακαλύψτε τα μυστικά της ιταλικής κουζίνας: δοκιμάστε το μάθημα μαγειρικής στην ακτή Αμάλφι, μεταξύ Φουρόρε και Ποζιτάνο!

Κάθε μέρα εκτός Δευτέρας, από τον Μάρτιο έως τον Οκτώβριο, μπορείτε να λάβετε μέρος σε μία από τις εμπειρίες που προσφέρονται από τα πακέτα μας και να ακολουθήσετε τον σεφ μας, Vito Piccolo, για να ανακαλύψετε τι κρύβεται πίσω από την τυπική ιταλική κουζίνα και την κουζίνα

της ακτής Αμάλφι και να ετοιμάσετε τα νόστιμα πιάτα του μενού σε μια υπέροχη κουζίνα με θέα στη θάλασσα!

Δεν έχουν όλοι την ευκαιρία να δοκιμάσουν την ιταλική κουζίνα και τα ιταλικά προϊόντα. Γι' αυτό το προσωπικό του Melchiò σκέφτηκε να προσφέρει αυτή την ευκαιρία και, με τη βοήθεια του σεφ, θα είστε σε θέση να κατανοήσετε τα κόλπα και τη δυναμική της προετοιμασίας παραδοσιακών πιάτων της Καμπανίας που παραδίδονται εδώ και χρόνια, ίσως επανεξετάζοντάς τα με μια δόση φαντασίας.

Το μάθημα θα λάβει χώρα σε εξωτερικό χώρο σε ένα σκηνικό με θέα στη θάλασσα. Μετά από μια επίσκεψη στον βιολογικό κήπο και ένα καλωσόρισμα με prosecco, ο σεφ Vito θα συνεργαστεί με τους συμμετέχοντες στην προετοιμασία των πιάτων ψαριού, τα οποία μπορούν στη συνέχεια να απολαύσουν ενώ θα χαλαρώνουν από τη θαλασσινή αύρα και θα απολαμβάνουν ένα καλό κρασί.

www.cookingclassesamalficoast.com







20. Η κουζίνα του Marco

Η κουζίνα του Marco βρίσκεται στη βόρεια Ιταλία, στην περιοχή της λίμνης Ματζόρε, πολύ κοντά στο Μιλάνο και το αεροδρόμιο Μαλπένσα.

Διατίθενται υπηρεσίες οικιακού σεφ, μαθήματα μαγειρικής και δημιουργία ομάδων μαγειρικής σε όλη την περιοχή, στο Μιλάνο και στη λίμνη Κόμο. Παθιασμένος με τη μαγειρική, αφού δούλεψε ως ερασιτέχνης μάγειρας για 35 χρόνια για την οικογένεια, τους φίλους και τους συναδέλφους του, από το 2017 ο Marco ξεκίνησε ως επαγγελματίας και οι δραστηριότητές του περιλαμβάνουν μαθήματα μαγειρικής, δημιουργία ομάδων, κατ' οίκον μαγειρική.

Ο Marco πιστεύει ακράδαντα ότι μέσω του φαγητού, οι ταξιδιώτες μπορούν να έχουν πιο ουσιαστικές σχέσεις με τους ντόπιους ανθρώπους και τον πολιτισμό.

Στην παραδοσιακή ιταλική κουζίνα, από τη Βόρεια έως τη Νότια Ιταλία, τα πιάτα είναι πολύ διαφορετικά, αλλά η γεύση είναι πάντα εξαιρετική!

Χρησιμοποιεί μόνο φρέσκα εποχιακά, βιολογικά προϊόντα από τοπικούς παραγωγούς όποτε είναι δυνατόν.

Η κουζίνα του Marco δημιουργεί οικείες γευστικές εμπειρίες.

Ο μέγιστος αριθμός των 8 μαθητών εξασφαλίζει οικειότητα και θα νιώσετε σαν στο σπίτι σας. Τα μαθήματα μαγειρικής που προσφέρονται είναι ποικίλα: κυμαίνονται από μαθήματα παραδοσιακής μαγειρικής και ζυμαρικών μέχρι μαθήματα μαγειρικής vegan τροφίμων και χωρίς γλουτένη.

Προσφέρονται επίσης διαδικτυακά μαθήματα μαγειρικής, ώστε να δοθεί η ευκαιρία σε οποιονδήποτε στην Ιταλία και όχι μόνο, να μπορέσει να εντρυφήσει στις τεχνικές και τα μυστικά της τοπικής κουζίνας.

Μια άλλη ενδιαφέρουσα προσφορά είναι η δυνατότητα των συμμετεχόντων να μαγειρέψουν με τους φίλους τους μαζί με έναν εμπειρογνώμονα όπως ο Marco.

Οι συμμετέχοντες θα μαγειρέψουν μέσα στη φύση:

στο σαλόνι που τον χειμώνα λειτουργεί το τζάκι και το καλοκαίρι στο δάσος, με βιολογικά υλικά από ντόπιους παραγωγούς. Μαζί με τον Marco, οι συμμετέχοντες μπορούν να αποφασίσουν για το μενού και εκείνος θα αγοράσει τα απαραίτητα βιολογικά υλικά, τα οποία θα προέρχονται από παραγωγούς και δεν θα απαιτούν τη διάσχιση πολλών χιλιομέτρων προκειμένου να μεταφερθούν.

Στη συνέχεια, ο Marco θα φροντίσει για το στρώσιμο του τραπεζιού, ώστε να αφήσει τους συμμετέχοντες να μοιραστούν με τους φίλους τους τα πιάτα που έχουν ετοιμάσει γι' αυτούς.

<https://marcoskitchen.it/>





21. Πρόγραμμα γαστρονομικών κοινοτήτων

Πρόκειται για ένα έργο που διαχειρίζεται ο δικτυακός τόπος Greek Gastronomy Guide και αφορά την αποκέντρωση της εθνικής γαστρονομίας. Με αυτόν τον τρόπο, οι τοπικές γεύσεις και συνταγές μαζί με τις ποικιλίες κρασιού μπορούν να προσδιοριστούν ξεχωριστά, προκειμένου να ενισχυθεί η τοπική οικονομία. Εκτός από την ανάδειξη της γαστρονομικής ταυτότητας κάθε τόπου, όλοι οι επαγγελματίες από κάθε περιοχή μπορούν να συνεργαστούν προκειμένου να αναδείξουν σημαντικές παραμέτρους που χρειάζονται ενίσχυση ή να υποστηρίξουν τις αμοιβαίες συνδέσεις μεταξύ των διαφόρων περιοχών. Με τον τρόπο αυτό, οι γαστρονομικοί και οινοπαραγωγικοί προορισμοί προβάλλονται σε όλη τη χώρα και εκτός των συνόρων της, ενώ ταυτόχρονα δημιουργείται ένα ισχυρό δίκτυο και ένα συγκεκριμένο οικοσύστημα σχετικών φορέων.

Το πρόγραμμα βασίστηκε αρχικά στο βιβλίο "Γαστρονομικές κοινότητες - Γαστρονομικοί προορισμοί" του δημοσιογράφου Γιώργου Πίττα και τιμήθηκε με το Χρυσό Βραβείο στα Tourism

Awards το 2019. Η όλη ιδέα καθιερώθηκε σε ένα Μανιφέστο και έχει στόχο να φέρει εξωστρέφεια, να δημιουργήσει γαστρονομικά χαρτοφυλάκια, να αναπτύξει προγράμματα κατάρτισης, να σεβαστεί τις αξίες (Εντοπιότητα, Ποιότητα, Συνεργασία, Αυτοδέσμευση) και τις πρώτες ύλες από κάθε περιοχή και να προσκαλέσει ανθρώπους από όλο τον κόσμο "να συναντηθούν στο ίδιο τραπέζι" και να απολαύσουν τα ελληνικά εδέσματα.

Το έργο επιθυμεί να αλλάξει τη νοοτροπία των εστιατορίων, των ξενοδοχείων και γενικά των ανθρώπων που ασχολούνται με τον τουρισμό, να υποστηρίξει τις τοπικές και εθνικές συνέργειες, να επαναπροσδιορίσει την ηγεσία και να δραστηριοποιηθεί στην υποστήριξη της επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης. Η γενική ιδέα είναι να δημιουργηθεί μια συνολική εμπειρία ανά προορισμό και μια συνάφεια μεταξύ του πολιτισμού, της γαστρονομίας και ενός τόπου (που θεωρείται τάση και branding της ελληνικής γαστρονομίας).

Δημιουργείται ένα τοπικό δίκτυο που καταφέρνει να διασυνδεθεί με άλλους φορείς και κοινότητες ταυτόχρονα.

