



# NY NORDISK MAT



Nordiska ministerrådet

Ny Nordisk Mat  
US 2011:415

© Nordiska ministerrådet, Köpenhamn 2011

ISBN: 978-92-893-2262-1

Författare: Mattias Kroon

Formgivning: Tobias Kvant

Redaktion: Einar Risvik, Claus Meyer, Johan Andersson Anell,  
Marja Inananen och Magnus Gröntoft.

Foto: David Back, kuvat.fi, Kjell Ove Storvik/seafood.no,  
fiskesprell.no, Páll Steffansson/visitfaroeislands.com

Omslagsfoto: David Back

Produktion: Mat & Vänner AB

Tryck: Eskils Tryckeri AB, Borås, 2011

Upplaga: 10 000

Tryckt på miljövänligt papper som uppfyller kraven i den nordiska miljösvanemärkningen.  
Fler publikationer på [www.norden.org/publikationer](http://www.norden.org/publikationer)

Nordiska ministerrådet  
Ved Stranden 18  
DK-1061 Köpenhamn K  
Telefon (+45) 3396 0200  
Fax (+45) 3396 0202

Nordiska rådet  
Ved Stranden 18  
DK-1061 Köpenhamn K  
Telefon (+45) 3396 0400  
Fax (+45) 3311 1870

[www.norden.org](http://www.norden.org)





# Norden – en gigantisk matregion



ver hela världen växer nu nyfikenheten på nordisk mat. Det är ett unikt tidevarv, aldrig förr har intresset för en helt ny matregion varit så starkt internationellt.

Men är verkligen Norden en ny matregion? Egentligen inte, här i Norden har vi förstås ätit nordisk mat i tusentals år, fast det är först nu vi kanske börjar inse att vår matkultur är unik, och att det är hög tid att försöka definiera den.

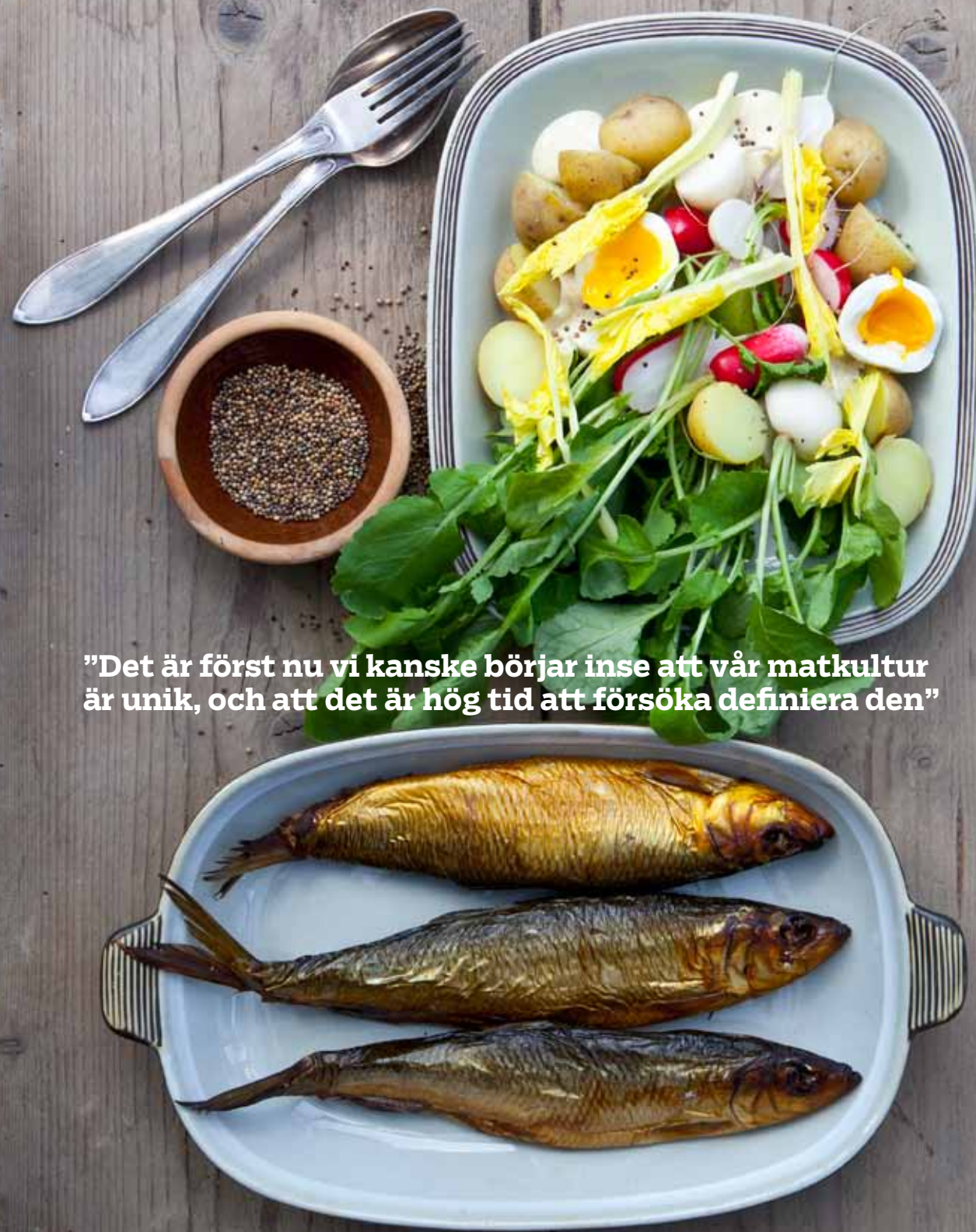
Norden som matregion delar många gemensamma ramar. Som det omfattande fisket, de enorma möjligheterna att plocka svampar och bär, de folkliga traditionerna att jaga och äta djur som skogar och fjäll har att bjuda på. Dessutom: kärleken till att lägga in, röka, salta och sylta allt det som ska ätas under de kalla årstiderna har länge följt oss. Rotfrukter, gryn och korn har också alltid varit nära till hands.

