EURÓPAI TOJÁS 3-SZOR IS JÓ

TÁPLÁLJA A TESTET ÉS AZ ELMÉT*
FENNTARTHATÓ
ÉS ELKÉPESZTŐEN FINOM

Sajtóközlemény

Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.

Elindult az „Európai tojás 3-szor is jó” kampány: újabb hároméves spanyol–magyar program a tojás népszerűsítéséért

Budapest, 2026. október 7. – Hároméves, európai uniós társfinanszírozású kampányt indított a Baromfi Termék Tanács (BTT) spanyol testvérszervezetével, az INPROVO-val közösen. A 2026–2028 közötti, mintegy 2,9 millió euró összköltségvetésű program a tojás táplálkozási értékeit és az európai termelési modellt mutatja be a fogyasztóknak. A kampány a budapesti nyitórendezvényen mutatkozott be.

A rendezvényt Dr. Csorbai Attila, a BTT elnök-igazgatója nyitotta meg. A szakmai előadások után a vendégek Nagy Róbert séf vezetésével élményfőzésen vettek részt.

A Tojásszövetség tagjai adják a hazai tojástermelés mintegy 90 százalékát – ismertette Pákozd Gergely, a BTT MTTSZ alelnöke. Az ágazati adatok szerint hazánkban 2026 első félévében 2,06 millió tojótyúkot telepítettek, a regisztrált termelés 612,5 millió tojás volt.

A piacot egyszerre több tényező alakítja: az állami árszabályozás, az aszály és a takarmányára, a változó intenzitású járványok okozta ellátási zavarok, a szigorodó állatjóléti előírások és a tartásmód-váltás költségei, a munkaerőhiány.

Dietetikus: nem egyetlen élelmiszer, hanem az étrend egésze számít

A tojás kis térfogatban nagy tápanyagsűrűséget kínál: jó minőségű, komplett fehérjét, valamint kolint, B12- és D-vitamint, szelént, jódot, luteint és zeaxantint tartalmaz – mondta el Dr. habil. Raposa L. Bence, a Pécsi Tudományegyetem dietetikusa, egyetemi docens. A hőkezelés javítja a tojásfehérje emészthetőségét, vagyis a nyers tojás nem hasznosul automatikusan jobban.

A szakember szerint a tojás praktikus fehérjeforrás lehet mindenkinek, de különösen sportolóknak, időseknek, a testsúlyukra figyelőknek és az ovo-lakto vegetáriánus étrendet követőknek.

*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban: https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

Az Európai Unió társfinanszírozásával

ENJOY IT'S FROM EUROPE

DE nem mindegy, mivel esszük: a tojás baconnel és finomított pékáruval egészen más étkezés, mint zöldséggel és teljes értékű gabonával. A dietetika nem egy-egy élelmiszert, hanem étrendi mintázatot értékel.

Családokat és fiatal felnőtteket szólít meg a kampány

A kampány három üzenetre épül: az európai tojás táplálja a testet és az elmét*, fenntartható, és elképesztően finom. Fő célja az EU-ban termelt tojás táplálkozási és minőségi jellemzőinek bemutatása. Emellett az Európai Termelési Modellt is megismerteti: élelmiszerbiztonság, nyomonkövethetőség, jelölés, állatjólét és fenntarthatóság – mondta el Dr. Gál Tímea, az InnoFood Marketing Kft. nemzetközi projektmenedzsere.

Az elsődleges célcsoport a nagyvárosi, 1–14 éves gyermeket nevelő családok köre, mintegy 2,9 millió fő. A másodlagos célcsoport a 18–39 éves fiatal felnőttek mintegy 1,25 millió fős csoportja.

A kampány kétnyelvű honlapon (www.tojas3xjo.eu), Facebookon, Instagramon és YouTube-on, influenszer-együttműködésekben, televíziós és rádiós megjelenésekben, online hirdetésekben, valamint receptkönyvben és „Tojás Kisokos” kiadványban jelenik meg. Az első televíziós megjelenés 2026. október végén, november elején várható.

A program vállalása, hogy Magyarországon 61-ről 71 százalékra nő azok aránya, akik a tojást értékes tápanyagforrásnak tartják. A fenntartható élelmiszerként való megítélés a tervek szerint 42-ről 54 százalékra emelkedik.