Πρωθούνται οι τοπικές γεύσεις και τα προϊόντα που συνδέονται στενά με κάθε τουριστικό προορισμό, ώστε να απολαμβάνετε την τοπική γαστρονομία χωρίς να χάνετε χρόνο.

Επιτυγχάνεται η σύνδεση μεταξύ γαστρονομίας και κατάρτισης, προκειμένου να εισαχθεί ο τοπικός πολιτισμός και η γαστρονομία στα υφιστάμενα προγράμματα σπουδών της επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης.

<https://www.greekgastronomyguide.gr/en/gastronomikes-koinotites/>

Educational programme



From the national to the local and from the local to the national



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

22. Πρόγραμμα «Ανακαλύψτε την Μεσογειακή κουζίνα»

Το πρόγραμμα αυτό διοργανώνεται από το Ινστιτούτο Μαγειρικής της Μεσογείου και σκοπός του είναι να εξοικειωθούν οι συμμετέχοντες με πολλά δημοφιλή παραδοσιακά πιάτα και, ακόμη, να τα δημιουργήσουν. Συγκεκριμένα, μπορούν να δοκιμάσουν τα μεσογειακά υλικά και να παρακολουθήσουν μαθήματα μαγειρικής προκειμένου να μάθουν πώς παρασκευάζονται αυτά τα πιάτα. Η ομάδα αποτελείται από εξειδικευμένους σεφ, οι οποίοι θα καθοδηγήσουν τους εκπαιδευόμενους, ενώ το πρόγραμμα διοργανώνει επίσης επισκέψεις σε τοπικούς παραγωγούς, ώστε οι συμμετέχοντες να δουν πώς παράγονται οι συνταγές.

Τα άτομα που ενδιαφέρονται για αυτό το πρόγραμμα θα εξοικειωθούν με τη μεσογειακή κουζίνα. Οι εξειδικευμένοι σεφ θα τους παρέχουν έναν αποτελεσματικό οδηγό και θα μάθουν πώς να προετοιμάζουν οι ίδιοι τα πιο χαρακτηριστικά πιάτα. Επιπλέον, θα επισκεφθούν τοπικούς παραγωγούς και θα δουν από κοντά πώς παρασκευάζονται αυτά τα πιάτα- αυτό θα τους βοηθήσει επίσης να αποκτήσουν μια βαθιά εμπειρία με τη μεσογειακή κουζίνα.

<https://www.mediterraneanculinary.com/mediterranean-cuisine/>







23. Εργαστήριο ελληνικής κουζίνας

Το εργαστήριο ελληνικής κουζίνας διοργανώνεται από την κουζίνα της Κατερίνας στο νησί του Πόρου. Εδώ, οι εκπαιδευόμενοι θα γνωρίσουν τη μεσογειακή κουζίνα και τα μαγειρικά της κόλπα και μυστικά. Η Κατερίνα που είναι η επικεφαλής αυτού του εργαστηρίου, θα καθοδηγήσει τους συμμετέχοντες στην προετοιμασία παραδοσιακών συνταγών. Οι εκπαιδευόμενοι θα επισκεφθούν, επίσης, την τοπική αγορά του Πόρου και το ελαιοκομείο της Κατερίνας για να συλλέξουν τα απαραίτητα υλικά. Μετά από όλα αυτά, οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να δοκιμάσουν τα πιάτα που έφτιαξαν. Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να μάθουν να μαγειρεύουν μεσογειακά πιάτα και να προετοιμάζουν παραδοσιακές συνταγές. Θα έχουν επίσης τη δυνατότητα να συμμετέχουν ενεργά στη συγκομιδή και τη συλλογή των υλικών που θα χρειαστούν. Τέλος, θα επισκεφθούν την τοπική αγορά του Πόρου και θα εξοικειωθούν με τον παραδοσιακό τρόπο ζωής.

<https://katerinaskouzina.com/greek-cooking-workshop/>





Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

122

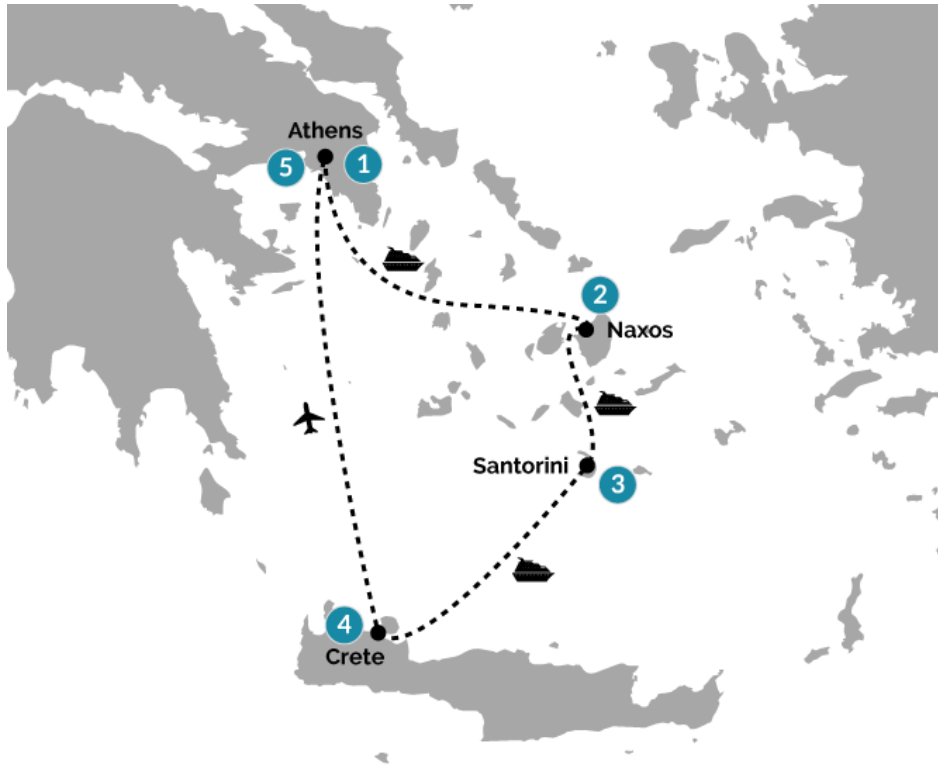


24. Ένα 12ήμερο γαστρονομικό ταξίδι στην Ελλάδα (Αθήνα - Νάξος - Σαντορίνη - Κρήτη - Αθήνα)

Πρόκειται για μια 12ήμερη γαστρονομική περιπέτεια όπου οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να εξερευνήσουν τη γαστρονομία της Ελλάδας και να αποκτήσουν νέες γνώσεις. Οι εκδρομές επικεντρώνονται στο φαγητό, ενώ οι συμμετέχοντες μπορούν επίσης να μάθουν πώς να προετοιμάζουν τοπικά γεύματα και να επισκεφθούν κάποια τοπικά οινοποιεία ή μουσεία. Οι προορισμοί του ταξιδιού είναι η Αθήνα, η Νάξος, η Σαντορίνη και η Κρήτη, μέρη που έχουν μακρά γαστρονομική ιστορία.

Πρόκειται για έναν οδηγό γαστρονομικής περιήγησης, που σημαίνει ότι οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να έρθουν σε επαφή με την ελληνική γαστρονομία και να μάθουν ακόμη και πώς να προετοιμάζουν τοπικά γεύματα. Θα μάθουν επίσης την ιστορία της ελληνικής κουζίνας με επισκέψεις σε μουσεία ή άλλα μέρη, όπως τοπικά οινοποιεία.

<https://unforgettablegreece.com/culinary-journey-greece>





25. Μαθήματα μαγειρικής και πρωινό στη φάρμα του Ναρλή (Σίφνος, Ελλάδα)

Στη φάρμα του Ναρλή, οι επισκέπτες θα συμμετάσχουν στην προετοιμασία ενός αυθεντικού πρωινού της Σίφνου, το οποίο θα αποτελείται από τοπικό μέλι, σπιτική μαρμελάδα, τυρί και αυγά που παράγονται από το ίδιο το αγρόκτημα. Οι επισκέπτες θα συμμετάσχουν επίσης στη συγκέντρωση των προϊόντων για τα γεύματα της ημέρας και θα ετοιμάσουν το μεσημεριανό γεύμα. Στο τέλος της ημέρας, θα έχουν την ευκαιρία να επιλέξουν το αγαπημένο τους κρασί και γλυκό.

Οι συμμετέχοντες θα γνωρίσουν την τοπική κουζίνα της Σίφνου και θα βιώσουν από πρώτο χέρι τη διαδικασία της γεωργίας. Θα μάθουν τα οφέλη της ελληνικής γαστρονομίας και θα φτιάξουν υγιεινά γεύματα καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Συνολικά, οι επισκέπτες θα αισθάνονται σαν να είναι ντόπιοι.

