



## The food we eat in Nordic countries - some changes between 1997 and 2012

Holm, Lotte; Lauridsen, Drude Skov; Gronow, Jukka; Kahma, Nina; Kjærnes, Unni; Lund, Thomas Bøker; Mäkelä, Johanna; Niva, Mari

*Published in:*  
Mat är mer än mat

*Publication date:*  
2015

*Document version*  
Publisher's PDF, also known as Version of record

*Citation for published version (APA):*

Holm, L., Lauridsen, D. S., Gronow, J., Kahma, N., Kjærnes, U., Lund, T. B., ... Niva, M. (2015). The food we eat in Nordic countries - some changes between 1997 and 2012. In K. Bergström, I. M. Jonsson, H. Prell, I. Wernersson, & H. Åberg (Eds.), *Mat är mer än mat: Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider* (pp. 227-246). Göteborg: Göteborgs universitet, Institutionen för kost- och idrottsvetenskap . Kostvetenskap, No. 2015:1



GÖTEBORGS  
UNIVERSITET

INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH  
IDROTTSVETENSKAP



# MAT ÄR MER ÄN MAT

Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Redaktörer: Kerstin Bergström, Inger M Jonsson,  
Hillevi Prell, Inga Wernersson, Helena Åberg

I SAMARBETE MED  
RESTAURANG- OCH HOTELLHÖGSKOLAN



MAT ÄR MER ÄN MAT. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider.

Redaktörer: Kerstin Bergström, Inger M Jonsson,  
Hillevi Prell, Inga Wernersson och Helena Åberg

© Författarna och Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, 2015

Göteborgs universitet  
Institutionen för kost- och idrottsvetenskap  
Box 300, 40530 Göteborg  
e-post: iki@ped.gu.se  
www.iki.gu.se

Kostvetenskap 2015:1  
ISSN: 1654-1634

Boken i fulltext finns i GUPEA, i samlingen  
Böcker, Institutionen för kost- och idrottsvetenskap:  
<http://hdl.handle.net/2077/39007>

# MAT ÄR MER ÄN MAT

Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

## Vänbok till Marianne Pipping Ekström

Dedikationen på omstående sida är affischen överlämnad måndagen 25 augusti 2014 till Marianne Pipping Ekström vid jubileumssymposiet M>M, Mat är mer än mat. Mat och måltider i samhällsperspektiv vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet i samarbete med Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet. Affischen är skapad av Karin Linderoth, designer MFA.



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Marianne  
Pipping  
Ekström

LXXX



M > M

[Mat är mer än mat]

MAT & MÅLTID REFLEKTION IHÄRDIGHET KUNSKAP  
ARBETE REFLEKTION GENUS MARX NIA KROG KRITIK  
KULTUR SOCIOLOGI robot NIA VIN KLASS  
KREATIVITET SÍSÝFOS TTÁHSHH NORDEN DET ÄR  
EXHIBITIONISTEN HÅLLA PÅ BARA ATT

## Innehållsförteckning

Förord	<i>Redaktionsgruppen</i>	7
Från teg till tallrik till tarv	<i>Marianne Pipping Ekström</i>	13
”Skafferiet i huvudet” – ett fenomen under förvandling? Matlagning och status i ett historiskt perspektiv	<i>Christina Fjellström</i>	21
Outsourcing, insourcing, resourcing – hur kan vi förstå hushållsarbete idag?	<i>Karin Hjälmeskog</i>	29
Mat i äldres shoppinglandskap	<i>Helene Brembeck</i>	41
Brokiga bilder av mat och makt	<i>Ann Parinder, Hillevi Prell och Inga Wernersson</i>	53
Maddannelse, kompetencer og læring	<i>Jette Benn</i>	69
Att måla maten i svart och vitt	<i>Christina Berg, Stefan Pettersson och Jenny Rendabl</i>	79
Challenges in assessing dietary intake of children and adolescents	<i>Christel Larsson</i>	91
Matintervjuns metoder - Att fråga om livsmedel, maträtter och måltider	<i>Richard Tellström</i>	101
Enkla kostråd förr, nu och i framtiden	<i>Agneta Sjöberg och Lena Gripeteg</i>	115
Keys to open the household ‘black box’ for a greener society. Exploring everyday practices for sustainable development	<i>Helena Shanaban</i>	131
Aktörsinriktad forskning i måltidsservice	<i>Anna Post och Kerstin Bergström</i>	157
Skapa positiva måltidsupplevelser i skolan – för bättre hälsa, miljö och studieresultat	<i>Mia Prim</i>	167

Modellen HESSE i måltidsservice	<i>Kerstin Bergström, Lena Jonsson, Britt Lerneby, Anna Post, Barbara Rosengren och Annica Strandb Jobansson</i>	177
Från Guide Michelin till offentlig måltid - Five Aspects Meal Model, FAMM	<i>Cecilia Magnusson Sporre</i>	195
Den kreative kocken kombinerar kunskaper	<i>Jesper Jobansson</i>	205
Restaurangmåltider - att äta ute i motsats till att äta hemma	<i>Inger M Jonsson</i>	219
The food we eat in Nordic countries – some changes between 1997 and 2012	<i>Lotte Holm, Drude Skov Lauridsen, Jukka Gronow, Nina Kahma, Unni Kjørnes, Thomas Bøker Lund, Johanna Mäkälä och Mari Nina</i>	227
Alimentalities – Food for Sociology	<i>Torbjörn Bildtgård</i>	247

## Förord

Vem är Marianne Pipping Ekström? Norrländska, vinterbadare, folkdansare, en som alltid har inslag av rött i sin klädsel är några svar bland många möjliga. Själv beskriver hon sig som ”ordkramare”. I denna skrift är det dock Marianne som matforskare som står i centrum. ”Från teg till tallrik till tarv” är rubriken på hennes eget kapitel i denna bok och i sin forskargärning har hon intresserat sig för att beskriva maten i dess olika sammanhang – sociala och kulturella såväl som materiella. Utgångspunkten för Marianne har varit att ”mat är mer än mat”.

Väl förankrad i praktiken i hemmakök och ”skolkök” – Marianne började sin yrkeskarriär som skolkökslärarinna – har hon gradvis fördjupat de systematiska och teoretiska kunskaperna om matens roll i liv och samhälle. Hon disputerade 1990 i Umeå och i avhandlingen, *Kost, klass och kön*, behandlades arbetsfördelning och mathållning i hushåll inom en sociologisk ram. I ett av sina senaste arbeten (från 2013) är det en ung boxares föreställningar om mat och matchresultat som är i fokus. Marianne har bredd!

Det är något av en paradox att Marianne, som vid 80 års ålder förefaller vara fylld av ungdomlig energi och entusiasm, i det akademiska sammanhanget alltid varit ”för gammal”. Hon var 57 år när hon disputerade i sociologi och 67 när hon blev docent i hushållsvetenskap. Ett par gånger är hon bedömd som professorskompetent, men hennes ålder omöjliggör fast universitetsanställning och i regelverket finns då ingen möjlighet till formell befordran. Detta har inte hindrat Marianne att fullgöra professorsuppgifter genom att forska, handleda och föreläsa både vid Göteborgs universitet och vid Restaurang- och hotellhögskolan, campus Grythyttan, Örebro universitet där hon på olika sätt bidragit till kvalitetsarbete och akademiskt skrivande.

Marianne startar sin akademiska bana inom sociologiämnet, men bidrar till uppbyggnad av hushållsvetenskap (nu kostvetenskap) som forsknings- och forskarutbildningsämne vid Göteborgs universitet och måltidskunskap vid Örebro universitet. Även i det nordiska sociologiska samarbetet om mat har Marianne en självklar position och medverkar i att kartlägga nordiskt måltidsmönster, den senaste omgången nu under publikation.

”Mat är mer än mat” är Mariannes devis, men det är också ett grundantagande för många av de forskare, från olika akademiska discipliner, som intresserat sig



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

för att utveckla den systematiska kunskapen om den sociala betydelsen av mat, ätande och måltidsarrangemang. I denna krets har Marianne varit en välkänd gestalt under flera decennier och när hennes 80-årsdag närmade sig 2014 var det naturligt att uppmärksamma hennes roll. Den 25 augusti detta år anordnades vid Mariannes ”hemmainstitution” vid Göteborgs universitet som en hyllning ett jubileumssymposium, där presentationer av aktuell matforskning utgjorde födelsedagspresenten. Självfallet ingick en läcker, näringsriktig och ekologiskt hållbar lunch tillagad och serverad av kompetenta kollegor och studenter.

Föreliggande antologi är en ungefärlig motsvarighet till den breda bild av ämnet som presenterades vid hyllningsdagen. Även om texterna samlats på detta sätt i första hand för att hedra Marianne så hoppas vi att arbetet kan fylla också andra syften. Här finns i ett sammanhang olika delar av den vetenskapliga matforskningen som annars kanske inte så ofta kopplas till varandra och vi hoppas att det kan ge inspiration till ytterligare fördjupning och breddning av kunskapsutvecklingen. Ett ytterligare syfte med antologin är att den kan användas i utbildningen och där redan från början ge studenter en inblick i hur man kan förstå mat och måltider på många olika sätt.

Varsågod, och njut av det smörgåsbord som mat- och måltidsforskningen 2015 serverar!

### Kapitlen

Först ut är *Marianne Pipping Ekström* själv. I kapitlet från Från teg till tallrik till tarv beskriver hon hur hon, med ”tallriken i centrum” utvecklat synen på och presentationen av sitt forskningsområde. Det handlar om att se maten som en del i ett komplext resurshushållningssystem.

I nästa kapitel tar *Christina Fjellström*, professor, Institutionen för kostvetenskap, Uppsala universitet, begreppet ”skafferiet i huvudet” (också en av Mariannes idéer) som utgångspunkt för en reflektion över hur genuskopplingen av ansvaret för maten har förändrats över tid och i varje fall blivit mindre självklart.

*Karin Hjälmeskog*, som är universitetslektor vid Institutionen för pedagogik, didaktik och utbildningsstudier, Uppsala universitet, använder begreppen outsourcing, insourcing och resourcing för att, i kapitel tre, diskutera en pågående förändring av hushållsarbetets former.

I det fjärde kapitlet tas aspekter av åldrande upp. Det är *Helene Brembeck*, professor, Centrum för konsumtionsvetenskap, Göteborgs universitet, som undersökt hur formerna för matinköpen anpassas till en åldrande kropp.

Kapitel fem beskriver några samtida bilder av mat – hur maten könsbestäms, vad skolmåltiderna betyder och hur ungdomars första trevande utformning av självständiga matvanor ter sig. *Ann Parinder* och *Hillevi Prell* är båda universitetslektorer vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet och *Inga Wernersson* är professor i utbildningsvetenskap vid Högskolan Väst.

*Jette Benn* arbetar på Institut for uddannelse og pædagogik, Aarhus Universitet och betonar i kapitel sex vikten av en ”matbildning” som ger människor möjlighet att självständigt och välgrundat göra sina val i det alltmer komplexa utbudet av livsmedel.

Med exempel från en rad egna studier diskuteras i kapitel sju tendensen att använda förenklade, svart-vita, principer för kostval. Författare är *Christina Berg*, docent, *Stefan Pettersson*, universitetslektor och *Jenny Rendahl*, doktorand, samtliga vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet, och de drar slutsatsen att det är viktigt att ha kunskap om hur människor tänker om mat om man ska kunna påverka vanor.

I kapitel åtta diskuteras *Christel Larsson*, professor vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet, problemen med att mäta barn och ungdomars näringsintag på ett korrekt sätt. Bland annat diskuteras möjligheten att för ändamålet använda digitala verktyg som t ex smarta telefoner.

*Richard Tellström*, docent vid Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet, tar i sitt kapitel, det nionde, upp en fråga om vetenskapliga metoder i matforskning. Hur man gör man reliabla ”matintervjuer”?

*Agneta Sjöberg* och *Lena Gripeteg*, docent respektive universitetslektor vid institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet ger i kapitel tio, med första exempel från Linné på 1730-talet, en tillbakablick på hur man i Sverige i olika tider gett och ger kostråd.

Professor emerita *Helena Shanaban*, vid institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet argumenterar i kapitel elva för vikten av att vi behöver öppna den ”svarta låda” som de privata hushållen utgör i relation till hållbar utveckling. Det innebär att vi behöver skaffa kunskaper om hur och varför hushåll/familjer formar sina vanor. Forskningen är lika aktuell idag som när den genomfördes för tio år sedan.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Det tolfte kapitlet, av *Anna Post* och *Kerstin Bergström* universitetslektorer från Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet handlar om hur olika aktörer inom måltidsservice förhåller sig till hållbar utveckling och hur kunskap om detta kan formas.

*Mia Prim* har skrivit kapitel 13, och hon är universitetslektor vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet. Detta kapitel presenterar en modell för hur skolmåltider kan göras till positiva upplevelser.

Även i kapitel 14 presenteras en modell, HESSE, av en grupp vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet. Gruppen består av *Kerstin Bergström*, universitetslektor; *Lena Jonsson*, -lektor; *Britt Lerneby*, -adjunkt; *Anna Post*, -lektor; *Barbara Rosengren*, -adjunkt; *Annica Strandh Johansson*, -adjunkt och kapitlet beskriver hur modellen HESSE kan användas av medarbetare i storskalig måltidsproduktion för att ”problematisera och värdera matens olika egenskaper” och nå måltider av hög kvalitet.

*Cecilia Magnusson Sporre* är doktorand i måltidskunskap vid Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet. Hon behandlar i kapitel 15 modellen FAMM - Five Aspects Meal Model – som används både som teoretiskt ramverk och som stöd för praktisk tillämpning i måltidsplanering inom måltidssektorn.

*Jesper Johansson*, universitetsadjunkt vid Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet, beskriver i kapitel 16 kockarnas plats i utvecklingen av gastronomi och måltidskunskap till ett akademiskt ämne och ett forskningsområde.

Det alltmer frekventa uteätandet är i fokus i kapitel 17 och *Inger M Jonsson*, docent vid Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet, behandlar olika aspekter från såväl gäst- som arbetsmiljöperspektiv.

Kapitel 18 redovisar en undersökning om hur matvanorna i de nordiska länderna förändrats över 15-årsperioden från 1997-2012. *Lotte Holm* professor, *Thomas Bøker Lund* forskarassistent och *Drude Skov Lauridsen* forskningsassistent från Köpenhamns universitet, *Jukka Gronow* professor, *Nina Kahma* doktorand och *Johanna Mäkelä* professor och *Mari Niva* forskare, vid Helsingfors universitet, samt *Unni Kjørnes* forskare från National Institute for Consumer Research, Oslo, utgör den stora sociologiska projektgrupp som arbetat med detta.

Slutligen, i kapitel 19, introducerar *Torbjörn Bildtgård*, docent vid Institutionen för socialt arbete, Stockholms universitet, begreppet *alimentalitet* som refererar

till ”... en realitet bestående av kollektiva ideer om mat och ätande”. I kapitlet görs en jämförelse mellan Frankrike och Sverige.

Göteborg mars 2015

Kerstin Bergström, Inger M Jonsson, Hillevi Prell, Inga Wernersson och  
Helena Åberg



## Från teg till tallrik till tarv

*Marianne Pipping Ekström*<sup>1</sup>

”Det där var väl väldigt banalt! Din inledande föreläsning om resurshushållning var ju inte något nytt. Men sedan, när du tog upp om forskningen och vad som hänt under 1900-talet, det var intressant.”, säger en student till mig efter föreläsningens slut.

Scenen var denna: jag befann mig i en föreläsningssal och höll en tvåtimmars föreläsning om mitt forskningsfält och försökte placera in fältet historiskt och vetenskapligt. Och jag gjorde det på mitt vanliga sätt; ”krita och rita” på white board.

Åhörarna vid detta tillfälle var studenter från olika utbildningsprogram i Grythyttan, Örebro universitet; kulinarisk kock, sommelier och ”hotellare”, vidare studenter från kursen i måltidsekologi och studenter från gastronomiska programmet i Umeå. De sistnämnda hängde med på länk. Det skulle naturligtvis lika gärna kunnat vara en föreläsning i Göteborg, för studenter på institutionen för kost och idrott. Den kritiska studenten hörde hemma i kursen måltidsekologi, där resurshushållning är ett centralt tema. På ett plan kan jag tycka att hen, liksom andra i tidigare kurser, skulle ha kunnat finna det intressant att koppla arbetsdelning, genus, kultur etc. till ett resurshushållningssystem. Men så var det inte denna gång. Eller snarare; det jag beskrev om själva kretsloppet var så självklart, att föreläsningen slog in dörrar som redan var öppna för denna student.

Kritiska studenter är självklart jobbiga att möta, men på samma gång är det mycket lärorikt. Man tvingas tänka efter. Jag har också lärt mig att det inte alltid är det, som ens elever är mest nöjda med, som ”går hem”. Snarare tvärt om – det som skaver gör intryck.

### **Vad var det jag ritade på tavlan?**

Vad var det jag försökte diskutera med studenterna? Under många år har jag använt, och allteftersom utvecklat figuren ”Från teg till tallrik till tarv<sup>2</sup>...”

---

<sup>1</sup> Marianne Pipping Ekström, docent Göteborgs universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

(Figur 1). Ursprunget till denna figur har jag hämtat från en konferens anordnad av Forskningsrådsnämnden (FRN). Den hölls i Stockholm, Hässelby slott i maj 1986. Längre, länge tänkte jag inte alls på den, men så började jag ta upp figuren i mina föreläsningar kring matkultur. En kollega påminde mig nyligen om att den finns omnämnd i min avhandling (Ekström, 1990, s 13), vilket jag helt hade glömt bort. En av ledarna vid FRN:s konferens 1986 skissade vid en sammanfattning av konferensen en bild över forskningsområdet. ”Sätt tallriken i centrum”, sade han och ritade en stor ring mitt på tavlan. Med tallriken som utgångspunkt framträdde två stora forskningsfält. Livsmedelsforskning och näringsforskning. Livsmedelsforskning omfattade då, menade han, allt från teg till tallrik och näringsforskning allt från maten på tallriken fram till dess uppdelning i näringsämnen i människokroppen. Bilden då (Figur 1) var tämligen enkel: från Teg till Tallrik till Tarv.



Teg ————— Tallrik ————— Tavv

Livsmedelsforskning

Näringsforskning

Figur 1. Från Teg till Tallrik till Tavv. Två forskningsområden: Livsmedelsforskning och Näringsforskning. Skiss vid symposiet Forskning kring Maten, makten och människan, 29 maj 1986.

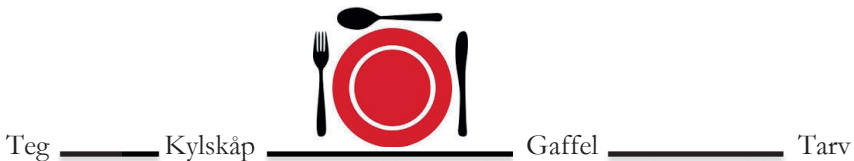
FRN:s uppdrag vid denna tid var att ”initiera och stödja för samhället viktig forskning” (FRN, 1987 s. 3). Ett viktigt område var livsmedelssektorn, inte minst ett område som kallades ”Mat som social faktor”. Frågor om inlärning och överföring av kostvanor, matkultur, matens sociala miljö och samband mellan mat och livskvalitet visade sig vid FRN:s inventering (Maten, makten och människan 1980) vara relativt outforskade områden. Detta var ett vitt fält på forskningskartan för 30 år sedan.

---

<sup>2</sup> När jag presenterar figuren i föreläsningssammanhang, brukar jag säga att jag är ordkramare, gärna vill använda och bevara gamla ord. Tavv är ett gammalt ord för avföring, bajs; substantivet tarv betyder behov, krav; verbet tarva betyder behöva, kräva.

### Forskningen och figuren utvecklas

Under årens lopp har figuren utvecklats mer och mer vid mina föreläsningar. Nästa steg var att visa var ”min forskning” befinner sig. Detta markerades med Kylskåp och Gaffel och illustrerade att mitt forskningsområde var avgränsat till mat- och måltidsproduktion i hemmet. Dock har jag också intresserat mig för en viss utvikning till att även undersöka vem som handlade hem maten, hur detta förhandlades eller bestämdes. Tidsstudier, till exempel den svenska tidsanvändningsundersökningen, kom till god hjälp här (SCB 2003, 2013). Markeringen att min forskning slutar vid gaffeln är ett sätt att illustrera att jag inte studerar vad som sväljs ner. Det jag, och senare även mina nordiska sociologikolleger undersökt i forskningsprojekten om matvanor i Norden är: mat och dryck, var man sitter, vem man äter tillsammans med, hur länge måltiden varar, vem som lagat maten etc. Inledningen i frågebatteriet, enkäten, i de två nordiska studierna är: ”Vad åt du igår?” (Kjærnes, 2001; Holm et al., 2015).



Figur 2. ”Min forskning”. Från kylskåp till gaffel. Genus och klass.

Med åren och med nya kontakter och idéer har min forskning utökats till att inte bara handla om hushållets matvanor, frågor om vem som gör vad och varför, utan vidgats till att även omfatta storhushållet och det expanderande restaurangområdet. Den totala bilden av produktion, distribution och konsumtion är användbar även i dessa sammanhang, se Figur 3. Själva tallriken har ibland, och med rätta ifrågasatts. Det kan vara en plastbricka, en take-away-mugg, en korb med bröd. Det kan också vara ett bananblad.

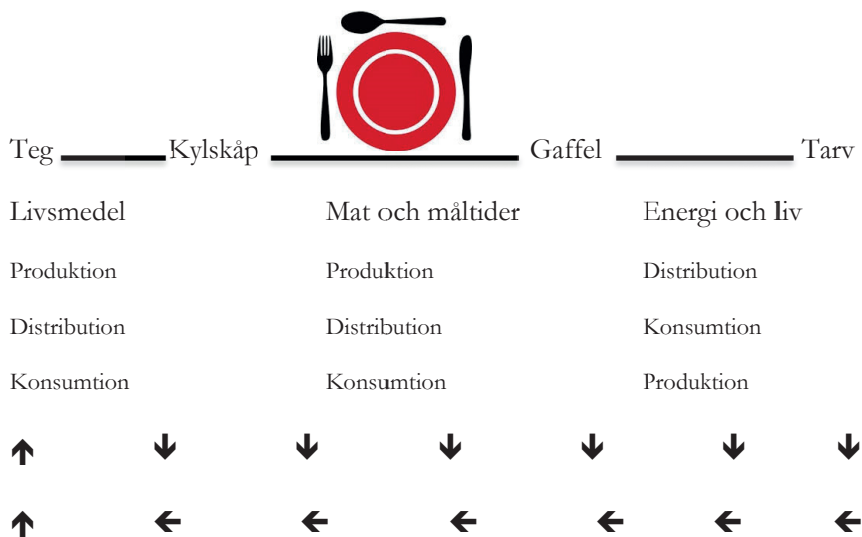
Genusperspektiv och klassperspektiv kan appliceras på forskningen om ”från kylskåp till gaffel”. Exempel på detta finns i *Kost, klass och kön* (Ekström, 1990) men även i senare artiklar (Pipping Ekström & Fürst, 2001; Holm et al. in press).



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

En betydelsefull förändring i min forskning skedde vid flytten från Umeå universitet där jag var knuten till sociologi och genusforskning. Flyttlasset 1994 gick till Göteborgs universitet och institutionen för slöjd och hushållsvetenskap (IHu). Där växte en betydelsefull forskning kring resurshushållning fram. Den leddes av Helena Shanahan och hon knöt även mig till denna forskning i en rad projekt (Pipping Ekström & Shanahan, 1999; Shanahan et al., 2003). Den första avhandlingen vid institutionen på det området var Helena Åbergs. Den kom år 2000.

Under åren har fler detaljer tillkommit i figuren, som vuxit fram genom föreläsningar. Exempel är de olika stegen av produktion, distribution och konsumtion. I den utvecklade figuren framträder tre produktionsfält: Produktion av livsmedel, Produktion av mat och måltider och Produktion av energi och mänskligt liv. Ett viktigt tillägg är bilden av ett kretslopp, med återföring av restprodukter (illustreras genom pilarna) i alla faser av produktionsprocessen (Figur 3).



Figur 3. Från teg till tallrik till tavv och åter till teg. Resurshushållning i alla led. Ett kretslopp.

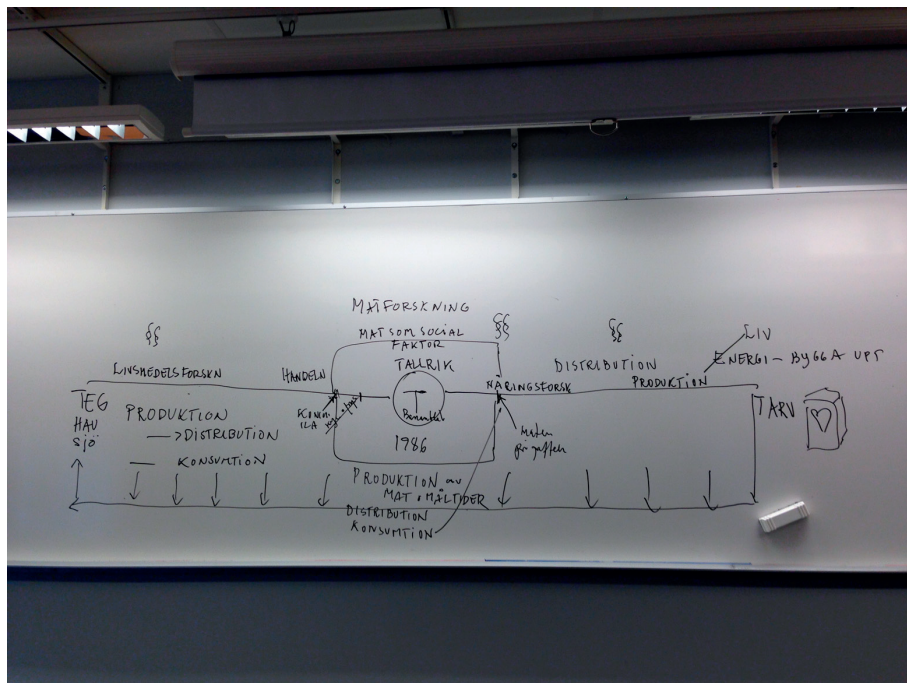
Figuren ger möjlighet till många reflektioner vid föreläsningar; så kan man till exempel diskutera produktions-, distributions- och konsumtionsprocesserna ur ett klass- eller genusperspektiv. Vem gör vad, var och när? Vem bestämmer vad, var och när? Allt detta kan ses ur såväl makro- som mikroperspektiv. Det kan handla om allt från regelverk till arbetsfördelning. Vilka globala och lokala

bestämmelser finns? Hur ser det ut i det lilla privata hushållet? Vem bestämmer över restaurangmenyn, vem lagar maten, vem sköter sopsorteringen och hur görs den?

