



Jestem **ZA**!

świadomym
wybozem
dla zdrowia

Wnioski z badania zrealizowanego
przez naukowców SGGW we współpracy
z marką Zagrodowy, w ramach programu
„Żyjemy na zdrowie”

Marzec 2026 r.





Słowniczek ważnych pojęć Zagrodowego	4
Słowo wstępne	6
Charakterystyka badania	8
Kluczowe wnioski z badania	10
Rozdział 1: Jakość fizykochemiczna mięśni piersiowych i nóg	12
Rozdział 2: Zawartość wybranych pierwiastków i witamin w strukturze mięśni piersiowych i nóg	16
Rozdział 3: Aktywność antyoksydacyjna mięśni piersiowych	17
Rozdział 4: Profil kwasów tłuszczowych mięśni piersiowych	20
Zagrodowe fakty	23





Słowniczek ważnych pojęć Zagrodowego



System zagrodowy

Tradycyjny sposób utrzymania zwierząt w rodzinnych gospodarstwach. Zwierzęta mają dostęp do otwartej przestrzeni zewnętrznej, więcej ruchu i naturalne warunki bytowania. Żywienie opiera się głównie na paszach naturalnych, co często przekłada się na lepszą jakość produktów.

System konwencjonalny

Nowoczesny, intensywny system produkcji zwierzęcej nastawiony na wysoką wydajność i efektywność. Charakteryzuje się większą liczbą zwierząt, standaryzacją warunków utrzymania oraz precyzyjnie kontrolowanym żywieniem i zdrowiem stada.

Antyoksydanty

Substancje chroniące organizm przed szkodliwym działaniem wolnych rodników. Pomagają spowalniać procesy starzenia i wspierają zdrowie komórek.

Polifenole

Naturalne związki roślinne obecne m.in. w ziołach, owocach i warzywach. Są cenione za silne właściwości antyoksydacyjne i działanie prozdrowotne.

Polifenole całkowite (PP)

Określenie sumarycznej zawartości polifenoli w produkcie lub surowcu, często stosowane jako wskaźnik jego potencjału antyoksydacyjnego.

Fitobiotyki

Naturalne związki biologicznie czynne zawarte w dodatkach paszowych m.in. zioła. Wykazują szereg korzystnych oddziaływań na organizm biorcy m.in. wspierają trawienie, odporność i ogólną kondycję zwierząt. Przykłady to czosnek (alicyna), oregano (karwakrol oraz tymol), tymianek (tymol) czy mięta (mentol, menton).

Probiotyki

Żywe kultury „dobrych” bakterii, które korzystnie wpływają na mikroflorę jelitową i odporność. Przykładem są bakterie *Lactobacillus* obecne w fermentowanych produktach mlecznych.

Prebiotyki

Składniki diety, które nie są wykorzystywane przez organizm biorcy, jednakże stanowią pożywkę dla korzystnych bakterii jelitowych. Występują m.in. w cebuli (inulina) oraz w błonniku pokarmowym (celuloza, lignina, hemiceluloza).

Kolagen

Białko budujące skórę, kości i tkanki łączne. Odpowiada za ich elastyczność i wytrzymałość, a w produktach zwierzęcych wpływa na teksturę i jakość.

Kwasy tłuszczowe Omega-3

Niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe wspierające serce, odporność i działające przeciwzapalnie. Uznawane za korzystne dla zdrowia człowieka.



Kwasy tłuszczowe Omega-6

Nienasycone kwasy tłuszczowe istotne dla metabolizmu i funkcjonowania organizmu. Ich ilość w diecie powinna pozostawać w równowadze z kwasami Omega-3.

Aminokwasy

Podstawowe „cegiełki” białek, niezbędne do budowy tkanek i prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Enzymy antyoksydacyjne

Naturalne mechanizmy obronne organizmu, które pomagają neutralizować wolne rodniki i ograniczać stres oksydacyjny.

Peroksydaza glutationowa (GPx)

Enzym wspierający ochronę komórek przed uszkodzeniami oksydacyjnymi, działający we współpracy z glutationem.

Zredukowany glutation (GSH)

Jeden z najważniejszych wewnętrznych antyoksydantów organizmu, odpowiedzialny za neutralizację szkodliwych związków.

Katalaza (CAT)

Enzym rozkładający nadtlenek wodoru na nieszkodliwe składniki – wodę i tlen. Katalaza jest związana ze zwiększoną aktywnością w organizmie, co wiąże się z ochroną komórek przed negatywnym działaniem stresu oksydacyjnego.

Wolne rodniki (DPPH)

Aktywne cząsteczki mogące negatywnie wpływać na funkcjonowanie komórek organizmu poprzez wywołanie stresu oksydacyjnego. Zwiększona aktywność DPPH (który jest oksydantem) jest związana z silniejszym działaniem przeciwutleniającym i przekłada się na lepszą ochronę przed stresem oksydacyjnym i opóźnianie procesów starzenia się organizmu. Dodatkowo chroni komórki przed uszkodzeniami i może wspierać profilaktykę chorób cywilizacyjnych, takich jak nowotwory, miażdżyca czy cukrzyca.

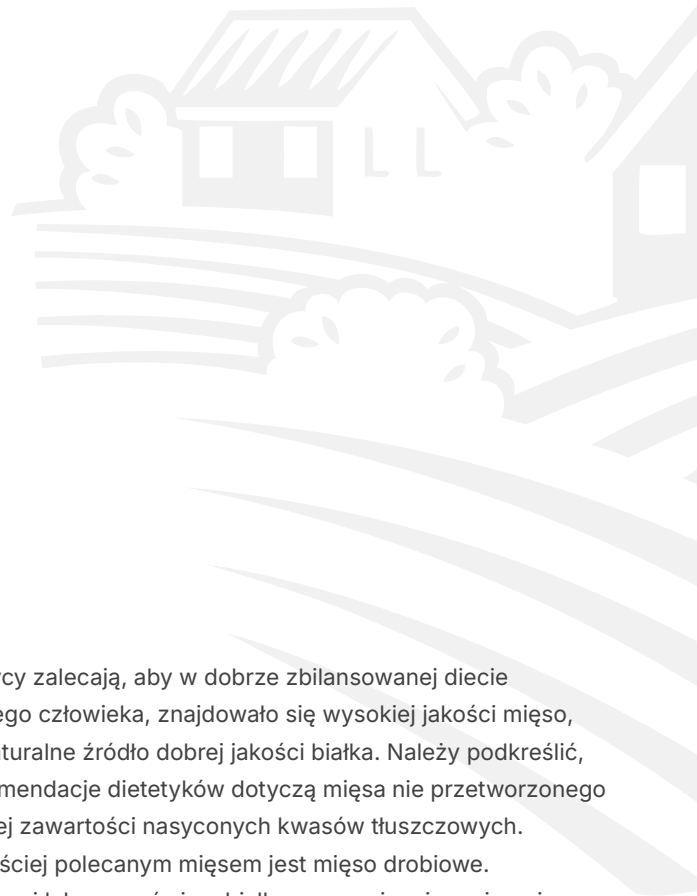
Eikozanoidy

Związki powstające z kwasów tłuszczowych, które regulują procesy zapalne i odpornościowe w organizmie.