<https://gastronomytours.com/tour/cooking-lessons-and-breakfast-narlis-farm/>



Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

126



Co-funded by
the European Union



26. Το χωριό από πηλό (Cob Village): Μίνι οικολογικό χωριό, μοναδικό στη Ρουμανία

Το Cob Village βρίσκεται στην κοιλάδα Buzăului, περίπου 20 χιλιόμετρα από την πόλη Buzău, και είναι ένα μικρό χωριό φτιαγμένο με πηλό, αποτελούμενο από 5 σπίτια και ένα εστιατόριο, το οποίο είναι μοναδικό τόσο στη χώρα όσο και εκτός αυτής, μέσω της μεθόδου κατασκευής. Τα σπίτια είναι χτισμένα από πηλό, αναμειγμένα από χώμα, άμμο, άχυρο και νερό, τα οποία, διαμορφωμένα προσεκτικά από το ανθρώπινο χέρι, μπορούν να μετατρέψουν μια συνηθισμένη κατασκευή σε ένα ονειρικό μέρος που θα σας θυμίσει με ευχαρίστηση το σπίτι των παπούδων σας ή θα σας μεταφέρει σε έναν κόσμο ιστοριών, θυμίζοντάς σας τον υπέροχο κόσμο της παιδικής ηλικίας. Τα σπίτια είναι ομόκεντρα προσανατολισμένα για να σας κρατήσουν σε αυτόν τον κόσμο,

για να σας αποκόψουν από την περιβάλλουσα πραγματικότητα, η οποία σας επαναφέρει στην καθημερινότητα. Ο στόχος του Cob Village είναι να δείξει σε όλους ότι μπορείτε να προσαρμόσετε μια οικολογική κατασκευή στην καθημερινή άνεση, μεταφέροντας όλες τις αισθήσεις σε ένα υψηλότερο επίπεδο, τόσο μέσω της αρχιτεκτονικής των σπιτιών όσο και μέσω της υγιεινής διατροφής που θέλουμε να προσφέρουμε και των δραστηριοτήτων αναψυχής στη μέση της φύσης. Παρόλο που τα σπίτια μοιάζουν ίδια, είναι μοναδικά γιατί το χέρι του ανθρώπου δεν μπορεί να δημιουργήσει πιστά αντίγραφα. Οι κόγχες, τα μπουκάλια, τα βάζα, τα τζάμια, οι πέτρες, ακόμη και οι ακακίες που χρησιμοποιούνται ως πυλώνες αντίστασης στην κατασκευή των κτιρίων δίνουν μοναδικότητα σε κάθε ξεχωριστό δωμάτιο. Το Cob Village προσφέρει καταλύματα στην Berca με δωρεάν Wi-Fi και θέα στην αυλή του χωριού από ψηλά, με τα σπιτάκια να είναι προσανατολισμένα ομόκεντρα για να προσφέρουν ένα διάλειμμα από τον πραγματικό κόσμο. Οι επισκέπτες έχουν στη διάθεσή τους μπαρ, εστιατόριο, κίосκι και υπέροχη θέα στην κοιλάδα Buzăului. Προσφέροντας δωρεάν ιδιωτικό χώρο στάθμευσης, αυτό το φιλικό προς το περιβάλλον μίνι-χωριό βρίσκεται στο πάρκο "Tinutul Buzăului", την περιοχή Buzău γεμάτη μοναδικά φυσικά φαινόμενα στην Ευρώπη: Colți-Aluniș-Nucu, Land of Luana. Αν και η τοποθεσία διαθέτει 20 δωμάτια, προς το παρόν μόνο 16 από αυτά είναι διαθέσιμα για διαμονή. Κάθε δωμάτιο διαθέτει δικό του μπάνιο, με έκταση 18 τετραγωνικών μέτρων, ενδοδαπέδια θέρμανση, ξύλινα έπιπλα κατασκευασμένα από ντόπιους τεχνίτες. Για την αυξημένη άνεση του πελάτη, τα δωμάτια εξοπλίστηκαν αργότερα με τηλεόραση, ψυγείο και σύνδεση στο διαδίκτυο, αν και το σχέδιο δεν προέβλεπε τεχνολογία στα δωμάτια. Το Cob Village διαθέτει ένα εστιατόριο με παραδοσιακές τοπικές ιδιαιτερότητες που προσπαθεί να επαναφέρει τις αυθεντικές ρουμανικές γεύσεις και το πνεύμα μέσα από τα δικά του πιάτα. Η φιλική προς το περιβάλλον διακόσμηση, τα νόστιμα πιάτα που παρασκευάζονται στη δική του κουζίνα δίνουν στο χώρο περισσότερη εμπειρία και αυθεντικότητα. Το φιλικό προς το περιβάλλον χωριό είναι το ιδανικό μέρος για τη διεξαγωγή εξωσχολικών δραστηριοτήτων και εργαστηρίων με τους μικρούς σας φίλους. Απολαμβάνοντας τη φύση και τον καθαρό αέρα, δεν έχουν μόνο υγιεινά γεύματα, αλλά μπορούν επίσης να συμμετέχουν σε δραστηριότητες όπως εργαστήρια μαγειρικής (παρασκευή προϊόντων από τον

κήπο, μάφινς, μελόψωμο), εργαστήρια ζωγραφικής ξύλου και πέτρας, εργαστήρια μοντελοποίησης με πηλό, εργαστήρια κηπουρικής.

Αυτό το πρωτοποριακό έργο είναι ιδιαίτερα σημαντικό επειδή η περιοχή υποφέρει από έλλειψη υποδομών, τουριστικής προβολής και γαστρονομικού brand. Η καθηγήτρια Nicoleta Marin, διαχειρίστρια του Cob Village, πιστεύει ότι η ζήτηση στον αγροτουρισμό είναι μεγαλύτερη από την προσφορά στην περιοχή Buzău, η οποία τελευταία δέχεται επισκέψεις από τουρίστες που θέλουν να μείνουν βιώσιμα καταλύματα και να δοκιμάσουν υγιεινότερα τρόφιμα και να αποφύγουν την αστική συμφόρηση ή σε αυτά που βρίσκονται σε ξενοδοχεία, με πολλούς κοινόχρηστους χώρους. "Υπάρχουν πολλοί πόροι που μπορούν να προσφέρουν οι κάτοικοι των αγροτικών περιοχών, αλλά δεν ξέρουν πώς να τους εκτιμήσουν, πώς να τους αξιοποιήσουν και πώς να τους πουλήσουν".

Το Cob Village χτίστηκε από μια νεαρή δασκάλα από το Buzău, τη Nicoleta Marin. Ήθελε από καιρό να επενδύσει στις οικολογικές τεχνολογίες. Αρχικά, είχε ένα άλλο έργο στο μυαλό της, αλλά κατέληξε στην ιδέα ενός ξενώνα με την ελπίδα να αναβιώσει την Berca, ένα όμορφο μέρος στο Buzau. Ο ξενώνας της προσελκύει πολλούς ανθρώπους που ενδιαφέρονται για τα φυσικά σπίτια. Πολλά εργαστήρια έχουν πραγματοποιηθεί και εξακολουθούν να πραγματοποιούνται εδώ, όπου εθελοντές και άλλοι ενδιαφερόμενοι μπορούν να μάθουν περισσότερα για τις τεχνικές δόμησης με παραδοσιακά υλικά ή για καινοτόμα συστήματα όπως οι πράσινες στέγες. Η Nicoleta θεωρεί το Cob Village Berca ως ένα πραγματικό πολιτιστικό κέντρο, όπου διοργανώνονται εκδηλώσεις, από εκθέσεις μέχρι εργαστήρια, από παραστάσεις μέχρι κατασκηνώσεις, για όλους όσους ενδιαφέρονται για έναν υγιεινό τρόπο ζωής.

Αυτό το μικρό χωριό είναι χτισμένο με οικολογικές αρχές και τα σπίτια είναι κατασκευασμένα από φυσικά υλικά κατασκευής. Στους εξωτερικούς τοίχους τοποθετήθηκαν μπουκάλια διαφόρων χρωμάτων, καθώς και παρμπρίζ αυτοκινήτων μέσα από τα οποία εισέρχεται το φως από έξω. Ήταν μια γιγαντιαία δουλειά που απαιτούσε πολλούς οικονομικούς και φυσικούς πόρους. Ο εξωτερικός σοβάς αποτελείται από ένα μείγμα άμμου, τριχών κατσίκας, κοπριάς αγελάδας και λίγο νερό.

