# Prvý prehľad rastlinných alternatív mliek na Slovensku

**Bratislava, 7. 9. 2021 - Dnes bol zverejnený Sprievodca rastlinnými alternatívami mliek na Slovensku vytvorený programom Jem pre Zem. V ponuke slovenských reťazcov je takmer 150 rastlinných mliek.**

Sprievodca pomôže zákazníkom a zákazníčkam zorientovať sa v stále rastúcej ponuke rastlinných mliek a vybrať si to najvhodnejšie pre ich domácnosti. V prehľadnej tabuľke majú ľudia možnosť overiť si napríklad cenu či výživové hodnoty jednotlivých rastlinných náhrad mliek dostupných na slovenskom trhu.

Rastlinné alternatívy mlieka sú na Slovensku čoraz populárnejšie. Na zvýšený záujem zákazníkov a zákazníčok reagujú aj výrobcovia a obchodné reťazce. Už dnes je možné nájsť rastlinnú náhradu mlieka v reťazcoch v každom kúte Slovenska. Podľa sprievodcu, ktorý vypracoval program Jem pre Zem, ponúka slovenský trh takmer 150 druhov alternatív od 14 značiek. Jedná sa o [prvý prehľad ponuky](https://jemprezem.sk/sprievodca-rastlinnymi-alternativami-mliek/) rastlinných mliek tohto druhu na Slovensku.

V ponuke slovenských reťazcov sú najviac zastúpené mandľové rastlinné mlieka. Tým najlacnejším je rastlinné mlieko vyrobené zo sójových bôbov. Jeho cena začína na 1,19 € za liter.

Okrem prehľadu ponuky slovenských reťazcov v dokumente čitatelia a čitateľky nájdu aj základné informácie o rôznych druhoch rastlinných mliek. Dozvedia sa o tom, ktoré z nich sú obohatené o vitamíny či vápnik. Nechýbajú tipy na využitie rôznych druhov rastlinných alternatív mliek v kuchyni a informácie o ekologickej stope jednotlivých nápojov. „Nižšia ekologická stopa je jedným z dôvodov, prečo ľudia stále častejšie siahajú po rastlinnej alternatíve mlieka,” hovorí Mária Agóčová, koordinátorka kampaní Jem pre Zem. „Na výrobu 1 litra sójového mlieka sa napríklad spotrebuje až 20-krát menej vody v porovnaní s tým kravským,” dodáva.

Sprievodca rastlinnými alternatívami mliek je k dispozícii na stiahnutie zdarma na webe Jem pre Zem - <https://jemprezem.sk/sprievodca-rastlinnymi-alternativami-mliek/>.

**###**

**O programe Jem pre Zem:**

Jem pre Zem je neziskový program, ktorého poslaním je presadzovať udržateľné spôsoby stravovania a robiť ich dostupnejšími.

Projekt pôsobí v dvoch oblastiach: u jednotlivcov podporuje záujem o rastlinné stravovanie a uľahčuje im častejšie zaraďovanie rastlinných jedál. Zároveň zvyšuje dostupnosť rastlinných produktov a jedál na trhu budovaním prostredia, v ktorom je rozširovanie ponuky o takéto potraviny výhodné, atraktívne a jednoduché.

**Kontaktná osoba:**

Mária Agóčová

maria.agocova@jemprezem.sk

+421 917 281 948