
Sammanfattning från NNM konferens 6-7.11.2012, Oslo

Ny Nordisk mat prosjektet «Nordisk hverdagsmat, ernæring og helse»

Prosjektleder Pernille Baardseth

Nordisk hverdagsmat er definert som ulike slag fisk, kål (blomkål, rosenkål, brokkoli, grønnkål, hvitkål, rødkål), rot grønnsak (gulrot), eple og pære, rugbrød og havregrøt i HELGA prosjektet, fisk (sild, laks og makrell), grønnsaker (kål, gulrot, rødbet, poteter, spinat, brune bønner, gule og grønne erter), frukt (epler, pærer, plommer, blåbær og tyttebær), fullkorn (bygg og havre produkter), kjøtt (kylling, kalkun, lam, vilt, rødt kjøtt, pølser) i SYSDIET prosjektet, og mer frukt og grønt hver dag (bær, kål, rotfrukt, belgfrukter, poteter og krydderurter), mer fullkorn (havre, rug og bygg), mer mat fra havet, kjøtt av høyere kvalitet (men mindre av det) i OPUS prosjektet. Ofte blir Nordiske ernæringsanbefalinger lagt til grunn for å komponere en Nordisk diett. Matkvaliteten er derimot ikke karakterisert, og her er det kunnskapshull på matvarebeskrivelsen og i tolkningen av matvarekvaliteten. Her må det mer forskning til for å øke kunnskapene om matkvalitet før og hva skjer med nærings-stoffene etter at maten er spist.

Det er en kompleks sammenheng langs hele verdikjeden fra råvarene, ingrediensene, resepten, bearbeiding, tilberedningen, inntak av maten, fordøyelse til næringsstoffer og deres effekt på helsen. Hva skjer med helsemessig kvalitet langs verdikjeden? Den Nordiske maten må karakteriseres med hensyn til innholdsstoffer og kvaliteter, den skal være velsmakende og ha en effekt på helsen.

Det er gjennomført flere prosjekter for å optimalisere produkter og måltider med hensyn til smak og riktig helsemessig kvalitet hvor det har vært et samarbeide med forskning, næringsliv, kokker og myndigheter. I tillegg er det gjennomført flere prosjekter med Nordisk mat i regi av Nordisk Ministerråd, NordForsk og Nordisk Innovasjon hvor alle de nordiske landene er representert samt samarbeidet mellom forskning (mat og helse), kokker, industri og myndigheter. Informasjon fra alle disse prosjektene skal samles for å få en oversikt om hva som mangler av kunnskap langs verdikjeden. Dette skal koordineres med det danske OPUS programmet som er finansiert av Nordea fondet hvor de jobber med Ny Nordisk Hverdagsmat til barn og overvektige.

Utfordringen ligger i å kommunisere mellom de ulike disipliner hva et sunnere alternativ er. Forstå hvilke produktspesifikke utfordringer enkeltprodukter har og hva kan vi gjøre med enkeltprodukter i konseptet

sunnere i et måltidsperspektiv. Utviklingen av måltidsløsninger vil i større grad skje gjennom samarbeid på tvers av bransjer hvor hver enkelt kan bidra med sine produkter som en del av et helhetlig måltid.

Hverdagsmaten er viktig fordi dette utgjør de fleste måltidene vi spiser og det er i disse vi legger grunnlaget for framtidig helse. At kokker, myndigheter, næringsliv og academia samarbeider om et prosjekt med felles mål og hensikt skaper stort engasjement og misunnelse i mange land.

Med utgangspunkt i de nordiske råvarer skal man oversetter kostrådene til smakfulle og attraktive måltider av Nordiske råvarer til barnehager, skoler, sykehjem, institusjoner og oss vanlige forbrukere.

Dette vil gi konkurransefordeler, og å få forbrukerne til å foretrekke den nordiske maten vil gi store samfunnsmessige helsegevinster.