

## FOGYASZTÁSI SZOKÁSOK A LISZTÉRZÉKENYEK KÖRÉBEN, ÉS A FINOM GLUTÉNMENTES KENYÉR TÖRTÉNETE: A GLULU MÁRKAÉPÍTÉSE

### CONSUMPTION PATTERNS OF GLUTEN-INTOLERANT PEOPLE AND THE STORY OF DELICIOUS GLUTEN FREE BREAD: THE BRANDING OF GLULU

*Prokisch Lilla*

Debreceni Egyetem, Gazdaságtudományi Kar  
Kereskedelem és Marketing BA szak III. évfolyam

#### ÖSSZEFOGLALÁS

A lisztérzékenység súlyos élelmiszerintolerancia, amit Magyarország lakosságának 1,5-2%-ánál diagnosztizáltak. A lisztérzékenységre egyetlen gyógymód az élethosszig tartó gluténmentes diéta. Teljesen ki kell zárni az étrendből a búzában, rozsban és árpában megtalálható fehérjét: a glutént. Ezzel elkerülhetőek a nem diagnosztizált lisztérzékenység eredményeként kialakuló súlyos megbetegedések. Mióta kiderült, hogy lisztérzékeny vagyok, folyamatosan foglalkozom gluténmentes kenyerek és sütemények fejlesztésével. A célom kezdetben az volt, hogy a fogyasztók igényeit felmérve kifejlesszek egy igazán ízletes gluténmentes kenyeret, illetve ezek alapján saját vállalkozás, péküzem elindítását is célul tűztem ki. Először egy kérdőíves kutatásban 438 lisztérzékeny, gluténmentes diétát tartó személy adatközlése és véleménye alapján megállapítottam, hogy mit és mennyiért vásárolnak a lisztérzékenyek. Megállapítottam, hogy mire van igazán szükségük, milyen elvárásaik vannak a termékekkel kapcsolatban. Sikerült a saját receptjeim alapján olyan gluténmentes kenyeret sütnöm, amelynek nincsen rossz utóíze, és visszaadja a kenyérévés örömét a lisztérzékenyeknek. Ezzel jelentkeztem az !gen – Innovatív Generáció – Debrecen nevű versenybe, ahol négy segítőt kaptam az ötletem - a gluténmentes pékárut gyártó üzem - megvalósításához. A márka a Glulu nevet kapta, amely a glutén szóból és a Lulu becenevemből született. 2015 márciusában alakultunk csapattá, azóta pedig már a saját vállalkozásunk, a Glulu Pékmanufaktúra Kft. tulajdonosai vagyunk. A Kft-t öten alapítottuk. A küldetésünknek azt tekintjük, hogy az összes lisztérzékeny számára „egy falatnyi boldogságot” nyújtsunk a termékeinkkel. Már heti öt alkalommal gyártunk termékeket a saját üzemünkben, illetve folyamatosan dolgozunk az eladáson, a marketingen és további termékek fejlesztésén. A termékeinket kérdőíves kutatásban hasonlítottam össze a többi gluténmentes termékkel. A kutatással arra kerestem választ, hogy a lisztérzékenyek mennyire vannak megelégedve a piacon kapható gluténmentes pékárúkkal, illetve, a Glulu termékeink minőségben különböznek-e a többi gluténmentes versenytárstól a fogyasztók megítélése szerint. A kérdőíves kutatásban résztvevő 187 megkérdezett a Glulu termékeit szignifikánsan finomabbnak, designosabbnak értékelte, mint a piacon kapható termékeket.

*Kulcsszavak: gluténmentes, Glulu, finom, lisztérzékeny, pékárú fogyasztás*

#### ABSTRACT

Gluten intolerance is diagnosed at the 1,5-2% of Hungary's population, and should be taken serious. The only cure is a life-long lasting gluten-free diet for those, who suffer from coeliac: it means one must stop eating the protein found in wheat, rye and barley. The reason of coeliacs have to go on a diet is, that they can only avoid the non-diagnosed coeliac disease caused serious illness this way for the future. I have been experimenting with gluten-free bread recipes since it turned out that I have gluten intolerance. First of all, my plan was to create the most delicious gluten-free bread recipe, considering the consumer needs. My goal was to launch an own entrepreneurship and a gluten-free bakery. At first I made a survey, where I asked 438 people, who are on a gluten-free diet. I found out what kind of food they buy and for how much. I also got to know what the gluten intolerants desire, and what their expectations are in connection