Η κεντρική πλάκα, με καπνούς που χαρακτηρίζουν την κοιλάδα Buzăului, είναι το σήμα κατατεθέν του ξενώνα Cob Village. Τα λουκάνικα Pleșcoi, το Buzău batic, το καπνιστό κρέας αποτελούν μερικά από τα παραδοσιακά εδέσματα της περιοχής.

Facebook: <https://www.facebook.com/CobVillageBerca>

Ιστοσελίδα: <https://cobvillage.ro/>







(Source: <https://cobvillage.ro/>)

27. Στρατιωτικό Μουσείο – Arsenal Park

Το 1936, ο βασιλιάς Κάρολος Β' διέταξε τη διαμόρφωση ενός πειραματικού χώρου για το στρατό, στην είσοδο του Orastie. Κατά τη διάρκεια του κομμουνιστικού καθεστώτος, στην έκταση αυτή λειτούργησε εργοστάσιο πυρομαχικών. Το 2003, στη θέση του γεννήθηκε μια ιδέα: Μια όαση διακοπών. Το 2009, το Arsenal Park άνοιξε τις πόρτες του και έγινε ένας από τους στρατηγικούς στόχους του ρουμανικού τουρισμού. Τα σοκάκια του συγκροτήματος φυλάσσονται από 150 στρατιωτικά εκθέματα: Κανόνια, ταμπέλες, ερπυστιοφόρα οχήματα, αντιπυραυλικές συσκευές, πολυβόλα και αντιαεροπορικά κανόνια, εκτοξευτές πυραύλων, στρατιωτικά φορητά, ένα στρατιωτικό ασθενοφόρο, μια ατμομηχανή, ένα αεροσκάφος AN IAR 93, ένα ελικόπτερο Kamov Ka 26.

Οι επισκέπτες μπορούν να εξερευνήσουν μια έκταση 88 εκταρίων και 12 χιλιομέτρων με σοκάκια στη μέση ενός κατάφυτου δάσους και πολλές δραστηριότητες για να τους κρατήσουν σε εγρήγορση. Η αδρεναλίνη και η χαλάρωση είναι ο πιο καλός τρόπος για να ολοκληρωθεί το Arsenal Park. Εναλλάσσονται ενδιαφέρουσες δραστηριότητες με ξεκούραστες συνεδρίες για το σώμα και το μυαλό.

Όσο «οργανωμένοι» είναι οι σερβιτόροι, τόσο «ανοργάνωτο» είναι το μενού. Τα φασόλια του καζανιού στον βραστήρα υπερτερούν πλέον σε αριθμό από διάφορα πιάτα. Όσον αφορά τα πιάτα που προέρχονται από το κυνήγι, το μενού αποτελείται από μπάρμπεκιου με ψητές πατάτες ή τρανσυλβανικό στυλ, το περίφημο Brad ή Salasu virsli, balmos ή ζυμωτό τυρί, παραδοσιακές πίτες γεμιστές με λάχανο, κρεμμύδι, κρέας ή δαμάσκηνα. Η περιήγηση στη δύναμη της τοπικής κουζίνας δεν μπορεί να τελειώσει χωρίς μια σταγόνα affinata ή κονιάκ (εφόσον τώρα, πλέον, επιτρέπεται στη μονάδα)

Το στοιχείο καινοτομίας είναι η μετατροπή ενός πρώην χώρου εξοπλισμών και πυρομαχικών σε ένα τουριστικό πάρκο αφιερωμένο στην αναψυχή και τις υπαίθριες δραστηριότητες. Το Arsenal Park είναι μια μοναδική ιδέα, ένα τουριστικό συγκρότημα με στρατιωτικό θέμα στη Ρουμανία και τη Νοτιοανατολική Ευρώπη. Πρόκειται για το μεγαλύτερο υπαίθριο στρατιωτικό μουσείο. Το 3 αστέρων συγκρότημα διαθέτει 230 θέσεις φιλοξενίας (δωμάτια με μπάνιο, δωμάτια στρατιώτη, δωμάτια αξιωματικού ή πολυτελή διαμερίσματα συνταγματάρχη και βίλες στρατηγού).

Ιστοσελίδα: <https://arsenalpark.ro/>

(Πηγή: <https://www.gohunedoara.com/en/list/cazare/cazare-cu-piscina/orastie/arsenal-park/>)

28. Τρένο-ξενοδοχείο - Carpatia Express

Αυτό το ξενοδοχείο που στεγάζεται σε ένα τρένο είναι ένας τρόπος μετατροπής παλαιών αντικειμένων σε τουριστικά αντικείμενα με ευεργετικά αποτελέσματα για την τοπική κοινωνία και την επαναχρησιμοποίηση αντικειμένων που δεν χρησιμοποιούνται.

Εκτός από την αυθεντική γοητεία των βαγονιών διαμονής, το "Carpatia Express" προσφέρει 20 διαμερίσματα, εξοπλισμένα με όλα τα απαραίτητα για την άνεσή σας. Ένα διαμέρισμα προσφέρει δύο θέσεις ύπνου. Σε εξαιρετικές περιπτώσεις, για μια οικογένεια με ένα μικρό παιδί, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ένα τρίτο κρεβάτι. 50 μόνο μέτρα χωρίζουν τους επισκέπτες το πρωί από τον τόπο αναχώρησης της Mocănița προς την κοιλάδα Vaser.

Το βαγόνι-εστιατόριο στο "Carpatia Express" είναι επίσης ανοιχτό για όσους δεν μένουν στο τρένο.

Στην κεφαλή της αμαξοστοιχίας βρίσκεται μια ατμομηχανή, κατασκευασμένη στα εργοστάσια της Resita, σύμφωνα με τα γερμανικά πρότυπα. Αυτό το πολύτιμο "κομμάτι" αποκαταστάθηκε και ανακαινίστηκε πλήρως στο Vișeu de Sus. Το τρένο βρίσκεται στον σταθμό CFF Vișeu de Sus. Οι επισκέπτες του ξενοδοχείου μπορούν να σταθμεύουν τα αυτοκίνητά τους στον κλειστό και φυλασσόμενο χώρο του σιδηροδρομικού σταθμού.

Η μονάδα στέγασης εντός του σιδηροδρομικού σταθμού είναι μια παλιά ιδέα των υπευθύνων του CFF Vișeu de Sus.

Αυτό το ξενοδοχείο αντιπροσωπεύει την απόλυτη καινοτομία στην τουριστική βιομηχανία, μια μοναδική προσφορά διαμονής στη Ρουμανία.

Ένας πρωτότυπος τρόπος διαμονής για όσους αγαπούν το σιδηρόδρομο ή για όσους θέλουν να ζήσουν μια ξεχωριστή εμπειρία. Η φλάντζα αποτελείται από μια ατμομηχανή, ένα βαγόνι εστιατορίου και δύο βαγόνια ύπνου.

Ιστοσελίδα: <https://primariaviseudesus.ro/trenul-hotel-carpatia-express/>





(Πηγή: <https://www.eco-romania.ro/alte-zone/trenul-hotel-carpatia-express/>)

29. Αγρόκτημα Dacilor: Διαμονή και μοναδικές γαστρονομικές εμπειρίες σε ένα ιστορικό μέρος

Αυτό το αγροτικό θέρετρο, διάσπαρτο με δεντρόσπιτα και μπάνγκαλους της Δακίας, βρίσκεται στο χωριό Tohani, στην κομητεία Prahova. Ο δρόμος εδώ ονομάζεται δρόμος του κρασιού. Και στις δύο πλευρές, οι αμπελώνες ξετυλίγονται ψηλά, αφήνοντας χώρο για το ώριμο σιτάρι και την όρεξη για ένα ποτήρι αυθεντικό ρουμανικό κρασί. Ο δρόμος του κρασιού είναι ένα έργο ανάπτυξης της τουριστικής περιοχής της Prahova. Ανακατασκευάζει ένα αρχαίο τμήμα του δρόμου του κρασιού που χρησιμοποιούσαν οι Ρωμαίοι για να διασχίσουν την Ευρώπη.

Ο δρόμος έχει μήκος 60 χιλιομέτρων και διασχίζει δεκατρείς τοποθεσίες στην Prahova. Από αυτές, οι πιο αναγνωρισμένες για αμπελώνες και οινοποιεία είναι οι Urlați, Ceptura, Călugăreasca Valley και Tohani.