Stres oksydacyjny

Stan, w którym w organizmie powstaje więcej wolnych rodników, niż jest on w stanie unieszkodliwić. Może prowadzić do pogorszenia zdrowia i jakości produktów pochodzenia zwierzęcego.

Słowo wstępne



Szanowni Państwo,

Jesteśmy świadkami bardzo dużego przyspieszenia w zakresie trendów prozdrowotnych, zmiany stylu życia, sposobu odżywiania się oraz stosowania świadomego biohackingu. Rozwój wiedzy i badań oraz powszechny dostęp do nich w socialmediach, powodują także znaczne przyspieszenie w kształtowaniu świadomości konsumentów. Sprzyja to odpowiedzialnym wyborom żywieniowym. Konsumentom kierując się troską o zdrowie własne i najbliższych poszukują bezpiecznych, naturalnych, lokalnych produktów o wysokiej jakości, które pochodzą z odpowiedzialnej społecznie produkcji, wytworzonych z poszanowaniem środowiska i dobrostanu zwierząt.

W Polsce także, widoczna jest zmiana postaw zakupowych. Mimo, że cena nadal pozostaje ważnym kryterium wyboru, to już jedna trzecia Polaków deklaruje gotowość zwiększania wydatków na zdrowe produkty, co wskazuje na rosnące oczekiwania wobec jakości żywności¹. Według branżowych obserwacji, Polacy coraz częściej poszukują właśnie takich artykułów spożywczych, o czym świadczy m.in. rozszerzanie oferty produktów o linie „bio”, „high protein” czy „bez antybiotyków”, już nie tylko w wyspecjalizowanych marketach, ale również w popularnych dyskontach.

Z danych rynkowych wynika, że globalny rynek tzw. żywności prozdrowotnej i ekologicznej rozwija się w bardzo szybkim tempie – według prognoz jego wartość może wzrosnąć z ok. 858,8 mld USD w 2023 r. do ponad 1,6 bln USD do 2030 r., przy średnim rocznym wzroście na poziomie blisko 10%². To pokazuje, że nie jesteśmy świadkami ulotnego trendu, lecz spożywczej i dietetycznej transformacji.

Dietetycy zalecają, aby w dobrze zbilansowanej diecie zdrowego człowieka, znajdowało się wysokiej jakości mięso, jako naturalne źródło dobrej jakości białka. Należy podkreślić, iż rekomendacje dietetyków dotyczą mięsa nie przetworzonego o niskiej zawartości nasyconych kwasów tłuszczowych. Najczęściej polecanym mięsem jest mięso drobiowe. Dietetycy i lekarze mówią o białku coraz więcej, ponieważ jest ono niezbędne do budowy masy mięśniowej, a także zwiększa uczucie sytości, zmniejszając tym samym apetyt, co pomaga w utrzymaniu prawidłowej masy ciała. Temat udziału mięsa w diecie poruszony był m.in. podczas konferencji „Dietetyk XXI wieku”, która odbyła się w listopadzie 2025 roku w Centrum Dydaktycznym Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, skupiając ponad dwa tysiące uczestników, głównie z obszaru poradnictwa dietetycznego i żywieniowego. Partnerem konferencji była marka Zagrodowy.

Jak pokazują statystyki ponad 90% Polaków wybiera mięso drobiowe³, a w szczególności mięso kurczaka, które odgrywa istotną rolę w naszej codziennej diecie, stanowiąc jedno z głównych źródeł pełnowartościowego białka. Chcemy jeść zdrowo, chcemy wybierać mądrze, ale czy wiemy, jak to zrobić? Co tak naprawdę oznacza jakość mięsa i jak rozpoznać dobrej jakości drób? Czy warunki chowu wpływają na wartość odżywczą i cechy kulinarne mięsa, które trafia na nasze stoły? To coraz częściej zadawane przez konsumentów pytania. Na znaczeniu zyskuje również etyka produkcji, sposób wytwarzania produktów spożywczych oraz jego wpływ na zdrowie konsumentów, dobrostan zwierząt i środowisko naturalne.

1) Mapa wyborów konsumenckich Polaków. PwC Polska, 2025

2) Zdrowie warte biliony. Jak świadomi konsumenci rewolucjonizują rynek żywności. Zielona Gospodarka, 2025

3) Raport z badania SW Research na zlecenie Związku Polskie Mięso „Preferencje i opinie dotyczące konsumpcji mięsa wśród Polaków”, 2024



Wyzwaniem dla odpowiedzialnych społecznie producentów żywności jest edukacja społeczeństwa w zakresie tego, co tak naprawdę oznacza jakość i jak rozpoznać dobre produkty. Konsumenci potrzebują uporządkowania informacji i dowodów, by dokonać właściwego wyboru. Dlatego od lat, jako marka Zagrodowy podejmujemy misję szerzenia wiedzy o tym, jak ważna jest zrównoważona produkcja, utrzymanie naturalnych warunków chowu, wolnego tempa wzrostu i dobrostanu zwierząt oraz jak przekłada się to na jakość i wartość odżywczą mięsa drobiowego. Współpraca z naukowcami z Instytutu Nauk o Zwierzętach Wydziału Hodowli, Bioinżynierii i Ochrony Zwierząt Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, w ramach projektu edukacyjnego „Żywimy na Zdrowie” jest dowodem, że tę ideę przekuwamy w działanie.

Zapraszam Państwa do lektury wniosków z badania na temat różnic w jakości mięsa kurcząt wolnorosnących i tych hodowanych w modelu standardowym. Wniosków niezwykle ważnych, które dla wielu konsumentów mogą stać się drogowskazem na drodze kształtowania świadomych wyborów żywieniowych.

dr inż. Grażyna Prokopiuk

Dyrektor Generalny Sedar S.A.