Figuren (Figur 1), som när den ursprungligen skissades vid FRN:s konferens 1986, endast omfattade två fält, livsmedelsforskning och näringsforskning, har således utvidgats till att omfatta resurshushållning och inte minst det nya fältet mat- och måltidsproduktion. Måltidsproduktion studeras naturligtvis ur produktionstekniskt perspektiv och nutitionsperspektiv, men dessutom ur socialt perspektiv: mat och måltid som social faktor, som kulturfaktor, som ett viktigt kitt i samhällssystemet (Figur 3). Forskningsrådsnämndens rapport (1980) och symposiet om forskning kring Maten, makten och människan (Bäck, 1987) visade att det ”inte fanns någon rimlig relation i omfattning mellan å ena sidan biologisk och å andra sidan beteende- och samhälls-vetenskaplig forskning på livsmedelsområdet. Detta sågs som en allvarlig brist” (Ekström 1990, s. 13).

Figurens utveckling, från 1980-talets T – T – T (Figur 1) med livsmedels- och näringsforskning i fokus, till 2010-talets forskning (Figur 3), visar hur forskningen på matområdet förändrats och expanderat. Den omfattar nu studier av såväl resurshushållning som av matens kulturella och sociala faktorer. Det vill säga: precis det som önskades i rapporten Maten, makten och människan för 30 år sedan och som var inledningen och starten på min egen forskarbana. En bild från 2014 (Figur 4) får illustrera den komplexitet som i dag präglar forskningsområdet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider



Figur 4. . "Krita och rita på whiteboard". Foto taget vid en föreläsning i Göteborg, Grythyttan eller Umeå hösten 2014.

### Referenser

Ekström, M. (1986). Mat som social faktor. Några resultat från undersökningen om barnfamiljers matvanor. I Forskningsrådsnämnden, L. Bäck (Red.) *Forskning kring Maten, makten och människan*. (1987). Symposium om FRN:s program för livsmedelsforskning 1980-1986, s. 124-127.

Ekström, M. (1990). *Kost, klass och kön*. Doktorsavhandling, Umeå Studies in Sociology 98. Umeå: Sociologiska institutionen, Umeå universitet.

Forskningsrådsnämnden. (1987). *Forskning kring Maten, makten och människan*. Lennart Bäck (red.). Symposium om FRN:s program för livsmedelsforskning 1980-1986.

Holm, L., Skov Lauridsen, D., Gronow, J., Kahma N., Kjærnes U., Böker Lund, T., Mäkelä J., & Niva, M. (2015). The food we eat in Nordic countries – some changes between 1997 and 2012. I K. Bergström, I. M. Jonsson, H. Prell, I. Wernersson & H. Åberg (Red.), *Mat är mer än mat. Mat och måltider i samhällsperspektiv* (Kostvetenskap rapport 2015:1) (s. 229-248). Göteborg: Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet.

Holm, L. Pipping Ekström, M., & Böker Lund, T. (In press). Who is cooking the dinner? Changes in the gendering of cooking in the Nordic countries from 1997 to 2012. *Food, Culture and Society*.

Kjærnes, U. (Red.) (2001). *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*. Lysaker, Norway: SIFO. Report no 7.

Forskningsrådsnämnden (1980). *Maten, makten och människan*. Rapport från FRNs arbetsgrupp för Livsmedelsproduktion, konsumtion och kostvanor.

Pipping Ekström, M., & Shanahan, H. (1999). Ekologisk mat i hushållens vardag. I K. Ekström & H. Forsberg (Red.) *Den flerdimensionella konsumenten*, s. 147-167. Göteborg: Tre Böcker.

Pipping Ekström, M., & L'orange Fürst, E. (2001). The Gendered Division of Cooking. In U. Kjærnes, (Red.). *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*. (s. 213-234). Lysaker, Norway: SIFO. Report no 7.

Shanahan, H., Carlsson-Kanyama, A., Offei-Ansah, C., Ekström, M. P., & Potapova, M. (2003). Family meals and disparities in global ecosystem dependency. Three examples: Ghana, Russia and Sweden. *International Journal of Consumer Studies*. 27 (4), s. 283-293.

SCB 2003 *Tid för vardagsliv. Kvinnors och mäns tidsanvändning 1990/91 och 2000/01*.

SCB (2013). *Nu för tiden. En undersökning om svenska folkets tidsanvändning år 2010/11*.

Åberg, H. (2000). *Sustainable waste management in households – from international policy to everyday practice: experiences from two Swedish field studies*. (Doctoral thesis, Göteborg studies in educational sciences. 150). Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis.



**"Skafferiet i huvudet" – ett fenomen under förvandling?  
Matlagning och status i ett historiskt perspektiv**

*Christina Fjellström<sup>1</sup>*

Första gången jag träffade Marianne Ekström (senare Pipping Ekström), som jag kommer ihåg det, var på Odalgården utanför Uppsala i slutet av 1980-talet och troligtvis 1987. Händelsen i fråga var ett symposium arrangerat av Forskningsrådsnämnden (FRN) i samband med det övergripande projektet *Maten, Makten och Människan* till vilket vi båda hörde och finansierades av. Vi disputerade båda 1990 tack vare FRN. Mariannes avhandling landade i titeln *Kost, klass och kön* under det att min fick titeln *Drömmen om det goda livet*. Marianne disputerade i sociologi, jag i etnologi men i båda arbetena fanns inslag av nutrition. Medan min avhandling handlade om mat och näring ur ett historiskt perspektiv behandlade Ekströms matvanor i hushållet och hur kvinnor och män hanterade, värderade och funderade kring den dagliga maten och de dagliga måltiderna. Detta var första gången någon i en svensk avhandling så klart uttalade att det fanns skillnader mellan mäns och kvinnors mat – inte deras näringsintag utan deras syn och upplevelse av mat och måltider och likaväl som hur hushållsarbetet fördelades mellan män och kvinnor. Att kvinnor hade ansvaret för familjens mat var en självklarhet, men att någon analyserade detta och skrev fram det - det var nytt. Samma år jag första gången mötte Marianne på Odalgården (1987) och konfronterades med genusaspekter på mat och måltider såg en värmländsk pojke dagens ljus. Nicklas Neuman blev min första manliga doktorand och tillråga på allt den förste doktoranden i Sverige som på allvar fört in maskulinitetsteorier i matforskningen. Jag kommer i det följande reflektera över Marianne Ekströms banbrytande forskning om mat och genus i den svenska kontexten, och detta kunskapsområdes betydelse för vad Nicklas Neuman kan komma att bidra med knappt tre decennier senare inom samma kontext.

Marianne Ekström är en mästare på att leka med orden och att använda metaforer – läs bara hennes introduktion i avhandlingen där hon liknar invitationen till sociologin som ett gästbud och arbetet med sin avhandling som produktionen av den offentliga måltiden. Precis som Simone de Beauvoir har hon

---

<sup>1</sup> Christina Fjellström, professor, Institutionen för kostvetenskap, Uppsala universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

diskuterat hushållsarbete som ett sisyfosarbete som upprepar sig dag efter dag. Det tar aldrig slut, och det är kvinnans lott i livet. Eftersom det inte finns en ”Magica de Hex”, som Ekström brukar påpeka, som svingar sitt spö och lagar maten, dukar bordet eller tar bort efter måltiden måste ”någon” i hushållet göra detta sisyfosarbete och denna någon utgörs generellt sett av en kvinna. Åtminstone har det varit så i det flesta kulturer och även i vår till dags dato. Genom sina talande beskrivningar och målande bilder har Marianne synliggjort mat ur ett genusperspektiv. I avhandlingen använder hon konceptet socialt kön och nämner bara kort begreppet genus, men som Marianne själv deklarerat i ett senare skede så skulle hon – om hon skrivit avhandlingen idag – använt sig av begreppet genus. Hon skriver om människorna, maten och arbetet i hushållet och kampen, eller förhandlingen, som där försiggår och det är denna kamp och denna dagliga förhandling som gett och ger upphov till kvinnors och mäns sociala positioner relaterat till detta område. Kort sagt har hon gett oss en förståelse för den könade maten i den svenska hushålls-kontexten.

Sören Jansson diskuterar det som han kallar den kulturellt enkönade bondekulturen (Jansson, 1999), utifrån historikern Thomas Laqueurs teori om processen från enkönssamhälle i förmodern tid till tvåkönssamhälle i senmodern tid, och hur detta påverkat de svenska jämställdhetsidealerna. Jansson visar hur det kvinnliga och manliga könet i det äldre svenska agrara samhället inte sågs i form av en artskillnad utan snarare som en gradskillnad. Hans argument bygger på de gränsöverskridande vardagliga praktiker som avspeglas i denna samhällstruktur liksom att självhushållets ekonomi aldrig var uppdelad i en tydligt produktions- respektive reproduktionssfär. Allt överlappade men hängde samtidigt samman. Som exempel på gränsöverskridande vardagliga praktiker nämns att kvinnor kunde överta mäns arbeten på fälten, att änkor blev huvudansvariga för hela gårdens skötsel, att unga pojkar kunde ta över barnpassning i brist på unga flickor i hushållet, att gamla män kunde assistera kvinnorna i trädgårdslanden mm. Flygare (1999) visade i sin avhandling att detta synsätt fanns kvar i svenska familj jordbruk ännu under 1900-talet. Flygare skriver att kvinnor inte utestängdes från manliga arbetsuppgifter men att de utförde sysslor med lägre status medan Jansson formulerar det som att kvinnor sågs som andra klassens män snarare än att de tillhörde en väsensskild sfär i det äldre agrarsamhället. Flygare och Jansson understryker att kvinnor kunde göra samma saker som män om så behövdes, liksom män kunde utföra vissa, men inte alla, kvinnoysslor. Flygare framhåller dock att det var just hemmet som arbetsplats som varit stängd för männen och att de tog avstånd från de traditionellt kvinnliga sysslorna. De traditionellt kvinnliga sysslor som de avser var bland annat omvårdnad och tillsyn av små barn. Janssons analys är att det ”var med andra ord inte bonden i egenskap av manligt kön som höll sig borta från

## Fjellström "Skafferiet i huvudet" – ett fenomen under omvandling?

vissa specifikt kvinnliga sysslor utan bonden i egenskap av *husbonde* och "fullgod" man" (Jansson, 1999 s. 44). Som jag tolkar det innebär detta att det är den sociala positionen som könet hade snarare än könet i sig som var avgörande för vad män respektive kvinnor kunde göra.

Till aktiviteter som klassats som traditionellt kvinnliga hör givetvis även ansvar och tillredning av mat och måltider i hemmet. Dessa sysslor har dock vare sig Flygare eller Jansson visat som exempel på en gränsöverskridande syssla för det manliga könet. Inte heller ser jag tecken på det i det historiska material som jag analyserade i min avhandling (Fjellström, 1990) som delvis behandlar perioden strax före och efter sekelskiftet 1900, eller i mina pågående projekt om mat och måltider under samma tidsperiod. Under jaktturen, fisketuren, vid arbete i skogen var det dock möjligt för män att laga mat eller tillreda mat, men inte i hemmet. Det kan jämföras med Janssons diskussion om att mannen tidigare associerades med drag av "relativ frånvaro", dvs. från hemmet. I dylika situationer ser jag i det historiska materialet att matlagning kunde vara accepterad som en manlig aktivitet. Därför blir min konklusion att mat och matlagning har setts som en syssla som män på grund av sitt kön inte kunde ta sig an i hemmet, oavsett vilken social position de hade, däremot i sammanhang där inte kvinnor fanns att tillgå.

Eller var det kvinnorna som ansåg att männen inte kunde ta sig an denna syssla? En kvinna som inte lagade mat åt sin man var ingen riktig kvinna – det var så informanter i min studie om mat i historisk belysning kunde uttrycka sig om livet i sågverksarbetarsamhället under början av 1900-talet (Fjellström, 1990). När jag började föreläsa i kostsociologi i mitten på 1990-talet, med utgångspunkt från bland annat Ekströms avhandling, tog jag upp vad jag då kallade manlig och kvinnlig mat (men senare benämnde mat och genus) var uppfattningen bland många kvinnliga studenter att köket var deras domän. Tjugo år senare är bilden en helt annan i seminariediskussionerna där problematiken med kvinnors huvudansvar för maten i hemmen diskuteras hett. Värderingarna har helt klart förändrats sedan Ekström lade fram sin avhandling. Hon skriver: "Att ha skafferiet i huvudet", ser jag som den moderna motsvarigheten till nyckeln till visthusboden. Att mamma har skafferiet i huvudet innebär att hon håller reda på förråd, ansvarar för maten och är beredd att sätta igång med matlagningen så snart hon kommer in genom dörren. I "mors tre linjer" ingår att standarden skall vara rimlig och att mor skall få beröm för det hon gör. Vinsten som mor gör genom att ta hand om maten är att hon har en domän att ansvara för, att hon får prestige och bekräftelse som kvinna. Så bidrar mat till att skapa och återskapa socialt kön" (Ekström, 1990, s. 198).



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Naturliggörandet av manliga respektive kvinnliga egenskaper, kopplade till de olika sfärerna som hemmet och arbetsarenan utanför hemmet utgör, accentuerades och befästes i det senmoderna tvåkönade samhället. Försörjaren och den försörjda blev normalitet och som en del i detta sågs kvinnan väntandes med maten på mannen när han kom hem från arbetet som en självklarhet. Befästandet av mat och måltider som ett kvinnligt arbete – i hemmet och i hushållet – var något som ingen reflekterade över, vilket Ekström också understryker i sin avhandling. I hennes forskningsöversikt visar hon att mycket få forskare på djupet hade diskuterat detta faktum men tar som exempel upp bland annat Charles & Kerrs och Anne Murcotts diskussioner om mat och genus under 1980-talet och hur framförallt Murcott öppnade den s.k. svarta lådan: ”Det finns dock forskare som på senaste tid intresserat sig för det osynliga eller snarare osynliggjorda arbetet i köket och den eventuella effekt detta kan ha på valet av mat. Inte bara den könsliga arbetsdelningen utan även den relativa distributionen” (Ekström, 1990 s 48).

Marianne Ekström var först ut i Sverige, ja kanske Norden, avseende att synliggöra hur mat blir en social markör för det kvinnliga och manliga könet (”det som nu ofta benämns som genus eller gender” som hon skriver) och hur hushållet spelar roll för matens distribution och måltidernas utformning och roll. Hon öppnar den svarta lådan för nordiskt vidkommande. Bland de hushåll som deltar i hennes undersökning är fenomenet ”när pappa har ansvaret” för matlagning sällsynt. Den handfull män som hade detta ansvar tillhörde tjänstemannaklassen. Kvinnorna var som väntat vid den tidpunkt hon gjorde datainsamlingen, dvs. i mitten av 1980-talet, nästan till hundra procent huvudansvariga för matlagningen. Ekström visar också hur det i det dagliga livet sker en förhandling, men även en maktkamp där maten står i centrum. En av hennes informanter uttrycker det enligt följande: ”Anna-Maria tyckte att Stefan gjorde sig bred på kvinnofälten både i arbetet och hemma. Män går över på kvinnornas områden för att få en högre ställning, säger Anna-Maria. Går mannen in i köket så får han en högre ställning där om inte kvinnan redan har en markerad position, fortsätter hon. Man och mat har romantiserats” (Ekström, 1990, s. 197).

I ett senare sociologiskt projekt om ätande, matvanor och måltider i nordiska hushåll diskuterar Ekström och L’orange Fürst (2001) det faktum att män rapporterade, och överrapporterade, ökad involvering i och ett större ansvar för den dagliga matlagningen än vad som visats i tidigare studier. Detta tolkar de som att vardagsmatlagningen fått en ökad status. Fortfarande, deklarerade författarna, var den dagliga matlagningen kvinnors ansvar men det syntes att männen blivit mer intresserade. Männen lagade mat om de var intresserade

under det att kvinnor som var ansvariga för matlagning gjorde det oavsett om de var intresserade eller ej. Att kvinnor, både yngre och äldre, har känt sig manade eller tvungna att laga mat även om de inte känt sig engagerade har framkommit i flera av de intervjustudier som gjorts under årens lopp vid vår institution (se bl a Sidenvall, Nydahl & Fjellström, 2000; Wesslén, 2000). Trots detta, som framkom i Ekströms studier och som även Jansson diskuterade i en jämförelse med förhållandena i England (Jansson, 1995), började matlagning under 1990-talet att intressera män, speciellt inom tjänstemannahushåll och akademikerhushåll. Detta har fortsatt med oavbruten kraft och därför skulle jag vilja påstå att den oro som Ekström gav uttryck för 25 år sedan om matlagningens roll, betydelse och status visat sig vara opåakad: "Problemet för nästa generation kvinnor kan jag bara sia om. Inga barn, vare sig flickor eller pojkar, ägnar sig i någon nämnvärd grad åt husliga sysslor i köket" (s. 198). Ekström hade i viss mån rätt, mycket av den hemmalagade maten har "outsourcats" och ersatts av färdiglagad mat, s.k. "convenience food" (Ekström & Hjalmskog, 2006). Parallellt med detta har mat, ätande och matlagning kommit att bli djupt inbäddade i vår kultur och speglar den samtid vi lever i. Kvinnor och män talar om mat, jämför mat, lagar mat. Samhället har förändrats sedan Marianne Ekström lade fram sin avhandling för ett kvarts sekel sedan.

De konkluderande tankegångarna av denna betraktelse är att förr kunde inte män med hög social position utföra kvinnliga sysslor inom hushållets väggar samtidigt som de med låg social position kunde ses överskrida gränser. Men, de sysslor som associeras med mat, matlagning och måltider i hemmet/ hushållet synes dock ha varit helt stängda för män oavsett social position. Ännu finns inga historiska belägg mig veterligt, vare sig utanför eller inom den svenska kontexten, som visar på något annat förhållande, inte heller mina pågående historiska studier antyder något dylikt. Idag är icke desto mindre män på väg, och speciellt i vårt samhälle, att ta lika stor del i de dagliga matsysslor som kvinnor. Det har med andra ord skett en helvändning i vad som synes vara kvinnliga respektive manliga sysslor relaterade till mat och matlagning. Dessutom, har det visat sig att det är män med hög status som varit ledande i denna utveckling. Frågan är, hur ska vi förstå denna vändning i synen på matlagningens status bland män? Kanske har männen fått möjlighet att skapa en relation till mat som de inte haft tidigare, dvs. de har fått pröva på denna dagliga praktik och upplevt detta positivt. I tidigare forskning har kvinnor uttryckt att maten de lagat till nära och kära kunnat ses som en gåva (Fjellström, 2007) och eftersom matlagning varit ett kvinnligt ansvarsområde har endast kvinnor kunna ge denna gåva. Kvinnans inträde på arbetsmarknaden är en annan sak som bör ha drivit på mannens inträde i köket i hemmen, men samtidigt vet vi att problemet för många kvinnor under decennier varit dubbelarbetet. Vad är det då som gör

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

att vi ser en förändring under senare tid mot mannens, inte bara vistelse i köken, utan även viljan att laga mat och göra det med stort engagemang och lust? Varför har matlagning fått en sådan status att män nu kan tänka sig att laga mat? Om vi dessutom betänker att män med hög social position i det agrara samhället höll sig borta från traditionellt kvinnliga sysslor blir frågan varför de accepterat denna syssla i det senmoderna samhället?

Det kan finnas flera orsaker. Att gastronomins framväxt har haft betydelse för och gett legitimitet till mäns matlagning har analyserats och diskuterats i en första artikel vid vår institution av Neuman och Fjellström (2014). Nicklas Neuman kommer i sitt doktorandarbete att behandla flera aspekter av denna utveckling och bidra med nya kunskaper avseende matforskning ur ett genusperspektiv och därmed kunna komma att få lika stor betydelse som Ekström hade när hon förde in detta forsknings- och kunskapsområde till Sverige. Anne Murcott visade tidigt betydelsen av att förstå hushållets sociala organisation för hur genus skapas och omskapas och Marianne tog det till Sverige – nu öppnar Nicklas Neuman den svarta lådan ur ytterligare ett genusperspektiv nämligen maskulinitetsperspektivet. Hans fortsatta studier om matlagning, jämställdhet och maskuliniteter kommer att ge oss en förståelse för mäns engagemang i matlagning i det dagliga livet och hur denna utveckling får återverkningar på dagens svenska samhälle, men även den betydelse detta har ur ett internationellt perspektiv. Jag anar att det uttryck Marianne myntade om ”Skafferiet i huvudet” inte längre kommer att associeras enbart med kvinnor utan att förknippas med den som ansvarar för matlagningen i hemmet vilket inom en snar framtid i Sverige kommer att delas lika mellan män och kvinnor.

## Fjellström "Skafferiet i huvudet" – ett fenomen under omvandling?

### Referenser

- Charles, N & Kerr, M. (1988). *Women, food and families*. Manchester: Manchester University Press
- Ekström, M. (1990). *Kost, Klass och kön*. (Diss) Umeå. Umeå Studies in Sociology, 98.
- Ekström, M. & L'orange Fürst, E. (2001). The Gendered Division of Cooking. I U. Kjærnes (Red.), *Eating Patterns in The Nordic Countries*. SIFO Report 7 (s.213-234), Lysaker, Norway.
- Pipping Ekström, M & Hjalmeskog, K. (2006). 150 år av "outsourcing" av hemarbete. I K. Hjalmeskog (Red.), *Lärarprofession i förändring. Från "skolkök" till hem- och konsumentkunskap* (s. 171-191) Uppsala, Föreningen för svensk undervisningshistoria.
- Fjellström, C. (1990). *Drömmen om det goda livet. Livsqualitet och matvanor i ett uppväxande industrisambälle: Stocka sågverk 1870-1980*. (Diss) Umeå. Acta Ethnologica Umensia, Vol 1. Almqvist&Wiksell International.
- Fjellström, C. (2007). Att skapa en relation - laga mat som symbolhandling. I M. Pipping Ekström, H. Åberg, K. Bergström & H. Prell (Red.), *Hushållsvetenskap & Co*. MHM Rapporter 2007:39 (s. 123-137) Göteborgs universitet.
- Flygare, I A. (1999). *Generation och kontinuitet. Familj jordbruket i två svenska slättbygder under 1900-talet*. (Diss). Upplands fornminnesförenings Tidskrift 54. Upplandsmuseum.
- Jansson, S. (1999) Det svenska paret – en historisk betraktelse över ett modern projekt. I B. Meurling & B. Lundgren & I. Lövkrona (Red.), *Familj och kön. Etnologiska perspektiv* (s. 40-57). Lund, Studentlitteratur.
- Jansson, S. (1995). Food practices and division of domestic labor. A comparison between British and Swedish households. *Sociological Review*, 43 (3), 462-477.
- Murcott, A. (1982). On the social significance of the "cooked dinner" in South Wales. *Social Science Information*, 21, 677-696.
- Neuman, N. & Fjellström, C. (2014). Gendered and gendering practices of food and cooking: An inquiry of authorizations, legitimizations and androcentric dividends in three social fields. Forthcoming, *NORMA*, 9 (4), 269-285.
- Sidenvall, B. Nydahl, M. & Fjellström, C. (2000). The Meal as a gift - The Meaning of Cooking among retired women. *Journal of Applied Gerontology*, 19 (4), 405-423.
- Wesslén, A. (2000). *Teenagers and Food. The Impact of Culture and Gender on Attitudes towards Food* (Licentiatavhandling). Institutionen för hushållsvetenskap, Uppsala universitet.



## **Outsourcing, insourcing, resourcing – hur kan vi förstå hushållsarbete idag?**

*Karin Hjälmeskog<sup>1</sup>*

”Spanska barn ska få skyldighet att städa”; ”Framåt i snigelfart”; ”Ojämställdhet leder till sjuka kvinnor”; ”Tio miljoner barn som tjänstefolk” är exempel på rubriker till artiklar och ledare under det senaste året som kommer upp då jag söker på ordet ”hushållsarbete” på DN:s webbsida. Den förstnämnda från april 2014 handlar om ett lagförslag i Spanien som trycker på barns skyldigheter, både att visa respekt för föräldrar och syskon och att utföra hushållsarbete oberoende av ålder och kön (DN 2014-04-29). Den sistnämnda handlar om FN-organet ILOs rapport om att upp till 10,5 miljoner barn i världen arbetar som tjänstefolk. Tre fjärdedelar är flickor och 6,5 miljoner är mellan 5 och 15 år (DN 2013-06-12). Artiklarna däremellan rör svenska förhållanden. En ledare från den 8 januari 2014 påtalar komplexiteten i jämställdhetsarbetet och hur sakta utvecklingen mot jämställdhet går och den andra om hur föreställningar om vad kvinnor och män kan och vill göra i arbetet leder till att kvinnor ofta får mer repetitiva arbetsuppgifter, vilket leder till fler belastningsskador. Andra orsaker som nämns är att arbetsredskap som kvinnor använder är anpassade efter män och att kvinnors större ansvar för hushållsarbete troligen bidrar till skillnader i arbetslivet (DN 2013-10-24). Utifrån dessa rubriker kan man konstatera att hushållsarbete är en viktig fråga på en mängd olika sätt, både nationellt och internationellt. Ekonomen Agneta Stark hävdade på mitten av 1990-talet att det kanske var dags för en tvätt- och strykminister, i paritet med att vi har en jordbruksminister. Hennes argument var att vi lägger ner lika mycket arbete på att tvätta och stryka som vi gör inom jordbruk, skogsbruk, jakt och fiske tillsammans (Vi, 1994; Ekström & Hjälmeskog, 1995). DN-artiklarna ovan skulle kunna bidra med fler argument. Men, hushållsarbete är inte något prioriterat politikområde och något hushållsarbetsdepartement eller någon tvätt- och strykminister har inte tillsatts. I detta kapitel ska jag aktualisera frågan om hushållsarbete ur några olika perspektiv, jag ställer frågor som: vad är hushållsarbete idag? Hur har hushållsarbetet förändrats? Vem gör hushållsarbetet? Hur kan vi tänka kring hushållsarbete och utbildning?

---

<sup>1</sup> Karin Hjälmeskog, universitetslektor, Institutionen för pedagogik, didaktik och utbildningsstudier, Uppsala universitet.