Οι δραστηριότητες αναψυχής περιλαμβάνουν αλεξίπτωτο πλαγιάς, διάσχιση με σκοινί, βόλτα με μοτοσυκλέτα, ιππασία, εξόρμηση στον κόσμο των ζώων και το τάισμα τους, ξεναγήσεις στα κελάρια κρασιού της περιοχής, σκάκι, Remy, επιτραπέζια παιχνίδια, βελάκια, τοξοβολία. **Οι τουρίστες μπορούν να αναμείξουν τα παϊδάκια σε μύρα και μαρμελάδα από πιπεριές τσίλι, πάνω στην επιφάνεια του τραπεζιού που είναι σκαλισμένη σε πέτρα με κοχύλια, που εξάγονται από τον πυθμένα της Σαρματικής Θάλασσας τα οποία είναι αποξηραμένα εδώ και αρκετά εκατομμύρια χρόνια. Ακόμα, λαμβάνουν το επίσημο καθεστώς των Δακίων και να κοιμηθούν σε δακικές καλύβες που χτίστηκαν με παραδοσιακές μεθόδους και παλιά υλικά.**

Το στοιχείο της καινοτομίας αντιπροσωπεύεται από τα δακικά μπανγκαλόου. Οι πεζοπόροι που θέλουν να ζήσουν τη ζωή των Δακίων μπορούν να μείνουν σε πέτρινα και ξύλινα σπίτια. Οι στέγες και ολόκληρη η κατασκευή είναι ιδιαίτερες. Δεν μπορείτε παρά να δείτε την ομορφιά τους από μακριά. Βρίσκεται πάνω σε ένα λόφο και καλεί τους ταξιδιώτες με μια πολεμική κραυγή. Είναι η πάλη ανάμεσα στο παρόν και το παρελθόν. Ο άνθρωπος παλεύει να παραμερίσει το παρελθόν, χωρίς να γνωρίζει ότι αυτό ακριβώς είναι που του δίνει γαλήνη. Το αγρόκτημα των Δακίων έχει γίνει με τον καιρό ένας παραμυθένιος τόπος, όπου το παρελθόν προλαβαίνει το παρόν μόνο και μόνο για να μας θυμίζει, από καιρό σε καιρό, ότι οι αρχαίες αξίες πρέπει να διατηρούνται προσεκτικά και να μεταβιβάζονται με υπερηφάνεια.

Ιστοσελίδα: <https://www.fermadacilor.ro/ro/>





(Πηγή: <https://www.wildventure.ro/ferma-dacilor-tohani-contact/>)

30. Οικολογικό πρόγευμα - οικοτουριστικός προορισμός Tara Dornelor

Ο τουρίστας έχει την ευκαιρία να παρακολουθήσει πώς ζωντανεύουν οι τέχνες του παρελθόντος και πώς ξετυλίγονται οι τοπικές ιστορίες. Οι επισκέπτες θα έχουν την ευκαιρία να περάσουν λίγες ώρες στη φύση, να γευτούν μια ποικιλία από πιάτα που ετοιμάζουν οι ντόπιοι οικοδεσπότες, να εξερευνήσουν την περιοχή με τα πόδια με τη συνοδεία ξεναγών και να μπουν στα μυστήρια των τοπικών τεχνών και εθίμων (πρακτική έκθεση της διαδικασίας επεξεργασίας, πήξης και αραίωσης του γάλατος, με την βοήθεια των εξειδικευμένων ντόπιων, εργαστήριο ξυλογλυπτικής, επεξεργασία οστών και κεράτων. Μερικά παραδείγματα: Σούπα πέστροφας, άλμη πέστροφας, παιδάκια με ξινή κρέμα, φράουλες με ξινή κρέμα και πολέντα που σερβίρεται ως αυθεντικό επιδόρπιο στη Bucovina, μπριζόλα με τυρί cottage (cornballs), κρέας και μανιτάρια και λαχανικά, βρασάμικο και τσάι, πίτες με λάχανο, τυρί τουρσί και τοπικά προϊόντα, όπως το χοιρινό κρέας.

Οι επισκέπτες μπορούν να απολαμβάνουν αναψυκτικά, όπως μέντα και λεμονάδα με φυσικά σιρόπια από μούρα και κεράσια.

Όλα αυτά, σε ένα σύμπαν όπου κυριαρχούν τα ζώα. Μέσω της έκθεσης προς πώληση, οι συμμετέχοντες θα μπορούν να αγοράσουν εξατομικευμένα αντικείμενα με την εικόνα του οικολογικού προορισμού Tara Dornelor και των κύριων φυσικών αξιοθέατων του χωριού Șaru Dornei, κατασκευασμένα από το Studio Chiriluş Vatra Dornei, προϊόντα μέλισσας, το εμπορικό σήμα "Bun din Bucovina", σιρόπια / μαρμελάδες και τυριά από τοπικούς παραγωγούς.

Η έκθεση αυτή αποτελεί ένα γεγονός γαστρονομικής κουλτούρας, κοινωνικοποίησης και προώθησης των τοπικών προϊόντων. Το στοιχείο της καινοτομίας αντιπροσωπεύεται από τον τρόπο προώθησης και πώλησης παραδοσιακών προϊόντων από μικρούς επιχειρηματίες, αντίστοιχα τον εντοπισμό και την καταγραφή πολύτιμων σπιτιών σε έναν διαδραστικό χάρτη και παρουσιάζονται στο άλμπουμ παραδοσιακά σπίτια από τη Bucovina. Οι διοργανωτές θα πραγματοποιήσουν έναν οδηγό για επεμβάσεις και μικρές επισκευές με προσαρμοσμένες τεχνικές για την προστασία των παραδοσιακών κατασκευών, σε οδηγούς τουριστικής επιχειρηματικότητας και σε άλμπουμ με αρχιτεκτονικά έργα που προτείνουν λύσεις για τη μετατροπή και τον εκσυγχρονισμό παλαιών σπιτιών, ώστε να ενταχθούν αρμονικά στο υπάρχον τοπίο.

Ιστοσελίδα: <https://taradornelor.ro/>

(Πηγή: <https://taradornelor.ro/pe-cai-eco-brunch-de-vara-in-tara-dornelor/>)

31. GEOABEJAS – Παραδοσιακή επιχείρηση μελιού

Η Geoabejas είναι ο καρπός της μελισσοκομικής παράδοσης μιας οικογένειας αφιερωμένης στις μέλισσες και το μέλι, αντιπροσωπεύοντας την πέμπτη γενιά σε αυτό το επάγγελμα, το οποίο αντιμετωπίζουμε ως τέχνη.

Έχουμε συλλέξει τόσο μέλι όσο και την εμπειρία μας όλα αυτά τα χρόνια, η οποία μας επιβεβαιώνει ως μελισσοκομική εταιρεία που ειδικεύεται στα μέλια, στο να κάνουμε αυτό το προϊόν γνωστό στον κόσμο και να αποδείξουμε ότι τα μέλια Geoabejas είναι ένα μοναδικό, πρωτότυπο και διαφορετικό προϊόν.

1. Δημιουργία ιστοσελίδας η οποία είναι προσβάσιμη σε όλους
2. Προώθηση των δραστηριοτήτων στο ίδιο το μελισσοκομικό αγρόκτημα
3. Επαφή του αγοραστή με τη διαδικασία δημιουργίας του μελιού μέσω φωτογραφιών ή/και βίντεο
4. Δυνατότητα υιοθέτησης μιας κυψέλης
5. Επιλογή δραστηριότητας "Μελισσοκόμος για μια μέρα", όπου οι συμμετέχοντες διεξάγουν τις δραστηριότητες ενός αγρότη
6. Εργαστήρια εξαγωγής μελιού
7. Διαδικτυακό ιστολόγιο με συνταγές στις οποίες χρησιμοποιούν το προϊόν τους
8. Ευκολία αγοράς και πληρωμής στον ιστότοπο
9. Σχεδιασμός προσβάσιμος και προσαρμοσμένος στα κινητά τηλέφωνα
10. Εκστρατεία προώθησης στα κοινωνικά δίκτυα και στο διαδίκτυο

Επικοινωνία: <https://geoabejas.com/> - <https://www.facebook.com/Geoabejas/>





Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

142



32. NATURVIE – Φυσικό ελαιόλαδο

Στην Naturvie παράγουν ένα μοναδικό και αποκλειστικό έξτρα παρθένο ελαιόλαδο. Το κτήμα "El Hoyo" βρίσκεται στο δήμο Oliva de Mérida, Badajoz, στους πρόποδες της Sierra del Conde, και καλύπτει περισσότερα από 500 εκτάρια όπου συνυπάρχουν περισσότερες από 15 ποικιλίες ελαιόδεντρων. Με αυτές τις διαφορετικές ποικιλίες ελαιόδεντρων, η Naturvie δημιουργεί τις μονοποικιλίες Arbequina, Cornezuelo, Frantoio και τις νεοεισερχόμενες, Manzanilla Cacereña και Koroneiki. Αυτή η τελευταία ποικιλία ελληνικής προέλευσης, που μας ενθουσιάζει με τις ιδιότητές της, είναι τόσο σπάνια να βρεθεί στην εθνική αγορά, ωστόσο, η Naturvie είχε την ευκαιρία να φέρει στο αγρόκτημά της για πάνω από 20 χρόνια.