- producent Kurczaka Zagrodowego



Charakterystyka badania

Geneza badania

Jednym z kluczowych trendów w krajowej branży drobiarskiej w ostatnich latach jest wyraźny zwrot Polaków w kierunku produktów wysokiej jakości, o sprawdzonym pochodzeniu, pozyskiwanych z gospodarstw zapewniających ptakom podwyższone standardy dobrostanu. Jednocześnie, jak wynika z obserwacji marki Zagrodowy – wieloletniego, czołowego w Polsce producenta kurczaków wolnorosnących – przeciętny konsument ocenia tę jakość głównie na podstawie wrażeń sensorycznych i estetycznych, zwracając uwagę na opakowanie. Rzadko kiedy natomiast zadaje sobie kluczowe pytanie:

jakie czynniki realnie wpływają na jakość mięsa pozyskiwanego od kurcząt?

Misją marki Zagrodowy jest edukacja społeczeństwa – zarówno konsumentów, jak i specjalistów z branży kulinarnej i dietetycznej – na temat świadomego wyboru lepszej jakości pożywienia, mającego istotny wpływ na zdrowie człowieka. Dlatego też w 2024 roku zdecydowaliśmy się podjąć współpracę z ekspertami Instytutu Nauk o Zwierzętach Wydziału Hodowli, Bioinżynierii i Ochrony Zwierząt ze Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. Współpraca ta realizowana jest w ramach projektu „Żywimy na Zdrowie”.

Na czym nam zależało w tym badaniu?

Naszym celem było spojrzenie na utrzymanie drobiu z szerszej perspektywy – takiej, która łączy naukę, zdrowie i codzienne wybory konsumenckie. Zbadaliśmy, co dobrego wynika z chowu kurcząt wolnorosnących, które mają stały dostęp do wybiegu i są żywione naturalnymi paszami, wzbogaconymi o zioła i składniki o działaniu prozdrowotnym.

We współpracy z autorytetami naukowymi przyjrzelśmy się dokładnie temu, co naprawdę odróżnia mięso kurcząt rzeźnych utrzymywanych w systemie zagrodowym od mięsa z kurcząt, które odchowywane były w konwencjonalnym systemie. Analizowaliśmy nie tylko sam sposób utrzymania zwierząt, ale także wpływ żywienia i tempa wzrostu kurcząt na jakość, wartość odżywczą i cechy mięsa, które ostatecznie trafia na nasze talerze.

Badanie miało przede wszystkim przynieść praktyczne w codziennych wyborach dane. Chcieliśmy, aby konsument:

- wiedział, na co zwracać uwagę przy ocenie jakości mięsa,
- potrafił czytać etykiety i właściwie je interpretować,
- rozumiał różnice między systemami chowu,
- świadomie wybierał produkty lepsze dla zdrowia i zgodne z własnymi wartościami.

Co przebadali naukowcy?

Mięśnie piersiowe oraz mięśnie nóg pozyskane z reprezentatywnych tuszek – zarówno Kurcząt Zagrodowych, jak i konwencjonalnie utrzymywanych kurcząt brojlerów – przebadano pod kątem wybranych parametrów.

W laboratoriach Katedry Hodowli i Żywienia Zwierząt, Instytutu Nauk o Zwierzętach SGGW w Warszawie zbadano:

- barwę mięśnia piersiowego,
- właściwości fizykochemiczne próbek mięsa takich jak pH, zdolność zatrzymywania wody (WHC), podstawowy skład chemiczny oraz zawartość kolagenu,
- poziom utraty przez mięso wody (tzw. wycieku swobodnego),
- siłę cięcia.

W laboratoriach Instytutu Rolnictwa SGGW w Warszawie zbadano:

- zawartość wybranych pierwiastków w strukturze mięśni piersiowych oraz mięśni nóg.

W Instytucie Genetyki i Biotechnologii Zwierząt PAN w Jastrzębcu:

- oznaczono wskaźniki aktywności oksydacyjnej oraz profilu kwasów tłuszczowych.

W niezależnym instytucie GBA POLSKA Sp. z o.o.:

- oznaczono zawartość selenu oraz wybranych witamin w strukturze mięśni piersiowych.

Kto koordynował badania?

† dr hab. Monika Michalczuk,
prof. SGGW

dr inż. Jakub Urban,
SGGW

dr hab. Monika Łukasiewicz – Mierzejewska,
prof. SGGW



Jak przedstawione zostały wyniki badania?

Wyniki badań podzieliliśmy na 4 kluczowe dla zdrowia człowieka oraz walorów jakościowych i smakowych obszary:



jakość fizykochemiczna mięśni
piersiowych i nóg,



zawartość wybranych pierwiastków i witamin
w strukturze mięśni,



aktywność antyoksydacyjna mięśni piersiowych,



profil kwasów tłuszczowych mięśni piersiowych.

Wyniki analiz po raz pierwszy
zaprezentowane zostały przez
koordynującego badania
dr inż. Jakuba Urbana oraz
współpracujący z nim zespół,
we wrześniu 2025 roku podczas
światowego kongresu Egg & Meat
w Zadarze.



Egg&Meat
September 16 - 17, 2025
Zadar, Croatia



Kluczowe wnioski z badania

Wyniki badań przeprowadzonych przez pracowników naukowych SGGW w Warszawie oraz niezależne instytuty badawcze nie pozostawiają wątpliwości:





Warunki w jakich żyją i dorastają kurczęta mają znaczenie!



Wybierając Kurczaka Zagrodowego – jesteś ZA świadomym wyborem dla zdrowia.



Wybierając Kurczaka Zagrodowego jesteś ZA odpowiedzialną konsumpcją.



Kurczak Zagrodowy to:

- bardziej wartościowe źródła białka,
- chudsze, lekkostrawne mięso,
- bogate źródło kolagenu, witamin i antyoksydantów,
- produkt o mniejszej zawartości wody, bardziej soczysty i aromatyczny,
- produkt o niższym pH, dłużej zachowujący świeżość.