### Vad är hushållsarbete?

Hushållsarbete är inte något prioriterat forskningsområde (Ekström & Hjalmskog 1996; Treas & Tai, 2012), men det finns forskare inom olika discipliner som intresserar sig för ämnet. Jag talar om hushållsarbete, men andra ord förekommer i beskrivningar av fenomenet. Förutom hushållsarbete till exempel hemarbete, reproduktivt arbete och obetalt arbete. På engelska benämns det exempelvis “domestic labour”, “household work” eller “unpaid housework”. Vad arbetet innefattar och vilken betydelse det har (för vem/vad) finns det också olika uppfattningar om. I den statistik som SCB tar fram om tidsanvändning och arbetsfördelning innefattar hushållsarbetet matlagning, avdukning, disk, städning av bostaden, tvätt och strykning. I kategorin obetalt arbete inkluderas förutom hushållsarbetet, även underhållsarbete, omsorg om egna barn, omsorg om andra, inköp av varor och tjänster, annat hemarbete och resor i samband med hemarbete (SCB, 2014).

Det har dock ifrågasatts om det är korrekt att tala om hushållsarbete som obetalt. Exempelvis menar Blackburn (1999) att det vid en första anblick kan ses som en självklar benämning på det arbete som (oftast) kvinnor gör i hemmet eftersom det begränsar deras möjligheter att tjäna pengar på den formella arbetsmarknaden. Men han menar samtidigt att det är ett teoretiskt misstag att kalla det obetalt. Orsaken till detta misstag är den dominans som ”kapitalistisk marknadsekonomi” [capitalist market economy] har över ”hushållsekonomi” [the domestic economy] i dagens samhälle. Detta avspeglar sig exempelvis i att den marknadsekonomiska förståelsen av lön tillämpas i analyser av hushållsarbete. Han hävdar att hushållsarbete är betalt i den meningen att det för med sig reella ekonomiska vinster för den som gör hushållsarbetet och hennes/hans familj (s. 1). Använder man begreppet oavlönat [unwaged] istället för obetalt [unpaid] fångas verkligheten bättre, menar han, eftersom hushållsarbete lönar sig ekonomiskt men inte med marknadslöner [market wages] (s. 8).

Avgränsningen av hushållsarbete till det mer fysiska genomförandet av arbetsuppgifterna matlagning, avdukning, disk, städning av bostaden, tvätt och strykning har också ifrågasatts. En utvidgad definition av hushållsarbete skulle då kunna vara att inte bara utföra arbetsuppgifterna utan också ”defining them as necessary, creating standards for their performance, and making sure that they are done in an acceptable manner (Mederer 1993, citerad i Treas & Tai, 2012). Treas & Tai (2012) visar också på hur andra forskare lyfter fram de emotionella aspekterna av hushållsarbete (ex. Doucet, 2000) och ytterligare andra talar om såväl fysiska, emotionella, mentala och andliga dimensioner (ex. Eichler &

Albanese, 2007). Vissa, menar de, betonar det dagliga mer organisatoriska arbetet [managerial activities], vilket innefattar uppgifter som budget och beslutsfattande (ex. boka läkarbesök, besluta om inköp, planera högtider, bestämma kravnivåer osv.). I en intervjustudie med kanadensiska kvinnor om vad de gör för hushållsarbete lyfter respondenterna själva fram genomförandet av arbetsuppgifter som matlagning, tvätt och städ, men när forskarna i intervjun visar upp en lista på sex aktiviteter hämtade från litteratur kritisk mot ett sådant begränsat hushållsarbetsbegrepp svarar respondenterna unisont att detta är arbete de gör. En av dem uttryckte spontant: "This is my life!" (Eichler 2005 s 1030). På listan stod följande hushållsarbetsuppgifter: "providing emotional support; organizing; planning; managing or arranging matters; dealing with crises; maintaining contact with family members or friends; self care; and conflict resolution" (ibid). Så även om kvinnorna själva inledningsvis endast nämnde det mer fysiska genomförandet så menar de att alla de andra uppgifterna också ingår. En annan bred förståelse av hushållsarbete erbjuder den humanekologiska teorin (Bubolz & Sontag, 1993; Grönqvist & Hjälmeskog 2011). Grönqvist & Hjälmeskog (2011) beskriver teorin i relation till skolämnet hem- och konsumentkunskap och talar då om de processer och aktiviteter som sker i hushållen i termer av hushållens verksamheter och inkluderar i detta begrepp perception, teknikanvändning, kommunikation, organisation, beslutsfattande, hantering och förvaltning av resurser, livsuppehållande aktiviteter samt lärande och utveckling.

### **Vem gör vad?**

Vad som inkluderas i "hushållsarbete" spelar en avgörande roll för resultatet i tidsanvändningsstudier. I SCBs tidsanvändningsstudier framgår att det sker förändringar i arbetsfördelningen mellan kvinnor och män både om man ser till det mer begränsade hushållsarbetet och till det mer omfattande obetalda arbetet. Kvinnornas fördelning av arbetstid har förändrats mest i en jämförelse mellan 1990/91 och 2010/11. De har minskat sin tid för obetalt arbete med cirka 1 timma, men ökat sin tid för betalt arbete med en halvtimma en genomsnittlig vardag. För männen är förändringen den motsatta, de har alltså minskat sin tid för betalt arbete med mer än 45 minuter, samtidigt som de bara ökat sin tid i obetalt arbete med 8 minuter (SCB, 2012b). Framför allt så lagar män mer mat nu än tidigare (SCB 2012a). När det gäller tvätt och städ har således inga nämnvärda förändringar skett.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Tabell 1. Tid för obetalt arbete för personer 20-64 år efter aktivitet 2010/11. Timmar och minuter per vecka

	<i>Kvinnor</i>	<i>Män</i>
<i>Hushållsarbete</i>	12:20	7:14
<i>Därav Matlagning</i>	4:25	2:58
<i>Diskning, avdukning</i>	1:50	1:04
<i>Städning av bostaden</i>	3:46	2:08
<i>Tvätt, strykning</i>	1:37	0:31
<i>Underhållsarbete</i>	2:23	4:16
<i>Omsorg om egna barn</i>	3:57	2:26
<i>Omsorg om andra</i>	0:52	0:53
<i>Inköp av varor och tjänster</i>	3:11	2:26
<i>Annat hemarbete</i>	0:59	0:46
<i>Resor i samband med hemarbete</i>	3:10	3:12
<i>Totalt</i>	26:52	21:14

Källa: Tidsanvändningsundersökningen, SCB (SCB 2012a)

Både Sverige och Norge räknas till de mest jämställda länderna i världen. Den officiella jämställdhetspolitiken har som mål att kvinnor och män ska ha samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter inom livets alla delar, vilket inkluderar delat ansvar för hushålls- och omsorgsarbete. Ändå är det så att kvinnorna har huvudansvar för såväl barn som hem. Norge och Sverige har vad som kallas ett ”de-familiarized” välfärdssystem (Esping Andersen i Bernardt et al (2008), vilket innebär att individens beroende av familjen minimeras. Det kan ses som att kvinnors ekonomiska oberoende prioriteras genom att deras deltagande i arbetsmarknaden genom hela livet uppmuntras. Bernardt et al (2008) jämför i sin studie unga pars syn på och reella arbetsdelning vad gäller hushållsarbete i dessa länder och finner en del intressanta skillnader. Till exempel tycks jämställdhetsidealet inte stå lika högt i kurs i Norge som i Sverige, en skillnad som kvarstår, om än minskar, när det gäller det reella

delandet av ansvar. Denna skillnad tolkas som beroende av en både längre och starkare institutionaliserad jämställdhetspolitisk historia i Sverige.

### **Hushållsarbetets förändring**

Jämförelser av tidsstudier under längre tid (SCB, 2012; Pipping Ekström & Hjälmeskog 2006) visar på att svenska hushåll totalt sett lägger mindre tid på hushållsarbete som matlagning, tvätt och städ. Arbete som tidigare var hemmets ansvar har outsourcats genom t.ex. skola, skollunch, förskola, industri-lagad mat osv. (Pipping Ekström & Hjälmeskog, 2006), en del arbetsuppgifter som outsourcats har återkommit till hemmet (resourcats), andra arbetsuppgifter har funnits kvar men har förändrats och andra nya arbetsuppgifter har tillkommit (insourcats).

Datorns intåg och Internets utveckling har medfört att vi inte längre behöver gå till posten eller banken. De flesta ekonomiska transaktioner ska vi istället göra via datorn. Allt fler köper också olika varor och tjänster via nätet, till exempel böcker, biljetter till olika evenemang och resor och i ökat omfång även kläder, skor, glasögon, hemelektronik, möbler och även mat. Vi till och med checkar in oss själva via datorn innan vi far till flygplatsen. Pipping Ekström & Hjälmeskog (2006) skriver att det gjorts försök med matinköp på nätet men att ”det verkar inte ha fallit lika väl ut”. Här fortfar dock utvecklingen och matkassar och grönsakslådor m.m. som beställs över nätet och sedan körs hem blir allt vanligare.

Få forskare intresserar sig idag för de förändringar som har skett och fortsätter att ske vad gäller hushållsarbete (Eichler, 2005), men jag vill här nämna en studie om tvätt. Tvätt och strykning är en del av hushållsarbete där kvinnor gör mest, 97 minuter per vecka mot männens 31 minuter per vecka (se tabell 1 ovan). I en studie från USA om tvättarbetets förändring i relation till teknisk utveckling konstateras att kvinnor som är 18-50 år använder 126 minuter i veckan (18 min per dag) till tvättarbete, vilket är mellan 3 till 7 gånger mer tid än amerikanska män, vilka gör ungefär 20 % av tvättarbetet (Robinson & Milkie, 1997, i Shehan & Moras, 2006, s. 48-49). Shehan & Moras gör en historisk översikt över tvätt-teknologins utveckling och nämner t.ex. att på 1830-talet öppnades den första kommersiella tvättinrättningen och att den första elektriska tvättmaskinen kom 1915. De talar om hur tvättindustrin från mitten av 1800-talet utlovade att tvätten skulle skötas av tvättinrättningar istället för i hemmen medan idealet, beroende på den tekniska utvecklingen, efter andra världskriget var en tvättmaskin i varje hem, alltså tvättarbetet skulle in i hemmen igen, om än förenklat.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Sortering och återvinning av sopor är en annan arbetsuppgift som minskat för att nu åter ta mer tid och arbete. Andréasson (1998) beskriver att HSBs nya lägenheter på Kungsholmen i Stockholm som stod klara 1929 visade upp moderniteter som sopnedkastet, ”eller som det kallades i pressen, ’en mystisk glugg i väggen med lock på’. Man skrev att ’besökare prisade mycket detta arrangemang såsom synnerligen hygieniskt, praktiskt, och det framhölls att det kommer att väcka glädje hos alla husmödrar’ ” (Andréasson, 1998). Sopnedkastet förenklade sophantering avsevärt, stadsborna slapp illaluktande sop-tunnor på gården. Idag, med miljöargument, har vi åter tunnor på gården. Sopor ska sorteras i olika fragment: kompost, brännbart, papper, plast, glas, miljöfarligt osv. För vissa fragment finns tunnor på gården för boende i tätorter, medan andra måste transporteras till återvinningsstationer.

### Att lära och lära av hushållsarbete

När en verksamhet förändras behöver utövarna lära sig nya saker. Detta var också ett centralt argument bland förespråkare för huslig utbildning under första halvan av 1900-talet. Inte minst Kerstin Hesselgren, Skolkökslärarinnornas förenings första ordförande, argumenterade för att de kunskaper mödrarna kunde lära sina döttrar ofta var förlegade och inte anpassade till de samtida hushållens behov och därför behövde flickorna undervisning i huslig ekonomi med utbildade skolkökslärarinnor (Hjälmeskog, 2011).

När det gäller frågor om kunskap, vilken kunskap som behövs och hur man lär sig denna, spelar definitionen av hushållsarbete en avgörande roll. Definieras det som matlagning, avdukning, disk, städning av bostaden, tvätt och strykning handlar det om färdigheter att utföra dessa arbetsuppgifter. Även när det gäller behovet av kunskap är forskningen begränsad. Som exempel kan nämnas Aulanko (2008) om städning, där hon exempelvis lyfter fram att för att kunskapen att städa ska befästas och göras generell krävs inte bara att man gör samma sak som någon visar, utan det krävs reflektion över hur man gör och varför. Short (2003) har studerat vad matlagningskunskap är och lyfter exempelvis fram hur kontextbunden den är. Hon och andra (t.ex. Ternier, 2010) skriver om att vi behöver mer forskning och en mer utvecklad syn på vad matlagningskunskap är för att frågan om eventuella brister i kunskap ska kunna diskuteras. Forskning som därför också är relevant för utbildning.

Men som nämnts ovan, det finns bredare definitioner som förutom färdigheterna att laga mat, städa och tvätta exempelvis även inkluderar de emotionella och organisatoriska aspekterna av hushållsarbetet, vilket får till följd att idéer om vilken kunskap som behövs förändras. Eichler (2005) nämner som exem-

pel: organisationsförmåga, tidsplanering, krishantering, kommunikationsförmåga, förmåga att skapa och vidmakthålla relationer, förändringsförmåga och förmåga att hantera ”svåra” personer på ett taktfullt och funktionellt sätt. När hon i sin intervjustudie, nämnd ovan, frågar respondenterna om vad de lärt sig *genom* att göra hushållsarbete så handlar de spontana svaren om de mer manuella färdigheterna, men när de frågar vidare så kommer det fram att de lärt sig om planering, organisation, krishantering och framför allt så har de intervjuade kvinnorna lärt sig att hantera förändring, att vara beredda på förändring och att hantera den på ett konstruktivt sätt. Hennes forskning handlar om livslångt lärande och vuxenutbildning och de slutsatser hon drar handlar om hemmet och hushållsarbete som viktiga ”kunskapskällor”. Hon refererar också till en tysk studie om hur förändringar på arbetsmarknaden kräver att de anställda själva i allt högre grad måste organisera sitt eget arbete ofta inom otydliga ramar och till forskarnas förvåning var det kvinnorna som klarade av detta bättre än männen. Det var framför allt kvinnor med barn som kombinerade yrkesarbete och hushållsarbete som hade de kvalifikationer arbetsmarknaden efterfrågade, något som förklarades med att de tog störst ansvar för hemarbetet.

Ytterligare en dimension när det gäller kunskap och hushållsarbete är att samtidigt som vi måste kunna nya saker så är det troligt att andra kunskaper faller i glömska. I en rapport om biologisk mångfald och kunskap konstaterar Tunon (2004) att kvinnors traditionella kunskap inte heller varit fokus för forskning i någon högre grad. Det gör att traditionell kvinnokunskap som eventuellt kan komma att visa sig viktig i framtiden kan gå förlorad (jfr Eichler, 2005)

### **Avslutande reflektioner**

Ett troligt framtidsscenario är att hushållsarbetet kommer att fortsätta förändras, liksom också den betydelse det har för individer nära och fjärran, för samhället och för naturmiljön. Men hur vi verkligen kommer att ha det med hushållsarbetet i framtiden vet vi inte. Hur kan vi då tänka om hushållsarbete och dess framtid med denna ovisshet?

Det tycks som om det finns anledning att på olika sätt bevara det Tunon (2004) talar om som kvinnors traditionella kunskap. Vi ser det när det gäller hanteringen av hushållsavfall. Andréasson (1998) beskriver hur det under 1800-talet skapades system för återvinning av avfall i städerna. Latrinet och det organiska hushållsavfallet kunde med städernas försorg tas om hand och säljas som gödsel till bönderna. Vissa städer byggde upp svingårdar där matrester blev mat åt grisar vars kött sedan kunde säljas och ge inkomster för att bidra

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

till stadens kostnader för avfallshanteringen. Övrigt avfall som glas, papper och metall hamnade sällan i någon soptunna då det såldes till lumphandlare för återvinning. 1800-talets idéer och verksamhet med återvinning känner vi igen i dagens vardag om än i andra former och med miljöargument snarare än argument om hälsa och hygien.

I den andra änden av matkedjan finns odlingen och hur vi tar tillvara på det som odling och naturen ger oss i form av bär, svamp, frukt, grönsaker och rotfrukter. Kolonilottsverksamhet blomstrar och ”gerillaodling” har blivit ett begrepp, båda kan ses som protest mot den ”neo-dumhet” som någon nationalekonom nämnde för många år sen och som handlade om fjärmande från råvaror, matens ursprung och kvalitet (jfr även Nilsson, 2008; Nilsson, 2009). Utifrån miljöargument står nu den traditionella kunskapen i att odla och konservera högt i kurs.

Om vi betraktar hushållsarbete i relation till yrkesarbete, ur perspektivet arbetsdelning, att kvinnor och män i jämställdhetens namn ska ha samma möjligheter att ha en framgångsrik karriär, ser vi att hushållsarbete får olika betydelse för kvinnor och män. Dagens ojämställda situation orsakar problem för kvinnor eftersom de får svårare att ha en framgångsrik karriär (t.ex. Skruti et al 2014). Men ur perspektivet kunskapsutveckling orsakar det problem för män. Det faktum att man lär sig genom hushållsarbete (Eichler, 2005) medför att också män förlorar på ojämställdhet. Kvinnor utvecklar, igenom att ta större ansvar för hem och barn, sådana förmågor som behövs på dagens flexibla och föränderliga arbetsmarknad (ibid).

Trubek (2013) hävdar att om vi ska kunna laga mat (och annat hushållsarbete) så måste vi först lära oss det; och förmåga är alltid kopplat till både erfarenhet och tillgång till kunskap. Ett sätt att nå alla, kvinnor och män, är att det ingår i skolans obligatoriska undervisning. Idag har vi i Sverige (och övriga nordiska länder, Japan m.fl) obligatorisk undervisning i hem- och konsumentkunskap, HK (eller motsvarande). När man som jag gjort i detta kapitel lyfter fram frågor om vad hushållsarbete är och vem som utför detta arbete väcks frågor kring vad ämnet och därmed HK-läroarbete bör ha för innehåll. Utifrån diskussionen ovan om vad hushållsarbete är kan man undra hur mycket tid som ägnas åt planering, organisering, omsorgsarbete, det emotionella och det andliga. Håller en vetenskapligt rationell diskurs på att totalt ta över den tidigare mixen av teknisk rationalitet och omsorg (jfr SOU 2005:51)? Utifrån diskussionen om vem som gör hushållsarbete kan man undra om vi nu behöver ägna mer tid i undervisningen åt tvätt och städ, då det inte hänt mycket vad gäller hur dessa arbetsuppgifter fördelas mellan medlemmarna i hushållet.

För att få svar på dessa frågor och för ämnets fortlevnad och för HK-läraryrket utveckling behövs forskning. Jag har utifrån flera olika forskare ovan nämnt hur lite vi vet om hushållsarbete idag och om traditionell kunskap. Jag avslutar kapitlet med några rader som Ekström och Hjälmeskog (1996) skrev en debattartikel i JämOs tidskrift *Jämsides* om behovet av forskning om hushållens vardagsliv, som dessvärre är lika aktuella idag som för tjugo år sedan:

”För att fatta kloka beslut i samhället måste vi ha kunskaper om hushållens beteenden och förväntningar. Det här är inga självklara kunskaper bara för att vi själva ingår i olika hushåll. Forskning behövs om hushållens vardagsliv, och det med det snaraste med tanke på hur snabbt all förändring sker.

Idag går debatten i Sverige het kring kvinnornas representation när det gäller professorer och andra positioner inom den akademiska värden. Men jämställdhet i den akademiska värden handlar inte enbart om antal professorer utan också om förändrade inriktningar i forskningen. En förändring i den riktningen vore att kvinnor och kvinnors erfarenheter, hem och hushåll, de kunskaper och de förmågor som reproduceras därmed får en likvärdig plats bland andra akademiska discipliner” (s. 27).

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

### Referenser

Andréasson, Ulf (1998). Avfall som problem föddes med staden. *Populär historia*, (3). Hämtad 2014-09-20 från <http://www.popularhistoria.se/artiklar/renhallning-pa-liv-och-dod/>

Bernardt, Eva; Noack, Turid & Hovde Lyngstad, Torkild (2008). Shared housework in Norway and Sweden: advancing the gender revolution. *Journal of European Social Policy*, 18(3), s. 275-288.

Blackburn, R. M. (1999). Is housework unpaid work? *International Journal of Sociology and Social Policy*, 19(7/8), s. 1-20.

Bubolz, Margret & Sontag, Suzanne (1993). Human Ecology Theory. I Boss et.al. (red.) *Sourcebook of Family Theories and methods: A Contextual Approach*. New York: Plenum Press.

Doucet, Andrea (2000). 'There's a huge gulf between me as a male career and women!': Gender, domestic responsibility, and the community as an institutional arena. *Community, Work & Family*, 3(2), s. 163-184.

Eichler, Margirit (2005). The other half (or more) of the story: unpaid household and care work and lifelong learning. I Nina Bascia; Alister Cuning; Amanda Datnow, Kenneth Leithwood & David Livingstone (red.) *International handbook of educational policy*. London: Springer.

Ekström, Marianne & Hjalmskog, Karin (1996). Dammrättornas värde. *Jämsides*, (1), s. 26-27.

Grönqvist, Margareta & Hjalmskog, Karin (2011). *Humanekologisk teori*. Arbetsrapport. Hämtad 2014-09-20 från <http://www.hkrummet.se>

Hjalmskog, Karin (2011). Kerstin "den första" och den husliga utbildningen. *Vägval i skolans historia*. Tidskrift från föreningen för svensk utbildningshistoria. 11(3-4), s. 7-12.

Nilson, Mats-Eric (2008). *Den hemlige kocken*. Stockholm: Ordfront Förlag.

Nilsson, Mats-Eric (2009). *Äkta vara*. Stockholm: Ordfront Förlag.

Short, Frances (2003). Domestic cooking skills – what are they?. *Journal of HELA*, 10(3), p. 13-22.

Ternier, Sabrina (2010). Understanding and measuring cooking skills and knowledge as factors influencing convenience food purchases and consumption. *Studies by undergraduate Researchers at Guelph*, 3(2).

Pipping Ekström, Marianne & Hjalmskog, Karin (2006). 150 år av "outsourcing" av hemarbete. I Karin Hjalmskog (red.) *Lärarprofession i förändring*. Uppsala och Stockholm: svensk förening för undervisningshistoria och Lärarförbundets ämnesråd för hushållsvetenskap. (Tillgänglig på <http://www.skhv.org>)

SCB (2012a). *Mäns hushållsarbete ökar – men kvinnorna gör fortfarande mest hemma*. Hämtad 2014-08-20 från <http://www.scb.se>

SCB (2012b). *På tal om kvinnor och män*. Hämtad 2014-08-20 från <http://www.scb.se>

SCB (2014). *Tid för obetalt arbete*. Hämtad 2014-08-20 från <http://www.scb.se>

Shehan, Constance, L. & Moras, Amanda B (2006). Deconstructing laundry. *Michigan Family Review* (11), s. 39-54.

SOU 2005: 51 (2005). Bilen, biffen, bostaden. Hållbara laster – smartare konsumtion. Slutbetänkande av Utredningen om en handlingsplan för hållbar konsumtion – för hushållen.

Treas, Judith & Tai, Tsui-o (2012). How couples manage the household: work and power in cross-national perspective. *Journal of Family Issues*, 33(8), s. 1088-1116.

Trubek, Amy B (2013). *A 'knack' for cooking: what are the required tools*. Proceedings of the Oxford Symposium of Food and Cookery, s. 336-344.

Tunón, Håkan (2004). *Traditionell kunskap och lokalsambällen – artikel 8j I Sverige*. Uppsala: Centrum för biologisk mångfald.

Vi (1994). 1994-11-17, nr. 46, artikel av Jan-Eric Öhman.





## Mat i äldres shoppinglandskap

*Helene Brembeck*<sup>1</sup>

Mat är mer än mat. Mat innefattar också det vardagliga slitet med att frakta hem matvaror från butiken till fots eller på annat sätt; en vardagslogistik som ser annorlunda ut när man blir äldre och kropp och tanke inte fungerar lika snabbt och smidigt som förut, men där man å andra sidan kan förlita sig på ett helt livs samlade erfarenheter och rutiner. Detta är ett forskningsfält som hushållsvetare ägnat sig åt (tex Parinder, 2012) men som annars mött lite intresse i forskarvärlden, kanske för att det uppfattats som alltför triviale och vardagligt.

Den här artikeln redovisar resultat från en etnografisk delstudie i det svensk-franska forskningsprojektet Consumer Logistics, där äldre personer 65+ var en av undersökningsgrupperna och deras konsumtionslogistik i fokus. Tjugo äldre personer i åldrarna 65 till 85 i Toulouse och Göteborg agerade medforskare: vi forskare intervjuade dem och dokumenterade deras konsumtionslogistik med foto och video (Brembeck, Hansson, Lalanne & Vayre, 2015). Teoretisk inspiration hämtades från aktörnätverksteoriens fokus på hur ”assemblage” eller ”kluster” av människor och ting sätts samman (Latour, 2005, Cochoy, 2007) och mobilitetsforskaren Kaufmanns (2002) begrepp kompetens, tillgänglighet, appropriering och motilitet: individens faktiska sätt att tillägna sig omgivningen och ta sig fram i den. Dokumentationen av shoppingrundan strukturerade vi, inspirerade av geograferna Peters, Kloppenburg och Wyatt (2010) i ”projektet”; syftet och planeringen och ”passagen”; själva genomförandet. ”Konsumtionslogistik” handlar ur detta perspektiv om att skapa kluster av människor och saker för att utföra projektet att handla mat.

### **Andra förutsättningar för äldre**

Av studien framgick att förutsättningarna för äldres konsumtionslogistik skiljde sig från andra åldersgrupper på avgörande sätt:

- Beroendet av den nära lokala omgivningen och dess tillgänglighet och service i form av t.ex. butiker ökar.

---

<sup>1</sup> Helene Brembeck, professor, Centrum för konsumtionsvetenskap, Göteborgs universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

- Relationen till stadens infrastruktur blir en annan. Man använder inte bil lika ofta, av hälsoskäl, ekonomiska skäl eller för att man helt enkelt inte tycker man behöver bil längre, man går och använder kollektivtrafik istället.
- Fokus på den egna kroppen och dess förmågor och begränsningar ökar liksom affektiva relationer i relation till kroppen som väderlek (värme, kyla, regn, blåst) och tempo där äldre föredrar långsamma platser och färd sätt.
- Beroende av andras stöd och välvilja ökar, från trevlig och kunnig butikspersonal, medpassagerare som ger ett handtag på spårvagnen till familj, vänner och grannar som ställer upp med skjuts till stormarknaden när det behövs.
- Prioriteringarna förändras, där den egna fysiska säkerheten står i centrum både i bemärkelsen att orka med, inte falla och göra sig illa och i bemärkelsen att känna sig trygg och inte riskera att bli rånad eller hotad.