Men det enorma området Norden har också skillnader, ibland stora sådana. Både i lokala högtider, sätt att förädla råvarorna och synen på vardagsmaten. Grönlands myskoxar betar inte i närheten av Norges skrei, och de svenska älgarna lever långt bort från de färöiska havskräftorna. Det gigantiska Norden, med alla sina traditioner, råvaror, attityder och influenser samt olika klimat och växtförhållanden, gör regionen till en mångfacetterad matkultur. En plats där de rena haven och den syrerika naturen skapar en grogrund för en

hälsosam matfilosofi, en sund livsstil där känslan av frihet, öppenhet, medmänsklighet och sund framtid alltid är närvarande.

**NORDISK MAT** är också nordisk natur. Det bor förhållandevis få människor i den här omfattande regionen och naturen finns hela tiden närvarande. Skogarna, fjällen och haven är stora skafferier med gömda skatter att upptäcka. Hur vi kan ta vara på detta ännu bättre i framtiden är en av många frågor som bör funderas över.

Nordens stora landmassor och fiskevatten har fantastiska förutsättningar, ur matens perspektiv. Att då upptäcka allt det vi har runt knuten har blivit en kvalitativ markör för det moderna och upplysta samhället. Att följa säsongerna när man äter är idag inte ett tecken på överlevnad, utan ett uttryck för en medvetenhet om framtidens möjligheter.



