

## Wywiad z Philipem Ostromem

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 10:28 - Poprawiony sobota, 24 grudnia 2011 14:40

---

## Wywiad z Philipem Ostromem

Sunday, 26 April 2009

Tłumaczył: Aleksander Kwiatkowski

Pytanie No.1.

Jakie są podstawowe artykuły w twojej obecnej diecie?

b) czy jesteś w 100% witarianinem?

c) Jakie były początki twojego witarianizmu?

Jesteśmy (jako rodzina) w szczęśliwym położeniu, wszystko co pakujemy i wysyłamy jest w 100% surowe i ekologiczne, te produkty również przynosimy do naszego domu. Są to: kokosy, limony, pomarańcze, mango, ananasy oraz jabłka. Sprawia mi dużą przyjemność w pozyskiwanie pożywienia z dzikiej przyrody, wraz z moimi dziećmi, produkty które rosną w

## Wywiad z Philipem Ostromem

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 10:28 - Poprawiony sobota, 24 grudnia 2011 14:40

---

naszym górzystym rejonie w południowej części Arizony to orzechy włoskie, żołądźcie dębu *Quercus emoryi*, korzenie jadaloszyńca baziowatego (*Prosopis juliflora*) (ang. mesquite pods), jagody jednego z gatunków mącznicy *Arctostaphylos manzanita*, jagody morwy, rukiew wodna, zielenina gorczycy. W niektóre dni moja dieta jest w 100% witariańska, a w inne zjadam nieco gotowanych produktów zwłaszcza gdy jadam razem z innymi osobami które nie są przekonane do 100% surowej diety. Moje naturalne skłonności to zajadanie się surowymi owocami i warzywami. Zacząłem doceniać surowe, świeże produkty jako zapalony ogrodnik już w wieku 6 lat.

### Pytanie No. 2.

Co zainspirowało cię do inwestycji w projekt uprawy ekologicznych młodych kokosów Young Coconuts?

Od zawsze miałem niewyjaśniony pociąg do kokosów we wszelkich formach t.j. sosie curry, wiórkach kokosowych, surowy miąższ oraz sok kokosowy. Pracowałem ponad 20 lat w Meksyku wraz z ekologicznymi ogrodnikami. Przez te dwadzieścia lat nigdy nie marnowałem okazji i zatrzymywałem się po drodze przy palmie kokosowej aby zakosztować smaku kokosów. Mam przyjaciela (Chad Sarno) który był kierownikiem organizacji Tree of Life w Patagonii, to właśnie ta organizacja wprowadzała na rynek młode Tajlandzkie kokosy około 6 lat temu, mają one niesamowity smak, a wraz z samymi kokosami pojawiły się liczne kokosowe przepisy kulinarne.

### Pytanie No. 3.

Jaka jest główna różnica pomiędzy twoimi ekologicznymi Tajlandzkimi kokosami a komercyjnymi, nieekologicznymi kokosami?

Smak i zapach miąższu i soku kokosowego jest znacznie bardziej intensywny. Nie ma tam

## Wywiad z Philipem Ostromem

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 10:28 - Poprawiony sobota, 24 grudnia 2011 14:40

---

żadnych konserwantów, fungicydów ani środków odkażających oraz są to znacznie większe owoce.

Pytanie No. 4.

Czy możesz wyjaśnić w jaki sposób ekologiczne kokosy są zabezpieczane i wysyłane?

Kokosy są płukane, zewnętrzna powłoka jest mechanicznie usuwana, następnie są one błyskawicznie schładzane aby zabezpieczyć przed pleśnią i gotowe do transportu do Ameryki. Stosujemy również ekologiczny środek czyszczący oraz specjalny sposób pakowania aby zminimalizować pojawianie się pleśni.

Pytanie No. 5.

Jakie niektóre negatywne rzeczy zauważyłeś odwiedzając komercyjne wytwórnie nieekologicznych kokosów podczas pobytu w Tajlandii?

Odwiedzając takie miejsca zaraz przy wejściu wyczuwa się ostry zapach chemikaliów. Pracownicy są nimi przesiąknięci. Ludzie tam są odseparowani od owoców próbując unikać jak najbardziej kontaktu z substancjami chemicznymi.

Pytanie No. 6.

Jaki jest najlepszy sposób aby dostać się do tych ekologicznych kokosów Young Coconuts?

## Wywiad z Philipem Ostromem

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 10:28 - Poprawiony sobota, 24 grudnia 2011 14:40

---

W osłonce kokosa znajdują się 3 oczka, i jedno z nich jest miękkie. Jeżeli wbijemy w to miękkie miejsce nóż lub szpikulec a następnie odsączymy sok z młodego kokosa przez zrobiony otwór, wystarczy nacisnąć cienką osłonkę na twardej powierzchni aby uległa pęknięciu. Jeżeli położymy kokos w ten sposób że ww. 3 oczka będą na dole na naszej dłoni a następnie albo uderzyć silnie ramieniem kokos, albo obracając dookoła tak aby można było uderzyć z trzech różnych stron młotkiem, ten drugi sposób jest również dobry.

//

Pytanie No. 7.

Czy mógłbyś podzielić się z nami ulubiony przepisem z surowego kokosa?

Podam ten przepis jaki używam każdego ranka. Wlać do blendera sok kokosowy, miąższ kokosowy, dwie gałązki mięty, sok z jednej perskiej limony, sok z dwóch pomarańczy lub tangelin. Gdy chcę się podzielić z dziećmi dodaję jeszcze dwie łyżeczki surowego syropu z agawy. Na koniec dodaję kawałek owoca, najczęściej jest to mango, czasami banan lub jabłko. Następnie 3 kawałki lodu (3 kostki lodu) i miksuję przez około 2 minuty. Do tak zmikowanej mieszanki dodaję również łyżkę stołową oleju kokosowego Coconut Oil aby zaspokoić dzienne zapotrzebowanie na średniej długości nasycone kwasy tłuszczowe.

Pytanie No. 8.

Czy możesz na coś powiedzieć o twoich projektach nad którymi pracujesz lub dopracowujesz?

Mamy nadzieję że wkrótce również w naszej ofercie znajdą się dojrzałe kokosy. Chcemy zrobić wszystko co możliwe aby zapewnić całoroczną dostawę młodych ekologicznych kokosów. Sprowadzamy również mango z Peru i Meksyku. Wielu z naszych partnerów-ogrodników

## Wywiad z Philipem Ostromem

Wpisał surawka

środa, 21 grudnia 2011 10:28 - Poprawiony sobota, 24 grudnia 2011 14:40

---

współpracuje z nami już od dwudziestu lat. Współpracujemy również z ludźmi zajmującymi się wspaniałym przedsięwzięciem ananasowym w Oaxaca w Meksyku.

Pytanie No. 9.

Czy chciałbyś coś więcej dodać ?

Pracowałem przez dwadzieścia lat z tropikalnymi owocami. Natomiast młodymi kokosami zajmuje się od mniej niż trzech lat. Nie tylko rozwinąłem namiętność z innym wspaniałym owocem ale odkąd wprowadziłem go do mojego codziennego menu zdałem sobie sprawę z nowego poziomu dobrego samopoczucia, zdrowia oraz świeżości. Jest dla mnie zaszczytem że jestem tutaj, i że mogę podzielić się moimi wiadomościami z innymi.