De förändrade relationerna till kropp och omgivning skulle kunna studeras i termer av tilltagande begränsningar, kroppsligt och mentalt förfall etc. I projektet har vi istället, helt i linje med den nyare äldreforskningen, valt att fokusera äldres kompetens, anpassningsförmåga och uppfinningsrikedom. Det är samtidigt viktigt att inte helt se åldrandet som en konstruktion som kan tänkas bort. Det är ett ofrånkomligt faktum att kroppen gradvis blir skörare och stolare och sinnena avtrubbade. Samtidigt går detta till stor del att kompensera genom egna resurser och en stödjande omgivning.

### **Konsumtionslogistik**

Konsumtionslogistik är något som måste läras; förvärvas genom praktisk handling. Detta blir påtagligt t.ex. för den äldre nyblivna änkemannen (eller änkan), som tidigare inte skött matinköp och matlagning, och som plötsligt befinner sig i en situation där han eller hon måste lära känna sin shoppingomgivning och omvandla denna kunskap till en tidsrumslig karta över butiker, sortiment, priser, bra och dåliga dagar i veckan för shopping etc. Hen behöver tillägna sig kunskap om kroppens tilltagande begränsningar och om hur dessa på bästa sätt kan kompenseras och om de bär- och transportmöjligheter som finns. Vidare behövs kompetens i att planera och organisera inköp och om matlagning, om recept, vilka ingredienser som behöver inhandlas och var dessa finns. Kunskap behövs om att göra shoppinglistor, om bärredskap, om hur mycket kroppen orkar bära, om hur vädret påverkar kropp och framkomlighet;

när det är lämpligast att ta bilen eller åka kollektivt istället. Dessa förvärvade kompetenser tillsammans med omgivningens tillgängligheter och stödsystem utgör vad Kaufmann kallar mobilitetskapital. Vissa har mer av detta kapital än andra i form av färdigheter att använda matrester, hitta bra erbjudanden i butiker, tillgång till bil, smidig kollektivtrafik eller goda vänner som hjälper till. Kompetenser och tillgängligheter sovrar också genom kulturella raster (vad Kaufmann kallar appropriation). Det kan t ex kännas ”gammalt” eller ”omantligt” för vår nyblivna änkeman att använda ”dramat” eller hustruns väl tilltagna shoppingkasse. Sammantaget genereras en viss typ av motilitet; faktiska sätt att röra sig i omgivningen beroende på såväl egna kompetenser, kulturella raster och omgivningens stöd, som en motilitet som generellt sett ser annorlunda ut för äldre än för studenten eller barnfamiljen, men som är en lika nödvändig del av matdagen som tillagandet eller ätandet.

I den här artikeln skall vi titta närmare på några av de hjälpedor som äldre konsumenter förlitar sig på för att utföra sin konsumtionslogistik.

### Handlingslistan



Figur 1. Aurélies kalender med handlingslistor<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Samtliga bilder i kapitlet är godkända för publicering av medforskarna.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Att handla mat kräver en omfattande planering. Ibland sker den ganska omärkligt: en del av våra deltagare hade shoppinglistan i huvudet, de visste vad som fanns i skåp och lådor och vad de behövde i form av matvaror för de närmaste dagarnas behov. Men de allra flesta skrev handlingslistor för hand – ingen av de äldre i studien använde dator eller mobil för detta ändamål.

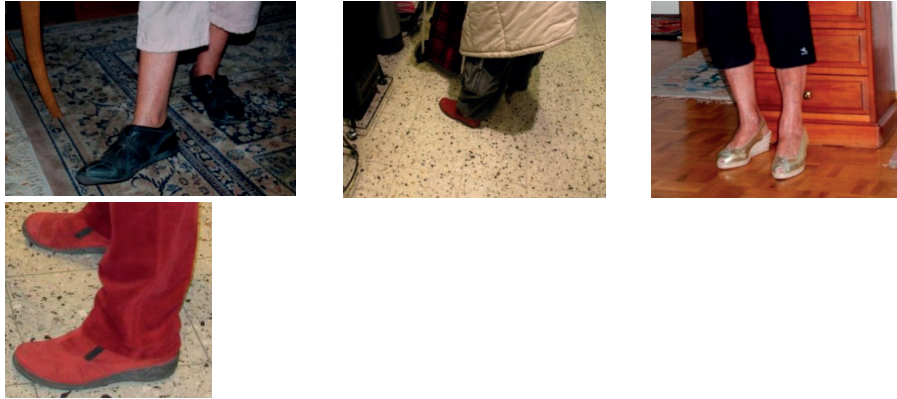
Det fanns flera olika strategier för att fylla i handlingslistan. En del hade alltid ett papper liggande i köket där de kontinuerligt skrev upp vad som fattades. Andra tog en titt i skåp och lådor när det var dags att gå till affären. Vissa planerade hela veckans måltider i förväg – ibland med hjälp av recept från tidskrifter, kokböcker eller tv, ibland med hjälp av den bank av recept de hade i huvudet - och baserade listan på denna veckomatsedel. För en del, framför allt par, var ifyllandet av handlingslistan en trivsamt gemensamt aktivitet vid köksbordet. Om handlingsrundan inkluderade varor från flera olika affärer kunde listan organiseras efter den ordning de passerades, eller efter varornas placering i butikerna (jfr Brembeck et al., 2010). För att referera till aktörnätverksteori, ANT, innehöll listan ett mer eller mindre flexibelt ”program” för hur konsumtionslogistiken skulle utföras. Handlingslistan hjälpte till när minnet svek och var också ett redskap som befrämjade intellektuell aktivitet och reflektion. Det innebär att handlingslistan kan ses som en kognitiv artefakt som strukturerar handlingsrundan. I figur 1 ser vi Aurélies kalender i Toulouse där hon skrev ner vad som hände under veckan och också klistrade in sina handlingslistor.

Pengar, plånböcker och kontokort hade en liknande styrande och reglerande funktion. Alla deltagare hade kontokort, som de flitigt använde. I allmänhet hade de också sedlar och småpengar för mindre inköp t.ex. på torget. Plånboken var därför ett viktigt redskap att komma ihåg och att reglera det belopp som fanns i den var ett sätt och begränsa och kontrollera inköpen, samtidigt som kontokortet var ett sätt att överskrida kontanternas begränsning. Ur ett ANT perspektiv kan man hävda att deltagarna delegerade uppgiften att reglera inköpen till sina plånböcker.

### Skor

Något annat som var viktigt att tänka på innan man begav sig ut på handlingsrundan för våra deltagare var vad man skulle ha på sig: något praktiskt och rejält och passande väderleken och samtidigt snyggt. Särskilt intresse tilldrog sig skorna. Det är ju inte så konstigt eftersom fötterna är det som ”förankrar oss vid jorden” (Ingold, 2004). Strular fötterna är det svårt att ta sig fram. Bra skor är nödvändiga redskap för att på ett säkert och bekvämt sätt kunna röra sig i staden. Andra studier har visat att just fötterna och håret är något som man

gärna låter andra pyssla om, medan andra delar av kroppen uppfattas som för privata för att utsättas för andras omsorger (Alftberg, 2012, Twigg, 2003). Vad gäller skorna eftersträvade deltagarna en kombination av komfort och attraktivitet. Särskilt kvinnorna hade flera olika par som de använde beroende på säsong och hur de passade den övriga klädseln.



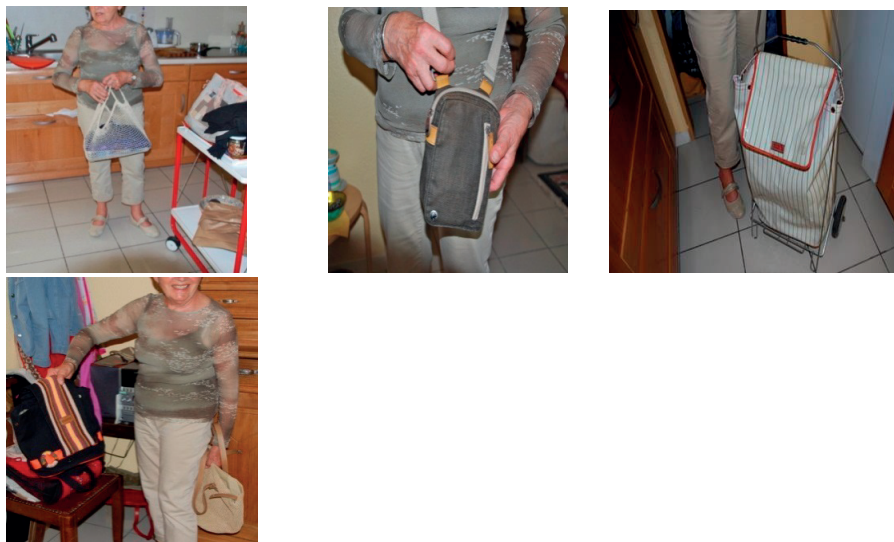
Figur 2. Skor

Betydelsen av bekväma skor för bekvämlighet och för att gå stadigt och inte falla kan leda till en omprövning av det funktionella i förhållande till det estetiska och moderna när det gäller val av skor. Högre ålder innebär också en förändring i synen på vilka kläder och skor som anses passande (Lövgren, 2009). Ett problem med att inte längre kunna eller anse sig kunna ha högklackat var att skor utan klackar ibland inte uppfattades passande till kjol och kvinnorna därför såg sig tvungna att använda långbyxor fast de kanske tidigare i livet mest burit kjol. Det kunde kännas rejält konfliktfyllt att känna sig tvungen att ha på sig vad som uppfattades som tråkiga skor som signalerade ålderdom i stället får att fortsätta klä sig piffigt och estetiskt tilltalande. Kvinnorna löste detta på olika sätt. Figur 2 visar Madeleine och Rut i rejäla promenadskor, Cécile i skor med killklackar som hon tyckte var stadiga och samtidigt snygga och Mona med snygga röda mockaboots till sina röda manchesterbyxor. Alla fyra bär, som vi ser, byxor, men de båda franska damerna trekvartsbyxor som uppfattades som nättare och elegantare än de hellånga. Svenska Mona löser långbyxproblemet genom färg och ungdomligt snitt. För Rut på bild två är det moderiktiga numera av underordnad betydelse. Det viktiga är att hon kan ta sig fram på ett tryggt och säkert sätt.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

### Väskor

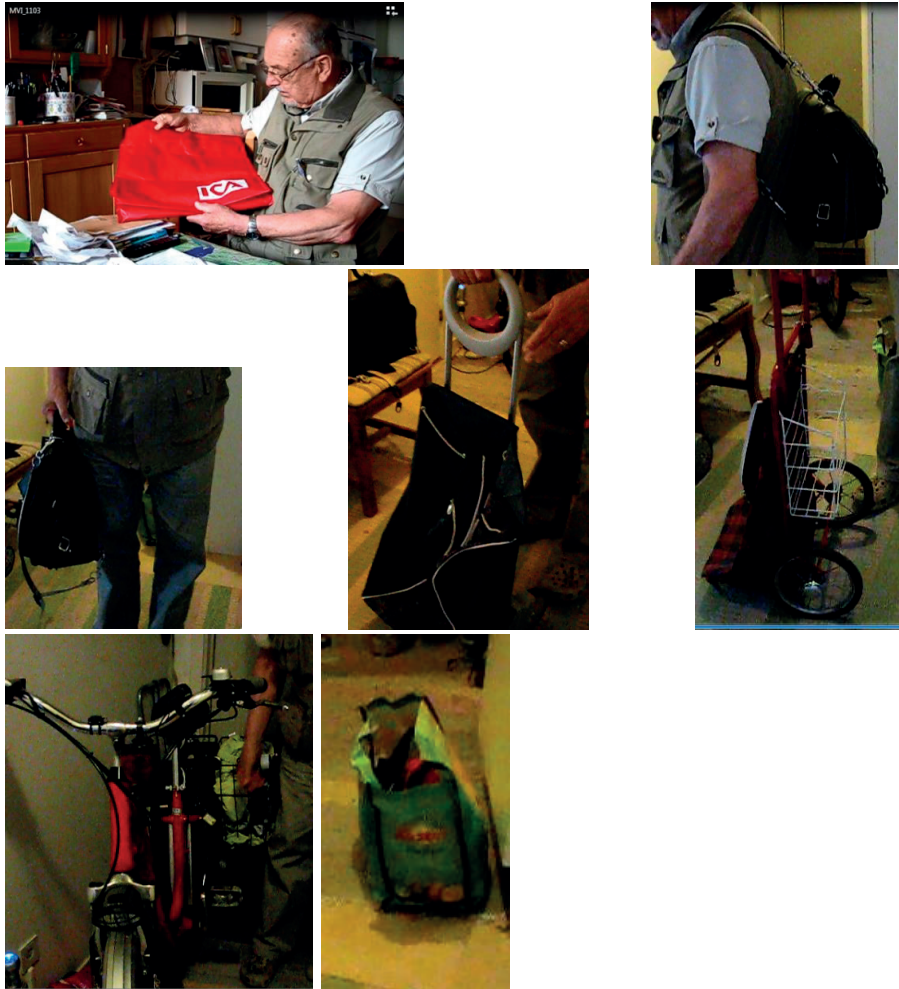
Väskan var självklart en annan oumbärlig rekvisita till shoppingrundan. När vi bad våra deltagare beskriva sina väskor fick vi långa listor på olika bärredskap för olika ändamål: handväskor, korgar, axelremsväskor, plast- och textilkassar, ryggsäckar och ibland flera olika shoppingvagnar, dramater. De var i olika färger och material, ibland hade deltagarna själva köpt dem, ibland var de gåvor. De svenska deltagarna använde ofta butikens plastpåsar som bärredskap. Deras förmåga att vikas ihop till små nästan viktlösa paket och stoppas i fickan eller i botten på väskor eller shoppingvagnar gjorde dem extra lämpade som reservkassar. Deltagarna uppvisade också i övrigt mycket av gammaldags husmorsdygder, som att inget skall förfaras, allt användas och inte slängas i onödan, inte heller butikernas plastpåsar (jfr Brembeck et al., 2010).



Figur 3. Juliettes väskor

I figur 3 ser vi ett urval av Juliettes väskor: en nätkasse och en liten väska som hon bär hängande på axeln eftersom den blir lättare att bära så än som handväska. På bild tre ser vi shoppingvagnen på två hjul som hon använder för livsmedelsinköp. Hon hade också en shoppingvagn med sex hjul, men den tyckte hon var för stor och otymplig att köra omkring så den använde hon att förvara olika saker i i köket. Hon hade också en tygrygsäck som hon köpt på en utlandssemester. Den bär hon hängande över ena axeln för att väga upp vikten av tygväskan hon bär i andra handen. Att på olika sätt balansera vikten av olika kassar för att på så sätt gå stadigare och hålla balansen var mycket vanligt.

Figur 4 visar en manlig motsvarighet till Juliettes väskkollektion.



Figur 4. Lennarts väskor

På första bilden ser vi ICA-kassen, som Lennart tycker är mycket praktisk och bra. På bild 2 och 3 visar han sin ryggsäck som med några enkla handgrepp kan förvandlas till en portfölj. På undre raden ser vi shoppingvagnen som han köpt på Clas Ohlson och inte alls tycker är pinsam att använda, kanske för att den är köpt just där. Men också den gamla dramatenklassikern med stålkorg för handväskan som han ärvt efter sin mor tycker han är helt ok att använda. På nästa bild ser vi ett nyförvärv: elcykeln. I korgen på pakethållaren skymtar regnkläderna som han inte lämnar hemmet utan. På sista bilden syns en grön kasse i plastat tyg, där han förvarar sina badkläder när han åker till Hagabadet för veckans vattengympa.





Figur 5. Olofs kasse

Det är också tydligt att väskorna hade symboliska eller kulturella innebörder. För att referera till Kaufmann hade väskorna approprierats; passerat genom kulturella raster där deras symboliska lämplighet för de olika ändamålen utvärderats. På bilden kan vi se Olof från Göteborg, som brukade använda en tygkasse från Chalmers 100-årsjubileum som kopplade samman honom med hans gamla skola och yrke som ingenjör. Den fick honom att känna sig betydligt mer manlig i butiken än hustruns efterlämnade tygkassar. Ur ett ANT-perspektiv kan man påpeka att sammansättningen Olof/tygväska med Chalmersloggan bara blir begriplig om man förstår den särskilda symboliska relationen mellan honom och väskan.



Figur 6. Rut och "Brunte"

Väskor representerade inte bara personliga minnen och identiteter utan också generationserfarenheter. Människor och ting med en viss generationskoppling hör ihop. Ruts dramat var en 60-talsklassiker och väldigt mycket "en del av henne själv" även om hon ursäktade sig för att den var gammal och sliten. Tiden som gått ingår som en aspekt av relationen till tingen och är en anledning till att de är så svåra att göra sig av med enligt Merleau-Ponty (2006). Rut hade en väldigt nära relation till sin dramat. Hon hade ledgångsreumatism, proteser i båda höfterna och höger skuldra, hon hade genomgått en starroperation och hade en ny lins i vänster öga. Hon skulle inte klarat av den dagliga utflykten till butiken utan hjälp av "Brunte" som hon kallade sin trogna gamla

dramat. För henne, liksom för flera av de andra kvinnorna fungerade dramaten som en ”protes” som utökade deras bärformåga och erbjöd stöd om de behövde pausa och ha något att luta sig mot. De var också symboliskt laddade inte bara positivt utan också negativt. Cécile i Toulouse hade t.ex. vägrat skaffa sig en dramat, som för henne signalerade ålderdom, ända tills hon insåg att även yngre personer använder dramat nuförtiden. Nu hade hon faktiskt tre stycken hemma för att kunna matcha sin klädsel: svart och skotskrutig i blått respektive beiget. Kvinnorna var uppmärksamma på relationen mellan den egna kroppens kapacitet och dramatens i termer av att planera för det antal produkter och deras vikt och volym som kunde fraktas hem. Dessa avvägningar var en viktig del av planeringsprocessen.

### **Färdsätt**

De flesta av våra deltagare promenerade till butiken. Här såg vi de största skillnaderna mellan de svenska och franska deltagarna. Medan de flesta av svenskarna tyckte att de hittat fina promenadsvägar och ganska obehindrat kunde ta sig fram med hjälp av hissar och rulltrappor kunde vägen till butiken se ut så här för våra deltagare från Toulouse:



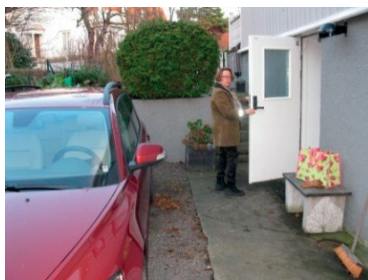
Figur 7. Rue de la Providence

Germaine, som bodde i Toulouse historiska centrum, kunde omöjligt ta sig fram på trottoaren med sin dramat. Hon löste det genom att helt enkelt promenera på gatan. Erfarenheten hade lärt henne att bilisterna i området var vana vid äldre personer som promenerar mitt på gatan med sina shoppingvagnar. De kör långsamt och tutar och höjer handen till tack när Germaine flyttar på sig.

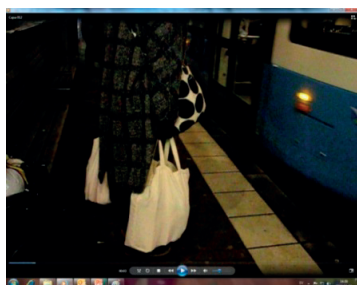
## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider



Figur 8. Ingrid



Figur 9. Ulla



Figur 10. Anna väntar på spårvagnen

Även om det absolut vanligaste både i Frankrike och Sverige var att gå till butiken, kunde cykeln för den vana cyklisten också fungera som bärredskap: cykelkorgar och pakethållare möjliggjorde de dagliga transporter av varor, som för Ingrid (fig.8) som hade cyklat till jobbet hela sitt yrkesverksamma liv och fortsatt cykla som pensionär. Hon hade en reumatisk sjukdom som gjorde det omöjligt för henne att bära något tungt. För henne var cykeln ett oundgängligt redskap som befriade henne från att bära och belasta höfter och skuldror och på så sätt undvika smärta. För de bilburna kunde bilen få en utökad funktion som bärredskap när de blev äldre, t.ex. för Ulla (fig.9) som hade ett dåligt knä och inte kunde gå längre sträckor. För henne var bilen ett oundgängligt redskap för att kunna fortsätta att ta sig till affären på egen hand. Hon hade bilen parkerad precis utanför villan, körde ända fram till butiken och fraktade sedan de inhandlade varorna i kundvagnen från butiken ända fram till bilen.

Kollektivtrafik och fria resor för seniorer var uppskattat, men användes bara för att ta sig in till stan, besöka vänner och andra evenemang, inte för att transportera varor: det var för svårt och ostadigt att ta sig av och på bussar och spårvagnar och att hitta platser att sitta eller stå säkert fullastad med varor. Att vänta vid hållplatsen fullastad med varor i regn och rusk utan att kunna ställa ner dem var svårt. På bild 10 ser vi Anna i väntan på spårvagnen en mörk och regnig novemberafton. Men det allra knepigaste med kollektivtrafik var

ofta sista biten från hållplatsen och hem. Bilen är det enda fungerande transportmedlet från dörr till dörr förutom apostlahästarna.

### **Äldres motilitet**

Äldre människor uppfattas ibland som fastlåsta i traditioner och ovilliga att ändra på sig. Men det är en inställning som motsägs av våra studier. Deltagarna hade stor kapacitet och flexibilitet och en beredskap att ändra vardagsrutiner och hitta nya lösningar när kroppen sa ifrån. Dessa färdigheter är viktiga aspekter av äldres motilitet. I den här processen riktades uppmärksamheten mot relationen mellan kroppen och den omgivande materialiteten. Det var också en gradvis process. Först fick vardagliga bärredskap, som alla använder nya meningar och funktioner i sammansättningen med den åldrande kroppen. En axelremsväska eller ryggsäck blev inte bara ett praktiskt redskap, utan också en nödvändig avlastning för armar och axlar som inte orkade bära lika mycket som förut. Rejåla fickor på klädesplagg kunde användas som förvaring av pengar, kontokort och andra nödvändiga småting och därmed avlägsna behovet av en handväska som belastade armar och axlar. Cykeln blev en pålitlig arbetshäst som kunde packas med varor och göra att också en bräcklig kropp kunde hantera stora kvantiteter. Shoppingvagnen, dramaten, blev inte bara en praktisk avlastning för kroppen utan också ett stöd för den som lätt blev yr och behövde pausa och ha något att luta sig mot. Bilen kunde få utökade funktioner som bär- och transportredskap för den som hade svårt att gå. Kollektivtrafik fick förnyad betydelse som transportredskap. Sociala relationer med butikspersonal, varor i butiken och andra kunder blir en viss ersättning för ett minskande socialt nätverk. Så länge det går att kompensera för kroppsliga svagheter och omgivningen erbjuder adekvat stöd finns det ingen anledning att betrakta sig själv som gammal, resonerade våra deltagare.

I den här presentationen har vi sett hur äldre skapar sammansättningar av människor, bärdon och infrastrukturer för att genomföra projektet att handla och klara av passagen till och från butiken. Vi har sett hur kompetenser erhållna under ett långt liv, vad Kaufmann kallar mobilitetskapital, används och vi har sett exempel på hur den kulturella filtreringen av färdigheter och ting sätts i relation till omgivningens fysiska tillgänglighet och hur därmed den faktiska motiliteten, det faktiska bemästrandet av kropp och omgivning genereras och konsumtionslogistiken utförs.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

### Referenser

- Alftberg, Å. (2012). *Vad är det att åldras? En etnologisk studie av åldrande, kropp och materialitet*. Doktorsavhandling, Lund : Lunds universitet, Institutionen för kulturvetenskaper, Avdelningen för etnologi.
- Brembeck, H., Karlsson, M., Ossiansson, E., Shanahan, H., Jonsson, L. & Bergström, K. (2010). *Ju mer vi är tillsammans: fjrtioålisterna och maten*. Stockholm: Carlssons.
- Brembeck, H., Hansson, N., Lalanne, M. & Vayre, J-S. (2015). *Life phase, Mobility and Consumption: Ethnographies of Shopping Routes*. Farnham: Ashgate.
- Cochoy, F. (2007). A Sociology of Market Things: On Tending the Garden of Choices in Mass Retailing. I M. Callon, Y. Millo & F. Muniesa (Eds.). (2007). *Market Devices*. Oxford: Blackwell, 109–129.
- Ingold, T. (2004). Culture on the Ground: The World Perceived Through the Feet. *Journal of Material Culture*, 9 (3), 315-340.
- Kaufmann, V. (2002). *Rethinking mobility*. Burlington: Ashgate.
- Latour, B. (2005). *Reassembling the Social: an introduction to actor-network-theory*. New York: Oxford University Press.
- Lövgren, K. (2009). "Se lika ung ut som du känner dig". *Kulturella föreställningar om ålder och åldrande i populärpress för kvinnor över 40*. (Doktorsavhandling, Linköping Studies in Arts and Science, no. 477). Linköping: Linköpings universitet, Institutionen för samhälls- och välfärdsstudier, NISAL.
- Merleau-Ponty, M. (1946/2006). *Phenomenology of Perception*. London and New York: Routledge.
- Parinder, A.(2012). *Ungdomars matval. Erfarenheter, visioner och miljöargument i eget hushåll* . (Doktorsavhandling, Gothenburg Studies in Educational Sciences 320). Göteborg: Acta universitatis Gothoburgensis. .
- Peters, P., Kloppenburg, S. & Wyatt, S. (2010). Co-ordinating Passages: understanding the resources needed for everyday mobility. *Mobilities*, 5 (3), 349-368.
- Twigg, J. (2003). The body and bathing: help with personal care at home. I C.A. Faircloth(Ed). (2003). *Ageing Bodies: images and everyday experiences*. New York and Oxford: Altamira Press.

