

Фестиваль для вегетарианцев прошел в Южном округе

11.07.2016

В эти выходные на летней площадке культурного центра ЗИЛ прошел MOSVEGFEST. Кто выступил на сцене фестиваля для вегетарианцев и что можно было попробовать, узнал наш корреспондент. Об этом он расскажет в рубрике «Проверено на себе».

Территорию летней площадки поделили на несколько зон, я постаралась пройти по всем и узнать, что интересного приготовили организаторы.

Фудкорты

Когда бываешь на таких мероприятиях, всегда хочется узнать, что же они – вегетарианцы – едят. Все улочки уставлены шатрами, где бесплатно можно попробовать здоровую пищу. Впервые попробовала вкус натуральной арахисовой пасты. Продавец рассказала, что они делают ее и соленую и сладкую: с кокосом, перцем, зеленью, фундуком. Женщина рядом со мной купила сразу несколько баночек лакомства. Цены, как меня заверили продавцы, на ярмарке «не кусаются».

Меня привлекла вывеска «Эко мороженое». Пока я стояла в очереди, то смогла изучить технологию его приготовления. Чем-то она схожа с блинами. На разогретую поверхность тонким слоем наливается йогурт, вкус которого вы выбрали, а когда он немного подпекся, его снимают специальным шпателем. После этого он скручивается в небольшие трубочки прямо в стакан.

Алтайский мед, соевую колбасу, злаковые чипсы, тайский манго, вегетарианский сыр, соевое молоко и многое другое могли продегустировать гости фестиваля. Семья Верещагиных, к примеру, обошла все шатры с продукцией.

«Мы не вегетарианцы, мы просто следим за своим образом жизни и рационом. Всегда стараемся попасть на эти ярмарки, чтобы купить полезной и здоровой еды», - поделилась Анна Верещагина.

Рок-звезды и ведическая культура

Организаторы установили сцену и своеобразный зрительный зал для музыкальных выступлений. Изюминкой фестиваля стала русская группа «Маша и Медведи», зрители ждали ее с нетерпением, места были заняты задолго до появления ребят.

Пока представители русского рока не вышли на сцену, решила познакомиться с представителями ведической культуры. Например, у каждого была возможность пообщаться с астрологом.

«Как бы странно это не звучало, но наша жизнь полностью зависит от того, что мы едим и носим. Я рассказываю о человеке на основе положения планет в момент его рождения. Таким образом, можно узнать, на что ему следует обратить внимание или изменить», - рассказала астролог Наталия Лебедева.

Справа от нее девушка занималась росписью хной. Украсить свое тело мехенди выстроилась большая очередь. Анна рассказала, что хоть эта технология активно используется в Индии и ассоциируется у людей именно с этой страной, зародилось это искусство на Востоке. Оставив на своей руке мандалу из коричневой хны, отправляюсь на мастер-класс по йоге.

Спорт и здоровье

Каждый час во время фестиваля в большом шатре, вдали от основной площадки к занятиям йогой и дыхательным практикам могли присоединиться все желающие. Мне удалось успеть на мастер-класс индийского учителя. Здесь собрались и практикующие различные мантры люди, и новички, такие как я. Благодаря нашему гостю из Индии, мы узнали, как нужно правильно дышать, как можно успокоить ум после тяжелого дня и как делать самые легкие, но эффективные мантры.

Покупки

На MOSVEGFEST помимо еды можно было приобрести одежду и ведические товары. Участники покупали деревянную посуду, экологически чистую косметику, украшения.

Как рассказали организаторы, проводя фестиваль, они не выделяют своей главной аудиторией только вегетарианцев.

«Здесь собрались люди, которым небезразлично то, что они едят и носят», - уточнили они.

P. S.

Посетить MOSVEGFEST стоит хотя бы потому, что здесь можно провести время с пользой и узнать много нового о себе и своем теле. Кроме того, гарантированы знакомства с неординарными людьми.

Адрес страницы: <http://brateevo.mos.ru/presscenter/news/detail/3323390.html>

[Управа района Братеево](#)