Mięśnie piersiowe Kurcząt Zagrodowych

- ✓ ponad 41% niższa zawartość tłuszczu
- ✓ ponad 11% wyższa zawartość białka
- ✓ ponad 4,5% niższe pH
- ✓ więcej antyoksydantów i polifenoli
- ✓ więcej katalazy i zredukowanego glutationu
- ✓ więcej kwasów tłuszczowych - zarówno nasyconych jak i wybranych wielonienasyconych

Mięśnie nóg Kurcząt Zagrodowych

- ✓ ponad 60% większa siła cięcia
- ✓ ponad 4% niższe pH
- ✓ prawie 9% więcej kolagenu
- ✓ prawie 2% niższa zawartość wody
- ✓ wyższa zawartość ważnych dla zdrowia pierwiastków: magnezu, żelaza i miedzi

Rozdział 1:

Jakość fizykochemiczna mięśni piersiowych i nóg

Tłuszcz, białko i kolagen

Jedną z kluczowych przewag mięsa pozyskanego od kurcząt z chowu zagrodowego jest wyższa zawartość białka w porównaniu z mięsem pozyskanym od konwencjonalnych brojlerów. Dotyczy to zarówno mięśni piersiowych (ponad 11% więcej w porównaniu z konwencjonalnymi brojlerami) jak i mięśni nóg Kurcząt Zagrodowych (ponad 3% więcej).

Ale to nie wszystko!

Aż o 41% mniejszą zawartość tłuszczu wykazały w badaniu mięśnie piersiowe Kurcząt Zagrodowych, w porównaniu z tą samą częścią tuszki kurczaka chowanego w systemie konwencjonalnym.

CO TO OZNACZA DLA KONSUMENTA?

Eksperci są zgodni – mniej tłuszczu i więcej białka = bardziej dietetyczne mięso.

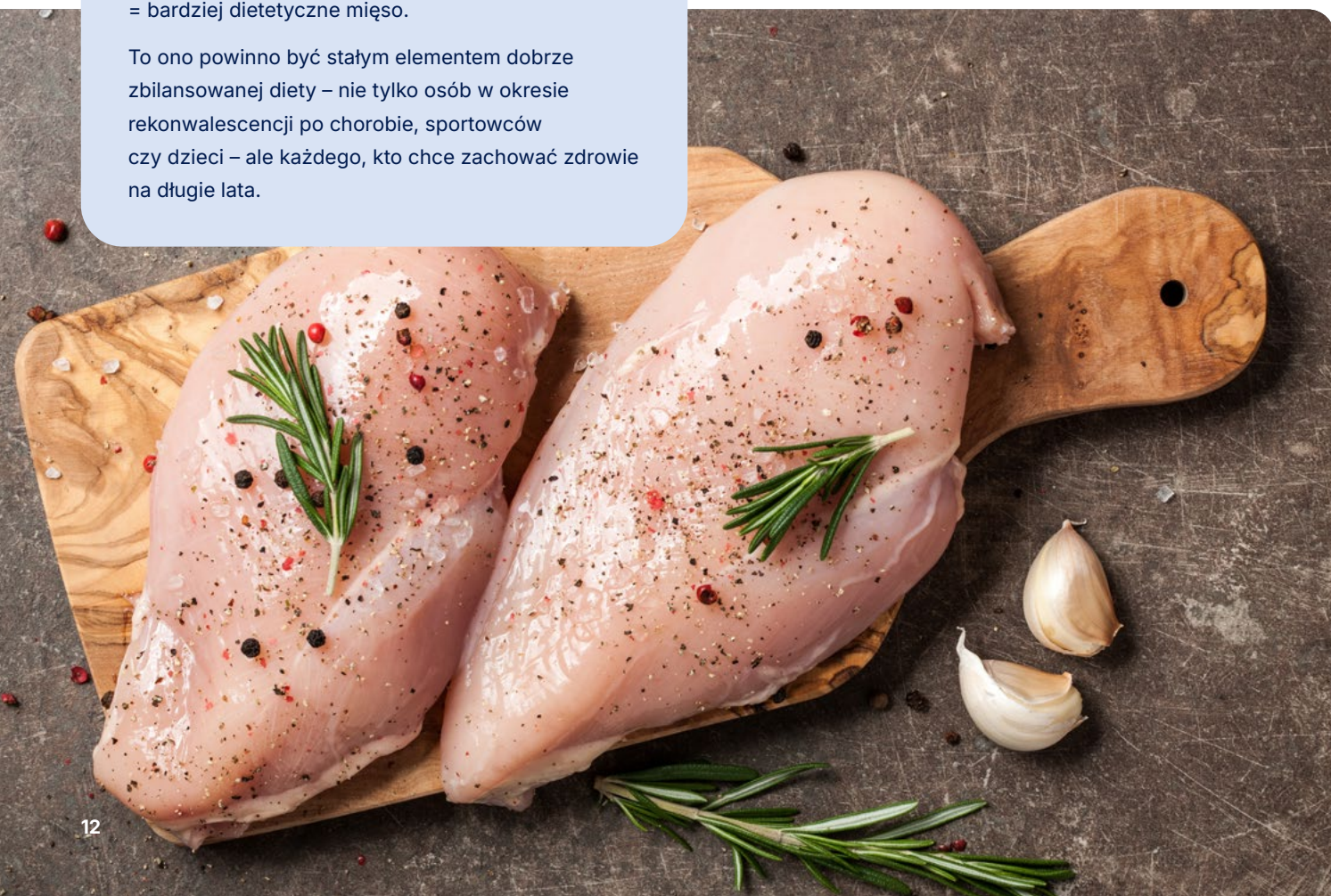
To ono powinno być stałym elementem dobrze zbilansowanej diety – nie tylko osób w okresie rekonwalescencji po chorobie, sportowców czy dzieci – ale każdego, kto chce zachować zdrowie na długie lata.

SIŁA BIAŁKA

Białko, obok tłuszczów i węglowodanów, zaliczane jest do podstawowych makroskładników diety i pełni kluczową rolę w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu.

Białko jest niezbędnym budulcem wszystkich komórek i tkanek, a zwłaszcza struktur mięśniowych. Odpowiednia jego zawartość w codziennej diecie to krok do zdrowia oraz dobrej kondycji.

W mięśniach piersiowych pozyskanych od Kurcząt Zagrodowych stwierdzono zawartość białka na poziomie 23,7%, co w przeliczeniu na jeden filet (o średniej masie 200 g) pozwala uzyskać średnio ponad 47 g tego cennego makroskładnika. Zawartość ta pozwala w zależności od średniego zapotrzebowania grupy konsumenckiej w różnym stopniu pokryć jej średnie, dzienne zapotrzebowanie na białko.