**”Det är först nu vi kanske börjar inse att vår matkultur är unik, och att det är hög tid att försöka definiera den”**





## Visste du att?

- Vi har över 800 äppelsorter i Norden
- Traditionerna att äta sill runt om i Norden kommer från tiderna då sillen fanns i sånt överflöd att den enligt sägnerna kunde fiskas med spann ur havet.
- Över hela Norden växer det hundratals sorter ätbar svamp, färdig för vem som helst att plocka.
- Bär och grönsaker odlade i Norden kan smaka annorlunda än de från Medelhavet. Detta på grund av att solljuset här är mycket mer intensivt, och under en kort sommarperiod finns dygnet runt. De fenoliska syrorna utvecklas därför snabbare, vilket gör att frukterna, bären och grönsakerna smakar mer koncentrerat.
- Jakt är i Norden en folkrörelse. Till skillnad mot andra regioner, där det närmast betraktas som en hobby för överklassen. Framförallt fåglar i form av änder, gäss, skogshöns och ripor är vanligast att jaga i Norden. Men även de stora fyrfota skogsdjuren som älgar, vildsvin, rådjur och hjortar jagas i stora mängder i Sverige och Finland.
- På Grönland jagar och fiskar man fortfarande med kajak i många områden. Både säl och fisk är villebråd.
- Skyr är en gammal nordisk mejeriprodukt som lever och vidareutvecklas på Island. Skyr har med sin låga fetthalt, sin höga proteinhalt och stora smak många användningsområden i det nordiska köket.
- Gröt i många olika former är en typisk nordisk frukost. Vissa gastronomiska restauranger serverar även söt gröt som dessert.
- Nordens kokkar har utmärkt sig starkt i internationella matlagningstävlingar de senaste åren, ett resultat av medvetna satsningar och stort engagemang.

Nordens matkultur grundar sig historiskt på överlevnad. Idag äter vi mat med ungefär samma smakprofiler som förr, fast mycket mer förfinat. Människorna i Norden har alltid rest, upptäckt, lärt sig, tagit med sig produkter och idéer från andra länder. Öppenheten inför det främmande och nya har alltid varit tydlig. Integration av idéer och synsätt har flätats samman med existerande kultur, så även inom mat.

Detta kommer att fortsätta i ännu högre utsträckning i framtiden, parallellt med en förstärkt medvetenhet om den egna kulturen. För det är först när man kan spegla sig i andra kulturer som man på allvar kan definiera sin egen. Och den nordiska matkulturen är i konstant förvandling, förädling och utveckling.

En regional matkultur är en stark matkultur. Att resa är att upptäcka ny mat och matkultur. Den globala matkulturen har allt att vinna av upphöjt specialiserade och specifikt regionala matkulturer,

**”Idag äter vi mat med ungefär samma smakprofiler som förr, fast mycket mer förfinat”**

i motsats till en homogeniserad och globaliserad matkultur, där utslätning och likriktning är kännetecken. Den nordiska matkulturen utesluter inte andra matkulturer, ett egalitært och nyfiket synsätt är grundläggande för en sofistikerad och modern kultur.

Kvalitet i matupplevelsen, renhet i smaker och känsla, hälsosamt och näringsrikt samt etiskt och moraliskt hållbart inom både framställning och transporter. Detta är några av grundpelarna för den framtida nordiska maten, en medveten regional matkultur som nu resten av världen börjar upptäcka.



# Modern matlagning

**I**takt med att mat och matlagning får ett större intresse i Norden, så får maten också uppta mer tid. Inte bara i själva matlagningen, utan även i urvalet av råvaror.

Det absolut mest moderna i Norden är att försöka odla åtminstone en del av sin konsumtion själv. Kanske av miljömässiga och etiska anledningar, men oftast mest för kärleken till jorden och maten. Att få äta något man själv har odlat ger en upphöjd känsla av tillhörighet med naturen, en förståelse för grundläggande kretslopp, en samverkan med årstiderna. Att odla sin egen mat är idag ingen förutsättning för överlevnad, till skillnad mot förr. Nej, att odla sin egen mat är idag något man aktivt och medvetet väljer – för att man har tid och lust och förståelse. Och de stora arealerna och landmassorna tillåter detta, i högre utsträckning än i andra regioner. Många människor i Norden har tillgång till den rika naturen, kanske i form av en stuga eller kolonilott att odla på. Även intresset för att odla på balkonger och hustak, inne i städerna, växer nu starkt. Kanske bidrar det karga klimatet och den korta sommaren till att folk tar tillvara ljuset och möjligheterna ännu mer.