## Brokiga bilder av mat och makt

Ann Parinder, Hillevi Prell<sup>1</sup> och Inga Wernersson<sup>2</sup>

Kost klass och kön var titeln på Marianne Pipping Ekströms doktorsavhandling i sociologi, Om man i en sociologisk avhandling använde begreppen klass och kön så är förstås också makt centralt. I detta kapitel prövar vi, i fyra ”bilder”, olika infallsvinklar på var den makt finns som påverkar vad vi väljer att stoppa i munnen. Det handlar mest om makten över maten, men också om mat som symboler för kvinnlighet och manlighet. I den första bilden illustreras hur mäns ökade medverkan i mat-sammanhang kanske kan handla om en mer jämställd genuskraftordning, men också kan vara uttryck för synnerligen traditionell manlighet. I bild 2 handlar det om medias bilder av mat. Att TV-reklam använder våra olika, mer eller mindre medvetna, föreställningar för att sälja olika livsmedelsprodukter förvånar inte. Traditionella föreställningar om manligt och kvinnligt flätas sinnrikt samman med bilder av hälsa och njutning och ”tallriksmodellen” (Livsmedelsverket, 2013)<sup>3</sup> dyker oväntat upp. Bild 3 visar skolans makt över matvanorna i Sverige (se också kapitel 19 i denna volym). De gemensamma och fria luncherna i skolan, och numera också i förskolan för de flesta, präglar sättet att definiera en bra måltid. I den avslutande bild 4 ser vi vad som händer när unga lämnar föräldrahemmet och själva får makten över kylskåpet och maten. Sammantaget ger våra bilder ett kollage över några faktorer som påverkar våra matval och hur de hänger ihop med och ger ekon hos varandra.

### Bild 1: Genus, mat och makt?

Givet matens centrala roll i människors liv är det kanske inte förvånande att matlagning samtidigt har varit både extremt kvinnlig (matmamman) och extremt manlig (mästerkocken). Hur är det nu? Har kvinnor överlätit en del av

---

<sup>1</sup> Ann Parinder och Hillevi Prell, universitetslektorer, Institutionen för kost och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet.

<sup>2</sup> Inga Wernersson, professor i utbildningsvetenskap, Högskolan Väst.

<sup>3</sup> Det var 1976 som Britt-Marie Dahlin, nutritionist och hushållslärare på Scan, utvecklade tallriksmodellen. Den används av Livsmedelsverket som modell för balanserade måltider. <http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/tallriksmodellen/>

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

makten över mathållningen i hemmet eller styr de fortfarande genom matkassans innehåll? Finns det fortfarande husmödrar med "skafferiet i huvudet"? Är mästerkockars intåg i bambaköket<sup>4</sup> ett uttryck för en jämställd genusordning eller en maktdemonstration mot bamba-tanten? Vad betyder egentligen grillen i familjefäders konstruktion av maskulinitet? Är TV-reklamens koppling män-whisky respektive kvinnor-konfekt ett verktyg för bevarande av genusmaktordning<sup>5</sup>?

"Mammas köttbullar" är ett begrepp. Det står för en särskild smak och särskild känsla förknippad med barndom och moderlig omsorg. Mat och moderlighet hör ihop i den traditionella genusordningen som en god och stark aspekt av kvinnlighet. Litteraturvetaren och feministen Ebba Witt-Brattström lär ha sagt i en intervju att hon bakat till sina fyra söner och deras kamrater så att de för alltid ska förknippa feminism med nybakade kanelbullar. Att kvinnor försett sin familj med mat har ur mottagarperspektivet varit en god sak. Trots dessa positiva och ofta starkt känslomässiga konnotationer är även matansvaret en av alla de husmorsfunktioner som man i genusordningens förändring önskat frikoppla från könsetikettering. Det är då inte nödvändigtvis matlagningen i sig som är problemet. Snarare handlar det om den bundenhet till hemmet och predestinationen för verksamheten i familjens tjänst som en gång ansågs självklar. Arbetsfördelningen mellan könen har förändrats genom att mycket få kvinnor är hemarbetande på heltid. Att spår efter gamla mönster är lätta att finna är dock uppenbart. Statistiska Centralbyråns Tidsanvändningsundersökning från 2010/11 visar exempelvis att kvinnor ägnar tre och en halv timme om dagen åt obetalt arbete, medan motsvarande siffra för män är två och en halv. Sedan början av 1990-talet har män ökat sitt arbete hemma med 8 minuter och kvinnor har minskat sitt med en timme. Matlagningens del av denna tid är fyra och en halv timme varje vecka för kvinnor och ca tre timmar för män. Hemmamatlagningen är alltså fortfarande mer kvinnors ansvar än mäns, men skillnaden minskar (Statistiska Centralbyrån, 2011).

Den direkta arbetsfördelningen är en aspekt av hur mat kopplas till kön. Andra förändringar handlar om en ökad tendens att köpa tjänster snarare än att "göra själv". Detta gäller även mat och måltider och torde vara kopplat till både utbud och efterfrågan. Sannolikt kommer minnena av "mammas köttbullar" att bli färre och dessutom få viss konkurrens av "pappas pizza". "Äta ute" eller

---

<sup>4</sup> Bamba är beteckning på skolbespisning i Göteborg.

<sup>5</sup> I denna text används de båda begreppen genusmaktordning och genusordning. Innebörden är i båda fallen "en social ordning/kategorisering som baseras på kön", med en starkare betoning av maktaspekten i det förra begreppet.

"värma upp" har blivit alltmer frekvent och det har också kompromissen med en färdigplanerad "matkasse". I motsvarande grad bleknar "matmamman" som en arketyiskt feminin karaktär och kanske tillkommer "matpappan" med alldeles egna specialiteter?

Vad betyder då förändringen för relationen män, manlighet och mat? Professionell finmatlagning har även tidigare varit kopplat till den manlige kocken och är ett yrke med hög machopoäng och så verkar det i ganska hög grad fortfarande vara. Detta visar sig inte minst genom att matlagning gjorts till en tävlingssport. Ingrid Eriksson skrev så här i Svenska Dagbladet den 25 oktober 2012:

Kocklandslagets kök är en extremt manlig värld. De kvinnor som någonsin varit med i kocklandslaget kan räknas på ena handens fingrar och inte heller i den här upplagan finns någon kvinna med.

Man kan ana en viss trötthet hos kockarna när frågan om mansdominansen kommer upp. Och kanske är det för att i någon mån förekomma kritiken som laget har vinklat sin nya kokbok på att den är av män och för män.

– Vi vill se fler män imponera i köket, säger Krister Dahl. Därför har vi tagit fram våra favoritrecept som garanterar succé hos gästerna utan att de är krångliga att laga till.

Och förhoppningsvis är detta något som blir det långsiktiga resultatet av kocklandslagets arbete: att intresset för mat och matlagning ökar, hos både män och kvinnor.

Matproduktion kan användas på olika sätt som markör för genus. Medan professor Witt-Brattström använder kaneldoftande vetebröd för feminismens sak, manifesteras den kampsorienterade maskuliniteten i restaurangköket (med eller utan TV-kameror) och, i det privata livet, vid grillen.

Men hur är det med konsumtionen? Är inte bara vem som lagar maten, utan också vad man äter genuskopplat? Som alltid med sociala ordningar så råder förvirring därför att struktur/system och individ inte särskiljs, men googlar man "manlig mat" så får man upp bl a följande från 1 oktober 2012 på [familjeliv.se](http://familjeliv.se):

Min man och hans far ska ut en heldag nu i helgen och golfa och jag tänkte ordna så de har en maffig och manlig lunch med sig men



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

huvudet står tomt på vad jag kan göra. Några tips på en kall, kladdfri lunch som uppfyller alla kriterier?

De svar frågeställaren får är inte förvånande så visst finns också hos de andra bloggarna, och hos oss alla, föreställningar om att en lunch kan vara mer eller mindre "manlig". Förslagen som ges är bl a följande: rostbiff med potatissallad, gulaschsoppa i termos, pytt i panna, stekt biff och löksås, Biff Greta, Råbiff eller stekt smörgås med falukorv. Det gemensamma för förslagen är att det handlar om kött, att det är "tillagat" och att det är traditionellt. Inga nymodigheter här, förslagen skulle kunnat vara säkra kort redan på 1960-talet - om det nu inte handlar om en "retrotrend"?

I baksidestexten på en kokbok med titeln Manlig mat av den engelske mat-skribenten Simon Cave finner vi ett liknande mönster. Budskapet är följande:

Det handlar bara om fyra saker:

Smaken.

Smaken.

Attityden.

och att du har en riktigt vass kniv

200 recept med maskulina förtecken. Vi snackar Vindaloo inte kycklingsallad. Grillade lammracks inte fläskgryta. Blåmusslor i öl inte toast skagen. Roquefortpäron med valnötter inte Pannacotta. Cocktails med flammande Absint inte Pina Colada.

18 kapitel på olika teman. Chilli & spice. Grill & BBQ. Middag framför Tipsextra. Fast Food. Slow Food. Frukost för baksmällor. Desseter. Cocktails.

Tydliga instruktioner för tranchering av fågel och styckning av nöt, gris och lamm. Så håller du dina knivar vassa. Den perfekta presenten till mannen i köket.

Grill, Tipsextra och baksmälla är identifierbart manliga attribut i en traditionell genusordning, möjligen också heta kryddor, men varför Roquefortpäron med valnötter är manligare än pannacotta är mindre klart.

"Maskulinisering" av mat och matlagning är en trend också i TV. I en artikel i nättidskriften Camino skriver Tobias Jansson om kockprogram ur genusperspektiv:

I ett rustikt kök på en gård i Sörmland har tevekocken Per Morberg precis halat fram en enorm köttbit ur kylen. Med exponerade muskler lyfter han upp den på en arm, bär den som en kul-

stötare genom köket och daskar ner den på den väl tilltagna skärbrädan. Det vankas grabbmiddag med vänner ur den svenska skådespelarelliten.

Så här går det till i Per Morbergs programserie Vad blir det för mat, i avsnitt efter avsnitt. Bärandet, slängandet och daskandet med stora köttbitar är något av ett signum för Morbergs macho-matlagning – helst ska köttbitarna också komma från djur han skjutit själv.

"Man - the hunter" träder fram genom stekos och grillrök. Är det så att manliga matpreferenser och framförallt manlig matlagning symboliserar en sedan länge förlorad manlig identitet - att vara den som nedlägger och hemför animaliskt protein? ... och i så fall hur har dagens män anammat detta? Från amerikanska filmer?

I artikeln intervjuas också Niclas Neuman, doktorand i måltidskunskap vid Uppsala universitet, som arbetar med en avhandling med utgångspunkt i kritisk maskulinitetsteori där han försöker svara på frågan: Hur konstrueras mat och maskulinitet i text och tal och vilka maskuliniteter är representerade? Han säger i intervjun:

Vardagsmatlagning har historiskt sett varit, och är än idag, främst kvinnors domän och män har antingen varit professionella kockar eller experter på specifika områden i hemmets matlagning (köttexperter, grillexperter, helgmiddagsfixare etc.). I Sverige ser vi dock att fler och fler män tar ansvar för den vardagliga matlagningen, att fler och fler kvinnor tar plats i den professionella statusmatlagningen och att det i allmänhet finns ett stort intresse av mat och matlagning bland vissa grupper i landet (vilket syns genom omfattningen av TV-program om mat, mängden publicerade kokböcker, matskribenter och kostexperter med mera).

Kopplingen mellan mat och genus är under förändring men ingalunda utplånad. Alla måste äta och någon måste laga maten, men formerna för både det ena och det andra kan uppenbarligen göras till uttryck för manlighet – eller kvinnlighet.

## **Bild 2: Medias bilder av mat – också en sorts makt**

Bidrar TV-reklam om livsmedel till att bevara en genusordning? Matreklam-bilder för snabbmat, alkohol och godis som förmedlas via de mest populära

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

reklamfinansierade TV-kanalerna verkar peka i den riktningen (Prell, Lissner & Berg, 2012). I dessa bilder blir det tydligt hur en viss typ av mat, och effekten av att inta den, associeras med maskulinitet och femininitet på distinkt olika sätt. I reklam för snabbmat och alkohol förekom det till övervägande del manliga berättarröster och det var främst män som deltog i olika mataktivitet. Ett exempel visar hur en manlig fiskare tar fram en öl ur sitt skägg. Kvinnor deltog i högre utsträckning i reklam för sötsaker och kvinnlig konsumtion förknippades med njutning och skuld känslor, medan män när de åt godis framställdes som fulla av handlingskraft och energi. Män gör och kvinnor är. Män behöver energi för att utföra olika aktiviteter och kvinnors passiva njutning ger dåligt samvete.

Även barn möter de traditionella bilder av genus som finns invävda i den reklam som primärt verkar vara riktad till vuxna. Barn tittar på TV och på TV visas matreklam med motiv att öka försäljning, men inte att skapa goda vanor. Den vanligaste livsmedelsreklamen på tider när barn generellt ser mycket på TV är mat som är mer god än nyttig (Kelly et al., 2010) och här används hälsa som argument i stor utsträckning (Prell, Palmblad, Lissner, & Berg, 2011). I de bilder som förmedlas framträder olika förhållningssätt till hälsa, och mat marknadsförs med såväl medicinska, hedonistiska som sociala förtecken. När marknadsföring av mat sker utifrån ett medicinskt perspektiv antas maten både kunna skydda mot och behandla kroppsliga bekymmer av alla möjliga slag. Ett annat förhållningssätt sätter njutningen i centrum; mat blir ett medel för att må bra psykiskt. Mat visas också i reklamen som ett sätt att uppnå social gemenskap genom att visa omsorg om andra människor.

TV-sänd livsmedelsreklam är alltså en aktör med makt att påverka barn och ungdomars syn på och förhållningssätt till hälsosamma matval, hälsosamt ätande och en hälsosam livsstil. När snabbmat, snacks, godis och söta drycker placeras i en hälsokontext bidrar detta till att det traditionellt ohälsosamma, som är förknippat med dessa produkter, hamnar i bakgrunden. Bilden av verkligheten som presenteras och normaliseras via media i barns vardag inverteras i förhållande till den bild som t ex skolan förmedlar. När reklamavsnitt analyseras synliggörs olika argument i bilder. Det kan handla om att associera välkända hälsosymboler med en viss typ av måltider, att lyfta fram specifika ingredienser som särskilt hälsobringande, att anspela på känslor eller att anknyta till hjärta, natur och fysisk aktivitet (Prell et al., 2011). Denna teknik, offensiv retorik (Potter, 1996), går ut på att underminera konkurrerande beskrivningar och undvika etiketten ohälsosamt genom att istället lyfta fram hälsoaspekter. Barn är mottagliga för olika typer av visuella och andra argument i varierande grad beroende på ålder. Det är dock inte förrän i 12-årsåldern som förmågan till

kritisk granskning av reklam utvecklas (Livingstone & Helsper, 2004, 2006). Genom att peka på de olika tillvägagångssätt livsmedelsindustrin använder i sin marknadsföring kan både barn, föräldrar och lärare, bli varse och utrustas med verktyg för att genomskåda budskapen och hitta motargument. I det följande ges några exempel på hur marknadsföring av mat på TV görs och där offensiv retorik används.

### *Hälsosymboler*

Tallriksmodellen (Livsmedelsverket, 2013) används som ett sätt att ge snabbmatsmåltiden legitimitet. McDonald's marknadsför sitt Happy Meal bl a med hjälp av tallriksmodellen.

En pojke (som ska föreställa vuxen) med händerna i byxorna och i tweedkavaj, går på en skogsväg och ser tillbaka på sitt liv. Samtidigt flimrar bilder från hans liv förbi. ”Jag kan se tillbaka på ett liv av högst tveksamma beslut. Jag har genererat mig, hamnat i prekära situationer och sällan eller aldrig satt hälsan i främsta rummet. Den kommande generationen har det mer förspänt när det kommer till att fatta kloka beslut. Nu får man nämligen frukt eller grönt med varje Happy Meal. Och man kan också få det enligt tallriksmodellen. Det gör det lätt att välja rätt”. En Happy Meal-kartong (som det står ”Nya Happy Meal” på) lyfts av ett hamburgermål som står på en tallrik placerad på en silverbricka på ett brunt bord. På kartongen syns en symbol för tallriksmodellen. På tallriken finns en hamburgare, morötter, en liten kartong ekologisk lättmjölk samt en påse pommes frites med ett istoppat bröd. (TV3 2007-11-25, 18.03)

Budskapet är att det finns många tveksamma beslut som måste tas under livet men att valet av hamburgare i själva verket är ganska lätt. Eftersom det handlar om någon som ser tillbaka på sitt liv är det ett beslut som också omfattar hela livet: en livsstil. Det är där den visade hamburgermåltiden passar in. Frukten och grönsakerna har starka hälsokonnotationer, till viss del även brödet om detta jämförs med pommes frites. Detta sammantaget med starka argument som ”hälsan i främsta rummet”, ”kloka beslut”, ”lätt att välja rätt” och ”tallriksmodellen”, gör att obehagliga associationer till risk och ohälsa som normalt är förknippade med snabbmats-konsumtion undviks.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

### *Specifika ingredienser och natur*

I reklam för potatischips lyfts solrosolja och det faktum att all (100 %) olja som används utgörs av solrosolja fram som hälsoargument.

En pappa ”fångar” potatis tillsammans med sin son i skogen och på åkern. En manlig röst säger: ”Man föds till potatisjägare. Instinkterna, medfödda från far till son, finslipas under årtal för det slutgiltiga testet. Han är nu en av OLW’s potatisjägare och vet att de godaste chipsen kräver de bästa potatisarna. OLW svenska naturchips. Nu med 100 % solrosolja. Naturligt sundare, lika krispiga och goda som alltid”. I slutet får man se tre olika påsar med Naturchips (en röd, grön och en gul) samt ”100 %” som visas inne i en solros som vecklar ut sig. Påsarna svävar över en åker med skog i bakgrunden.  
(TV3 2007-11-29, 17.29)

Här är det intressant att det är själva fettet som lyfts fram som särskilt hälsosamt då det till 100 % består av solrosolja när det i själva verket är just den höga halten av fett i chips som bedöms vara boven. (Noteras kan att genus - bilden av ”man - the hunter” och befästandet av band mellan far och son - används som förstärkare.)

### *Känslor*

Att vädja till vårt behov av tröst och njutning förekommer också ofta. I följande exempel beskrivs choklad som ett botemedel mot allehanda motgångar och besvikelser.

Beskrivning av handling: Tre killar i 11-12-årsåldern och en man i mellanblå kostym med ett Maraboumärke på bröstet samt slips står på en liten gata i ett villaområde. Mannen i kostym har en mikrofon i handen och gör ett reportage om och med killarna. Mannen berättar att vi ska få se en film som killarna har gjort.

Filmen: Lätt musik i bakgrunden och en gul ram runt. En telefon ringer två gånger. Man ser hur någon ligger i mörkret i en säng och lyfter telefonen för att svara ”Hallå”. I hörnet står det ”3 rutor”. Sedan hur en kille sätter sig på en cykel men konstaterar att det är punktering på den. Han suckar djupt. ”5 rutor” visas. En annan kille kommer gående på en trottoar. Han snubblar till och tappar sin glass. ”2 rutor” visas. I slutet en bild på en Marabou Mjölkkchokladkaka och texten ”Hur många rutor gör dig glad?”

(TV3 2007-11-27, 17.03)

Här blandas känslor av glädje (genererad av choklad) med en medicinsk diskurs genom att den exakta doseringen i antal rutor anges för diverse olika problem.

De bilder av mat som barn och ungdomar tar del av via TV-sänd livsmedelsreklam som presenteras här är några av många bilder som de blir exponerade för och som bidrar till de synsätt på hälsa som de utvecklar. Sammantaget visar ovanstående exempel att livsmedelsindustrin använder sig av olika hälsoargument för att marknadsföra mat som i andra sammanhang associeras med ohälsa och risk.

Det kan vara bra att livsmedelsindustrin, genom sin reklam, uppmärksammar kopplingen mellan hälsa och mat t ex genom att använda tallriksmodellen, förutsatt att måltiden komponeras i enlighet med modellens intentioner. I andra studier har det dock visat sig att reklam för livsmedelsprodukter har en effekt som går utöver kopplingen till själva märket (Halford, Boyland, Hughes, Oliveira, & Dovey, 2007).

Den bild som livsmedelsreklamen förmedlar av en hälsosam livsstil kan verka tilltalande och det är bra att barn och ungdomar uppmärksammas på näringsämnena, hälsosymboler och det egna ansvaret i formandet av livsstil och identitet. Men vad får ungdomar för argument för val av mat när symboler för hälsosam livsstil även förknippas med mat som kanske inte uppfyller kriterierna?

### **Bild 3: Learning by eating – skolans makt att påverka matval**

Skollunchen och numera förskolans måltider är i Sverige arenor som för alla barn och ungdomar grundlägger gemensamma bilder av hur måltider kan och bör konstrueras. Skolämnet hem- och konsumentkunskap (HKK) har, genom att jämställdhet är ett explicit mål, länge arbetat aktivt för att problematisera och förändra genusordningen i hushållsarbetet. I ämnet har också över tid hälsoaspekter utgjort en viktig del.

Mat i skolan framträder främst i dessa två typer av aktiviteter, gemensamma måltider och HKK-ämnet, vilka genererar mångfacetterade bilder av mat bland barn och ungdomar oavsett kön. I HKK lär sig eleverna om mat och hälsa bland annat genom att göra/laga mat, men i bamba handlar det om ”learning by eating” genom kontroll och matkulturell träning. Man ska lära sig smaka på allt, vara måttfull och inte slösa/slänga mat. Genom skolans matråd övas demokrati. I HKK får man, enligt kursplanen, perspektiv på global hållbar utveckling, strategier för individuella val och träning i grundläggande kokkonst. Hur väl förberedd blir man av detta?

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Skolbespisningsverksamhet har funnits sedan slutet av 1800-talet, men var då endast riktad till elever som levde under knappa förhållanden (Gullberg, 2006). Det var först under 1930-talet som diskussioner om den ”moderna skol-lunchen” startade som en del i det svenska samhällets sociala reformarbete. Mat och måltider blir inte bara hemmets angelägenhet, utan också en del av samhällets ansvar för alla sina barn. Lagen om fria skolmåltider kom 1946 som en del av det svenska utbildningssystemet. Skolmåltiden blev ett verktyg för att skapa goda samhällsmedborgare och enligt Gullberg (2006) sågs skolmåltiden i sig som ett praktiskt lärtillfälle. Dessa tankegångar lever kvar även idag och den pedagogiska måltiden får på olika sätt allt större utrymme. När lärare praktiserar pedagogisk måltid utkristalliserar sig olika roller. Förutom att betona det sociala lärande som sker genom samvaron vid måltiden ser åtminstone vissa lärare även möjligheter att i denna situation diskutera olika aspekter av mat och som förebilder praktisera goda vanor runt måltider (se t ex Persson Osowski, Göransson & Fjellström, 2013; Sepp, Abrahamsson & Fjellström, 2006). Dock ser inte skolmåltidspersonalen lika självklart på sin roll i den pedagogiska måltiden (Granström & Karlsson, 2014).

Även ”huslig utbildning” har funnits sedan slutet av 1800-talet men det dröjde ända till grundskolereformen 1962 innan hemkunskap blev ett skolämne för både pojkar och flickor. Folkhälsa, fostran och praktisk matlagning är ingredienser i den bild av sitt uppdrag som dagens HKK-lärare har och där finns också kvar en idé om att man är ställföreträdare för det bristande hemmet (Höjer, Hjalmskog & Fjellström, 2011).

Ett exempel på en pedagogisk modell med stor genomslagskraft från hemkunskapsundervisningen är ”tallriksmodellen”. För många svenskar verkar denna enkla bild, som både hyllats och hånats, för hur man äter nyttigt finnas kvar genom livet. Ett uttryck för detta är att bilden av tallriken med den balanserade fördelningen av olika matkategorier används av en välkänd, eller möjligen ökad, hamburgerkedja; den präktiga sinnebilden från skolan transformerad till ett reklamtrick för mat som behöver bättra på sitt rykte!

Ett av målen för HKK är att träna hur man kan problematisera och ifrågasätta medias budskap, t ex uppdelandet i näringsämnen eller tallriksmodellen ihop med hamburgare.

De ovan diskuterade aktiviteterna kan hjälpa barn och ungdomar att problematisera medias budskap och de egna matvalen ur exempelvis hälsoperspektivet. Uppdraget som HKK-lärare är bland annat i relation till mediemomentet, att de ska stödja elever i att kunna skilja mellan reklam och information (Skol-

verket, 2011). Det är uppenbart viktigt för unga att ha verktyg för att kunna analysera ett budskap.

Skolan och förskolan är alltså viktiga och det är lätt att göra en idealiserad bild av deras hälsofrämjande och jämställdhetsskapande betydelse. Finns det en medaljens baksida som visar en bild där skolan i sin praktiktighetsiver kanske framstår som paternalistisk? Hur tänker ungdomar efter avslutad skolgång?

#### **Bild 4. Ungdomars bilder av mat - när de själva får makten över kylan**

Ungdomar som just flyttat hemifrån har bestämda föreställningar om vad som är ”riktig” mat och vad som inte är det (Parinder, 2012). De eftersträvar att utveckla kompetens för vad de uppfattar som en korrekt matordning där frukost är frukost och middagen ska vara varierad, lagad och varm. Vilka bilder av den lyckade, miljövänliga och vackra, respektive den misslyckade och motbjudande maten väljer de att visa fram? Ungdomars egna foton<sup>6</sup> av mat blir utgångspunkten för ett resonemang om hur den unga generationen formar sin matkultur.

Att ungdomar idag är medvetna om vad de väljer att äta står utom allt tvivel. Maten blir ett medel för att visa omgivningen vem man vill vara, ett uttryck för identitet. Men unga visar också att de genom etiska matval vill vara med och påverka i samhället. Hur och vad som väljs kommuniceras genom sociala medier. Ungdomar låter omgivningen ta del av sin vardag och inte sällan är det bilder där mat och måltider står i centrum.

Hur kan då en matbild som speglar ”lyckade” val se ut? Ofta är den konkreta bilden av måltiden samstämmig med förebilder som skapas under uppväxten (Janhonen, Benn, Fjellström, Mäkelä & Palojoki, 2013). Familjens matkultur är normerande men detta innebär inte per automatik att det är så ungdomarna själva vill ha det. Uppväxtens matbord granskas kritiskt när flytten har gjorts och vissa delar väljs helt enkelt bort (Parinder, 2012). Åren i det svenska skolsystemet har också en påverkan, inte minst, som diskuterats ovan, det faktum att ungdomar dagligen under många år ätit en gemensam lunch. Där har vanan att välja i ett givet lunchutbud grundats. Att de genom skolundervisningen lärt sig hur måltider kan och bör utformas med hjälp av pedagogiska matmodeller (t ex tallriksmodellen) blir också uppenbart. En del unga påtalar att idrottsledares påverkan varit betydelsefull. Däremot uppfattas media och reklam som en

---

<sup>6</sup> Alla foton av matval är godkända av ungdomarna själva att användas när studien presenteras i olika sammanhang (Se vidare Parinder, 2012).