1. Δημιουργία ιστοσελίδας η οποία είναι προσβάσιμη σε όλους
2. Ξενάγηση στο κτήμα
3. Εξατομίκευση του γευστικού κουτιού
4. Καινοτομία και δημιουργία γεύσεων στο ελαιόλαδο, με νότες πορτοκαλιού και λεμονιού αντίστοιχα
5. Φυλλάδιο συνταγών με τη χρήση του δικού της προϊόντος
6. Σύγχρονος σχεδιασμός της συσκευασίας
7. Δεν περιορίζει την παραγωγή της μόνο στο ελαιόλαδο, αλλά δημιουργεί και άλλα προϊόντα, όπως πατέ, μαρμελάδες, ξύδι...
8. Ευκολία αγοράς και πληρωμής στο διαδίκτυο
9. Σχεδιασμός προσβάσιμος και προσαρμοσμένος σε κινητά τηλέφωνα
10. Εκστρατεία προώθησης στα κοινωνικά δίκτυα και στο διαδίκτυο.

<https://www.naturvie.com/> - <https://www.facebook.com/Naturviegourmet>





Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

33. BALAM Agriculture - Καινοτομία στη γεωργία

Διαμορφώνουν τη γεωργία του αύριο, μια γεωργία που συνδυάζει την παραγωγικότητα και τη βιώσιμη ανάπτυξη μέσω ενός νέου επιχειρηματικού μοντέλου και σας δίνουν τα εργαλεία που χρειάζεστε για να κάνετε τις καλλιέργειές σας πιο παραγωγικές, κερδοφόρες και βιώσιμες.

1. Τεχνικές γεωργικές συμβουλές
2. Ανάλυση του προβλήματος
3. Κατάρτιση του σχεδίου θεραπείας
4. Λύσεις για την προστασία των καλλιεργειών
5. Εκτέλεση και έλεγχος του σχεδίου θεραπείας
6. Γεωργία με τη χρήση άνθρακα
7. Ολοκληρωμένα έργα αειφορίας
8. Υποδομές για τη βιοποικιλότητα
9. Υπολογισμός του αποτυπώματος άνθρακα στη γεωργία
10. Σφαιρικό γεωργικό πρωτόκολλο

Επικοινωνία: <https://balam.es/> - <https://www.facebook.com/balam.agriculture/>





Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

34. El ajero – Εταιρεία που ειδικεύεται στα σκόρδα

Ιδρύθηκε το 2003 με τον ενθουσιασμό και τις θυσίες μιας ομάδας αγροτών, οι οποίοι εφαρμόζουν τις γνώσεις και τις παραδόσεις που απέκτησαν από γενιά σε γενιά. Σήμερα, είναι μια από τις πιο παγιωμένες εταιρείες στην εθνική αγορά, αποτελούμενη από μια μεγάλη ομάδα ανθρώπων που έχουν ως στόχο να προσφέρουν ένα προϊόν και μια υπηρεσία που την κάνει να ξεχωρίζει από τις υπόλοιπες.

Η εταιρεία είναι τεχνολογικά καταρτισμένη και εξειδικευμένη στην παραγωγή και μεταποίηση σκόρδου και δεσμεύεται εμπορικά να αυξήσει τον αριθμό των εξαγωγών στο προσεχές διάστημα.

1. Καινοτομία στις πωλήσεις των προϊόντων
2. Δημιουργία ποικιλιών προϊόντων με μεγαλύτερη διάρκεια ζωής
3. Φρέσκα σκόρδα στη φυσική τους κατάσταση, χωρίς τη χρήση συντηρητικών ή χημικών ουσιών
4. Βιώσιμη παραγωγή
5. Ψηφιακός κατάλογος
6. Βιβλίο συνταγών με το δικό μας προϊόν
7. Συνεχώς ενημερωμένο ειδησεογραφικό ιστολόγιο
8. Σχεδιασμός προσβάσιμος και προσαρμοσμένος στα κινητά τηλέφωνα
9. Εκστρατεία προώθησης στα κοινωνικά δίκτυα και στο διαδίκτυο
10. Δημιουργία περιεχομένου πολυμέσων για το YouTube.

<https://www.coajosaceuchal.es/es/> - <https://www.facebook.com/coajosaceuchal>





35. Picota del Jerte – Επιχείρηση κερασιών από το την κοιλάδα Jerte”

Επιχείρηση αφιερωμένη στην πώληση και προώθηση των κερασιών από την κοιλάδα Jerte. Το Picota del Jerte είναι ένα κεράσι που προέρχεται από την κοιλάδα Jerte, στα βόρεια της Extremadura, όπου καλλιεργείται παραδοσιακά από τον 17ο αιώνα.

Τα κεράσια Jerte Picota καλλιεργούνται σε βουνά με ύψος πάνω από 2.000 μέτρα, σε γόνιμα εδάφη.

1. Προώθηση του προϊόντος στα ψηφιακά μέσα
2. Προώθηση του τουρισμού στην περιοχή για την ευαισθητοποίηση ως προς το προϊόν
3. Διατήρηση της παραδοσιακής καλλιέργειας
4. Μέρος σχετικά με τα θετικά οφέλη των κερασιών για την υγεία
5. Διαδικτυακό βιβλίο συνταγών με το ίδιο το προϊόν

6. Δωρεάν βιβλίο ζωγραφικής με κεράσια για παιδιά που μπορείτε να το κατεβάσετε από το Διαδίκτυο
7. Εικονοθεραπεία (picotherapy)
8. Τμήμα με πληροφορίες για τα κανάλια πωλήσεων
9. Δημιουργία μιας κοινότητας οπαδών, γνωστής ως picofans
10. Πρόγραμμα δραστηριοτήτων με την ονομασία "Cerecera", όπου όλες συνδέονται άμεσα ή έμμεσα με τα κεράσια

<https://cerezadeljerte.org/> - <https://www.facebook.com/PICOTADELJERTE>





Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

36. Ψηφιακό φαγητό – και όχι μόνο. Συνάντηση με τους τοπικούς οικιακούς σεφ

Το Eatwith μπορεί να θεωρηθεί το "Airbnb του γαστρονομικού τουρισμού".

Η πλατφόρμα ενεργοποιεί τις μαγειρικές δεξιότητες και τους πόρους των πολιτών και τις δυνατότητες εστίασης στον ιδιωτικό τους χώρο. Οι λάτρεις της μαγειρικής εμπλουτίζουν την πλατφόρμα με τις γαστρονομικές τους προσφορές, αλλά και σε πολύ μεγάλο βαθμό με τις ικανότητές τους στη δημιουργία γαστρονομικών εμπειριών.

Στο πρόγραμμα θα βρείτε μαθήματα μαγειρικής που περιλαμβάνουν επισκέψεις στις τοπικές αγορές και συγκομιδή λαχανικών από τον κήπο.

Το Eatwith παρέχει τη δυνατότητα στους οικοδεσπότες που προσφέρουν τρόφιμα να αποκτήσουν πρόσθετο εισόδημα, το οποίο είναι απαραίτητο, για παράδειγμα, σε υπό ανάπτυξη περιοχές ή σε κατηγορίες ανθρώπων που αντιμετωπίζουν πρόβλημα υποαπασχόλησης.

Για τους τουρίστες, το Eatwith προωθείται και αναγνωρίζεται σε μεγάλο βαθμό ως ένας τρόπος να μάθουν για τη διατροφική κληρονομιά και να βιώσουν την κοινωνική ζωή και την αυθεντικότητα σε περιβάλλοντα που δεν είναι αλλιώς προσβάσιμα.

Το Eatwith είναι ιδιαίτερα "ινσταγκραμικό" και το διαφημιστικό αποτέλεσμα του διαμοιρασμού των εμπειριών είναι το πιο αξιοσημείωτο ψηφιακό αποτέλεσμα.

1. Αποτελεί ένα παράδειγμα για το πώς μπορεί να διευκολυνθεί η πρόσβαση των επισκεπτών από όλο τον κόσμο σε τοπικές γαστρονομικές εμπειρίες
2. Η εστίαση στην εφικτή προσαρμοστικότητα των υπηρεσιών με τη χρήση της ψηφιακής τεχνολογίας
3. Η αξιοποίηση των δεδομένων μαζί με τη διαμεσολάβηση, η οποία μπορεί τελικά να μετατοπίσει τις σχέσεις και/ή τις ισορροπίες εξουσίας στον τομέα των τροφίμων προς τους καταναλωτές με τη χρήση μιας πλατφόρμας.