Och odlar man inte själv så finns det idag mängder av lokala alternativ att handla från på många håll i Norden. Den småskaliga kvalitetsproduktionen av grönsaker, kött, fisk och mjölkprodukter ökar enormt varje år. Att idag aktivt välja att vara bagare, fiskare eller bli bonde är inte en fråga om

## ”Förändringen mot en kvalitativ matkultur i Norden sker nu framförallt underifrån”

självhushåll och överlevnad, utan oftast om en fri vilja att förbättra och erbjuda alternativ till det som kanske är av sämre kvalitet. Vi ser redan en explosionsartad utveckling av små hantverksmässiga producenter inom allt från syltproduktion, kafferostning och kvalitetsrökning av fiskar, till minimejerier och lefseproducenter. Och även om produkterna eller metoderna i sig inte är uråldrigt nordiska, så sker det nu en kvalitetsförbättring på alla plan i Norden, vilket i sig är ett uttryck för en mångdimensionerad matkultur.

**FÖRÄNDRINGEN MOT EN** kvalitativ matkultur i Norden sker nu framförallt underifrån. Av eldsjälarna som brinner för sina egna uppfattningar om vad som är nordisk mat, hur den ska smaka och hur den kan marknadsföras. De demokratiska grundprinciperna i den nordiska samhällskulturen medför att konsumenterna har stor makt över matproduktionen. Strukturella förändringar kan genomföras förhållandevis enkelt, återvinning och sopsortering är bra exempel på hur kretsloppet kan förbättras. Komposter och en större medvetenhet om ekologisk odling är grundstenar och förutsättningar för ett hälsosamt och modernt framtidsjordbruk. Konsumenterna kan påverka matproduktio-







nen och de är medvetna om att de kan bidra med sina kunskaper för att skapa en hälsosammare matkultur.

Exempelvis är intresset för bakning stort just nu i Norden. Vilket det i och för sig alltid varit genom tiderna, men idag är bakning någonting sofistikerat och nyansrikt, en hobby, en markör för medvetenhet och god smak. Nordiska bröd har av tradition varit ganska mörka, rågbröden har varit en stapelvara. De är ytterst nyttiga och mätande, och teknikerna och smakerna kan varieras i oändlighet. Även surdegs-kulturen är stark, vilket säkert kommer att nyanseras ytterligare. Idag växer mindre hantverksbagerier med fokus på surdegs-kultur upp i alla stadskärnor. Det har på många vis blivit ett signum för den nordiska matkulturen – surdegsbagerier i den nordiska omfattningen hittar man idag inte någon annanstans i världen. Användningen av alla de olika sädeslagen som utmärkt regionen sedan urminnes tider har nu fått

### **”Surdegsbrödet har på många vis blivit ett signum för den nordiska matkulturen”**

nytt liv, och kommer att medföra förändring även i utbudet av kommersiellt bröd. I Norden är man förhållandevis kräsen, medveten och intresserad av olika sorters bröd och produkter från spannmål. Detta är och kommer att förbli en viktig grundsten i den nordiska dieten i framtiden.

De demokratiska grundprinciperna i regionen ligger till grund inte bara för det politiska samhället, utan även för matsamhället. Ska Norden kunna konkurrera med sin livsmedelsproduktion även utomlands, så måste det ske kvalitetsmässigt, inte genom att försöka pressa priserna gentemot billigare produktionsmetoder och regioner.







# Attityd och förhållningssätt till Ny Nordisk Mat



**D**et demokratiska och sociala grundsystemet i Norden betyder att vara inkluderande, delaktig och öppen för förändring och nya idéer, inte dikterande och hierarkisk. Ett egalitärt och icke-elitistiskt synsätt är en

social och politisk grundförutsättning för nordisk kultur – även för allt som rör maten. Kampen för jämställdhet är viktig i Norden, kvinnor och män ska ha samma förutsättningar och möjligheter att förverkliga sig själva, så även inom matvärlden och i hemmet.