Procentowe pokrycie dziennego zapotrzebowania na białko konsumentów z różnych grup konsumenckich (o średniej masie 70 kilogramów) przy zastosowaniu w codziennej diecie fileta z piersi Kurcząt Zagrodowych o masie 200 gramów.



Grupa konsumencka	Średnie dzienne zapotrzebowanie na białko (g/kg masy ciała)	Średnia masa ciała konsumenta (kg)	Średnie dzienne zapotrzebowanie na białko (g) po przeliczeniu	Pokrycie dziennego zapotrzebowania
Osoby dorosłe nieaktywne fizycznie	0,9 g/kg	70 kg	63 g	75%
Osoby umiarkowanie aktywne	1,25 g/kg		87,5 g	54%
Osoby regularnie trenujące	1,6 g/kg		112 g	42%
Sportowcy siłowi (budowanie masy)	2,15 g/kg		150,5 g	31%
Sportowcy wytrzymałościowi	1,4 g/kg		98 g	48%
Na diecie redukcyjnej (odchudzanie)	2 g/kg		140 g	34%
Osoby starsze	1,1 g/kg		77 g	62%

Eksperci SGGW nie mieli też wątpliwości, że:

Zawartość kolagenu w piersiach Kurczaka Zagrodowego jest też o ponad 21% większa, a w mięśniach nóg jest go o prawie 9% więcej.

Kolagen – najważniejsze białko strukturalne w organizmie człowieka. Działa jak „rusztowanie”, które nadaje tkankom wytrzymałość, elastyczność i spójność. Jest głównym składnikiem skóry, kości, chrząstek, ścięgien i więzadeł, a także stawów, naczyń krwionośnych, a nawet zębów i jelit. Kolagen wzmacnia strukturę tkanek, umożliwia ich regenerację, chroni stawy przed zużyciem, wpływa na nawilżenie i sprężystość skóry, wspiera gojenie ran.

Dobrze wiedzieć!

Najwięcej kolagenu z kurcząt pozyskujemy na drodze obróbki termicznej wysokiej jakości mięsa kurcząt wolnorosnących.

Dlaczego tak jest?

Kluczowe jest tu tempo i warunki wzrostu Kurczaka Zagrodowego.

- ✓ Wolniejszy wzrost = więcej dobrze rozwiniętej w naturalnym tempie tkanki łącznej (ścięgien, więzadeł, chrząstek).
- ✓ Stały dostęp do wybiegu = więcej ruchu, grzebania w ziemi, kąpieli piaskowych, trzepotania skrzydłami, co skutkuje zwiększoną produkcją kolagenu. Dzięki niemu tkanki łączne kurczaka są wytrzymałe na zwiększone obciążenie.
- ✓ Więcej ruchu to także gęstsze i bardziej zmineralizowane kości oraz więcej chrząstki w stawach.



W ostatnim czasie niezwykle popularnym trendem stało się gotowanie tzw. rosółu kolagenowego, określanego – zwłaszcza przez branżę beauty – jako płynne złoto dla urody i zdrowia.

Rosół kolagenowy to potrawa, która łączy tradycję z nowoczesnym podejściem do gotowania i świadomego odżywiania. Z pozoru danie zbliżone do tradycyjnego rosółu, odznacza się inną techniką przygotowania i bazuje na innych proporcjach składników, z których najważniejsze są te bogate w tkankę łączną. Taki rosół gotuje się wolno, przez wiele godzin (min. 6 i więcej), bazując głównie na kościach szpikowych, stawowych, łapkach kurzych, czyli takich, które w swojej strukturze mają najwięcej kolagenu.

Skąd wiadomo, że ugotowany przez nas rosół jest kolagenowy? Po żelatynie! Podczas długiego gotowania kolagen z kości i chrząstek przechodzi do wywaru, tężeje i zamienia się w żelatynę, a ta wspiera stawy i kości, może korzystnie wpływać na skórę, włosy i paznokcie, pomaga w regeneracji jelit i układu trawiennego.



Kuba Steuermark

szeef kuchni i osobowość telewizyjna



Jakość fizykochemiczna mięśni to zestaw mierzalnych cech mięsa, które opisują jego strukturę, skład i zachowanie podczas obróbki oraz przechowywania. Jest to pojęcie używane w nauce o mięsie, technologii żywności i dietetyce.

Zawartość wody, pH, siła cięcia

Ponad 60% - o tyle wyższa jest siła cięcia mięśni nóg Kurczaka Zagrodowego, w porównaniu do konwencjonalnego brojlera.

Dodatkowo, mięso Kurczaka Zagrodowego charakteryzuje się niższą zawartością wody (mięśnie piersiowe - o 2,5%, mięśnie nóg - o 2% w porównaniu z konwencjonalnym brojlerem), wyższą zdolnością zatrzymywania wody (mięśnie piersiowe - o ok. 8,5%, mięśnie nóg - o ok. 66% w porównaniu z konwencjonalnym brojlerem) oraz zdecydowanie niższym pH (mięśnie piersiowe - o 4,5%, mięśnie nóg - o ok. 4% w porównaniu z konwencjonalnym brojlerem).

CO TO OZNACZA DLA KONSUMENTA?

Dobre wyniki dla Kurczaka Zagrodowego we wskazanych parametrach powinni docenić wszyscy miłośnicy sztuki kulinarnej - zarówno profesjonalni jak i „domowi” szefowie kuchni. To dzięki nim bowiem potrawy z Kurczaka Zagrodowego są smaczniejsze i bardziej soczyste.



Oko i ręka doświadczonego kucharza bez trudu odróżni mięso pozyskane z Kurczaka Zagrodowego od chowanego konwencjonalnie. Mięśnie Kurczaka Zagrodowego są zwarte, sprężyste, na patelni nie oddają nadmiaru wody, tylko pięknie się rumienią. Mniejsza zawartość wody oznacza mniejsze straty przy obróbce i więcej smaku na talerzu. To ogromny komfort dla kucharza - dzięki temu łatwiej kontrolować obróbkę, porcjowanie i finalny efekt na talerzu.

Kluczowe znaczenie ma tu system chowu. Kurczak Zagrodowy rośnie 56 dni, czyli niemal dwa razy dłużej niż konwencjonalny, dzięki czemu jego mięśnie rozwijają się w naturalnym tempie. Efekt? Mięso chudsze, bardziej aromatyczne, o wyjątkowym smaku i lepszych właściwościach odżywczych. Niższe pH przekłada się na większą trwałość mikrobiologiczną, dłuższą świeżość oraz ładniejsze wybarwienie - Kurczak Zagrodowy ma jednolitą, lekko różową barwę, a to ważne - nie od dziś przecież wiadomo, że „jemy także oczami”! W kuchni, gdzie liczy się jakość, to realna przewaga.