with gluten-free goods. Successfully I made a gluten free bread based on my own recipes, which does not have a bad after taste. "It gives back the happiness of eating gluten free for the gluten intolerants" – as I always say. Then I applied to the !gen – Innovative Generation – Debrecen titled competition with the idea of launching a gluten free bakery, with my own recipes. I got four people besides me to manage my idea into reality. The brand name - Glulu - came from the gluten word and my nickname: Lulu. We met each other in 2015, and since then, we have been managing our enterprise, the Glulu Bakehouse Ltd. It was founded by the five of us. Our mission is to make sure that all of the gluten intolerants receive "a bite of happiness". We produce goods every week days in our factory. Five times a week. We are working eagerly on sales, marketing and the product development. I made another survey, in which I asked the people who filled it in, to compare our Glulu products with the other ones on the market. My aim was to find out how high the satisfaction is with the gluten-free bakery goods among the gluten intolerants on the Hungarian market. And that how does the Glulu products' quality differ from the other goods in the consumers' opinion. The 187 people who filled in my survey considered our Glulu products significantly better than the other gluten-free ones on the market.

*Keywords: gluten-free, Glulu, delicious, gluten-intolerant, bakery product consumption*

### BEVEZETÉS

„...Úgy kell a boldogság, mint egy falat kenyér...” – írta József Attila. Aki pedig lisztérzékeny, úgy vágyik egy falat (finom) gluténmentes kenyérré, mint a boldogságra.

A dolgozatom témája: a lisztérzékeny emberek gluténmentes termékek, pékáruk fogyasztási/vásárlási szokásai, illetve a debreceni gluténmentes péküzem: a Glulu története. A témaválasztásomnak az oka, hogy lisztérzékeny vagyok, illetve, hogy a Glulu Pékmanufaktúra Kft.-nek az egyik tulajdonosa is.

A lisztérzékenység fogalma egyre szélesebb körben kezd ismerté válni. Ha a fogalommal találkozunk is az ember, nem feltétlenül gondol arra, hogy ő is érintett lehet valamely ételintoleranciában. Magyarország lakosságának 1-2%-a tudja, hogy lisztérzékeny, pedig legalább 10-szer ennyi személy valóban az. Illetve egyre inkább jellemző, hogy egyesek – mondhatni a trendkövetők - divatból kezdenek gluténmentesen táplálkozni, mert azt gondolják, hogy ez egészségesebb életmódhoz vezeti őket (PROKISCH és RIDEG, 2015).

Fontos tudni, hogy a diéta nem fogyókúrát jelent, hanem életmódváltást. Általában arra aszociálunk, hogy súlyvesztés célja miatt kevesebbet és mást esznek az emberek, ha diétáznak. Ezért is gondolják a legtöbben, hogy fogyhatnak, ha gluténmentes diétát folytatnak. Pedig sokszor még több kalóriát és ráadásul kevesebb rostot tartalmaznak a gluténmentes termékek (pl. fehér rizs, kukorica), mint a gluténtartalmúak (búza, árpa, rozs).

„A lisztérzékenység, azaz a glutén-intolerancia, az orvosi szóhasználatban coeliakia (magyarul: cöliákia) egy autoimmun-betegség. A szervezet az élelmiszerben előforduló glutén hatására a bélbolyhokat megtámadó és károsító ellenanyagot termel. A lisztérzékenység súlyos fogyatékoság, kezelésének nincs gyógyszeres módszere. Az egyedüli terápia az egész életen át tartó gluténmentes diéta (MÁRIASS, 2014).