<https://www.eatwith.com/>

37. Αγορά Roditor

Μετά την εμπειρία της Αγοράς Mezanin με τη δημιουργία μιας κοινότητας περίπου 100 τοπικών επιχειρηματιών, δημιουργήθηκε το RoditorFoodMarket.ro. Η πλατφόρμα συγκέντρωσε τις προσπάθειές της στην υποστήριξη των τοπικών επιχειρηματιών και προϊόντων.

Η Αγορά Roditor (RoditorFoodMarket.ro) θέλει να γίνει ένα εθνικό πρόγραμμα για την ανάδειξη των νέων Ρουμάνων παραγωγών και της σύγχρονης γεωργίας που πιστοποιεί τις προσπάθειες των επιχειρηματιών, αλλά, ακόμη πιο σημαντικό, να δώσει το θάρρος σε άλλους κάνουν το ίδιο με στόχο την ενίσχυση της οικονομία και των τοπικών κοινοτήτων.

Η Αγορά Roditor έχει σχεδιαστεί σε διάφορες ενότητες και οι παραγωγοί/επιχειρηματίες μπορούν να εγγραφούν δωρεάν σε διάφορες κατηγορίες: φρούτα και λαχανικά, ποτά (κρασί, μπίρα, χυμοί), προϊόντα παντοπωλείου (κονσέρβες, κρέας και λουκάνικα, μέλι και προϊόντα από μέλι), γαλακτοκομικά και τυριά, γλυκά και αρτοποιία, αξεσουάρ και διακοσμητικά (επιτραπέζια αξεσουάρ, φυτά και λουλούδια), όλα με τοπικό σχεδιασμό.

Επίσης, οι παντοπώλες και άλλες μικρές επιχειρήσεις που εκπροσωπούν παραγωγούς μπορούν να εγγραφούν στην πλατφόρμα. Η καταχώριση δεν είναι αποκλειστική και αποτελεί ένα πρόσθετο σημείο πώλησης και προώθησης για αυτόν τον τομέα.

Η Αγορά Roditor αποτελεί πλατφόρμα παρουσίασης και διαδικτυακό τόπο συνάντησης για το νέο κύμα παραγωγών στον αγροδιατροφικό τομέα.

<https://roditorfoodmarket.ro/>

<https://www.facebook.com/roditorfoodmarket>

<https://www.instagram.com/roditorfoodmarket/>



Source: <https://www.facebook.com/roditorfoodmarket>

Το πρόγραμμα αυτό χρηματοδοτείται με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Ο συγγραφέας είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για την παρούσα δημοσίευση (ανακοίνωση) και η Επιτροπή δεν φέρει καμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

155



38. Amintiri gustoase – Cronicari Digitali

Το Cronicari Digitali είναι ένα έργο για την προώθηση της πολιτιστικής κληρονομιάς.

Τον Ιούλιο του 2021 το Cronicari Digitali ξεκίνησε μια ειδική καμπάνια αφιερωμένη στις συνταγές από την παιδική ηλικία της γενιάς των Millennials, "Γευστικές Εμπειρίες". Ο πρώτος στόχος ήταν να εντοπιστούν τα τρόφιμα που εξακολουθούν να της λείπουν και τα επιθυμεί. Οι καλύτερες από αυτές επιλέχθηκαν για να μαγειρευτούν σε μια εκδήλωση ενός ζωντανού (live) εργαστηρίου μαγειρικής, έτσι ώστε οι καλύτερες από αυτές να βρεθούν στη συνέχεια σε ένα βιβλίο συνταγών που "μαζεύτηκαν" 100% από το Instagram.

Κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου μαγειρικής, περισσότεροι από 40 δημιουργοί περιεχομένου μαγείρεψαν, υπό τη καθοδήγηση της κριτικής επιτροπής, ένα μενού με τις γεύσεις από την παιδική ηλικία με τις εξής νικητήριες συνταγές: στιφάδο ντομάτας με τσιπς πολέντα, κοτόσουπα με σπιτικές χυλοπίτες, μπουλούκι με κρόκο αυγού κονφί και ωριμασμένο τυρί tuille, και για επιδόρπιο ζυμαρικά δαμάσκηνου και σάλτσα βανίλιας με σπόρους παπαρούνας. Τα πάντα συνοδεύτηκαν από οπτική αφήγηση σε αναρτήσεις, ιστορίες στο Instagram (Instastories) και υλικό στο ιστολόγιο.

Η καινοτομία που έφερε αυτό το έργο είναι η χρήση συνταγών για την προώθηση του γαστρονομικού περιεχομένου με τα ακόλουθα αποτελέσματα:

- Σε 620 αναρτήσεις και ιστορίες, οι δημιουργοί περιεχομένου ψηφιοποίησαν συνταγές από τα σημειωματάρια των μητέρων και των γιαγιάδων
- Η εμβέλεια που δημιουργήθηκε από αυτό το περιεχόμενο ξεπέρασε το μισό εκατομμύριο προβολές στο Instagram, μέσα σε μόλις 8 ημέρες
- 100 από τα αγαπημένα πιάτα κατάφεραν να μπουν στη φάση της αξιολόγησης και 4 από τα πιο νόστιμα μαγειρεύτηκαν ζωντανά από influencers, σεφ και εξειδικευμένους μάγειρες σε ένα εργαστήριο μαγειρικής
- «Γευστικές Εμπειρίες», ένα έντυπο και ηλεκτρονικό βιβλίο μαγειρικής με περισσότερες από 45 συνταγές από μητέρες και γιαγιάδες.

<https://www.instagram.com/amintirigustoase/>



Πηγή: <https://www.instagram.com/amintirigustoase/>

39. Bucate de prin sate

Το Bucatedeprinsate.ro είναι μια πλατφόρμα γαστρονομίας που επικεντρώνεται στην τεκμηρίωση και προώθηση της τοπικής και περιφερειακής γαστρονομικής λαογραφίας και στην υποστήριξη των μικρών παραγωγών της περιοχής που εξακολουθούν να ασχολούνται με τη βιώσιμη γεωργία και την πολύ μικρής κλίμακας παραγωγή - δύο στοιχεία που είναι σχεδόν μοναδικά στην Ευρώπη σήμερα. Μια από τις βασικές πτυχές του έργου είναι να υποστηρίξει ότι η γαστρονομία, νοούμενη ως συνταγές, συστατικά και διατροφικές συνήθειες, μπορεί να αποτελέσει ισχυρό παράγοντα διαφοροποίησης για την Τρανσυλβανία, ως περιοχή, και για τη Ρουμανία, ως χώρα, στο σημερινό ευρωπαϊκό και παγκόσμιο τοπίο.

Το "Bucate de prin sate" στοχεύει να μετατρέψει το παραδοσιακό φαγητό σε μια ολοκληρωμένη εμπειρία και επικεντρώνεται σε πέντε στοιχεία: τοπική γεύση, παραδοσιακές συνταγές, γαστρονομική κληρονομιά, ιστορίες του χωριού και αγροτικές γαστρονομικές εκδηλώσεις.

Η διαδικτυακή πλατφόρμα καλύπτει τα ακόλουθα θέματα:

Γαστρονομική κληρονομιά - τεκμηριώνει την τοπική γαστρονομία ως μέρος της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς.

Συνταγές από την Τρανσυλβανία -συγκεντρώνει ξεχασμένες ιστορίες, γεύσεις και έθιμα και είναι ένας τρόπος να δείξει ότι το φαγητό είναι και τελετουργία, ότι το μαγείρεμα πρέπει πάντα να προϋποθέτει την καλή πρόθεση χρήσης των υλικών και προωθεί υπεύθυνα εστιατόρια και σεφ που σέβονται τις αρχές του Slow Food: να είναι υγιεινό, καθαρό και δίκαιο.

Τοπική γεύση - ανακαλύπτει τη χαρά του φαγητού και τον σεβασμό για κάθε μπουκιά που δίνει η ισορροπία η οποία οφείλεται στη φύση και η προσοχή στην εκ νέου ανακάλυψη των απλών, τοπικών συστατικών.

Η **βιωσιμότητα (Sustainability)** είναι μια στήλη που παρέχει πληροφορίες σχετικά με την ποιότητα των τροφίμων, την ισορροπία στα τρόφιμα και τον τρόπο με τον οποίο καταλαβαίνουμε τι τρώμε.

Η στήλη **Ιστορίες από τα χωριά (Stories from the Villages)** ανακαλύπτουν, υποστηρίζουν και αποτυπώνουν τη ζωή στην ύπαιθρο και την αλλαγή από την πόλη στο χωριό ως μόνιμο τρόπο ζωής.