Kuba Steuermark
szef kuchni i osobowość telewizyjna

Rozdział 2:

Zawartość wybranych pierwiastków i witamin w strukturze mięśni piersiowych i nóg

Badania przeprowadzone przez ekspertów z Instytutu Rolnictwa SGGW w Warszawie pod kątem analizy składu wykazały wyższą zawartością niezwykle ważnych dla zdrowia pierwiastków w mięsie Kurczaka Zagrodowego.

Mięśnie piersiowe Kurczaka Zagrodowego mają więcej selenu (Se), który:



wpływa na odporność i pracę tarczycy



wspomaga serce



poprawia płodność (szczególnie u mężczyzn)



poprawia kondycję włosów i paznokci

Mięśnie piersiowe Kurczaka Zagrodowego mają więcej manganu (Mn), który:

- wspiera zdrowie kości i stawów
- uczestniczy w metabolizmie energii i procesach regeneracji
- działa antyoksydacyjnie - chroni komórki przed stresem oksydacyjnym i działaniem wolnych rodników
- wpływa na prawidłową pracę mózgu i układu nerwowego, wspierając koncentrację i funkcje poznawcze
- wspomaga gojenie się ran oraz syntezę tkanki łącznej.

Mięśnie nóg Kurczaka Zagrodowego mają wyższą zawartość Magnezu (Mg), który:

- wspiera pracę mięśni (w tym serca), układu nerwowego
- wpływa na prawidłowy metabolizm energetyczny
- reguluje gospodarkę wapniową i ciśnienie krwi
- zmniejsza uczucie zmęczenia i skurcze mięśni



Mięśnie nóg Kurczaka Zagrodowego mają wyższą zawartość żelaza (Fe), które:

- odpowiada za transport tlenu we krwi i w mięśniach, co przekłada się na większą wydolność
- wpływa na odporność
- uczestniczy w procesach oddychania komórkowego i metabolizmu energetycznego

Rozdział 3:

Aktywność antyoksydacyjna mięśni piersiowych



Antyoksydanty - naturalna tarcza, która chroni nasze komórki przed stresem oksydacyjnym i spowalnia procesy starzenia. Dzięki nim organizm funkcjonuje sprawniej, a my czujemy więcej energii na co dzień.



Wyniki badań SGGW jednoznacznie wskazują:

**Mięso piersiowe Kurcząt Zagrodowych
to prawdziwy game changer wśród spożywczych
źródeł antyoksydantów dla organizmu człowieka!**

Eksperti SGGW wzięli pod lupę obecność w mięśniach piersiowych kurcząt kluczowych dla zdrowia człowieka enzymów antyoksydacyjnych. W przypadku każdego z analizowanych parametrów mięso pozyskane od Kurcząt Zagrodowych cechowała zdecydowanie wyższa jego zawartość, w porównaniu z mięsem kurcząt konwencjonalnych.

W porównaniu z mięsem pozyskiwanym od konwencjonalnych brojlerów, mięso pozyskiwane od Kurczaka Zagrodowego ma:

- ✓ ponad 2 razy więcej całkowitych przeciwutleniaczy (AOP)
- ✓ o ponad 43% wyższą zawartość peroksydazy glutationowej (GPx)
- ✓ ponad 6 razy wyższą zawartość katalazy (CAT)
- ✓ o połowę więcej polifenoli całkowitych (PP)

Mięśnie nóg Kurczaka Zagrodowego mają wyższą zawartość miedzi (Cu), która:

- uczestniczy w tworzeniu czerwonych krwinek
- wspiera układ nerwowy i odpornościowy
- uczestniczy w neutralizacji wolnych rodników
- wpływa na metabolizm żelaza i syntezę kolagenu

Rozdział 4:

Aktywność antyoksydacyjna mięśni piersiowych



Przedstawiony profil oksydacyjny mięśni piersiowych Kurcząt Zagrodowych ma istotne znaczenie z punktu widzenia zdrowia konsumenta, ponieważ wskazuje na wyraźnie wyższy potencjał antyoksydacyjny tego surowca w porównaniu z mięsem brojlerów konwencjonalnych. Zwiększona zawartość całkowitych przeciwutleniaczy, zredukowanego glutationu oraz wysoka aktywność enzymów antyoksydacyjnych, takich jak peroksydaza glutationowa i katalaza, świadczą o większej zdolności tego mięsa do neutralizacji reaktywnych form tlenu. Ma to szczególne znaczenie w kontekście ograniczania stresu oksydacyjnego, który odgrywa kluczową rolę w patogenezie wielu chorób cywilizacyjnych, w tym schorzeń układu sercowo-naczyniowego, neurodegeneracyjnych oraz nowotworowych.

Wyższa aktywność zdolności wymiatania wolnych rodników oraz większa zawartość polifenoli całkowitych dodatkowo wzmacniają prozdrowotną wartość mięsa, wskazując na jego potencjał przeciwzapalny i ochronny wobec struktur komórkowych. Z żywieniowego punktu widzenia istotne jest również to, że obecność endogennych antyoksydantów w surowcu mięsnym może przyczyniać się do zwiększenia stabilności oksydacyjnej lipidów i białek, co przekłada się zarówno na wyższą jakość zdrowotną, jak i większą trwałość produktu.

Podsumowując, mięśnie piersiowe Kurcząt Zagrodowych można uznać za surowiec o podwyższonej wartości biologicznej, który – jako element racjonalnie zbilansowanej diety – może realnie wspierać mechanizmy obronne organizmu człowieka oraz sprzyjać profilaktyce chorób związanych z nadmiernym stresem oksydacyjnym.



**dr hab. Monika
Łukasiewicz – Mierzejewska**
prof. SGGW





Badania przeprowadzone przez pracowników oraz doktorantów Katedry Hodowli i Żywienia Zwierząt Instytutu Nauk o Zwierzętach Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie wykazały, że mięśnie piersiowe pozyskane od Kurcząt Zagrodowych, różnią się od mięśni piersiowych konwencyjnych brojlerów pod względem profilu oksydacyjnego.