A glutén a kalászos gabonafélékben lévő siker, amely két fehérje (gliadin és glutenin) keveréke. A lisztérzékenység leggyakoribb formájában a glutén fogyasztása emésztőrendszeri panaszokat és súlyos tápanyag-felszívódási zavarokat okoz (HORACSEK, 1995). Emiatt kell a lisztérzékeny fogyasztóknak odafigyelni arra, hogy mit esznek. Mielőtt megvásárolnák az élelmiszereket, meg kell nézni, hogy azok milyen allergénanyagokat tartalmaznak. Könnyebbé teszi a fogyasztók számára, ha látják a gluténmentes jelzést, feliratot az áruk csomagolásán. „Fontos, hogy a különböző termékeket megfelelő módon címkézzék fel annak biztosítása érdekében, hogy a lisztérzékenységben szenvedők megfelelően használják azokat.” – olvashatjuk az

Európai Unió 41/2009/EK rendeletében, mely a coeliákiával diagnosztizált személyek számára gyártott és forgalmazott élelmiszerek jelölésére vonatkozik (PROKISCH és RIDEG, 2015).

Ha az élelmiszer bármely komponense allergénanyagot tartalmaz, – de az nem derül ki egyértelműen az összetevők megnevezéséből (pl. módosított keményítő) – akkor arra utalni kell (HORACSEK, 2011). Egy termék akkor gluténmentes, ha gluténmentes alapanyagokból készült, és ki van zárva a gyártás során előforduló szennyeződés lehetősége is. A gluténmentesség igazolásához hiteles bizonyítéknak számít az akkreditált laboratóriumi vizsgálati eredmény. Mind a laboratóriumra, mind a mérési módszerre ki kell, terjedjen az akkreditáció. Ha a gluténmentesség mérés által igazolva van, és a termék be van jelölve különleges táplálkozási célú élelmiszerként az Országos Élelmezés és Táplálkozástudományi Intézet (OÉTI)-nél, akkor viselheti a „gluténmentes” jelzöt. A legismertebb embléma: egy búzakalász áthúzva. A jelölés azt jelenti, hogy a glutén mennyisége nem haladja meg a 20 mg/kg-os határértéket. Ma már Magyarországon is több olyan laboratórium van, ahol ezeknek megfelelően végeznek gluténtartalom-mérést, így a jelzésekkel is elláthatják ezen áruk csomagolását (Táplálékallergia Centrum, 2011).

## ANYAG ÉS MÓDSZER

A dolgozatomban szekunder, illetve primer adatgyűjtést végeztem. A primer kutatást további két csoportra szoktuk bontani: kvalitatív (minőségi) és kvantitatív (mennyiségi) módszerekre. Ez azt jelenti, hogy megpróbáljuk feltárni, a fogyasztók vásárlási szokásai hogyan térnek el egymástól, és miért viselkednek úgy ahogy. A kvalitatív kutatás eredményei nem számszerűsíthetők, nem lehet általános következtetéseket levonni. Ezzel szemben a kvantitatív kutatás eredményei számszerűsíthetők, általánosíthatók a vizsgált alapsokaságra. Kvantitatív kutatás: pl. a kérdőív is.

A dolgozathoz szükséges kutatásaim két kérdőív kutatásból és egy esettanulmányból - a gluténmentes péktermékeket gyártó Gluluból Pékmaufaktúráról - állnak. A kérdőíveket csupán lisztérzékenyek, gluténmentesen diétázók vagy lisztérzékenyekkel szoros kapcsolatban álló személyek töltötték ki. Az első kérdőív a lisztérzékenyek vásárlási szokásait vizsgálja, melynek kitöltése online, illetve papír alapon történt. Ezen kutatásnak az elemzéséből készült egy publikációm Rideg András segítségével, aki tanársegéd a Pécsi Tudományegyetem Közgazdaságtudományi Karán. Ez a cikk a Sugó szemle tudományos egyetemi folyóiratában, illetve online jelent meg. A kutatás 2014 nyarán kezdődött, a cikk viszont 2015-ben jelent meg. A másik kérdőív kutatás online történt - a legismertebb közösségi oldalon lett megosztva lisztérzékeny csoportokban. A Glulu, illetve a gluténmentes pékáruk fogyasztási és vásárlási szokásait és az azokkal való elégedettséget mérte fel. A két kérdőíves kutatás között egy év telt el, mert ez utóbbi kutatás 2015 nyarán kezdődött.

## EREDMÉNYEK

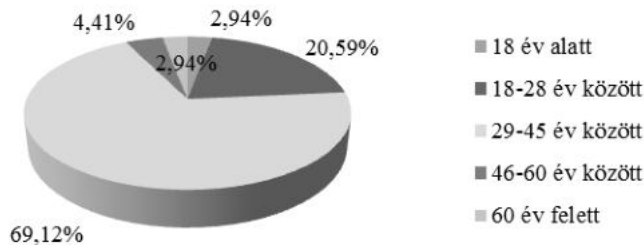
### **1. Az első kérdőív kutatás: A lisztérzékeny fogyasztók vásárlási szokásainak felmérése, és a gluténmentes termékek kínálatának jellemzése magyarországon**

#### ***1.1. A vásárlási szokások***

A Glulu Pékmanufaktúra szempontjából a cél, hogy fény derüljön: mely árufajtákat vásárolják a leggyakrabban, mire a legnagyobb az igény a lisztérzékenyek körében, illetve fontos kérdés, hogy melyik korosztály a legfontosabb szegmense a piacnak.

A vásárlások gyakoriságát a leggyakrabban használt termékfajtákra szűrve az figyelhető meg, hogy hosszú lejáratú idejű élelmiszert (lisztet, gyorsfagyasztott ételeket, szárazsüteményeket) többet vesz, aki havonta vagy annál ritkábban vásárol. Ők a beraktározók: szeretik, ha mindig fel van töltve az otthoni készlet. Ez jellemző lehet a hetente vásárlókra is, akik – a felm-

rés szerint – fele annyit költenek, mint a havonta boltba járók. Kevesebb terméket vesznek egyszerre, mert arra törekednek, hogy mindig legyen náluk abból, amire szükség lehet, de ne álljon túl sok minden a szekrényben, vagyis többször vesznek rövidebb ideig eltartható ételeket (pl. pékárukat), mint akik kisebb időközönként vásárolnak. A hetente többször vagy akár naponta friss pékárukat vásárlók kisebb arányban vesznek liszteteket, mert valószínűleg nem is használják olyan gyakran azokat. Azt gondolnánk, hogy a kollégistákra, nem otthon-lakó fiatalokra jellemző leginkább, hogy nem tudják vagy nincs lehetőségük elkészíteni maguknak a süteményeket, finomságokat. Ám a kérdőíves vizsgálat alapján a 69%-a 29-45 év közötti azoknak, akik hetente többször vagy akár naponta járnak az üzletbe friss, előre elkészített uzsonnáért (1. ábra). A gluténmentes ennivalókat nehéz igazán kívánatosra, jó állagúra otthon elkészíteni, ezért könnyebbséget jelent készen megvásárolni például a kenyereket és péktermékeket.



**1. ábra: A hetente többször vagy a naponta friss pékárukat vásárlók közötti életkoreloszlás függvénye**

(18 év alatt=2 személy, 18-28 év között=14 személy, 29-45 év között=47 személy, 46-60 év között=3 személy, 60 év felett=2)

Forrás: Saját kutatás, 2015

Jelentős célpiaac a „gluténmentes anyukák”, vagyis, akik a lisztérzékeny gyermekeiknek vásárolják a készételeket. Hiszen a gyerekeknek sokszor nehezebb megfelelni. Már az is probléma lehet, hogy szeszámag van a zsemle tetején - sokszor tapasztaljuk a Glulu-nál, hogy vagy rengeteg összetevőfélére érzékeny egy gyerek, vagy van olyan összetevő/ édesítés, melyet nem szívesen fogyaszt. Ám, hogyha az eladók kóstolókat tartanak egyes gluténmentes termékekből a kihelyezett szaküzletekben, és ízlik a gyerekeknek a kis falat, melyet megevett, akkor biztosan többször meg fogja vásárolni az anyuka azt a terméket a gyermekének, ha egyedül megy is be az üzletbe vásárolni. A másik oka, hogy nem mindig sütik maguk a kenyeret otthon az anyukák, mert az nagyon időigényes, és még nem is biztos, hogy megfelelően sikerül (Prokisch-Rideg, 2015).