Η στήλη **Περπατώντας μέσα στα χωριά (Walking through the villages)** προωθεί τις εκδηλώσεις της τοπικής γαστρονομίας, τις τοπικές συνταγές και τα προϊόντα, τις πολιτιστικές εκδηλώσεις στην ύπαιθρο και τους τοπικούς παραγωγούς.

<https://bucatedeprinsate.ro/>

<https://www.instagram.com/bucate.de.prin.sate>

<https://www.facebook.com/Bucatedeprinsate>





Πηγή: <https://www.facebook.com/Bucatedeprinsate>

40. Localm

Το Localm είναι μια πλατφόρμα που συγκεντρώνει ήσυχα μέρη, παραδοσιακά πιάτα και τεχνίτες που γνωρίζουν από τα κτήματά τους πώς να επεξεργάζονται το ξύλο, τότε το μήλο είναι κατάλληλο για να το μαζέψουν ή πώς να γυρίσουν το σανό. Στόχος της πλατφόρμας είναι να κάνει τη ζωή πιο εύκολη για όσους τους υποδέχτηκαν στα σπίτια, τις αυλές και τα περιβόλια τους και θέλησαν να κάνουν αυτές τις ανακαλύψεις διαθέσιμες και σε άλλους. Έτσι ξεκίνησαν αυτή την πλατφόρμα ως γέφυρα μεταξύ των ντόπιων και των επισκεπτών: εκείνων που θέλουν να θυμηθούν τα παιδικά χρόνια που πέρασαν με τους παππούδες τους στο χωριό και να προσφέρουν στα παιδιά τους ιστορίες. Αυτοί που έρχονται από μακριά γιατί θέλουν να ανακαλύψουν τόπους ξεκούρασης, τη ρουμανική κουζίνα και τα έθιμα. Για όσους, δηλαδή, θέλουν να γνωρίσουν μια άλλη Ρουμανία.

Η καινοτομία είναι ότι η πλατφόρμα συγκεντρώνει μονάδες διαμονής, εστιατόρια ή τοπικά γαστρονομικά σημεία και ένα ειδικό τμήμα αφιερωμένο στα έθιμα και τις τέχνες.

Οι επισκέπτες μπορούν να κάνουν κρατήσεις στην πλατφόρμα, αλλά και οι ντόπιοι που θέλουν να γίνουν οικοδεσπότες μπορούν επίσης να εγγραφούν.

Παρόλο που πρόκειται για μια ψηφιακή πλατφόρμα, το Localm συνδυάζει την ενεργή παρουσία του στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για την προώθηση των οικοδεσποτών με επισκέψεις, στο μέτρο του δυνατού, στις τοποθεσίες. Μετά την επίσκεψη, θα εμφανίζουν την ετικέτα "Επισκεπτόμενος από το Localm" στην καρτέλα του καταλύματος που επισκέφθηκαν. Με αυτόν τον τρόπο, προσεγγίζουν 400.000 δυνητικούς ταξιδιώτες μηνιαίως μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, αλλά τους προσφέρουν τη βεβαιότητα αξιόπιστων οικοδεσποτών που οι άνθρωποι από την ομάδα του Localm έχουν γνωρίσει προσωπικά.

<https://localm.ro/>

<https://www.facebook.com/localmRomania>





Πηγή: <https://www.facebook.com/localmRomania>

41. Travlocals

Το Travlocals.com είναι ένα έργο που υποστηρίζει τη βιώσιμη ανάπτυξη και την κοινωνική καινοτομία, συμμετέχοντας με όλα τα δυνατά μέσα για την αποκατάσταση και την ανάδειξη της πολιτιστικής κληρονομιάς που αποτελείται από παλιά κτίρια με τουριστικό δυναμικό.

Με αυτόν τον τρόπο η πλατφόρμα μπορεί να βοηθήσει στην υπεύθυνη ανάπτυξη πολλών περιοχών, εγκαταλελειμμένων ή μη, καθιστώντας τον τοπικό τουρισμό ουσιαστική δραστηριότητα για την οικονομική βιωσιμότητα.

Ο κύριος σκοπός του Travlocals.com είναι να δημιουργήσει μια κοινότητα που ενδιαφέρεται για τον αγροτικό/πολιτιστικό τουρισμό και να διευκολύνει την αλληλεπίδραση μεταξύ των μελών του. Από τη μία πλευρά, υπάρχουν οι πάροχοι τουριστικών υπηρεσιών και από την άλλη οι καταναλωτές τους.

Το Travlocals.com σχεδιάστηκε ως ένα διαφορετικό είδος πλατφόρμας. Βασικά, αποτελεί τη μόνη τουριστική πλατφόρμα στην αγορά που επικεντρώνεται στην ποιότητα και όχι στον ποσότητα.

Οι συνεργάτες επιλέγονται μετά από προσεκτική ανάλυση των προσφερόμενων υπηρεσιών και των κριτικών που έχουν ληφθεί στο διαδικτυακό περιβάλλον. Εκτός από τα κριτήρια ποιότητας, υπάρχουν και άλλες απαιτήσεις, μία από τις σημαντικότερες από τις οποίες είναι η αυθεντικότητα των προσφερόμενων υπηρεσιών.

Με αυτόν τον τρόπο, η πλατφόρμα θέλει να φέρει στο φως τις πιο όμορφες εμπειρίες που μπορεί να ζήσει ένας τουρίστας στη Ρουμανία.

<https://www.travlocals.com/>

<https://www.facebook.com/travlocals>





Πηγή: <https://www.facebook.com/travlocals>

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Batra D., Diwan N., Upadhyay U., 2020 - RecipeDB: a resource for exploring recipes;
2. Bolborici A., Lupu M., Sorea D., Atudorei I., 2022 - Gastronomic Heritage of Făgăras, Land: A Worthwhile Sustainable Resource;
3. Coombe R., J., 2000 - Preserving Cultural Diversity through the Preservation of Biological Diversity: Indigenous Peoples, Local Communities, and the Role of Digital Technologies
4. Di Pietro L., Mugion R., Renzi M., 2017 - Heritage and identity: technology, values and visitor experiences
5. Dmitriev D., 2019 – Digitizing National Cuisines: Cooking Recipes as Conceptual Graphs;
6. Espinosa D., Parra I., Segura S., Avalos D., 2022 – Sustainable Management in Gastronomic Heritage Tourist Routes ;
7. Gladys M., Da Costa B., Mendoza O., Salinas A., Haddad A., 2022 -Intelligent Digital Platform for Community-Based Rural Tourism—A Novel Concept Development in Peru;
8. Hjalager A., 2022 - Digital Food and the Innovation of Gastronomic Tourism;
9. Istanti L., 2021 - Rural Tourism Perspectives on Digital Innovation: Small Enterprises in Indonesia;
10. Lekhanya L., 2018 – The Digitalisation of Rural Entrepreneurship;
11. Min-Pei L., Estela M., Nayra L., 2021 - Gastronomy as a Sign of the Identity and Cultural Heritage of Tourist Destinations: A Bibliometric Analysis 2001–2020;
12. Nadoleanu Gh., Staiculescu A., Bran E., 2022 - The Multifaceted Challenges of the Digital Transformation: Creating a Sustainable Society.
13. Petrovic N., Gagnidze I., Khokhobaia M., 2021 - Role of a digital transformation in development of a rural tourism destinations;
14. Popescu D., Pop I., Coros M., Bolog C., 2022 - Pactul Verde – Dinamizator al digitalizării în turism: cazul oraşului inteligent Cluj-Napoca;
15. Raheem D., Shishaev M., Dikovitsky V., 2019 – Food Sytem Digitalization as a Means to Promote Food and Nutrition Security in Barents Region;

16. Rinallo D., 2021 – Guidance Paper on the Successful Valorisation of the Alpine Food Heritage;
17. Scarpa, G., Berrang-Ford, L., Bawajeeh, A. O., Twesigomwe, S., Kakwangire, P., Peters, R., Beer, S., Williams, G., Zavaleta-Cortijo, C., Namanya, D. B., Lwasa, S., Nowembabazi, E., Kesande, C., Rippin, H., & Cade, J. E., 2021 - Developing an online food composition database for an Indigenous population in south-western Uganda;
18. Suci S., Tri K., Dyah W., and Sudarmadji, 2021 - Culinary Consumption in Digital Era: Tourists’
19. Typology and their Characteristic;
20. Yenasir M., Gokbulut B., 2022 - Effectiveness of Usage of Digital Heritage in the Sustainability of Cultural Tourism on Islands: The Case of Northern Cyprus
21. Zocchi D., Fontefrancesco M., Corvo P., Pieroni A., 2021 - Recognising, Safeguarding, and Promoting Food Heritage: Challenges and Prospects for the Future of Sustainable Food Systems