Ny Nordisk Mat är en förändring som syftar mot ett enklare och mer säsongsbaserat förhållningssätt till mat, en vilja att uppmuntra lokala traditioner och stötta mathantverkare. Att aktivt dela med sig av kunskap och insikt, att hjälpa och inspirera. Att bejaka naturen och söka upplevelsen i samband med maten, att känna samhörighet

med naturen när man äter. Att söka intresse för historia och mattraditioner i de nordiska grannländerna, i syfte att se vad som kan förbättras i den inhemska kulturen. Att ta till sig av tekniker och lärdomar från helt andra matregioner, som idag och i framtiden är en del av den nordiska kulturen. Att inte förkasta och fördöma. Att titta på mat inte bara utifrån ett smakmässigt och prismässigt perspektiv, utan även ett etiskt, att fundera på moral och hållbar utveckling när man väljer sin mat. Att stödja ekologisk och naturlig matproduktion. En förståelse för att vända pyramiderna upp och ner, att låta vardagens mat vara den sanna lyxen. Att verkligen aktivt leta i närområdet efter mat, att stötta lokala bönder och matproducenter, att i den mån det går att odla själv eller kollektivt med vänner och grannar. Att äta så mycket som möjligt av de säsongsbetonade råvarorna är viktigt, att ge sig hän åt årstiderna, som remarkabelt nog skiftar väldigt dramatiskt i Norden.

**”Ny Nordisk Mat syftar mot ett enklare och mer säsongsbaserat förhållningssätt till mat”**

När jordgubbarna är framme kan man äta en liter per person och dag. Och sedan ta vara på dem i form av inläggningar, syltning och saftning för att äta under vintern i detta tillstånd. Vinterns och höstens olika kålsorter och rotfrukter är mångfacetterade delikatesser, om de lagas på rätt sätt. Naturen i Norden har mängder av örter och kryddor som växer vilt, plantor som kanske ansetts vara ogräs går utmärkt att äta och kan förhöja de flesta måltider. Och samma sak här, när det är säsong bör man ta vara på lite extra, för att kreativt lägga in till den mörka årstiden.





# Vad är Ny Nordisk Mat?

# A

tt försöka definiera en matkultur är komplicerat. Det finns inga facit eller regler. Heller inga stora konkreta skillnader där man på ett enkelt vis och utan undantag kan bekräfta att detta

bara finns på en specifik plats, och ingen annanstans. Det bästa sättet att på ett enkelt vis beskriva en matkultur är via råvarorna som primärt används i vardagsmatlagningen (se faktaruta) och via traditioner och högtidernas mat. Men viktigast och mest komplex är ändå attityden och förhållningssättet till maten.

Den nya nordiska maten handlar i essensen om enkelhet och lätthet. Och att leta i de gamla traditionerna för att inspireras inför framtiden. Att låta råvarorna lagas så okomplicerat som möjligt. Men gärna förädla och förbättra, så långt det går. Att ta till vara och utveckla för att skapa nya sätt att äta, nya smaker, näring på nytt sätt. Men kanske i vissa fall ätas i nästan rått tillstånd.

Föreställ dig till exempel sparrisen, som i de flesta kulturer kokas tills den blir mjuk. Inom den nya nordiska maten kan den lika gärna ätas nästan rå, för att få en förhöjd smakupplevelse av råvaran i grundtillstånd. Alla sorters grönsaker, av hög kvalitet, vinner på att lagas så lite som möjligt, för maximalt näringsupptag och njutning. Fiskar och skaldjur lämpar sig utmärkt att äta råa. Haven i västra Norden är fulla av fisk som exporteras världen över, och vi kommer att se en utveckling i sökande efter nya arter och ätbara djur från havet



i framtiden. Ytterst är det en fråga om logistik och inte odlingsförhållanden eller råvarukvalitet som avgör i vilken utsträckning Norden kan bli en region där råa och färska råvaror kan ätas på daglig basis.