Mięso Kurcząt Zagrodowych jest bogatym źródłem antyoksydantów oraz innych czynników ograniczających negatywne działanie stresu oksydacyjnego – takich jak glutation, peroksydaza glutationowa, katalaza czy polifenole. Zwiększona zawartość antyoksydantów w diecie człowieka przynosi szereg korzyści związanych m.in. z neutralizacją wolnych rodników oraz chroni komórki przed uszkodzeniami, co zmniejsza ryzyko wystąpienia wielu chorób, w tym neurodegeneracyjnych i nowotworowych. Ponadto zwiększona zawartość antyoksydantów może wspierać prawidłowe funkcjonowanie układu immunologicznego i sercowo-naczyniowego. Wprowadzone do organizmu antyoksydanty wzmacniają naturalną barierę ochronną skóry, mogą ją zabezpieczać przed szkodliwym działaniem promieniowania UV, poprawiają jej wygląd i elastyczność wpływając na spowolnienie procesów związanych ze starzeniem się.



dr inż. Jakub Urban
SGGW



Dla osób trenujących dieta ma kluczowe znaczenie. Bez odpowiedniej podaży składników odżywczych nie ma mowy o budowie mięśni, regeneracji ani poprawie wyników sportowych. Mięso Kurczaka Zagrodowego wyróżnia się nie tylko korzystnym profilem tłuszczowym, ale także wyższą zawartością pełnowartościowego białka – fundamentu adaptacji treningowych. Dostarcza witamin z grupy B, które odpowiadają za produkcję energii i sprawny metabolizm. Warunkują one wydolność podczas wysiłku. Obecność żelaza wspiera transport tlenu do mięśni, co przekłada się na lepszą wytrzymałość. Cynk odgrywa natomiast istotną rolę w odporności i procesach regeneracyjnych. Uzupełnieniem są antyoksydanty, które pomagają ograniczać stres oksydacyjny po intensywnym treningu. Wspierając tym samym szybszy powrót do pełni sił.



dr Paulina Ihnatowicz
dietetyk

Rozdział 4:

Profil kwasów tłuszczowych mięśni piersiowych

Kwasy tłuszczowe to kluczowe składniki dla organizmu człowieka – wspierają poprawne funkcjonowanie mózgu i mięśnia sercowego oraz są niezbędne do syntezy hormonów. Obecne w naszej codziennej diecie stają się cichymi sprzymierzeńcami zdrowia, pomagają zachować energię, blask i dobrą formę na długie lata.

Czy wiesz, że...

Mięśnie piersiowe Kurcząt Zagrodowych charakteryzowały się wyższym poziomem zawartości 14 z 35 kwasów tłuszczowych, które eksperci SGGW oznaczyli w czasie badania?

Krótkołańcuchowe, nasycone i nienasycone kwasy tłuszczowe

kwas kapronowy (C6:0) / kwas kaprylowy (C8:0)/ kwas kaprynowy (C10:0)

- ✓ wspomagają zdrowie układu pokarmowego i pracę jelit

kwas laurynowy (C12:0)

- ✓ działanie bakteriobójcze oraz przeciwwirusowe

kwas mirystynowy (C14:0)

- ✓ jego obecność może zwiększyć zawartość kwasów z rodziny omega 3 (szczególnie DHA) w tkankach

kwas palmitynowy (C16:0)

- ✓ poprawia elastyczność skóry
- ✓ wspomaga produkcję hormonów niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania całego organizmu
- ✓ bierze udział w przekazywaniu sygnałów pomiędzy komórkami organizmu

kwas stearynowy (C18:0)

- ✓ jeden z ważniejszych składników lipidowych budujących błony komórkowe organizmu

kwas palmitooleinowy (C16:1(n7))

- ✓ wzmacnia kondycję układu sercowo-naczyniowego oraz redukuje ryzyka chorób cywilizacyjnych
- ✓ zapobiega zaburzeniom lipidowym i zespołom metabolicznym
- ✓ korzystnie wpływa na gospodarkę glukozowo-insulinową (obniża poziom cholesterolu i ma właściwości przeciwzapalne)

kwas oleinowy (C18:1cis(n9))

- ✓ rodzaj kwasu tłuszczowego omega-9
- ✓ składnik lipidowy budujący błony komórkowe organizmu
- ✓ reguluje proces regulacji metabolicznej organizmu
- ✓ prekursor dla innych kwasów tłuszczowych z grupy omega-9



Wielonienasycone kwasy tłuszczowe

Wśród kwasów tłuszczowych potrzebnych organizmowi człowieka na szczególną uwagę zasługują wielonienasycone kwasy tłuszczowe. Do tej właśnie grupy kwasów zaliczają się doskonale znane kwasy omega-3 i omega-6.

Badania SGGW wykazały, że mięśnie piersiowe Kurcząt Zagrodowych zawierają wyższe stężenie trzech kwasów z tej grupy:

- kwasu dihomo- γ -linolenowy (C20:3n6)
- kwasu eikozatrienowy (C20:3n3)
- kwasu dokozadienowy (C22:2)

CO TO OZNACZA DLA KONSUMENTA?



Wielonienasycone kwasy tłuszczowe, w tym omega-3 i omega-6, są niezbędne dla zdrowia. Ich regularne dostarczanie w diecie jest konieczne, ponieważ ludzki organizm nie potrafi ich syntetyzować samodzielnie. Pełnią one kluczowe funkcje biologiczne – uczestniczą w budowie błon komórkowych, regulują procesy zapalne, wpływają na pracę układu sercowo-naczyniowego, funkcjonowanie mózgu oraz gospodarkę hormonalną. Kwasy takie jak dihomo- γ -linolenowy, eikozatrienowy czy dokozadienowy, których wyższą zawartość w mięsie Kurczaka Zagrodowego potwierdziły badania SGGW, biorą udział w syntezie eikozanoidów. Związki te modulują odporność, reakcje zapalne i procesy regeneracyjne. Ma to znaczenie nie tylko dla zdrowia metabolicznego, ale również dla sprawności fizycznej. Szczególnie u osób aktywnych, u których kontrola stanu zapalnego i jakość regeneracji bezpośrednio przekładają się na efekty treningowe.



dr Paulina Ihnatowicz
dietetyk

kwas linolowy (C18:2cis(n6))

- ✓ wielonienasycony kwas tłuszczowy z rodziny omega-6
- ✓ kluczowy składnik lipidowy budujących błony komórkowe organizmu
- ✓ pełni rolę prekursora eikozanoidów – związków o działaniu hormonalnym, które regulują m.in. procesy zapalne, krzepnięcie krwi i inne funkcje fizjologiczne
- ✓ wchodzi w skład spoiwa międzykomórkowego skóry, wpływając na jej nawilżenie oraz właściwości barierowe

sprężony kwas linolowy (CLA)

- ✓ może wpływać na redukcję tkanki tłuszczowej w organizmie
- ✓ może wspierać wrażliwość na insulinę, wpływając na obniżenie poziomu cukru we krwi wykazuje działanie antyoksydacyjne

Wyniki badań SGGW to nie przypadek – nic nie dzieje się bez przyczyny.