Második uniós program, nagyobb magyar kerettel

A BTT nem először népszerűsíti uniós támogatással a tojást: a mostani spanyol–magyar együttműködés a 2023–2025-ös, spanyol–francia–magyar „European Egg Games – Tojás kihívás” programot követi – ismertette Dr. Molnár Györgyi, a BTT mezőgazdasági titkára. A magyar rész költségvetése három évre 525 ezer euró, ennek 80 százaléka, 420 ezer euró uniós támogatás, amely magasabb, mint az előző programban volt.

Újdonság, hogy a közösségi médiás tartalmak több tudományos ismeretet közvetítenek. A posztok olyan kérdésekre adnak választ, mint például hogy miért ovális a tojás, mi a tartósan kemény tojáshab titka, vagy hogyan különböztethető meg egymástól a friss és a főtt tojás. A rendezvényen a kampány promóciós videóját is bemutatták.

Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.

*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban: https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

EURÓPAI TOJÁS 3-SZOR IS JÓ

TÁPLÁLJA A TESTET ÉS AZ ELMÉT*
FENNTARTHATÓ
ÉS ELKÉPESZTŐEN FINOM

A programról

Az „Európai tojás 3-szor is jó” a Baromfi Termék Tanács és a spanyol INPROVO 2026–2028 közötti közös tájékoztató és promóciós programja, amely az Európai Unió társfinanszírozásával valósul meg. A teljes költségkeret három évre 2,9 millió euró, ebből 525 ezer euró a magyar, 2,375 millió euró a spanyol rész.

Honlap: www.tojas3xjo.eu · Közösségi média: @Tojas3xjo (Facebook, Instagram, YouTube)

Kapcsolat:

Baromfi Termék Tanács
1106 Budapest, Fehér út 10.
Tel.: (+36-1) 269-2998
titkarsag@magyarbaromfi.hu

InnoFood Marketing Kft.
4032 Debrecen, Görömbei András u. 58.
Tel.: (+36-20) 299-8310
info@innofoodmarketing.eu



Dr. Csorbai Attila, a BTT elnök-igazgatója

Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.

*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban: https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

Az Európai Unió társfinanszírozásával

ENJOY IT'S FROM EUROPE



Pákozd Gergely, a BTT MTTSZ alelnöke



Dr. habil Raposa L. Bence előadása

Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.

*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban:
https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.



Dr. Molnár Györgyi, a BTT mezőgazdasági titkára bemutatta a BTT feladatait tevékenységeit, valamint a projekt előzményeit és indokoltságát



*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban:
https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

Az Európai Unió
társfinanszírozásával

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE



A résztvevők megismerhették a kampány célcsoportját, célkitűzéseit és a stratégia megvalósításának elemeit a megvalósító InnoFood Marketing Kft. képviselőjétől

Néhány kép az élményfőzésről:



Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.

*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban:
https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

EURÓPAI TOJÁS 3-SZOR IS JÓ

TÁPLÁLJA A TESTET ÉS AZ ELMÉT*

FENNTARTHATÓ

ÉS ELKÉPESZTŐEN FINOM





Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.

*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban:
https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

Az Európai Unió társfinanszírozásával

ENJOY IT'S FROM EUROPE

EURÓPAI TOJÁS
3-SZOR IS JÓ

TÁPLÁLJA A TESTET ÉS AZ ELMÉT*
FENNTARTHATÓ
ÉS ELKÉPESZTŐEN FINOM





Az Európai Unió társfinanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) kizárólagos álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy az Európai Kutatási Végrehajtó Ügynökség (REA) hivatalos álláspontját. Sem az Európai Unió, sem a támogatást nyújtó hatóság nem vonható felelősségre miattuk.

*A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg fenntartásához, a D-vitamin pedig hozzájárul az egészséges izomműködés fenntartásához. Niacint, folsavat és B12-vitamint tartalmaz, amelyek hozzájárulnak a normál pszichológiai funkció fenntartásához.
Ismerje meg az „Élelmiszeralapú táplálkozási irányelveket Európában az Európai Unió egyes tagállamaiban:
https://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/
Az 1924/2026/EK rendelet mellékletének megfelelően.

Az Európai Unió
társfinanszírozásával

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE