

Media : Berita Harian  
Date : 19 Oct 2018

MELALUI Kaji Selidik Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) 2017, 23 daripada 25 orang remaja di Malaysia tidak mengamalkan pengambilan sayur-sayuran yang mencukupi dalam diet harian mereka. Hal ini disebabkan oleh tabiat pemakanan yang kurang sihat yang sering diamalkan oleh rakyat Malaysia iaitu tidak mementingkan pengambilan sayur-sayuran dalam kuantiti yang sepatutnya.

Berdasarkan Penciptaan Nilai Bersama oleh Kumpulan Ajinomoto (ASW) untuk menangani keperluan sosial, Ajinomoto (Malaysia) Berhad (AMB) telah melancarkan Kempen "CAMPUR, CAMPUR, SIAP!" yang bertujuan untuk memupuk sikap mementingkan pengambilan sayur-sayuran yang mencukupi dalam diet harian sehingga menjadi satu kebiasaan dalam kalangan rakyat Malaysia.

Kempen yang berlangsung selama 3 bulan ini bermula dari bulan Ogos hingga Oktober 2018. Semasa kempen ini berlangsung, resipi masakan berasaskan sayur-sayuran yang mudah, cepat, berkhasiat dan lazat iaitu "Sayur Labu Campur" telah dikongsikan kepada orang ramai terutamanya suri rumah muda agar mereka dapat menyediakan makanan yang sihat untuk keluarga mereka. "Sayur Labu Campur" merupakan resipi daripada pelbagai sayur-sayuran yang berbeza seperti brokoli, bunga kobis bersama bahan tambahan yang istimewa iaitu labu dan ayam. Sayur-sayuran ini kaya dengan nutrien terutamanya labu yang tinggi

## MEMPROMOSIKAN GAYA HIDUP SIHAT MELALUI KEMPEN "Campur, Campur, Siap"



dengan kandungan serat serta baik untuk pencernaan dan beta-carotene yang baik untuk sistem imunisasi. Resipi ini amat sesuai bagi suri rumah yang sibuk dengan jadual harian kerana resipi ini sangat mudah untuk disediakan.

Selain daripada sesi perkongsian resipi, suri rumah juga berpeluang untuk melihat demonstrasi memasak yang dikendalikan oleh pelakon terkenal Malaysia iaitu Yana Samsudin yang menunjukkan proses penyediaan "Sayur Labu Campur" yang mudah dan berkhasiat sempena Kempen "CAMPUR, CAMPUR, SIAP!" ini.

Siaran langsung demonstrasi memasak "Sayur Labu Campur" oleh Yana Samsudin ini boleh ditonton

di akaun Facebook Ajinomoto Malaysia dan saluran Youtube MYAJINOMOTO. Melalui saluran-saluran ini, suri-rumah yang beminat dengan masakan dapat mempelajari kaedah memasak yang efektif untuk menyediakan hidangan berasaskan sayur-sayuran sekali gus menggalakkan keluarga mereka untuk mengambil sayur-sayuran yang mencukupi dalam diet harian melalui cara yang lebih kreatif.

Selain demonstrasi masakan tersebut, video memasak "Sayur Labu Campur" dan petua memilih sayur yang berkualiti oleh Chef Fikree juga boleh ditonton melalui saluran Youtube MYAJINOMOTO dan akaun Facebook Ajinomoto

Malaysia serta akaun Sedapedia. Sempena Kempen "CAMPUR, CAMPUR, SIAP!", AMB juga menganjurkan lawatan trak mudah alih di sekitar Lembah Klang bermula 8 September hingga 19 Oktober 2018 yang meliputi kawasan pejabat, kawasan perumahan dan pasar raya yang berdekatan. Warganegara Malaysia adalah sangat dialu-alukan untuk mengunjungi mana-mana trak mudah alih AMB untuk berpeluang memenangi hadiah-hadiah yang disediakan dengan kapsyen #CatchAjiTruck. Selain itu, beberapa aktiviti menarik yang lain turut dianjurkan seperti demonstrasi memasak "Sayur Labu Campur" yang lazat dan pengunjung berpeluang untuk merasai sendiri kelazatan hidangan tersebut. Pengunjung juga berpeluang untuk membeli "Pakej Promosi" dan mendapat apron secara percuma.

Kempen "CAMPUR, CAMPUR, SIAP!" ini diharapkan dapat menjadi batu loncatan bagi rakyat Malaysia untuk memulakan pengambilan diet seimbang dengan khasiat sayur-sayuran yang mencukupi dalam kehidupan seharian mereka.