Wyniki badań jednoznacznie wskazują przewagę Kurcząt Zagrodowych nad odchowywanymi w systemie konwencjonalnym brojlerami kurzymi.

Naturalnie nasuwa się pytanie:



Dlaczego tak właśnie jest?

Wyniki badań wielu autorów* zajmujących się alternatywnymi systemami utrzymania drobiu wykazały, że czynniki takie jak: zredukowana obsada, możliwość ruchu oraz przebywanie na świeżym powietrzu, a także pobieranie dostępnej na wybiegu roślinności mogą przyczynić się do poprawy jakości mięsa drobiowego. Jednakże, tylko wolno rosnące kurczęta są w pełni przystosowane do wykorzystania możliwości jakie daje dostęp do wybiegu**.

* (Castellini i wsp., 2002; Fanatico i wsp., 2005; Dou i wsp., 2009; Chen i wsp., 2013; Funaro i wsp., 2014; Skomorucha i Sosnówka-Czajka, 2015)

** (Dal Bosco i wsp., 2012; Chen i wsp., 2013; Skomorucha i Sosnówka-Czajka, 2015)

Jestem !

Kurczak Zagrodowy to coś więcej niż produkt. To sposób w jaki traktuje się zwierzęta i przyrodę – w zgodzie z naturalnym rytmem życia, bez pośpiechu i blisko natury, która w zamian oddaje najwyższej jakości mięso zdrowe dla całej rodziny.





**Źródło jakości
i zdrowia jest tam,
gdzie troska spotyka
naturę.**

Zagrodowe fakty

FAKT 1: Początek w samym sercu natury

Kurczaki Zagrodowe utrzymywane są w rodzinnych gospodarstwach na Podlasiu – w regionie, w którym szacunek dla przyrody i życie z nią w absolutnej zgodzie ma zupełnie inny wymiar, gdzie nic nie dzieje się w pośpiechu. Tu gospodarze na fermach dostosowują swój rytm dnia do rytmu dnia kurcząt i dbają o to, by miały najbardziej optymalne warunki do wzrostu.

FAKT 2: Zagrodowy żyje bez pośpiechu

Kurczak Zagrodowy to specjalnie wyselekcjonowana linia genetyczna o wolnym tempie wzrostu, której czas odchowu trwa co najmniej 56 dni. To o ponad połowę dłużej w porównaniu do kurcząt z chowu konwencjonalnego, które mają zaledwie ok. 35 dni na odchowianie. To zdecydowanie za krótki czas na zbudowanie jakościowej tkanki mięśniowej. Tymczasem przez 56 dni Kurczak Zagrodowy ma czas by prawdziwie korzystać z życia! Ma swobodny dostęp do wybiegu, a tym samym do słońca, świeżego powietrza i dużej przestrzeni, gdzie może pozwolić sobie na naturalne zachowania – grzebanie w ziemi, czy trzepotanie skrzydłami. Wie kiedy jest dzień, a kiedy noc – jego rytm dobowy podlega naturalnej regulacji, więc i jego mięśnie mają szansę rosnąć w naturalnym tempie. Właśnie dzięki temu na naszych talerzach ląduje mięso chudsze, bardziej zwarte, bogatsze w białko, naturalne antyoksydanty i witaminy.

FAKT 3: Jesteś tym co jesz – Zagrodowy ma dokładnie tak samo

Kurczak Zagrodowy przez całe swoje życie żywiony jest paszą w 100% naturalną, bez GMO i nie jest to chwyt marketingowy. Jego dieta jest prosta, w 65% złożona ze zbóż i komponentów zbożowych, a do tego uzupełniona o dodatki naturalnie stymulujące układ immunologiczny takie jak fitobiotyki (czosnek, majeranek i oregano), probiotyki – żywe kultury pożytecznych mikroorganizmów, których działanie przynosi korzystne efekty dla organizmu biorcy oraz prebiotyki, czyli grupa substancji, które nie są trawione przez organizm biorcy, a wykorzystywane są przez mikroorganizmy probiotyczne bytujące w jelitach biorcy. To dieta, która wzmacnia odporność Kurczaka Zagrodowego, który pozostaje pod stałą kontrolą zootechniczną oraz weterynaryjną, nie choruje, więc nie potrzebuje leczenia antybiotykami. Żywnione są zdrowo, więc same są zdrowe i takie też jest pozyskane od nich mięso.

CERTYFIKAT

wydany przez

Centrum Jakości AgroEko Sp z o.o.

01-171 Warszawa, ul. Młynarska 42

Niniejszym dokumentem zaświadcza się,
że



Kurczak

ZAGRODOWY
z Podlasia

wyprodukowany przez Sedar S.A. - Grupa Drosed
ul. Radzyńska 3, 21-560 Międzyrzec Podlaski

spełnia wymagania techniczne i organizacyjne w zakresie
Systemu Jakości Kurczaka Zagrodowego,
potwierdzającego wieloetapową kontrolę
procesu chowu i produkcji.

*Wolnorosnący Kurczak Zagrodowy chowany jest w małych gospodarstwach,
gdzie ma zapewniony całoroczny dostęp do zagrody na świeżym powietrzu.*

*Podczas chowu nie są stosowane antybiotyki. Kurczak Zagrodowy
żywiony jest paszami roślinnymi nie zawierającymi składników GMO
oraz kokcydiostatyków.*

*Proces chowu i produkcji Kurczaka Zagrodowego
odbywa się zgodnie z wymogami dobrostanu zwierząt.*

Termin ważności: 15.07.2023 r. do 14.07.2026 r.

Warszawa, 15.07.2023 r.

WICEPREZES ZARZĄDU

(Podpis osoby upoważnionej)



Centrum Jakości AgroEko Sp. z o.o.

Jednostka certyfikująca systemy jakości żywności