**1.2. A fogyasztói javaslatok kiértékelése**

A „Ha megdobnak kövel, dobj vissza kenyérrrel.” mondásunk akár a Bibliából származik, akár nem, akkor is viccesen értelmezzük mi, lisztérzékenyek. Mert köztudottan olyan kemények az átlagos gluténmentes kenyerek, mint egy kő.

„Milyen termékeket tudna elképzelni a gluténmentes kínálatban még?” – így szól a kérdés a kérdőív legvégén: „Pékárukat, amely megfizethető és nem olyan, hogy fejbe lehet verni vele bárkit!” - írták a kérdésre. A legtöbben a számukra fogyasztható (finom és puha) kenyereket, kalácsot és a friss pékárukat hiányolják az üzletek polcairól. A magyar lakosság 1-2%-a tud arról, hogy lisztérzékeny, vagyis nincs olyan széles felvevőpiaca a gluténmentes friss péktermékeknek, mint a rendes búzából készülteknek. Így nagyon ritka, hogy tartósítószer mentes termékekhez tudnak jutni a lisztérzékenyek. Néhány szaküzletben mégis van lehetőségük rá: a Mester család már évek óta kínál friss gluténmentes termékeket az üzleteiben országszerte, Budapesten pedig

újonnan nyílt a Free - gluténmentes pékség, illetve Debrecenben a GLULU – gluténmentes pékmanufaktúra kívánja a lisztérzékenyek friss finomságok iránti igényeit kielégíteni. Egyelőre a piac ki van szolgáltatva ezeknek a vállalkozásoknak, szinte nincs helyettesítő termék, nem olyan nagy a verseny, mint más élelmiszereknél. A friss gluténmentes pékárúk kínálata piaci résnek számítanak most – pláne Magyarországon a kisebb városokban/ településeken – melyet érdemes kihasználni. A kérdés, hogy meddig lesz ez így? (PROKISCH és RIDEG, 2015).

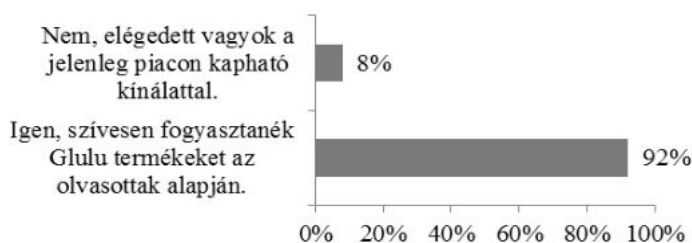
„Fagyasztott, gyorsfagyasztott termékeket, cukrászsüteményeket, és mindenképp nagyobb választékot, általában elterjedtebb gluténmentes termékkínálatot tudnék elképzelni a magyar piacon.” A fagyasztott termékekben valóban van lehetőség. A Family Frost rájött, hogy érdemes a gluténmentes piac felé nyitni, így a termékpalettajáról több terméket is fagyaszthatnak a lisztérzékenyek (11).

## 2. A 2. kérdőív eredményeinek kiértékelése: A gluténmentes kenyerekkel, péktermékekkel kapcsolatos fogyasztási szokások felmérése, a Glulu termékek ismertségének- és a fogyasztói attitűdöknek vizsgálata a márka felé

### 2.1. Mennyire nyitottak az újdonságokra, vagyis a Glulu gluténmentes termékekre?

Az első kérdőív kutatásomból kiderült, hogy az jellemzőbb, hogy nyitottak az újdonságokra a lisztérzékenyek Sőt, ha nem csalódnak a termék ízében, még márkahűvé is válnak, szívesen vásárolják többször azt. A második kutatásban az volt a célom, hogy felmérjem, nyitottak-e a Glulu termékek megkóstolására, kipróbálására azon személyek, akik a kérdőív lekérdezésében részt vettek. A kérdés így szólt: A gluténmentes Glulu péktermékek rostban gazdagok, igazán finomak és nincsen (rossz) utóízük (Lásd: [www.facebook.com/glulupekmanufaktura](http://www.facebook.com/glulupekmanufaktura)). Szívesen fogyasztaná őket az eddigi péksütemények helyett? (1. Igen, szívesen fogyasztanék Glulu termékeket az olvasottak alapján., 2. Nem, elégedett vagyok a jelenleg piacon kapható kínálatl.)