**NORDISKA OSTRON** är en typisk råvara som har alla möjligheter att i framtiden bli en vardagsprodukt. Odlingarna växer och kvaliteten är i världsklass. Från att en gång ha varit en lyxråvara från kontinenten, så är det idag en industri där unikt inhemska äldre sorter i högre takt odlas istället för de importerade. Priserna kommer att sjunka och tillgängligheten bli större på ostron i framtiden, vilket gör att de näringsrika och smakrika ostronen kommer att leta sig in i större skala i bland annat soppor och pajer.

Såser tillför inte nödvändigtvis något till en redan saftig grönsak. Fiskar, som finns i utmärkt skick från både hav och insjöar, vinner i den nya nordiska maten på att rimmis, läggas in, saltas, picklas, torkas och rökas. Matlagningsteknikerna

## Exempel på typiskt nordiska matlagningstekniker

Äta rått och färskt,  
utan upphettning  
Salta  
Torka

Röka  
Safta  
Sötsura inläggningar  
Fermentera

**”Den nya nordiska maten handlar i essensen om enkelhet och lätthet”**







## Exempel på typiska nordiska råvaror:

Mathavre	Kvanne	Plommon	Myskoxe
Matkorn	Mjölkört	Körsbär	Vildsvin
Havrekli	Ostronört	Lingon	Karljohan
Potatis	Malört	Blåbär	Trattkantarell
Fullkornsbröd	Strandhavre	Nypon	Skivlingar
Kungskrabba	Vildsparris	Lax	Linderödsgris
Sockerärter	Rönnbär	Makrill	Pepparrot
Gröna ärtor	Lingon	Sill	Mejram
Vaxbönor	Havtorn	Strömming	Dill
Vitkål	Åkerbär	Torsk	Enbär
Rödkål	Svedjerova	Fläsk	Senap
Gul och röd lök	Musslor i alla former	Lamm	Brödkummin
Purjolök	Broccoli	Tjäder	Spiskummin
Gräslök	Mangold	Orre	Kryddpeppar
Spenat	Bruna bönor	Ripa	Fänkål
Nässlor	Äpple	Ren	Ättika
Rölleka	Päron	Älg	

och traditionerna som i Norden utvecklats av överlevnadsskäl, kan idag förfinas och utvecklas med lätt hand, i syfte att nå större smakupplevelser. Att exempelvis äta fisk ihop med bär är typiskt nordiskt. Färskt och syrligt i kombination med något rökt eller torkat. Sött och surt. Färska skott och örter, som tidigare ansågs vara ogräs, är en del av den nya nordiska maten. Kirskål, som många gör allt för att utrota, är underbart gott att förvälla och stuva.

**MATEN SKA VARA** näringsrik och nyttig. Fibrer från korn och gryn, proteiner från fisk och närproducerat kött, vitaminer från grönsaker och frukter. All näring vi behöver finns representerad i den nordiska kosten. Den nordiska traditionen att äta frukost bestående av gröt, müsli, bär, mörkt bröd och fruktjuice är närmast unik, och kan utvecklas och bevaras på oändliga vis. Torkad eller rökt fisk är en delikatess att börja dagen med!

Grönsaker är lyx. På grund av klimatförutsättningarna i Norden så odlas det mycket rotfrukter, som tål kyla. De är tydligt integrerade komponenter i den nya nordiska maten och har mer mångdimensionerade smakspektra och fler användnings-

områden (även i desserter; rotfrukter har en unik sötma!) än många tidigare kunde föreställa sig. Att känna skillnad på hur och var en viss rotfrukt har odlats och skördats kommer i framtiden att vara en kunskap i klass med vinkännedom. Gamla och bortglömda arter tas upp och kultiveras på nytt, på ett sofistikerat vis, för att ta fram en bredare palett i de nordiska smakerna.

Grönsaker som växer ovan jord är däremot känsliga, och bör behandlas därefter. Solsäsongen i Norden är kort, men intensiv. De späda grönsakerna, både kommersiella och bortglömda arter, kommer i framtiden att vara delikata lyxråvaror, på grund av det unika och intensiva solljuset och den bördiga jorden. Framtidens kvalitetsmatlagare och finkrogar kommer i större utsträckning att servera grön mat, på samma sätt som Medelhavsländerna tidigare fört fram gåslever och kaviar. Vi ska vårda och ömma för det speciella, färska, mineraliska och gröna, den sanna elegansen. Betänk alla skillnader mellan olika grönsaker, i jämförelse med det ganska begränsade smakspektret hos kött, och grönsakskulturens alla nyanser skimrar genast likt en regnbåge. Grönsaker är framtiden, både i vardag och fest.