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

mindre aktiv aktör när de ser på vad och varför de väljer mat som de gör. Men samtidigt är hos många en nyfikenhet på det oprövade ständigt närvarande. Och varifrån kommer då nyfikenhet på en livsmedelsprodukt? Är det inte en kompis som introducerat och gett legitimitet åt produkten så är det sannolikt någon form av reklam som väckt nyfikenheten (Parinder, 2012).

Att erfarenheter från skolan påverkar ungdomar blir tydligt när de beskriver vad ”riktig” mat är. Med andra ord vad en måltid och måltidsordning består av och speciellt hur en lunch ser ut. Bilden som beskrivs visar att näringsrekommendationer med tre mål mat om dagen och därutöver mellanmål är en eftersträvanvärd norm. Frukosten är given på morgonen men den bör inte förekomma mer än en gång om dagen, se Figur 1 och 2.



Figur 1. och Figur 2. Exempel på typiska frukostar.

Mitt på dagen skall det helst vara varm tillagad mat. Fungerar inte det i praktiken så kan man alltid förhandla med sig själv om att ett enklare alternativ, som en matig smörgås, kan lösa lunchfrågan. Beroende på hur lunchen ser ut blir det mer eller mindre viktigt med tillagad middag/kvällsmat. Det finns med andra ord en medvetenhet bland ungdomar idag om vad som anses vara ”riktig” mat och vad en måltid bör bestå av.

Mat och måltider förknippas ibland med dåligt samvete, kanske främst bland äldre generationers kvinnor, men detta påtalas sällan bland unga (Parinder, 2012). Blir måltiderna under en dag inte som idealet så kan andra dagar bli mer

lyckade. De kan bli tillräckligt bra för att resultera i en tillfredställande helhet. Idag är det viktigt för unga att maten är hälsomässigt godtagbar. Utsvävningar från vad som anses bra att äta får inte vara allt för vidlyftiga, men samtidigt ses detta som individens ansvar. En del ungdomar överväger också ofta sina val med tanke på vilka konsekvenser dessa får för miljö, klimat och andra personer som exempelvis kan påverkas av produktionsförhållanden. Framtiden, menar många ungdomar, kommer att kräva att de inte bara beaktar den egna hälsan i den mat som väljs utan också att etiska aspekter blir avgörande.

Ungas bild av vad en optimerad lunch (se Figur 3 och 4) innehåller kan jämföras med tallriksmodellens grundprinciper. Det sker en fördelning mellan det mättande och det nyttiga där vitaminer, kolhydrater och protein serveras med vatten.



Figur 3. och Figur 4. Exempel på måltider som beskrivs som lyckade.

Maten skall helst vara tillagad, alltså varm, se aptitlig ut, smaka gott och gärna ha ett mervärde genom etiska val samtidigt som den konsumeras i en social kontext. Följaktligen är en måltid som uppfattas som mindre lyckad, sådan mat som i bästa fall är mättande, men som i övrigt saknar hälsomässiga, smakmässiga och sociala kvaliteter. Ibland kan det faktum att måltiden upplevs som god ändå inte ge den ett godtagbart värde eftersom andra kriterier saknas. Att mat behöver vara mättande poängteras mer av unga män än av unga kvinnor när de just börjat ta ansvar för sin mathållning. Men unga kan å andra sidan använda sig av pedagogiska verktyg som exempelvis tallriksmodellen för att legitimera och gradera snabbmatsmåltider i det offentliga rummet (se Figur 5). Att skolans och reklamens budskap fäster visar en analys en ung kvinna gör av en måltidsbild från en snabbmatsrestaurang som hon besökt. I denna analys använder hon just tallriksmodellen som ett verktyg.



Figur 5. Snabbmat enligt tallriksmodellen.

Maten och måltidens betydelse för många unga vuxna är idag alltmer tydlig. Den egna hälsan och etiska ställningstaganden påverkar valen. Det är med andra ord inte bara smakpreferenser och hur mycket pengar det finns i den egna plånboken som avgör. Detta är frågor som är aktuella oavsett kön (Parinder, 2012). Måltidsgörandet som tidigare varit en uttalad kvinnlig domän (se exempelvis Ekström, 1990) är inte längre det. I ett samtal hävdar en ung man att i framtiden när han eventuellt bildar familj då är han inte helt övertygad om att hans livspartner över huvud taget skall få tillträde till köksregionerna. Han kunde mycket väl tänka sig vara den som tog det fulla ansvaret eftersom den tanken tilltalade honom (Parinder, 2012).

Skolan har i uppdrag att förse ungdomar med verktyg för att de ska kunna göra övervägda matval med avseende på hälsa, ekonomi och miljö (Skolverket, 2011). Konkret innebär det att ungdomar som under skoltid, eller för den delen på fritiden, väljer att gå till snabbmatsrestauranger (Wentzer, 2010) istället för till matsalen i skolan kan värdera valen av måltid utifrån perspektiven hur dessa kan påverka det egna och andras välbefinnande.

### Slutsatser

I våra fyra bilder har, för det första, genusmaktordningen aktualiserats. Till sammans är bilderna motsägelsefulla. När ungdomar talar om sina matval finns få skillnader mellan unga kvinnor och unga män och mathanteringen i hushållen blir allt mindre könsuppdelad. Samtidigt kvarstår en tydlig åtskillnad mellan manligt och kvinnligt i vissa matsammanhang. Framförallt tycks maskulinitet bli framträdande i reklamen, i restaurangbranschen och vid sommargrillen.

För det andra, har det framgått att skolan faktiskt verkar vara en viktig aktör för matdiskursens utformning. Både den teoretiska tallriksmodellen och konkreta erfarenheter från gemensamma skolmåltider förefaller ha genomslags-

kraft. Detta märks både i ungdomars beskrivning av sin egen praktik rörande mat och i det faktum att reklamkatterna gärna använder sig av de pedagogiska bilderna för att övertyga.

## Referenser

- Cave, S. (1014). *Manlig mat*.  
Hämtad 2015-03-06 från [http://butik.pagina.se/fb\\_produk.asp?art=9789163610271](http://butik.pagina.se/fb_produk.asp?art=9789163610271)
- Eckström, M. (1990). *Kost, klass och kön* (Doktorsavhandling, Umeå Studies in Sociology, 98). Umeå: Sociologiska institutionen, Umeå universitet.
- Eriksson, I. (2012, 25 oktober). Kocklandslaget vässar formen. *Svenska Dagbladet*. Hämtad 2015-03-06 från [http://www.svd.se/mat-och-vin/kocklandslaget-vas-sar-formen\\_5548187.svd](http://www.svd.se/mat-och-vin/kocklandslaget-vas-sar-formen_5548187.svd)
- Familjeliv.se (1 oktober, 2012) "Manlig" lunch. Hämtad 2015-03-06 från <http://www.familjeliv.se/forum/thread/66901694-manlig-lunch>
- Granström, F., & Karlsson, M. (2014). *Den schemalagda skollunchen. Spelar skolmåltidspersonalen någon roll* (Kandidatuppsats)? Göteborg: Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet.
- Gullberg, E. (2006). Food for Future Citizens: School Meal Culture in Sweden. *Food, Culture and Society: An International Journal of Multidisciplinary Research*, 9(3), 337-343. doi: 10.2752/155280106778813279
- Halford, J. C. G., Boyland, E. J., Hughes, G., Oliveira, L. P., & Dovey, T. M. (2007). Beyond-brand effect of television (TV) food advertisements/commercials on caloric intake and food choice of 5-7-year-old children. *Appetite*, 49(1), 263-267.
- Höijer, K., Hjalmskog, K., & Fjellström, C. (2011). 'Food with a purpose' – Home Economics teachers' construction of food and home. *International Journal of Consumer Studies*, 35(5), 514-519. doi: 10.1111/j.1470-6431.2011.01014.x
- Janhonen, K., Benn, J., Fjellström, C., Mäkälä, J. & Palojoki, P. (2013). Company and meal choices considered by Nordic adolescents. *International Journal of Consumer Studies*, 37(6), 587-595.
- Jansson, T. (2014, 21 februari) Så påverkar TV-kocken Per Moberg vår syn på kött och manlighet. *Camino*.  
Hämtad 2015-03-06 från <http://caminomagasin.se/nyheter/2014/02/21/sa-paverkar-tv-kocken-moberg-var-syn-pa-kott-och-manlighet>
- Kelly, B., Halford, J. C., Boyland, E. J., Chapman, K., Bautista-Castaño, I., Berg, C., . . . Summerbell, C. (2010). Television food advertising to children: a global perspective. *American Journal of Public Health*, 100(9), 1730-1736. doi: 10.2105/AJPH.2009.179267

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2004). Advertising foods to children: understanding promotion in the context of children's daily lives. A review of the literature prepared for the Research Department of the Office of Communications (OFCOM). London: Department of Media and Communications.

Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2006). Does advertising literacy mediate the effects of advertising on children? A critical examination of two linked research literatures in relation to obesity and food choice. *Journal of Communication*, 56(3), 560-584.

Livsmedelsverket. (2013). *Tallriksmodellen*.

Hämtad 2015-03-15 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Matcirkeln-och-tallriksmodellen/Tallriksmodellen/>

Parinder, A. (2012). *Ungdomars matval. Erfarenheter, visioner och miljöargument i eget hushåll* (Doktorsavhandling, Gothenburg Studies in Educational Sciences, 320). Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis. Hämtad 2015-03-15 från <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/29038>

Persson Osowski, C., Göranson, H., & Fjellström, C. (2013). Teacher's interaction with children in the school meal situation: The example of pedagogic meals in Sweden. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 45(5), 420-427.

Potter, J. (1996). *Representing reality: discourse, rhetoric and social constructionism*. London: Sage.

Prell, H., Palmblad, E., Lissner, L., & Berg, C. (2011). Health discourse in Swedish television food advertising during children's peak viewing times. *Appetite*, 56, 607-616. doi: 10.1016/j.appet.2011.01.033

Prell, H., Lissner, L., & Berg, C. (2012, abstract). *Gendered "junk" food in Swedish food commercials to children*. 10<sup>th</sup> Nordic Nutrition Conference, Reykjavik, June 3-5.

Sepp, H., Abrahamsson, L., & Fjellström, C. (2006). Pre-school staffs' attitudes toward foods in relation to the pedagogic meal. *International Journal of Consumer Studies*, 30(2), 224-232.

Skolverket. (2011). *Kommentarmaterial till kursplanen i hem- och konsumentkunskap*. <http://www.skolverket.se> Hämtad 2014-09-09 från [www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

Statistiska Centralbyrån. (2012). *Nu för tiden. En undersökning om svenska folkets tidsanvändning år 2010/11*. Hämtad 2015-03-06 från

[http://www.scb.se/statistik/\\_publikationer/LE0103\\_2010A01\\_BR\\_LE123BR1201.pdf](http://www.scb.se/statistik/_publikationer/LE0103_2010A01_BR_LE123BR1201.pdf)

Wenzer, J. (2010). *Eating out practices among Swedish youth: Gothenburg area foodscapes*. Göteborg: Centrum för konsumentvetenskap (CFK), Handelshögskolan vid Göteborgs universitet.

## Maddannelse, kompetencer og læring

Jette Benn<sup>1</sup>

### Introduktion

Marianne Ekstrøm har i mange år beskæftiget sig med mad og med mad i relationen til madlavning, husholdning, læring og kompetence såvel i den private sfære som i den offentlige eksempelvis med skoler og restauranter. Hendes udgangsposition var jo lærer og ikke nok med det men hemkundskapslærer med alt, hvad det indebar, og derfor har hun også udvist en vis optagethed af læring og kompetencer. Marianne har bl.a. på vort fælles nordiske kursus: *Food in contemporary society, food is more than nutrition*, sammen med Inger Jonsson præsenteret project om: *Family meals: competencies, cooking and company* (Ekstrøm & Jonsson, 2005). Kompetencer, læring og mad vil også være det, jeg fokuserer på i dette bidrag til festskriftet. Særlig vil det blive i en skolesammenhæng, da det er skolen, hjemkundskab, kompetence og dannelse, der er mit arbejdsfelt. Jeg vil dog mene, det rækker ud til andre kontekster og grupper, hvor mad er sat på spisesedlen.

Sættes ordene mad og dannelse sammen bliver de til maddannelse, det begreb er i vælten for tiden både nordisk og internationalt. På det internationale felt beskrives det som food literacy, cooking eller kitchen literacy. Jeg vil forsøge at præsentere forskellige tilgange og perspektiver omkring maddannelse, da maddannelse eller food literacy handler om mad i en bred forstand, da mad både handler om ernæring, produktion, tilberedning og spisning, dyrkning, forbrug og håndtering af mad.

Den nuværende optagethed af mad i samfundet generelt er forårsaget af en bekymring over tab af madkundskab og af viden om kost og ernæring og den sammenhæng, det har eller kan have med det "obesogene" (fedmeramte) samfund (Block & al, 2011). Dette tab af færdigheder på madlavningsområder har mange forskere beskæftiget sig med de senere år og ser på det med stor bekymring (Caraher, Dixon, Lang, & Carr-Hill, 1999; Jaffe & Gertler, 2006; Thonney & Bisogni, 2006). Et eksempel på den generelle bekymring for tab af kompetencer udtrykkes i debatbogen af Ann Vileisis med titlen 'Kitchen

---

<sup>1</sup> Jette Benn, universitetslektor, Institut for uddannelse og pædagogik, Aarhus Universitet, Danmark.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

literacy', med undertitlen: "*How we lost knowledge of where food comes from and why we need to get it back*" (Vileisis, 2008).

Den danske ernæringsforsker og lærer på husgerningsuddannelsen Richard Ege var i et skrift fra 1944 - i forbindelse med, at husgerning skulle indføres over hele landet i Danmark – inde på, hvad det var skolepiger skulle opdrages og oplæres i. Han benævnte det rationel *husgerning* og beskrev, at målet for undervisningen måtte være: "*fødetilberedning og fødevalg, - til lige stor betydning for vort velvære (gennem den velsmagende og vel tilberedte mad), som vor sundhed og økonomi*" (Ege, 1944). Begreberne der går igen både tilbage i tiden og i de ovennævnte eksempler, *er viden, valg, tilberedning, velsmag, velvære, sundhed og økonomi*. I dag ville drengene og økologiperspektivet i Ege's tekst sikkert have været tilføjet. Alle disse perspektiver har Marianne Ekstrøm arbejdet meget med. Perspektiver og tanker der i dag også ligger i begrebet *maddannelse*, som dette bidrag er fokuseret på, men hvad ligger der egentlig i det? Ja, man kan jo efter for godt befindende selv definere og lægge ind, hvad man som enkelt fagperson lyster i et sådant bredt begreb. Jeg vil i dette bidrag forsøge at samle lidt op på begrebet, sådan som jeg forstår det for nuværende efter et større review af beskrivelser af begrebet (Benn, 2014). Først vil jeg se på begrebet literacy, dernæst på mad og dannelse og inddrage nogle teoretikere og teoretiske modeller til at få sat det på 'spisesedlen' og afrunde med mit bidrag til en kompetencemodel.

### Literacy

I de sidste 10 år har begrebet literacy vundet indpas på områder som sundhed og sundhedsrelaterede områder, men også i forbindelse med en række andre fagområder som fx eco-literacy, it-literacy. Oprindeligt betyder verbet at være litterat "*at være bekendt med litteratur, eller mere generelt at være veluddannet, lærd*" (UNESCO, 2006, s.148) på svensk att vara läskunning og att vara velutbildet. Det uddybes i rapporten med 4 forståelser af literacy: 1) som et autonomt sæt færdigheder, 2) som anvendt, praktiseret og situeret, 3) som en læreproces, og 4) som tekst. I en anden rapport "*Toward Universal Learning*", er literacy et af 7 domæner for en global læringsstruktur, og det bliver sat i nær relation til kommunikation (UNESCO, 2013). Men også heri er der andre elementer, og de de 4 forståelser nævnt i første rapport ligger lige for i alle fag/ämnen.

Paulo Freire var en af de første, der i en række arbejder diskuterede literacy, og han forstod det som '*reading the word and the world*', at læse ordet og verden. Han ser literacy som et kritisk begreb, der er en forudsætning for udvikling af selvet og for social empowerment og en form for handlekompetence (Freire & Macedo, 1987), da 'literacy' indebærer en 'dialektisk relation mellem mennesker

og verden ‘ (Giroux in Freire & Macedo, 1987 p. 7). At læse ordet – som jeg her oversætter til *maden* vil blandt andet siges, at vi kan læse maden, fødevarerne, måltidet forstået som genstandsfelt – og læse verden, betyder for mig at se, at forstå os selv som mennesker i verden i en relation til mad og andre mennesker. Den relation som også Marianne Ekstrøm har beskæftiget sig med.

Til en vis grad har Freires forståelse af *literacy* haft indflydelse på brugen af konceptet i forskellige fag (ämnen) fx information’s (IT) literacy eller kulturel literacy, og også sundheds literacy, som ligger tæt på food literacy. For Kickbusch, Nutbeam og St. Leger handler health literacy om både at inddrage et funktionelt, et interaktivt og et kritisk niveau (Kickbusch, 2008; Nutbeam, 2000; St Leger, 2001). Gøres vil det iflg. Nutbeam og St Leger bidrage til I) Lifelong learning skills; II) competencies and behaviors; III) specific cognate knowledge and skills; IV self-attributes (St Leger, 2001), hvilket ikke ligger så langt fra de fire elementer i literacy beskrevet af Unesco.

Mad eller ‘food, nutrition, cooking eller kitchen literacy’ er et af de seneste koncepter, som dels kan lægge sig op af ovenstående forståelser og også gør det se fx. Silke Bartsch, som hævder, at den nuværende pædagogiske diskussion er influeret af ‘literacy’ tilgange (Bartsch, 2008, s. 100). Derfor kan forskellige literacy forståelser i relation til mad, maddannelse og madundervisning være af betydning at se på, idet literacybegrebet forstået i forhold til mad så at sige er taget ud af sit medfødte forhold og brugt i en anden relation. Ligesom også begrebet mad kan forstås på forskellig vis og nuanceres.

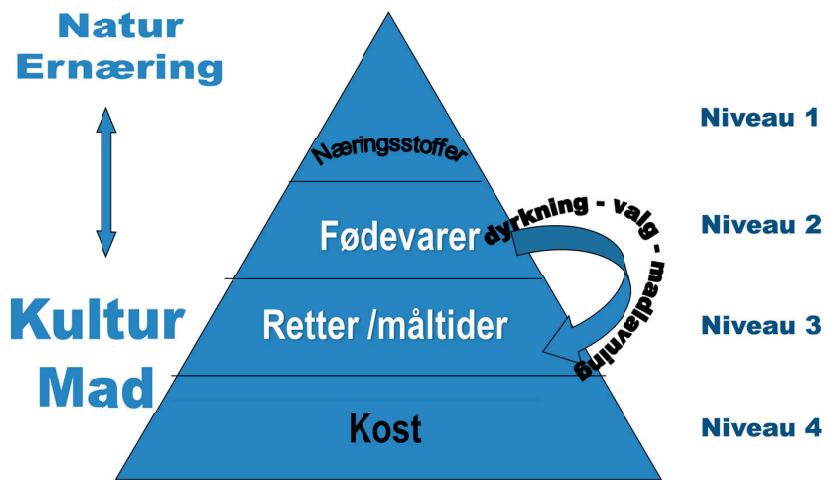
## Mad

*Mad* har iflg. etymologisk ordbog at gøre med ordet kød (eng.: meat eller tysk:Mett) eller fra indisk med det sprudlende, glæde, og iflg. ordbog over det danske sprog er mad tilberedt føde (især til mennesker), og findes i ord som madlyst, appetit. Vi kan således konkludere, at mad er fast føde, om det nødvendigvis er tilberedt afhænger af, om det kan spises direkte, men mad er først og fremmest den faste føde, mens drikkevarer ryger lidt udenfor kategorien mad, selv om disse fødevarer kan udgøre en stor del af fødevarerindtagelsen. Mad er et hverdagsudtryk, mens begrebet kost er det udtryk, vi bruger, når vi definerer folks madindtagelse over tid og sted, det anvendes i kostvidenskab af natur- og samfundsvidenskabelig karakter, mens man på humanvidenskaberne, hvor fx etnologer og antropologer beskæftiger sig med temaet brugen af begrebet mad. På engelsk er det ikke det store problem, da man her kun har begrebet *food*, der rummer en bred tilgang, mens ordet *diet* bruges som en mere snæver beskrivelse af mad i en ernæringsmæssig sammenhæng, oversat diæt eller kost. Der er flere lag forbundet



## Mat er mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

med mad, det gælder således, at fødevarer, indeholde næringsstoffer og fødevarerne kan tilberedes og sammensættes til retter og måltider, eller købes som færdige eller halvfærdig produkter. Maden rummer mange lag og indgår derudover i mange forskellige sammenhænge i hjem, institutioner og uformelle og formelle læringsrum, som således sammen og hver for sig kan bidrage til varierede former for maddannelse.



Figur 1: Model for madens niveauer (Benn, 2009, 2013)

Toppen af modellen indikerer det naturvidenskabelige, ernæringsmæssige niveau, næringsstofferne, der bortset fra fedtstof er usynlige og vanskelige at forstå uden et vist biokemisk kendskab. Næringsstofferne er indeholdt i fødevarerne, der er synlige og konkrete, så længe de ikke er sammensat af flere fødevarer og/eller tilført tilsætningsstoffer eller forureninger. Fødevarerne kan for nogens vedkommende spises direkte, andre kan gennem madlavning blive til retter og måltider, repræsenterende kulturelle forståelser af hvordan et måltid skal se ud og indtages. Over tid bliver maden til den kost, der har betydning for vor sundhed og velbefindende. Det er alle disse niveauer af mad, der kan være del af en maddannelsestankengang, hver for sig eller i en kombination.

### Food literacy/maddannelse i forskellige optikker

Går vi så til kombinationen af mad og dannelse eller food og literacy, så findes der en række arbejder på dette felt. Jeg vil primært forsøge at anskueliggøre, hvad literacy på de forskellige niveauer i figur 1 indebærer og betyder.

Ser man udelukkende 'food literacy' som nutrition literacy<sup>2</sup>, d.v.s. at man befinder sig i forhold til figur 1 primært i toppen, på ernæringsniveauet, så bliver nutrition literacy 'ren literacy', altså det at kunne læse og forstå food labels eller ernæringsforskrifter og diæter ud fra de direktiver, de professionelle anviser for en patient eller elev. De inddrager i nogle tilfælde fødevarer niveauet, så patienterne kan foretage de valg og tilberedninger, der er i tråd med behandlingen eller den rette ernæring. Der er hovedsagelig tale om eksempler fra behandlingssektoren. Går vi tilbage til elementerne i Unesco beskrivelsen af literacy mangler der sandsynligvis en relation til kontekst og i forhold til Kickbusch er det primært *specific cognate knowledge*, der er i spil.

Går vi til næste niveau i figuren, fødevarer niveauet, kan der ses en række undervisningsprojekter med fødevarer som omdrejningspunkt og med udspring i den tidligere nævnte bekymring for tab af kundskab om, hvad fødevarer er, og hvordan de dyrkes og produceres og i nogle tilfælde også tilberedes. Det gælder eksempelvis en række lokale skolemads- eller skolehaveprojekter flere steder i verden (her taget fra USA og Danmark), hvor elever dyrker grønsager, besøger gårde og virksomheder for at lære om mad, hvordan mad produceres og bliver del af deres ernæring og måltider (Nowak, 2012; Thonney & Bisogni, 2006; Wistoft, Otte, Stovgaard, & Breiting, 2011) I arbejdet af Karen Wistoft et al. siges det, at "*skolehaver er i dag en kompensation for den fremmedgørelse over for natur og madvarer, som præger mange børns – og voksnes liv, men også et tilbud om nærvær og samvær i en presset tid*" (Wistoft et al., 2011 p. 12). Et andet amerikansk projekt benævnt "*Food, Land and People*" blev udført som et undervisningsprojekt på 55 lektioner baseret på et fokus på begreber og med begrundelsen i den "*stigende mangel på kundskab om landbrug/produktion*" (Powell, Agnew & Trexler, 2008). Også forbrugerens manglende færdigheder set som tab af basisfødevarerkendskab giver bekymring for, om forbrugeren kan træffe kvalificerede valg (Jaffe & Gertler, 2006).

Mangel på praktiske madlavningsfærdigheder og dermed muligheden for at gå fra niveau 2 (fødevarer) til 3 (retter og måltider) i figur 1 ved ud fra simple råvarer at kunne fremstille et måltid har også været i fokus i flere undersøgel-

---

<sup>2</sup> Se fx Rothmann, RL et al (2006). Patient Understanding of Food Labels: The Role of Literacy and Numeracy. *American J. of Preventive Medicine*, 31(5), 391-398.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

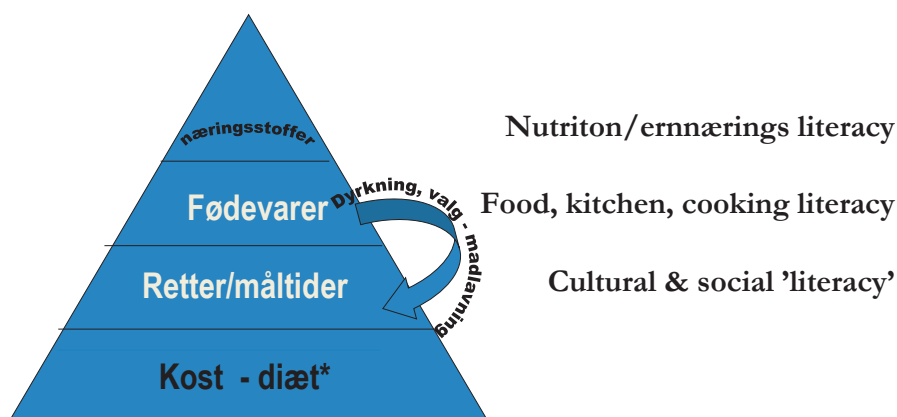
ser. Bl.a. har de engelske forskere Caraher, Dixon, Lang og Carr-Hill set på problemet og skrevet om det for over 10 år siden. De skrev afslutningsvis i deres undersøgelse fra 1999: *"There is certainly a need to monitor changes in cooking skills and behaviour."* (Ibid. s. 606). En pointe fra England har bl.a. været at uden madlavningsfærdigheder, vil socialt dårligt stillede familier have svært ved at få ordentlig mad, da det at købe hel- eller halvfabrikata er for dyre løsninger. Derfor slås der til lyd for undervisning i praktiske færdigheder. Det er også disse, der er i fokus i det canadiske interventionsprojekt *"Cook it up"*, der havde en gruppe overvægtige unge involveret i et *"hands-on food literacy education"* (Thonney & Bisogni, 2006). Formålet var netop gennem det praktiske at kunne bidrage til de unges handlekompetencer i forhold til egen sundhed og livskvalitet.