Az eredmény magáért beszél: 92%-a a vizsgált sokaságnak megkóstolná a termékeinket, ha eddig még nem tette (2. ábra). A lisztérzékenyek alacsony száma az, aki elégedett az eddigi kínálatl, ám akik ezt a választ jelölték meg: 87%-uk otthon is szokott sütni magának, tehát nem feltétlenül a készen vásárolható termékekkel van megelégedve, hanem a lisztekkel, félkész termékekkel.



2. ábra: A kérdőívet kitöltők Glulu termékek kóstolására való nyitottsága (n=178)

Forrás: Saját kutatás, 2015

### 2.2. Öröklődő betegség, de vajon az a jellemző, hogy többen lisztérzékenyek a családon belül?

Ha valakiről kiderül, hogy lisztérzékeny, akkor leszűrjük az egész családot, hogy esetlegesen kitől örökölhette vagy örökölte-e más valaki is közülük. Mivel ez egy autoimmun betegség, amely örökletes, azt feltételeznék az ember, hogy a legnagyobb arányban a „Többen is érintettek vagyunk lisztérzékenységen a családból.” választ fogják megjelölni. Ehelyett a lekérdezett személyek 60%-a csupán ő maga lisztérzékeny a családból és a 18%-a jelölte, hogy több családtag is érintett (3. ábra). A Glulu számára ez azt jelenti, hogy nagyon sokan vannak, akik csak egyedül esznek gluténmentes termékeket egy háztartásban, így a kisebb kiszerezésű termékeket

jobban preferálják. Vagyis csomagoljuk a termékeket úgy, hogy mindig frissen tudja fogyasztani az is, aki nem eszik sokat. Ezért: általában 100 g-osával kaphatóak a ropogtatnivalók, sós és édes pékáruk. A kenyeret viszont 450 g-os kiszereelésben áruljuk, de külön rendelésre tudunk 330 g-osat és akár 160 g-os mini kenyeret is készíteni.



3. ábra: A „Milyen mértékben érintett lisztérzékenységben az Ön családja?” kérdésre adott válaszok aránya (n=187)

Forrás: Saját kutatás, 2015

Az első - vagyis a szűrő - kérdésre adott válaszok eredményéből megtudhatjuk, hogy az összes elemszám kicsit több, mint 10%-a, aki nem lisztérzékeny, mégis gluténmentesen eszik. Pár éve fedezték fel az NCGA, azaz a nem-cöliakiás gluténszenzitivitást egyes betegeknél. Ez azt jelenti, hogy vérből nem kimutatható a lisztérzékenység, ám annak a tüneteit produkálja, így nem fogyaszt gluténtartalmú ételeket, akik ebben érintettek. Amerikában már most nagy divat a gluténmentes diéta, sokan jobban érzik magukat tőle, ez biztosan nem véletlenül van (UMBERTO, 2014)

### 3. Esettanulmány: a Glulu „sztori” avagy fiatalon is lehet sikeresen vállalkozni

*„Azért nem nősz, mert nem eszel elég kenyeret.”*

„Hogyan derült ki, hogy lisztérzékeny vagy?” – szokott lenni az első kérdés, ha elmondom, nem ehetek akármit. Minden lisztérzékenynek megvan a saját története, hogy milyen tünetei voltak a diagnosztizálásuk előtt. Nálam az alacsony növés, későn való érés, étvágytalanság, emésztési problémák, puffadás (pókhas), vérszegénység voltak a tünetek.

2009-ben diagnosztizáltak a lisztérzékenységet, amikor is végig szűrték a családomat – ahogy az lenni szokott. Rájöttek az orvosok, hogy apa szintén lisztérzékeny, tőle örököltem ezt az autoimmun betegséget.