# Kocken, matentreprenören och råvaruproducenten

**N**är vi äter i ett nytt land, så äter vi inte bara dess mat. Vi äter även ett lands historia och kultur. Och guiden genom dessa kulturer är kocken. Kocken har nycklarna för att icke-

dogmatiskt och närmast abstrakt och lekfullt ta sig in i en kultur, för att sedan utforska och utveckla den. Att reflektera, inspirera, förfina och skapa är de viktigaste redskapen i en modern kocks verktygslåda. Kockens yrke har i den konventionella världen tidigare setts som enkelt, men idag är det ett attraktivt statusyrke.

En duktig kock ska inte bara kunna skillnaderna mellan råvaror och recept, utan måste även kunna kemi, fysik och ekonomi. Den framtida kocken i Norden bör även vara intresserad av biologi och agronomi, den framtida kocken tar ett aktivt personligt ansvar för maten han lagar, och intresserar sig på daglig basis för var hans råvaror kommer ifrån, och hur de tas om hand. Kort och gott, kocken som ansvarstagande förebild.

Kanske tar han på sig rollen som mathantverkare och odlar själv, föder upp, fiskar, jagar, ystar ost och gör egna charkuterier. Kocken kommer inte att ses som en fritt uttryckande konstnär, utan som en konstnärlig mathantverkare, i samhällets och kulturens tjänst. Relationen mellan kock och mathantverkare (eller matentreprenör) är viktig,

## ”En kock inom Ny Nordisk Mat har kontroll över hela kedjan från jord till bord”

det är ytterst dessa yrkesgrupper som kan påverka råvaruproducenter i en kvalitativ och etiskt hållbar riktning, allt för att gagna konsumenten och matkulturen i stort.

**MATHANTVERKARE** och matentreprenörer är idag spjutspetsen inom matkulturen, det är mathantverkarna som startar exempelvis syltproduktion, kvalitetsmejerier och köttuppfödning. Ättiksproduktion börjar utvecklas, mängder av olika ölsorter och sprittillverkning utökas, men även must och saft.

Mathantverkare drivs av en passion för kvalitet, och en vilja att förändra till det bättre. Matentreprenören drivs av en önskan om att nå ut, att påverka i ett större sammanhang. Välfungerande logistik och optimering av matkedjor är en förutsättning för att den kvalitativa maten ska kunna komma till användning och nytta. Här behöver nuvarande system utvecklas ytterligare.

En kock inom Ny Nordisk Mat har kontroll över hela kedjan och händelseförloppet, från jord till bord. Inte bara ett smakmässigt ställningstagande, utan även ett etiskt. Kockens roll är komplex, avancerad och sofistikerad, oavsett om han verkar på en finkrog eller i ett dagiskök.

Framtidens kock är en maktfaktor inte bara i matsamhället, utan även inom kulturvärlden.



Musik, konst, litteratur och arkitektur binder ihop och definierar ett samhälle. Samma sak med matvanor och de aktiva val som de flesta människor måste göra cirka tre gånger per dag, när de väljer vad de ska äta.

På ett eller annat sätt kommer kockar att influera de val som individen gör varje dag, alltså är han en grundläggande kulturarbetare. Etiska, näringsmässiga och smakmässiga faktorer som rör mat kommer att diskuteras mer livligt i det offentliga rummet; frågor om identitet, medvetenhet och klass kommer i högre utsträckning att relateras till matvanor. Och förhoppningsvis även kunna ge

svaren, eller åtminstone kunna erbjuda redskapen för att själv kunna finna svaren.