Der er også i den pædagogiske verden en optagethed af, hvad praktisk virksomhed har af betydning for elevers motoriske og sansemæssige udvikling og erkendelse (Carlsen, 2013). Carlsen ser det praktiske som del af den æstetiske kommunikation, som rummer en række elementer, der påvirker vore valg. Det gælder bl.a. det at arbejde med forforståelse, formsymboler, fysiologiske sansninger, viden, holdninger, tid, rum og håndværk (Ibid. s. 283). Carlsen fremhæver at *"Vores valg – og motivationen for valget – er påvirkeligt. Derfor har det pædagogisk interesse at se på, hvilke faktorer der influerer på de valg, vi træffer, og på hvordan man også i en pædagogisk sammenhæng kan kvalificere individet til at tænke over, hvorfor det træffer de valg, det gør"*. Det viser tilbage til projektet ovenfor, og til betydningen af den praktiske del men i kombination med refleksioner og viden, på det niveau individet kan kapere.

Måltidet, der i figuren er placeret på niveau 3, er det fælles, det er i følge Carlsen en *socialiseringsagent* og rummer muligheden for selvoverskridelse, og for læring og dannelse, for maddannelse eller *cultural literacy*, som Samuel Snyder kalder det. Iflg. ham har *cultural literacy* følgende komponenter: *"Måltider, måltidstilberedning, fødevarerfærdigheder, ernæringskundskab, madinvolvering og madlavning."* Han konkluderer, *"food literacy is cultural literacy!* Og forinden *"Food literacy is so important to understanding not only our food, but our culture. Understanding culture, then, demands knowing about ourselves and all our culture's intricate, messy, cultural, political, yet tasty, elements."* (Snyder, 2009 s. 283).

Endelig er niveau 4 – kosten, det der repræsenterer vore samlede valg og muligheder over tid og sted, det der bliver resultatet af vores viden, valg, færdigheder og indtag såvel ved fælles måltider som udenfor disse, det bliver madkulturen, som netop som Snyder skriver kræver viden om os selv og vor omverden.

Figur 1 kan derfor tilføjes de forskellige nævnte literacy begreber, holder vi os til nutrition/ernærings niveauet bliver der fokus på nutrition literacy, men inddrager vi fødevarer, kan der blive tale om food, growing, kitchen og/eller cooking literacy, endelig giver niveauet med måltid og kost anledning til at stile mod kulturel og social literacy med fællesskabet om måltidet in mente.



**Figur 2: Food Literacy – Food ‘Bildung’  
– Maddannelse**

Samlet set kan beskæftigelsen med alle niveauer bidrage til food literacy/maddannelse. Food literacy, maddannelse – kompetence og dannelse i tanke, ord og handling

Som nævnt beskæftigelse med madens mange niveauer kan bidrage til en forståelse, læring og dannelse i forhold til mad. Læring om og med mad sker livet igennem fra barnets første introduktion til mad hos moderen og i andre uformelle madmøder i andre settings, men læring om mad kan, som dette fokus er, også være bevidst tilrettelagte og formelle del af undervisningstilbud fx som undervisning i hjemkundskab eller som deltagelse i et madtilbud i institution eller skole. Her er det maddannelsen anskuet pædagogisk, der er det centrale, det at rette blikket mod, hvad det må indebære for at opnå kompetencer på området. Tidligere blev det fremhævet at maden rummede mange differentierede niveauer for forståelse, men det indebærer også forskellige handlinger for at komme rundt om madens kompleksitet og for at opnå madkompetencer. Derfor foreslår jeg at se madens mange elementer i relation til den kompetencemodel, jeg igennem nogle år har arbejdet med (se Benn, 2013 s. 250), her udvidet med et element mere nemlig at sanse, derudover er komponenterne: At

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

vide, at kunne, at ville og at være elementer, der må tilgodeses for at opnå madkundskab eller food literacy. Alle elementerne må tilrettes den aktuelle målgruppe og det formål, der ligger for at arbejde med mad mere konkret. Nærmere bestemt betyder det at der må arbejdes med differentierede virksomhedsformer i tiltag om mad ikke alle på samme tid og under samme skabelon. Men at opnå viden sker gennem den analytiske virksomhed, der kan kobles til den praktiske gøren og skaben. Det praktiske og det sansemæssige er især for mindre børn det gode udgangspunkt, ligesom det sociale fællesskab som det at være sammen i arbejdssituationen eller om måltidet giver muligheder for at forstå omsorgsdimensionen i maden.

Tabel 1. Kompetenceelementer i maddannelse/ Food literacy (2014)

Kompetencer	Mål	Eksempler
At vide	Forståelse af sammenhænge (kognitive)	Klogskab og evne til at tage beslutninger på baggrund af viden Fx. At vide at der er sammenhæng mellem madindtag og sundhed.
At gøre	Hverdagslivs-kompetencer (det manuelt - produktive)	Praktiske og tekniske færdigheder Fx. Kunne dyrke, vælge og tilberede fødevarer, at klare hverdagslivsproblemer.
At sanse	Æstetiske indtryk og udtryk (det sensitive)	Sansemæssige kompetencer, madmod Fx. Sansemæssige oplevelser og erfaringer af fødevarer ved dyrkning, madlavning og smagning.
At ville	Ansvarlighed og villighed (partipatoriske og handlingsrettede)	Medborgerskab og demokrati Fx. At forholde sig til og deltage i løsning af problemer i samfundet vedr. fødevarer.
At være	Omsorgsfuldhed - at drage omsorg for sig selv og andre og omgivelserne (det omsorgsetiske)	Etiske overvejelser i forhold til eget liv og andres og omgivelserne Fx. Foretage valg der bygger på omsorg.

Maddannelse må ske som læring eller kundskab i handling, eller som den praktiske klogskab, der kommer ud af at tilrettelægge læringsituationer, der fremmer det. Det praktiske og sansemæssige er væsentlige elementer, der må kædes sammen med teoretiske kundskaber tilrettelagt på det niveau, der passer til elevgruppen. Men for at vi stadig tænker dialektisk om maddannelsen som *reading the word and the world* er også den kritiske og etiske side væsentlig. Gå vi tilbage til Unesco skal disse kompetencer kunne anvendes som viden og et autonome sæt færdigheder, der anvendes og praktiseres i den situerede kontekst.

## Konklusion og perspektivering

Maddannelsen må ikke ses som en tilpasningssocialisering, hvilket kunne blive resultatet af nogles forestillinger om maddannelse, hvor den bliver set som opskriften på den rette ernæring eller gode smag. Der vil være sundhedsmæssige aspekter, der må inddrages i tænkning og undervisning. Men dannelsen må være en frigørelsessocialisering, der er baseret på selvbestemmelse, medbestemmelse og solidaritet som Klafki beskriver det (Klafki, 2005). Derfor må begrebet maddannelse ikke blive til en indforstået bedste borgerskabsforståelse, men dannelsen i relationen mad må defineres og omdefineres, diskuteres og udvikles og altid ses i forhold til konteksten. Det kræver i skolen, at der gives ressourcer i form af tid, økonomi og materialer til at arbejde med maddannelse, og at der derudover også forskes mere på området.

Min konklusion er, at maddannelse forstået bredt må være del af den basale dannelse, som vi får igennem opvækst og skolegang. Nødvendigheden og essentialiteten i maddannelse kan begrundes i, at vi både som enkeltpersoner, familiemedlemmer, borgere, forbrugere og producenter er nødt til at forholde os til maden som nydelse, ressource og nødvendighed.

## Referencer

- Bartsch, S. B. (2008). Subjektorientierung in der Ernährungs- und Gesundheitsbildung. *Ernährung*, 2, 100-106.
- Benn, J. (2009). Mad, kost, ernæring - er det et fedt? In M. Carlsson, V. Simovska & B.B. Jensen (Ed.): Sundhedspædagogik og sundhedsfremme - teori, forskning og praksis (pp. 193-210). Aarhus, Aarhus Universitetsforlag
- Benn, J. (2013). Madkendskab, -kundskab og -klogskab - Børn og unges erfaringer og dannelse på madområdet. In J. Benn (Ed.) *Børn, ernæring og måltider - tværfaglige perspektiver* (pp. 237-254). København: Munksgaard.
- Benn, J. (2014). Food, nutrition or cooking literacy - a review of concepts and competencies regarding food education. *International Journal of Home Economics*, 1, 13-35.
- Block, L. G., & al, e. (2011). From Nutrients to Nurturance: A Conceptual Introduction to Food Well-being. *Journal of Public Policy & Marketing*, 30(1), 5-13.
- Caraher, M., Dixon, P., Lang, T., & Carr-Hill, R. (1999). The state of cooking in England: the relationship of cooking skills to food choice. *British Food Journal*, 101(8), 590-609.
- Carlsen, H. B. (2013). Madlavning og måltider som æstetiske erfaringer. In J. Benn (Ed.), *Børn, ernæring og måltider - tværfaglige perspektiver* (pp. 281-308). København: Munksgaard.
- Ege, R. (1944). Danmarks Skolepiger skal opdrages til huslig Økonomi. En undervisning af største Betydning for Kvinden, for Hjemmet og for Samfundet. *Berlingske Tidende*, særtryk, februar 1-8.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

- Ekström, M., & Jonsson, I. (2005). In P. Palojoki & H. Janhonen- Abraquah (Eds.), *Food in contemporary society, food is not only nutrition*, 18.11.2005. Helsinki Dep. of home economics and craft sciences, Helsinki University.
- Freire, P., & Macedo, D. (1987). *Literacy: Reading the Word and the World*. London: Routledge & Keagan.
- Jaffe, J. A., & Gertler, M. (2006). Victual vicissitudes: Consumer deskillling and the (gendered) transformation of food systems. *Agriculture and Humkan Values*, 23, 143-162.
- Kickbusch, I. S. (2008). Health Literacy. An essential skill for the twenty-first century. *Health Education*, 108(2), 101-104.
- Klafki, W. (2005). *Dannelsesteori og didaktik - nye studier*. Aarhus: Klim.
- Nutbeam, D. (2000). Health Literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259-267.
- Snyder, S. (2009). Ethnographies of Taste: Cooking, Cuicine, and Cultural Literacy. *Journal of Agricultural Environment Ethics*, 22, 273-283.
- St Leger, L. (2001). Schools, Health literacy and public health: possibilities and challenges. *Health Promotion International*, 16(2), 197-205.
- Thonney, P. F., & Bisogni, C. A. (2006). Cooking Uo Fun! A Youth development strategy that promotes independent food skills. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 38(5), 321-323.
- UNESCO. (2006). Literacy for Life: Education for All. Global Monitoring Report.
- UNESCO. (2013). Toward Universal Learning, What Every Child Should Learn. *LEARNING* (Vol. 1).
- Vileisis, A. (2008). *Kitchen Literacy. How we lost knowledge of where food comes from and why we need to get it back*. Washington: Shearwater Books.

## Att måla maten i svart och vitt

Christina Berg, Stefan Pettersson och Jenny Rendahl<sup>1</sup>

Vad är det som gör att människor så ofta talar om mat som bra eller dålig? Trots försök att använda en rik färgpalett vid formuleringen av allmänna kostbudskap så verkar förståelsen bli svartvit. I såväl fikarummet som i media diskuteras mat i termer av hälsosamt eller farligt. Frågorna kan exempelvis vara: *Är potatis bra att äta? Bör vi undvika kolhydrater? Färdigmat bör man väl inte äta? Blåbär är väl jättenyttigt? Men kvarg det är väl bra?* Det trots att de vetenskapligt baserade budskapen formuleras: *Det är vad du äter i vardagen och hur du kombinerar ihop kosten som helhet som spelar roll. Ät varierat – sprid risker och nytta genom att äta från alla delar i matcirkeln. Ät mycket frukt och grönsaker, ät fisk flera gånger i veckan, välj gärna nyckelhälsmärkt och fullkornsprodukter. Begränsa intaget av utrymmesmat, det vill säga sådant som är sockerrikt och/eller fett men inte innehåller så mycket vitaminer och mineraler.* En anledning till den mer svartvita synen är kanske att vi inte klarar att medvetet ta ställning varje gång vi gör val i vardagen.

### Nyanserade budskap är svåra att omsätta i vardagen

För att förenkla för oss kategoriserar vi mat och det som rör mat. Olika kategoriseringar ligger till grund för hur våra tankescheman formas. Dessa scheman hjälper oss att göra ställningstaganden och val rutinmässiga och enkla. Det har uppskattats att människor gör över 200 överväganden kring mat varje dag (Wansink & Sobal, 2007). Det handlar om att bestämma när, vad, hur mycket, var och med vem man äter. Att medvetet söka, bearbeta och tolka information och reflektera över känslor för att fatta beslut vid varje sådant tillfälle skulle vara mycket krävande. En mer automatisk informations-bearbetning är därför nödvändig så att vi snabbt kan behandla intryck och information och på så sätt hantera vardagen.

I föreliggande kapitel vill vi belysa detta genom att ta hjälp av en modell över vad som formar våra ställningstaganden, rutiner och val kring ätande och illustrera med exempel från egna forskningsdata. Exempelen är hämtade från inter-

---

<sup>1</sup> Christina Berg, docent, Stefan Pettersson, universitetslektor, Jenny Rendahl, doktorand, Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

vjuer med elitidrottare<sup>2</sup> samt rollspel<sup>3</sup>, fokusgruppintervjuer<sup>3</sup>, intervjuer<sup>4</sup> och enkäter<sup>5</sup> med ungdomar.

### En modell för processer bakom val och agerande kring mat

”The food choice process model” (Furst, Connors, Bisogni, Sobal, & Falk, 1996; Sobal & Bisogni, 2009; Sobal, Bisogni, Devine, & Jastran, 2006) utgår från att de mentala processer som människor använder för att bestämma vad och hur de ska äta i specifika situationer formas av såväl biologiska faktorer som livserfarenheter och förväntningar på framtiden. Individuella faktorer som fysiologiska och psykologiska egenskaper och identitet har betydelse. Liksom de olika påverkansfaktorer man möter under livet i form av ideal, sociala kontexter, miljöer och resurser. Denna modell har kritiserats för att bygga på studier från samma forskargrupp som försöker besvara breda forskningsfrågor utan att arbeta tillräckligt interdisciplinärt (Doucerain & Fellows, 2012). Eftersom det troligen ändå är den mest kompletta modellen över hur matrelaterade val går till så utgår vi från att den kan ge viss förståelse.

### Tankescheman, strategier och rutiner förenklar

Enligt modellen (Sobal & Bisogni, 2009) formar varje individ ett eget mönster av processer och scheman för att hantera de val, situationer och förutsättningar vi ställs inför när det gäller mat och ätande. Det handlar om att vi utvecklar vissa värden, förknippade med mat, som är viktigast för oss. Vanliga sådana värden är hur maten smakar, att den är lätt att anskaffa, laga och äta, att den inte är för dyr och att den är bra för hälsa och välmående. Varje individ tar på sitt sätt hänsyn till olika värden och väger dem mot varandra. För att förenkla tillvaron, och inte behöva göra noggranna övervägande och beslut varje gång, klassificerar vi mat och situationer för ätande. Klassificeringen kan variera beroende på kontext t.ex. i relation till om det är hemma eller på arbetet (Blake, Bisogni, Sobal, Devine, & Jastran, 2007).

---

<sup>2</sup> Intervjuer kring vikt och mat med 14 utövare av brottning, judo och taekwondo på elitnivå 2007-2008 (Pettersson, Ekstrom, & Berg, 2013; Pettersson, Pipping Ekstrom, & Berg, 2012).

<sup>3</sup> Opublicerade data. Två grupper av 15-16 åringar (totalt 10st) genomförde rollspel och fokusgrupper kring matbudskap, 2010-2011.

<sup>4</sup> Intervjuer med 181 femte-, sjunde- och niondeklassare i Mölndals kommun 1996 (Berg, Jonsson, Conner, & Lissner, 2002).

<sup>5</sup> Opublicerade data. 1190 femte- och sjundeklassare i Mölndals kommun och deras föräldrar besvarade enkäter kring mat till frukost 1999. En dags kostregistrering lämnades in av 876 ungdomar.

Utifrån dessa kategoriseringar kan vi sedan skapa strategier för att hantera och prioritera olika värderingar som vi tycker är angelägna när vi väljer vad vi ska köpa, laga, äta eller bjuda på. En sådan strategi kan vara att prioritera vissa värden i vissa situationer. Ett annat sätt är att balansera intaget. Det kan vara att balansera mat inom en måltid eller över tid genom att kompensera ohälsosam mat med hälsosammare under dagen eller veckan (Connors, Bisogni, Sobal, & Devine, 2001). Det kan också vara att man undviker, begränsar, modifierar eller ersätter vissa livsmedel eller rätter (Sobal & Bisogni, 2009).

Strategier som fungerar bra blir så småningom rutiner. Rutiner utvecklas ofta utifrån en kompromiss av vad som är önskvärt respektive vad som är praktiskt. De bygger alltså på erfarenheter och övervägande för att finna den bästa lösningen utifrån mål och värderingar man har och dilemman och krav man ställs inför. De är därför kopplade till identitet och vilken vardag man lever i men är ändå föränderliga och något man reflekterar över (Jastran, Bisogni, Sobal, Blake, & Devine, 2009).

Nedan vill vi ge några exempel på hur människor förenklar sina matval genom att dikotomisera i lämpligt-olämpligt, nyttigt-onyttigt, gott-osmakligt, allt-inget, rätt-fel etc. för att enklare kunna prioritera, balansera, begränsa och kompensera vad man äter.

### **Exempel på att klassificera mat och ättillfällen**

Vi gör inte anspråk på att ge en bild av vilka etiketter människor ger mat utan vill endast ge exempel på hur kategoriseringen kan gå till. Synen på mat förändras och ser olika ut i olika kulturer och situationer så exemplen är tänkta som en illustration på människors förenklade sätt att hantera komplexa ställningstaganden och val. Vi inleder med elitidrottarens resonemang kring att vissa livsmedel och tider för intag är förbjudna och fortsätter sedan med ungdomars klassificering av mat och måltider. De olika citaten visar hur kategoriseringen baseras på såväl kulturella värden som aspekter av prestation, hälsa och njutning samt även hur olika värden prioriteras beroende på situation.

### **Bra mat och förbjuden mat**

Att livsmedel med varierande innehåll av fett, protein och kolhydrater klassificeras som ”bra” eller ”dåliga” utifrån uppfattningar om hur de kan påverka prestationen framträdde tydligt bland svenska landslagsaktiva kampsportare i vår nyligen genomförda kvalitativa intervjustudie. Tidigare forskning (Long,

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Perry, Unruh, Lewis, & Stanek-Krogstrand, 2011; Smart & Bisogni, 2001) har visat att idrottares livsmedelsval och inställning till mat till stor del styrs utifrån deras förväntade effekt på individens fysiska prestationsförmåga. Mat tenderar därför, åtminstone bland vissa elitsatsande idrottare, primärt ses som en form av bränsle för prestation och återuppbyggnad.

Generellt kategoriserades vissa livsmedel av kampsportsutövarna som antingen kolhydratrika, proteinrika eller feta. Proteinrika livsmedel sågs som bra eftersom de är hälsosamma och fördelaktiga för att återuppbygga kroppen efter belastande tävlings- och träningspass. Kolhydratsrika livsmedel var också bra men konsumerades främst för att kunna möjliggöra högintensivt fysiskt arbete och förbättrad idrottslig prestation. Livsmedel som betraktades som feta sågs däremot av merparten av idrottarna som förbjuden mat som antingen skulle uteslutas eller begränsas till specifika tillfällen eller perioder. En kvinnlig taekwondospelare, exemplifierade detta genom att ta ost som exempel:

*-Jag äter ju inte mycket ost, helger är ost , då får jag liksom äta ost.*

*-Varför undviker du det?*

*-Det är fett. ja det är ju fett, tyvärr.*

På grund av att ost kategoriserades som fet mat sorterades den också som något som man ska begränsa trots att ost även är proteinrikt och innehåller viktiga näringsämnen.

Andra idrottare, som en kvinnlig taekwondoutövare, gav uttryck för andra medvetna strategier för hur de strukturerade sin vardag för att undvika frestelsen av livsmedel med högt innehåll av fett:

*Om man tittar hemma, jag har ju inget smör, det finns ingen sås, pulversåser eller någonting sånt. Det finns inga pommes frites i frysen.*

### **Kolhydrater bra men källorna förbjudna**

Ytterligare exempel på mat som elitidrottarna kategoriserade som ”dåliga eller förbjudna”, var mindre näringstätta livsmedel med hög halt av renframställda sockerarter som kakor, läsk, godis och glass. En manlig taekwondoutövare uttryckte det som att ”Rent godis och sånt där, känner jag, det är liksom inte bra på nått sätt”. Han beskrev vidare:

*Glass eller godis eller sånt. Sånt det försvinner liksom när det är en vecka före en viktig tävling eller två veckor före en viktig tävling eller så.*

Ett annat exempel på förbjuden mat var vitt bröd, sylt och sockrade frukostflingor, livsmedel som i folkmun ofta klassificeras som ”snabba kolhydrater”. En av de intervjuade idrottarna beskrev följande angående sitt brödval:

*Det skall vara ett grovt bröd i så fall, det är ju långsamt. Att stoppa i sig vitt bröd, det är inte bra. Vitt blir ju snabba kolhydrater. Så det blir inte vitt, för då är det ingen idé.*

Denna form av resonemang var vanligt trots att det är väl känt att idrottares prestation tvärtom gynnas av ”snabba kolhydrater” vid vissa tillfällen. Ytterligare en idrottare, som resonerade på liknande sätt som ovan beskrivits, skiljde på bra och dåliga livsmedel som källa för ”snabba kolhydrater”:

*Torkad frukt, sånt där brukar jag äta ibland, för det är bra natursocker, så det är OK. I stället för att äta exempel en godis så äter jag det där.*

### **Det är inte bra att äta på kvällen**

Förutom att klassificera livsmedel som bra och dåliga så ser vi exempel på fasta uppfattningar om när på dygnet man bör äta. Ett exempel på detta är uppfattningen att måltidsintag efter ett visst klockslag kvällstid kan medföra negativa konsekvenser. En manlig elitidrottare som strävade efter att minska i kroppsvikt och fettväv inför tävlingssäsong uttryckte följande:

*Jag äter frukost och middag äter jag bara, eller frukost och lunch, inte efter klockan sex äter jag. För att, jag vet inte, för att jag hört att det är dåligt att det inte smälts eller något sådant där. Att inte maten smälts så där. Så då försöker jag att inte äta efter klockan sex.*

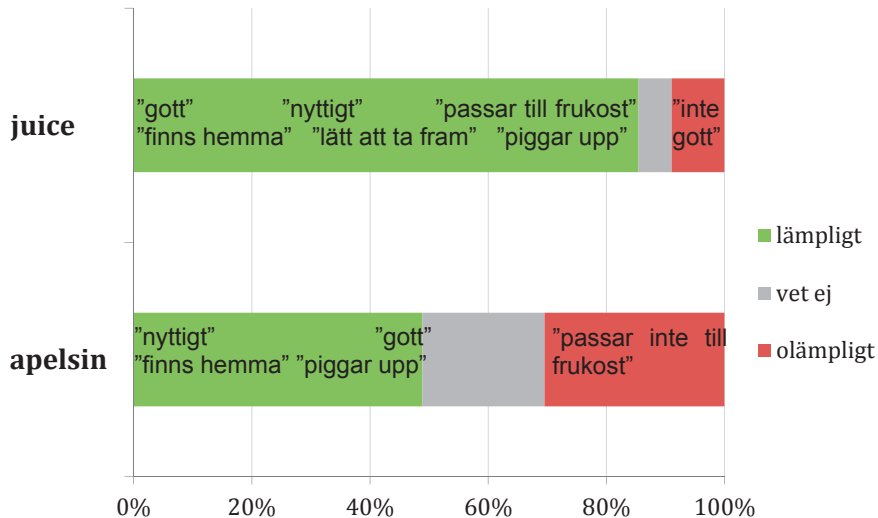
### **Apelsin passar inte till frukost**

Människor kategoriserar livsmedel efter många olika principer och ett livsmedel kan klassificeras olika beroende på vilka klassificeringssystem som konstrueras. Två vanliga sätt att kategorisera mat är dels utefter vilken typ av livsmedel det är, exempelvis frukt, dels baserat på situationer som är förknippade med det specifika livsmedlet exempelvis frukostlivsmedel (Ross & Murphy, 1999). Klassificering av livsmedel för specifika måltider som frukost, lunch och middag verkar vara gemensamt för många människor (Blake, 2008).

Våra enkätdata från femte- och sjundeklassare tyder på att apelsin inte klassas som ett frukostlivsmedel. Ungefär 35% av ungdomarna drack apelsinjuice medan mindre än 5% åt apelsin till frukost. Figur 1 visar att en tredjedel av ung-

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

domarna ansåg att apelsin var olämpligt som frukostlivsmedel, knappt hälften svarade att det var lämpligt och flera var osäkra. Juice ansågs däremot lämpligt av 85%. De flesta som inte ansåg att apelsin var lämpligt angav att det var för att det inte passar till frukost. Det var endast några få som angav att det var krångligt att äta, att det tog tid eller att det inte fanns hemma. Det var inte bara ungdomarna som inte ansåg att apelsin passade lika bra som juice till frukost. Föräldrarnas syn på apelsin och juice som frukostlivsmedel liknade barnens.



Figur 1. Andel barn som tyckte att apelsinjuice respektive apelsin var lämpligt till frukost eller ej samt deras mest betydande skäl för varför de tyckte så

### Frukt blir man pigg av

Även om en betydande del av barnen och deras föräldrar inte ansåg att apelsin var ett lämpligt frukostlivsmedel så klassades frukt som livsmedelsgrupp enstämigt som bra i intervjuer med barn och ungdomar i samma kommun. De flesta ansåg att det var bra för att det innehöll vitaminer, var nyttigt och uppiggande. Några nämnde också att det var gott. Det var vanligt att beskriva frukt som något som man blev pigg av. Det var också en anledning till att man åt tillskott av vitaminer. En kille beskrev det nyttiga med frukt så här:

*Innehåller vitaminer. För att man kan bli, ungefär som nikotin, piggare, kryare och orka mer.*

Denna syn var också något som framkom i enkäterna, då ett av skälen till att apelsin och juice beskrevs som lämpliga frukostlivsmedel var för att de hade en uppiggande effekt.