Aztán merült fel a kérdés, hogy: akkor milyen kenyeret ehetünk? Vajon az ízleni fog-e? Az életmódváltást követő évben rájöttem, hogy hiányzik valami kenyérhez hasonló készítményt reggelire vagy, hogy szendvicset vigyek az iskolába, amelyet meg is eszek és nem kell kidobni, mint azelőtt. Elhatároztam, hogy igazán finom gluténmentes kenyeret fogok készíteni. Kollár Anita – a Stahl magazin volt (fő)szerkesztője, jelenleg az Ízek és Érzések receptmagazinnak a gluténmentes rovatvezetője – két éve írta meg az első magyar gluténmentes receptkönyvet: „Gluténmentes és finom” címmel, melyben a legjobb külföldi receptekhez hasonló – saját maga által fejlesztett – kenyerek, tészták, sütemények készítését mutatja be olvasóinak. A receptkönyv kiadása után, Anita receptjei alapján próbálkoztam én is kenyérsütéssel. Rájöttem, hogy nagyon nehéz utóíz nélküli kenyeret készíteni. Elkezdtem saját magam a gluténmentes receptek fejlesztését, Anita receptjei alapján. Az volt a célom, hogy létrehozzak egy olyan kenyérreceptet, amelynek semleges-, de mégis nagyon finom az íze.

Majdnem egy éve történt, hogy sikerült kisütnöm az egyik legfinomabb kenyeret, amit valaha ettem. Szerettem volna ezt másokkal is megosztani. Ezért jelentkeztem az Innovatív Generáció Debrecen – az !gen nevezetű – versenyre, ahol dolgozni vágyó szorgalmas akár fiatalokat, akár „tapasztaltabbakat” keresnek, hogy ötletük megvalósításával „jobbá tegyék a világot”. Mint ötletgazda indultam – a gluténmentes kenyér-, zsemle-, grissini-, csokis süti receptekkel – ezen a versenyen. A célom az volt, hogy egy termékcsaládot, illetve egy márkát hozzunk létre, építsünk fel közösen egy (ki-ki a maga területén) profi és szorgalmas csapattal. Végül egy remek öt főből álló – mostanra már – „kiscsalád” jött össze.

Miután a csapat tagjai megismerkedtek a termékekkel, elkezdtünk minden vasárnap gluténmentes termékeket gyártani. 2015 márciusában még egy egyetemi cég neve alatt dolgoztunk a Glulu csapattal bérgyártásban. Pár hónappal később pedig megalapítottuk a saját vállalkozásunkat: Glulu Pékmanufaktúra Kft. néven. Majd saját üzemünk, alkalmazottaink és egyre több viszonteladónk lett Debrecen és környékén. Elképesztő, hogy az ötletem és a versenybeli csapatunk megszűlése után egy fél évvel már valódi céggé és munkahellyé építettük a „Glulut”. Ezt igazi csodának éljük meg.

Azóta a három-négy receptből már több mint negyven receptünk van, melyeket heti három alkalommal gyártjuk. Hétfőn, szerdán és pénteken szállítunk frissen termékeket a debreceni üzletekbe. Minden termékünk glutén- és laktózmentes, hihetetlenül gazdag rostban (így jót tesz az emésztésnek), illetve nem melleleg nagyon finom.

A Glulu Pékmanufaktúra Kft. tulajdonosai:

- Göblyös Béla, ügyvezető
- Asztalos Zoltán, operatív vezető
- Borotea Boglárka Bella, pénzügyi vezető
- Kádár Tamás, kereskedelmi vezető
- Prokisch Lilla alapító, termékfejlesztő

### KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK

A kutatásokból az derült ki, hogy a legnagyobb szükségük a fogyasztóknak a lisztekre, pékárukra van. Itthon még folyamatos fejlesztésre szorul a kenyerek, pékáruk kínálata, a legtöbb vásárló nem elégedett vele. A nyugati országokban jóval több gluténmentes terméket találhatunk az üzletek polcain, mint Magyarországon. A cél a folyamatos bővülés, ezért egyre több vállalkozás/ termék lépett be 2015-ben is a gluténmentes piacra Magyarországon (pl a Glulu Pékmanufaktúra, az Aglutén márka, a Free Pékség). Sőt nem csak a szaküzletekben és a hipermarketekben, hanem már a Family Frost-nál is lehet gluténmentes termékeket kapni: a termékkatalógusban áthúzott búzakaiasz emblémával jelzik, ha az étel gluténmentes. A kiszállítás pedig egyszerű: hűtőautóik segítségével a fogyasztók számára házhoz viszik a náluk kapható termékeket. A kérdőívet kitöltő fogyasztók azt igénylik, hogy bővüljön a fagyasztott termékek kínálata, illetve legyen több a boltokban kapható kenyér és pékáru. Ez a két javaslat egy ötletben megvalósítható lehetne úgy, ha többféle fagyasztott kenyér készülne, amelyek akár a Family Frost kínálatában is megjelenhetnének (PROKISCH és RIDEG, 2015).

