

بيان صحفي

مرحلة رئيسية: تحديث 56 وصفة Mediet4ALL يحقق مشروع متوسطة تقليدية بنجاح

+ فالنسيا، إسبانيا — 4 ديسمبر 2025

عن تقدم مهم في مهمته الهادفة إلى إعادة إحياء النظام الغذائي المتوسطي ليتمشى مع MEDiet4ALL يعلن المشروع الأوروبي في تحقيق (WP2) نجاح فريق حزمة العمل رقم 2، (UV) متطلبات المستهلكين في القرن الحادي والعشرين. وتحت قيادة جامعة فالنسيا وتحويلها إلى إصدارات حديثة، أكثر صحة واستدامة (TMR) إنجاز رئيسي يتمثل في إعادة صياغة 56 وصفة متوسطة تقليدية (MMR).

نظام غذائي متوسطي للمستقبل

على الرغم من أن النظام الغذائي المتوسطي مُعترف به من قبل اليونسكو كتراث ثقافي غير مادي للبشرية، وأن فوائده الصحية مثبتة علمياً، إلا أنه يشهد تراجعاً ملحوظاً في اعتماده، خصوصاً بين الأجيال الشابة.

إلى مواجهة هذا التحدي من خلال تحديث الأطباق التقليدية مع الحفاظ على هويتها الثقافية وقيمتها الغذائية WP2 ويهدف

WP2: وتقول الأستاذة الدكتورة أمبارو غاميرو، أستاذة مشاركة في جامعة فالنسيا ومنسقة

هدفنا هو تقريب النظام الغذائي المتوسطي من أسلوب الحياة الحديث، عبر تحسين قيمته الغذائية، وتقليل مسببات الحساسية، وتعزيز "الاستدامة — دون المساس بالأصالة والتراث الغذائي".

الابتكار العلمي في خدمة التراث الطهوي

فريقاً متعدد التخصصات من الخبراء في مجالات التكنولوجيا الغذائية، التغذية، البروتيوميات، الطهي، وتحليل مضادات WP2 يضم الأكسدة، من دول: إسبانيا، إيطاليا، الجزائر، المغرب، فرنسا وألمانيا.

وقد حقق الفريق بالفعل نتائج مهمة تشمل:

- تحديث 56 وصفة تقليدية باستخدام تقنيات طبخ لطيفة، ومكونات مخمرة ومعاد تدويرها، وتخفيض مستويات الملح والسكر.
- تطوير مكونات غذائية مبتكرة اعتماداً على موارد محلية من صقلية.
- تحضير وتجميد جميع الوصفات الحديثة بالتجفيف للتحليل المتقدم.
- تنفيذ دراسات بروتئومية للحساسية الغذائية وتطوير أداتين مبنيتين على الذكاء الاصطناعي لتقييم انخفاض مسببات الحساسية.
- تحليل شامل لمحتوى البوليفينولات والقدرة المضادة للأكسدة للوصفات الحديثة.
- إنتاج علمي ملموس يشمل مقالات قيد المراجعة، وفصول كتب قيد النشر، وعروضاً في مؤتمرات دولية.

الريادية في الدمج بين الابتكار العلمي، التغذية المستدامة، والمحافظة على التراث الغذائي MEDiet4ALL وتُظهر هذه النتائج مكانة المتوسطي.

التعاون الدولي: مفتاح النجاح

تشكل إدارة سلسلة العمل المعقدة — من إعادة تصميم الوصفات إلى التجفيف بالتجميد والتحليل المختبري — تحديًا مهمًا للفريق

لكن بفضل التواصل المستمر، وتوحيد طرق العمل، والتخطيط المنهجي، تمكن الشركاء من ضمان تنسيق فعال ونتائج قابلة للمقارنة بين جميع المؤسسات المشاركة.

وتعلق الدكتورة غامبيرو:

”كان التعاون بين الشركاء ممتازًا. تنوع الخبرات — من البروتيوميات إلى فنون الطهي — أنتج تآزرًا علميًا مميزًا“

الأثر المتوقع: صحة أفضل، ووعي أكبر، واستدامة غذائية

إلى WP2 تهدف الوصفات الحديثة المطورة ضمن:

- تعزيز تبني النظام الغذائي المتوسطي خصوصًا لدى الأجيال الجديدة.
- رفع الوعي بالقيمة الصحية والثقافية للأطعمة المتوسطية.
- تشجيع عادات غذائية صحية عبر تقليل الملح والسكر ومسببات الحساسية.
- دعم ممارسات غذائية مستدامة من خلال استخدام مكونات موسمية، محلية، ومعاد تدويرها.
- تبادل المعرفة علمياً ومجتمعياً بما في ذلك ورشة عمل في مركز فنون الطهي المتوسطي المقررة في ديسمبر 2025.

WP2 الخطوات القادمة لحزمة

خلال الأشهر المقبلة، سيركز الفريق على:

- استكمال تحاليل البوليفينول والقدرة المضادة للأكسدة.
- تنفيذ ورشة الطهي لطلبة التغذية وفنون الطهي (ديسمبر 2025).
- تقديم المقالات العلمية والأبحاث قيد النشر.
- بدء التقييمات الحسية للمنتجات خلال زيارة بحثية في ديجون (فرنسا).
- تطوير مكونات غذائية جديدة ومتابعة اختبارات الحساسية في المختبر وعلى نماذج حيوية.
- المشاركة في مؤتمرات علمية وبرامج توعية عامة.

MEDIET4ALL حول مشروع

هو مشروع أوروبي يهدف إلى تحديث، تعزيز، وإعادة إحياء النظام الغذائي المتوسطي عبر البحث العلمي، **MEDIET4ALL** الابتكار الغذائي، والتعاون متعدد الجنسيات. يجمع المشروع شركاء من مختلف دول البحر الأبيض المتوسط لتطوير حلول غذائية أكثر صحة، استدامة، وأصالة ثقافية.

جهة الاتصال الصحفية:

كيفن أندريه

مسؤول الاتصال، MEDIET4ALL

البريد الإلكتروني: kevin.andre@vitagora.com

الموقع الإلكتروني: www.mediet4all.eu