Men kockar och mathantverkare är alltid beroende av råvaror och dess producenter. Dialoger mellan fiskare, bönder, djuruppfödare och kockar bör bli tätare. Vad efterfrågas? Hur kan vi gemensamt utveckla fler arter och sorter av allt vi äter? Finns det gamla raser av exempelvis djur, som vi nu kanske har kunskap att åter utveckla? Är framavling av de unika sorterna ett sätt att höja statusen på råvarorna? Möjligheterna är oändliga, om bara rätt grupper möts tillräckligt ofta, och får det stöd som behövs.





**”Att se, känna och smaka är viktigt för alla barn”**

# Mat och barn

**B**arn har traditionellt sett en mycket central del i nordisk kultur. Barn är medbestämmande, barn är delaktiga i många beslutsprocesser, barn får tidigt ta ansvar. Det är ganska vanligt i nordisk kultur att barn är delaktiga i hemmens matlagning, kanske på sikt även i storhushållens. Förskolor och skolor genomgår just nu en förändring mot bättre mat. Det finns tydliga mål inom alla nordiska länder att den mat som serveras på skolor ska hålla så hög kvalitet som möjligt, detta regleras och uppmärksammas mer och mer. Den sociala viljan att verkligen ge barn riktigt bra mat genomsyrar samhället. Det pågår för närvarande hundratals projekt runt om i Norden, som syftar till att höja kvaliteten på skolmaten, och öka barns förståelse för mat.

**ATT UPPMUNTRA BARN** att lekfullt vara med och laga mat även i skolan är en grundförutsättning för framtida kvalitativ matkultur. I hemmen har barn alltid varit med och lagat mat, köket är inte bara en domän för vuxna. På just den punkten kanske Norden skiljer sig ganska mycket från andra matregioner. Delaktighet, medbestämmande och en förhöjd känsla för vad matlagning innebär är centralt i mångas hem. Att gemensamt ge sig ut för att plocka svamp och bär med hela familjen är mycket vanligt, även att fiska i havet eller meta i insjöar.

Varför äter vi som vi gör? Hur har vi ätit i tidigare generationer? Att se, känna och smaka är viktigt för alla barn, att tidigt låta dem själva

## Mat och kreativa näringar

Matkultur är ett socialt kitt som binder människor samman, även inom företags-, organisations- och mötessammanhang. Mat är idag en del av upplevelsekulturen, en kvalitetsförhöjare i många sammanhang. Hur kan kulturella och sociala institutioner dra nytta av matupplevelser för att förbättra sin generella kvalitet i olika sammanhang? Många kreativa näringar och konventionella kulturyttringar kan dra nytta av att reflektera över maten i sammanhangen. Mat är ju något vi i genomsnitt äter tre gånger per dag, därför genomsyrar den på både ett medvetet och undermedvetet plan våra liv mer än vi oftast reflekterar över.

bilda sig en uppfattning om olika matkulturer är viktigt för deras identitet och medmänniska förståelse. På grund av de demokratiska processerna i Norden och förhållandevis enkelt genomförbara förändringar, så bör Norden ha fantastiska förutsättningar att på sikt bli världsledande som matregion, inom områden som rör mat för barn och storhushåll. Grundprinciper om medbestämmande och närproducerad kvalitet kan genomsyra hela matkulturen som är relaterad till barn, med förhållandevis enkla medel.



## Programmet Ny Nordisk Mat II

Visionen för Nordiska ministerrådets program Ny Nordisk Mat II, är att det nordiska köket ska inspirera till matglädje, smak och mångfald – både nationellt och internationellt. Programmet ska därför utveckla och stärka begreppet Ny Nordisk Mat och därmed öka medvetenheten, men också visa hur det kan användas praktiskt.

Programmet kommer att genomföra olika kampanjer, konferenser, etc., som kan inspirera och skapa innovation inom berörda sektorer, i de nordiska länderna. Dessutom ska det tas fram rekommendationer (guidelines) för Ny Nordisk Mat som kan tillämpas i olika "branding"-sammanhang.

Följ programmet på [www.nynordiskmad.org](http://www.nynordiskmad.org) eller på Facebook.