Az egészségturizmus egyik új trendje közé tartozik a gluténmentes ételek ismerete (PICHLER, 2011). Az éttermek, szállodák, (kórházak) számára egyre fontosabb, hogy tisztában legyenek a lisztérzékenységgel, vagyis a számukra fogyasztható ételekkel és azok elkészítési/tárolási módjával. Mivel nem nagy vagy nem feltétlenül mindennapos az igény a gluténmentes ételekre (pl. kenyérré) a szállodákban, ezért fontos, hogy sokáig eltarthatóak, ehetőek és mindemellett finomak legyenek. Ezért a fagyasztott gluténmentes termékek egyik fő célpiaca maga a turizmus kellene, hogy legyen. A Glulu kenyerek egyelőre nem tarthatóak el sokáig. A célunk a közeljövőben, hogy fagyasztott pékárukat is tudjunk árulni. Egyelőre még csak a friss termékek

gyártása a feladata a Glulu Pékmaufakúrának, ám még a termékek bevezetési életciklusában tartunk.

Arra következtettem a dolgozatom kutatási eredményeiből, hogy a Glulu Pékmanufaktúrának van jövője. Azt gondolom, hogy további fogyasztói kutatások, kóstoltatások, fókusz-csoport vizsgálat szükséges ahhoz, hogy mindig újdonságokkal és remek termékekkel tudjunk a magyar piacra lépni és a Glulu márka ismertségét bővíteni.

#### FELHASZNÁLT IRODALOM

- (1) Egészséges Táplálkozás (2014. Október 28.): „Gluténmentes Burger a Mcdonald's-ban”, [http://www.kosarmagazin.hu/inet/kosar/hu/cikkek/2014/october\\_14/glutenmentes\\_termekek.html](http://www.kosarmagazin.hu/inet/kosar/hu/cikkek/2014/october_14/glutenmentes_termekek.html)
- (2) Horacsek M. (2011): „Amit az élelmiszerek címkézéséről, jelöléséről alapvetően tudni érdemes” [http://www.oeti.hu/download/amit\\_az\\_elelmiszerek\\_cimkezeserol.pdf](http://www.oeti.hu/download/amit_az_elelmiszerek_cimkezeserol.pdf)
- (3) Horacsek M. (1995): Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet, „A gliadin kimutatása élelmiszerekben” <http://www.chemonet.hu/hun/food/phd/kerteszhoracsek.html>
- (4) Máriáss M. (2014), „Lisztérzékenység tünetei és kezelése” [http://www.hazipatika.com/betegsegek\\_a\\_z/liszterzekenység/316](http://www.hazipatika.com/betegsegek_a_z/liszterzekenység/316)
- (5) Prokisch L. – Rideg A. (2015): A lisztérzékeny fogyasztók vásárlási szokásainak felmérése és a gluténmentes termékek kínálatának jellemzése Magyarországon, Sugo Szemle. 2. évf. (2015), 1. szám, pp. 41-59.
- (6) Táplálékallergia centrum (2011): „A gluténtartalom jelöléséről röviden” [https://www.taca.hu/download/a\\_glutentartalom\\_jeloleserol\\_roviden.pdf](https://www.taca.hu/download/a_glutentartalom_jeloleserol_roviden.pdf)
- (7) Táplálékallergia centrum (2011) [www.taplalekallergia.hu](http://www.taplalekallergia.hu)
- (8) Umberto V. (2014): Gluténmentesen, A Lisztérzékenyek Érdekképviseletének Országos Egyesülete hivatalos lapja, 2014 augusztus, XVIII. évf. 2. szám, A gluténfüggő betegségek fejlődése, A coeliakiától a nem-coeliakiás glutén szenzitivitásig
- (9) II: <https://glutenerzekenység.hu/a-nebih-rendelte-el-a-szarvasi-rizsliszt-kivonast-a-forgalombol/>