### **En "riktig middag"**

Data från rollspel och fokusgruppsintervjuer med nioendeklassare visar på liknande sätt att de tenderar att klassificera livsmedel och följa matens grammatik (Douglas, 1972). Douglas menar att mat och måltider, precis som språk, har en viss grammatik eller mönster som följs. Exempelvis att maten kommer i en viss ordning från frukost till kvällsmat, eller hur den skiljer sig mellan helger och vardagar. På samma sätt bör en middagsmåltid vara komponerad på ett visst sätt för att den ska anses vara en riktig middag. Ungdomarnas resone-mang gällande middagens sammansättning visade tydligt på detta. De diskuterar vilka livsmedel som passar ihop med varandra, vilka komponenter som ska ingå för att måltiden ska anses vara komplett och att det inte går att utesluta något, tex kolhydratrika livsmedel som potatis, ris och pasta. Exempelvis upplevde de att något saknas om enbart lax och grönsaker utgör en måltid vilket nedanstående citat belyser:

*-Till lax ska det vara potatis och sås det är inte gott annars, det är så det ska vara.*

*-Det är så man är van att äta mat. Man äter ju inte köttfärssås med sallad man äter ju alltid spagetti, köttfärssås med sallad.*

Det blir tydligt att en middag, enligt ungdomarna, ska följa ett visst mönster och se ut på ett speciellt sätt, att bryta detta mönster verkar otänkbart. Vidare diskuterade ungdomarna vilka olika livsmedel som passar ihop med varandra samt vilka livsmedel som hör hemma i olika maträtter. Då en av ungdomarna kom med förslag om ananas i kycklingsalladen möttes det av skeptiska reaktioner från de andra, då ananas inte ansågs passande i en sallad med grönsaker.

*...nej inte ananas, en frukt bland grönsakerna det går inte.*

### **Balans mellan livsmedel för njutning och nytta**

Ungdomarna balanserar värden för nytta och njutning då de talar om mat. Vissa livsmedel tillskrivs epitetet nyttigt och de äts mest för att kroppen behöver det medan andra livsmedel äts på grund av smak och att de ger njutning. I ungdomarnas diskussioner uppstår ofta en dikotomi mellan det som är nyttigt

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

och det som är gott. Därav är det dock inte säkert att smak prioriteras framför nytta som belyses i citatet nedan.

*Det behöver inte vara gott för att det är nyttigt, det kan smaka rent för jävligt men man kan känna att man behöver äta det ändå.*

I flera av ungdomarnas utsagor framkommer det tydligt att mat tillskrivs olika värden och associationer. Vilken mat man väljer påverkas även av hur man mår och känner sig i stunden men också hur specifik mat kan komma att påverka hur man mår framöver.

*Beror på sinnesstämning, hur man känner sig just då. Om man känner för att ta en hamburgare så gör man det. Ifall man känner att man vill vara frisk av sig så tar man en sallad.*

Ungdomarnas diskussioner visar på att det inte enbart är de själva som klassificerar mat som nyttigt och onyttig. Denna klassificering sker också bland människor i deras omgivning vilket blir tydligt då ungdomarna diskuterar vilka budskap om mat som de får från föräldrar respektive kompisar.

*Föräldrarna säger att vi ska äta nyttigt, inte i överflöd eller frossa medan kompisar säger lev livet, testa det här, det ska vara gott, enkelt och snabbt. Då gör man lite både och.*

För att hantera dessa motsägelsefulla budskap skapar ungdomarna en strategi som innebär någon form av kompromiss där de ibland tänker på att äta nyttigt och ibland äter det som är enkelt och gott. Vilken hållning som intas är till stor del beroende av den sociala kontexten, med föräldrarna äter man det som är nyttigt och med kompisar det som är gott, enkelt och snabbt.

### **Vad har vi för nytta av dessa kunskaper?**

Med kunskap om människors sätt att förenkla vardagen genom en dikotom syn på mat ter det sig inte konstigt att många har lättare att ta till sig budskap om mirakelmat eller förbjuden föda jämfört med mer komplicerade kostbudskap. Vi menar inte med detta att även experter kring kost och måltider ska gå över till en retorik där maten framställs som vit eller svart. Tvärtom behöver kanske ett annat synsätt framhållas. Dock är det viktigt med en medvetenhet om människors sätt att kategorisera livsmedel och situationer förknippade med ätande när kostbudskap formuleras för att främja hälsa, prestation eller naturmiljö. Det gäller såväl vid undervisning och rådgivning som vid bredare informationsinsatser.

Måltider har en viss logik och mönster som är djupt rotade i vår kultur och vårt sätt att tänka kring mat (Douglas, 1972). Därav följer att det är nödvändigt att ta hänsyn till denna matens grammatik som Douglas (1972) uttrycker det, då man ger riktlinjer om kost. Detta för att förändringarna för enskilda personer inte ska bli för dramatiska och avvika från det invanda mönstret.

Marianne Pipping Ekström (Ekström, 1993) har illustrerat vikten av att studera sociologiska aspekter av mat med en triangel där experterna som informerar från toppen av triangeln inte kommer långt med sina kunskaper i nutrition och pedagogik om de inte vet något om individerna i nedre delen av triangeln, det vill säga de människor och hushåll som man försöker nå. Triangelns sidor symboliserar olika perspektiv där nutrition och pedagogik utgör två av sidorna och bildar toppen medan basen utgörs av den sociologiska infallsvinkeln. Marianne Pipping Ekström uttrycker att för henne blev det möjligt att formulera andra forskningsfrågor när hon i tanken vände triangeln upp och ned: ”Experterna som tidigare befanns i den styrande toppen, ser nu ut att balansera ganska vingligt på sin smala spets och gjorde synligt, åtminstone för mig, att näringstänkandet endast utgör en liten del av allt det som bestämmer och påverkar valet av mat och måltidsordning.” (Ekström, 1993, s. 50).

Ett kalejdoskop är en annan metafor som använts för att beskriva att man behöver studera människors val och beslut från många olika perspektiv (Jaeger, Bava, Worch, Dawson, & Marshall, 2011). Enligt denna metafor kan man se olika matval som små färgade föremål i kalejdoskopet som vid varje rotation syns på ett nytt sätt. Många små speglar som vinklats på olika sätt inne i kalejdoskopet gör att nya bilder framträder. Spegelarna kan ses som de faktorer som inverkar på livsmedelsvalet. Viktiga sådana ”speglar”, eller rättare sagt grundläggande faktorer för valet, är vem som gör valet (vilken individ och kultur), vilken mat och dryck det handlar om (vilket livsmedel, kombinationer av livsmedel) och i vilken situation det sker (vid vilken tid/måltid samt i vilken fysisk och social miljö). Detta sätt att tänka kanske kan hjälpa oss då vi formulerar nya forskningsfrågor så att vi får en mer nyanserad och färgrik bild av vad som styr val och vanor beträffande mat och ätande.

Med våra exempel bland ungdomar och elitidrottare vill vi illustrera att en medvetenhet om hur livsmedel kategoriseras och vad som förknippas med vissa situationer kan vara betydelsefullt när man ska förmedla kostbudskap. Om man vill främja konsumtionen av apelsin och andra frukter bör man kanske hellre rikta in sig på mellanmål (Bava, Worch, Dawson, Marshall, & R., 2012) än frukost. Ett annat alternativ är att arbeta för att apelsin ses som en möjlig del av en frukostmåltid.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

I andra fall kanske det tvärtom är angeläget att framhålla att ett livsmedel är fördelaktigt i vissa sammanhang men inte i andra. Huruvida ett livsmedel är fördelaktigt för hälsa eller prestation är ju beroende på både individ och situation. I intervjuerna med elitidrottarna blev det tydligt att de ansåg att ”snabba kolhydrater” var viktigt för att prestera vid träning och tävling samtidigt som källorna till detta var förbjudna. Socker framstår ofta som något som ska begränsas, både i folkmun och i näringsrekommendationer. För de flesta är detta bäst ur hälsosynpunkt men för vissa kan snabba kolhydrater och lättillgänglig energi i form av sockerrika livsmedel vara fördelaktigt. Sportdryck, vitt bröd och godis kan vara lämpliga val för elitidrottaren som ibland behöver snabba kolhydrater för prestation eller återhämtning. Därmed inte sagt att sportdryck är bra för alla vid träning. För en individ med lågt energibehov eller någon som behöver gå ned i vikt är inte sportdryck alltid att rekommendera då det ger ett tillskott av energi som kanske inte är önskvärt. Därför är det viktigt att se till individens behov och önskemål när man ger kostråd samt att inte generalisera för långt genom att tala i termer av bra och dålig mat. För att nå en bredare publik krävs givetvis mer generella kostråd men då behövs en medvetenhet om att den svartvita synen på livsmedel och måltider kan förstärkas om inte kosten som helhet poängteras.

Eftersom de många processer som styr våra val och vanor beträffande mat är så komplexa, och därmed svåra att beforska, är kunskapen om hur man på bästa sätt kan hjälpa andra att lära sig att tycka om, välja och äta på ett nytt sätt begränsad. Det finns dock forskning (Pliner, 2008) som pekar på att vetenskap om hur människor processar information om mat och ätande kan underlätta insatser för förändring av matvanor. Det visar att det ändå finns möjligheter att bättre förstå och påverka egna och andras matvanor.

## Referenser

- Bava, C. M., Worch, T., Dawson, J., Marshall, D. W., & R., J. S. (2012). Characteristics of eating occasions that contains fruit. *British Food Journal*, *114*(10), 1361-1379.
- Berg, M. C., Jonsson, I., Conner, M. T., & Lissner, L. (2002). Relation between breakfast food choices and knowledge of dietary fat and fiber among Swedish schoolchildren. *J Adolesc Health*, *31*(2), 199-207.
- Blake, C. E. (2008). Individual differences in the conceptualization of food across eating contexts. *Food Qual Prefer*, *19*(1), 62-70. doi: 10.1016/j.foodqual.2007.06.009
- Blake, C. E., Bisogni, C. A., Sobal, J., Devine, C. M., & Jastran, M. (2007). Classifying foods in contexts: how adults categorize foods for different eating settings. *Appetite*, *49*(2), 500-510. doi: 10.1016/j.appet.2007.03.009
- Connors, M., Bisogni, C. A., Sobal, J., & Devine, C. M. (2001). Managing values in personal food systems. *Appetite*, *36*(3), 189-200. doi: 10.1006/appe.2001.0400
- Douceraïn, M., & Fellows, L. K. (2012). Eating right: Linking food-related decision-making concepts from neuroscience, psykology, and education. *Mind, Brain and Education*, *6*(4), 206-219.
- Douglas, M. (1972). Deciphering a Meal. *Daedalus*, *101*(1), 61-81.
- Ekström, M. (1993). Den irrationella konsumenten och den svårsmälta maten. *Sociologi*, *23*(1), 47-65.
- Furst, T., Connors, M., Bisogni, C. A., Sobal, J., & Falk, L. W. (1996). Food choice: a conceptual model of the process. *Appetite*, *26*(3), 247-265. doi: 10.1006/appe.1996.0019
- Jaeger, S. R., Bava, C. M., Worch, T., Dawson, J., & Marshall, D. W. (2011). The food choice kaleidoscope. A framework for structured description of product, place and person as sources of variation in food choices. *Appetite*, *56*(2), 412-423. doi: 10.1016/j.appet.2011.01.012
- Jastran, M. M., Bisogni, C. A., Sobal, J., Blake, C., & Devine, C. M. (2009). Eating routines. Embedded, value based, modifiable, and reflective. *Appetite*, *52*(1), 127-136. doi: 10.1016/j.appet.2008.09.003
- Long, D., Perry, C., Unruh, S. A., Lewis, N., & Stanek-Krogstrand, K. (2011). Personal food system of male collegiate football players. A grounded theory investigation. *Journal of Athletic Training*, *46*(6), 688-695.
- Pettersson, S., Ekstrom, M. P., & Berg, C. M. (2013). Practices of weight regulation among elite athletes in combat sports: a matter of mental advantage? *J Athl Train*, *48*(1), 99-108. doi: 10.4085/1062-6050-48.1.04

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Pettersson, S., Pipping Ekstrom, M., & Berg, C. M. (2012). The food and weight combat. A problematic fight for the elite combat sports athlete. *Appetite*, 59(2), 234-242. doi: S0195-6663(12)00163-8 [pii] 10.1016/j.appet.2012.05.007

Pliner, P. (2008). Cognitive schemas: how can we use them to improve children's acceptance of diverse and unfamiliar foods? *Br J Nutr*, 99 Suppl 1, S2-6. doi: 10.1017/S0007114508892446

Ross, B. H., & Murphy, G. L. (1999). Food for thought: cross-classification and category organization in a complex real-world domain. *Cogn Psychol*, 38(4), 495-553. doi: 10.1006/cogp.1998.0712

Smart, L. R., & Bisogni, C. A. (2001). Personal food systems of male college hockey players. *Appetite*, 37(1), 57-70. doi: 10.1006/appe.2001.0408

Sobal, J., & Bisogni, C. A. (2009). Constructing food choice decisions. *Ann Behav Med*, 38 Suppl 1, S37-46. doi: 10.1007/s12160-009-9124-5

Sobal, J., Bisogni, C. A., Devine, C. M., & Jastran, M. (2006). A conceptual model of the food choice process over the life course. In R. Shepherd & M. Raats (Eds.), *The psychology of food choice*. Wallingford, UK ; Cambridge, MA: CABI Pub., in association with the Nutrition Society.

Wansink, B., & Sobal, J. (2007). Mindless eating - The 200 daily food decisions we overlook. *Environment and Behavior*, 39(1), 106-123. doi: Doi 10.1177/0013916506295573

## Challenges in assessing dietary intake of children and adolescents

*Christel Larsson*<sup>1</sup>

To accurately assess dietary intake of people in general and young people in particular is challenging. Conventional assessment methods, such as food records, 24 h recalls and diet history interviews, are very time consuming and laborious, thus often resulting in high dropouts, low validity and high assessment costs (Allison, 2009). Each method has its strengths and weaknesses. The retrospective methods, i.e. frequency questionnaire, 24-hour recall and dietary history interviews, are less demanding for the participants but are dependent on their ability to adequately recall what foods have been eaten and in what quantities. The prospective dietary methods on the other hand enable assessment of present intakes, but may affect the actual dietary intake during assessment periods. These are also quite demanding for the participants.

The aim of the present paper is to address challenges in assessing dietary intake of children and adolescents. Furthermore, the aim is to share some experiences of challenges and scientific results obtained when assessing dietary intake of specific groups of Swedish children and adolescents.

### **What characteristics may impact reports of dietary intake among children and adolescents?**

Due to high subject burden when assessing dietary intake it is not only hard to recruit young people to participate, but also to make them carry out and complete an accurate dietary report. A common result of most dietary surveys, regardless method, is that the accuracy of reported dietary intake is inadequate, for instance a lower energy intake than the actual energy expenditure is reported, either due to underreporting or under-eating (Magarey, 2010). In a review by Livingstone et al it appears that the available methods for assessing dietary intakes of children are able, at best, to provide unbiased estimates of energy intake only at the group level, while the food intake data of most adolescents are particularly prone to reporting error at both the group and individual level (Livingstone, Robson & Wallace, 2004). Thus, measuring

---

<sup>1</sup> Christel Larsson, Professor, Department of Food and Nutrition, and Sport Science, University of Gothenburg, Sweden.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

dietary intake of the young population is of great challenge in nutritional research. Studies of dietary intake of children and adolescents face a number of unique respondent and observer considerations at different stages from early childhood to late adolescence. Despite this, dietary intakes have often been reported as valid and the interpretation of links between intake and health has been based on the assumption of validity. However validation studies of energy intake data have led to the recognition that part of dietary data on children and adolescents is subject to reporting error, mostly through under-reporting (Lioret, 2011). The reporting error is influenced by several factors and does not occur systematically across different age groups.

Characteristics connected with obtaining dietary information from children and adolescents that may differ from adults, are their rapid change in eating habits due to growth (Allison, 2009). Also their unstructured eating habits, for example frequent snacking and skipping of meals, add to the burden of assessing dietary intakes. Furthermore, many young people today eat quite often away from home, for example at a day care center, a school or at the home of friends, which makes the reporting of dietary intake more challenging.

The age at which children's cognitive skills are sufficiently developed to report dietary intake is not well established, and studies have shown that the ability of children to estimate portion sizes is age-dependent (Livingstone et al, 2004). With age the ability to report dietary intake is increased. For young children the collection of dietary intake information is dependent on adults with good knowledge of the child's intake, which is more difficult if a lot of food is eaten outside home. The need for adult assistance depend on the child's ability to conceptualize time frame and averaging intakes, but also the child's experience and knowledge of foods and food preparation. The assumption that parents are good surrogate reporters of their children's food intake does not always correspond in practice, and this must be regarded as a limiting factor. The parent's knowledge and awareness of the child's food intake at home depend on several aspects. For examples; *Are the parent eating together with the child?* and *Have both parents similar knowledge about the child's food intake?* This might not be the case in these days when quite often both parents work full time and take turns being with the child, or when parents live separately. Thus, obtaining information from adults may introduce other errors that may affect the accuracy of reported dietary intake. Generally adults reporting their young children's intake are likely to be affected by social desirability biases reflecting the desire to report that their child consume a healthy diet.

When the child has reached an age of being able to report dietary intake, they often find it tedious, difficult and too time consuming, which may lead to uncompleted reports or large number of drop outs. For older children and adolescents highly engaged in different activities outside home, the collection of dietary intake may be even more challenging. In general, older children and adolescents have more unstructured eating patterns than young children and adults. Thus, consideration to support documentation or reporting of dietary intake needs to be considered.

A very important issue is the child's or adolescent's desire to participate in the dietary assessment, which is essential and may vary largely between individuals. The motivation is in general decreased with age, which in the end may result in a higher underreporting. Some studies report no gender difference. However, a higher prevalence of restrained eating among girls has been seen which in some studies has resulted in a higher degree of underreporting. Furthermore, similar to adults underestimation of dietary intake among children and adolescents is associated with characteristics as overweight and obesity. The challenges may also differ between individuals and cultures depending on different characteristics. Groups of people for which it may be extra challenging to assess dietary intake are those eating differently than the traditional Swedish omnivorous food, e.g. vegans or those having another food culture due to intake of different foods, products and dishes.

### **How well can we capture dietary intake for overweight and obese children's or for adolescents eating vegan food?**

In a Swedish study 85 overweight and obese 10-y olds reported their energy intake with help from a parent in a diet history interview (Waling & Larsson, 2009). The reported energy intake was compared with total energy expenditure, measured by a multi sensor armband for all children as well as doubly-labelled water method in a sub-group (n=21). The results showed that on the group level, reported energy intake was underestimated by 14% when validated against both the armband and doubly-labelled water method (Figure 1). Underestimation did not differ between boys and girls. However, the energy intake of obese children was underestimated by 22%, which was twice as much as for the overweight children. It was shown that the energy intake was underestimated to a higher extent among the children with higher BMI as well as higher age when using a diet history method.

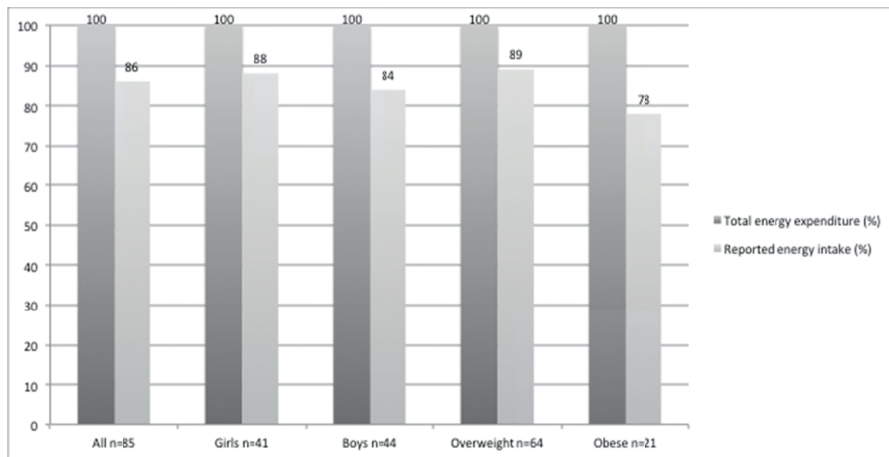


Figure 1. Validation of reported energy intakes in a diet history interview among Swedish overweight and obese children against total energy expenditure registered (metabolism) with SenseWear Armband. The objectively measured energy metabolism is considered as the reference level and is therefore set to 100%.

Another challenge to take into account is if the child or adolescent eat another type of diet than the conventional one because of for example another ethnic background or because of religious or ethical reasons. In Sweden it was quite popular among adolescents to eat vegan food in the mid 90ies and the type of diet eaten introduced new challenges when assessing dietary intake among the young participants. In a study where vegan and omnivore adolescents participated in a diet history interview, the reported energy intake was validated by using doubly labeled water method (Larsson, Westerterp & Johansson, 2002). An advantage with the vegan adolescent was that some of them were more engaged in their dietary intake than the omnivores since they had to prepare and sometimes also buy their own vegan food when living in an omnivore family. However, new challenges to address when assessing the dietary intake of the vegans was that a majority of the food dishes differed from the traditional food culture and were not to be found in the national food database. Thus, nutrient content of over 300 new foods and recipes had to be calculated and entered into the food database. The result shows that the adolescent's energy intake was underestimated by 14% when using a diet history interview method (Figure 2). However, the degree of underestimation was not signifi-

cantly different between vegans and omnivores after having dealt with the challenge to enter nutrient content of alternative foods and recipes.

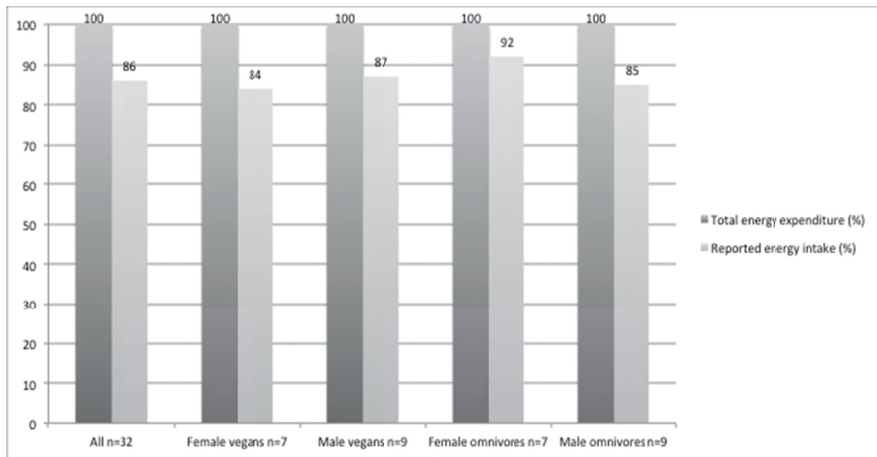


Figure 2. Validation of reported energy intakes in a diet history interview among Swedish vegans and omnivores against total energy expenditure (metabolism) measured by doubly labeled water method. The objectively measured energy metabolism is considered as the reference level and is therefore set to 100%.

### What about using new technology, such as digital cameras or smartphones?

In recent years, methods based on information and communications technology, including computer programs, personal digital assistant, digital cameras and mobile phones have developed, preferably in the U.S. and Japan (Illner, Freisling, Boeing, Hubrechts, Crispim, & Slimani, 2012). Young people often have an interest and are easy to learn to use new technology products. It has for example been shown that there is a preference among 11-15 year olds using a method based on new technology to keep food diaries compared with a conventional "pencil and paper" diary (Boushey, Kerr, Wright, Lutes, Ebert & Deip, 2009). Using new technology in dietary assessment are of great interest to improve the speed and accuracy as well as to reduce the cost of collecting and analyzing dietary intake data during large scale studies. However, it is still unclear if using new technology may avoid or minimize biased reporting of dietary intake of children and adolescents. The new methods are hopefully perceived as more fun and user-friendly alternative to the conventional methods, which may improve implementation of studies and thus the quality



of collected data. A hypothesis is that by further development of conventional methods into refined dietary assessment method the willingness to participate in dietary surveys and the accuracy of reported food intake will increase. These methods seem promising but need to be developed for Swedish conditions and validated when used by Swedish children and adolescents.

Young people can easily adopt the use of a digital camera to photograph foods, which may be a way to make the recording of dietary intake easier and more attractive for children. Furthermore, it may also facilitate documentation of what and how much is being consumed for example at home, in school and at friends. To photograph foods with a digital camera can either be used as a memory aid or to quantify portion sizes. The estimated weights of the food items consumed may be obtained by viewing the photographs alongside previously prepared standard photographs of food portions with known weights. However, even though photos may be easy for children and adolescents to take, portion size estimates from photographs are a challenge, and standardization across individuals may be difficult. So far only few studies have used digital cameras to make it more feasible for children to report food intake. One study showed that a food record based on photographs solely gave a similar estimate of energy intake to that from a conventional food record with pen and paper, but the participants found the photographic method quicker and easier to use (Higgins, LaSalle, Zhaoxing, Kasten, Bing, Ridzon & Witten, 2009). However, a combination of the detailed pen and paper food record and the more convenient photographic method may be benefited.

In a Swedish study among overweight and obese children their ability to report energy intake by using digital camera as an aid in food records compared with objectively measured total energy expenditure with a multi sensor armband was evaluated (Svensson, Waling, Bäcklund & Larsson, 2012). Seventy-three overweight or obese children, aged 8-12 years at inclusion, kept food record aided by digital camera for 16 days in total, on 7 occasions during a 2 year period. The children were equipped with a digital camera, a measuring tape, a paper food diary and a booklet with pictures of common foods of different portion sizes and known weights. The number of included assessment days was 583 in total, and the children photographed 65% of all foods reported. The underestimation ranged from 23-32 % and mixed model analysis showed no significant differences in reporting accuracy between the 7 assessment occasions (Figure 3). Even though the digital camera as an aid in food records showed good reproducibility over a 2-year period the children underestimated their energy intake significantly by 26%. Variables negatively associated with reporting accuracy relative to total energy expenditure were increased age and

BMI z-score. Furthermore, reporting accuracy relative to total energy expenditure was lower for girls than boys and for weekdays compared with weekends.

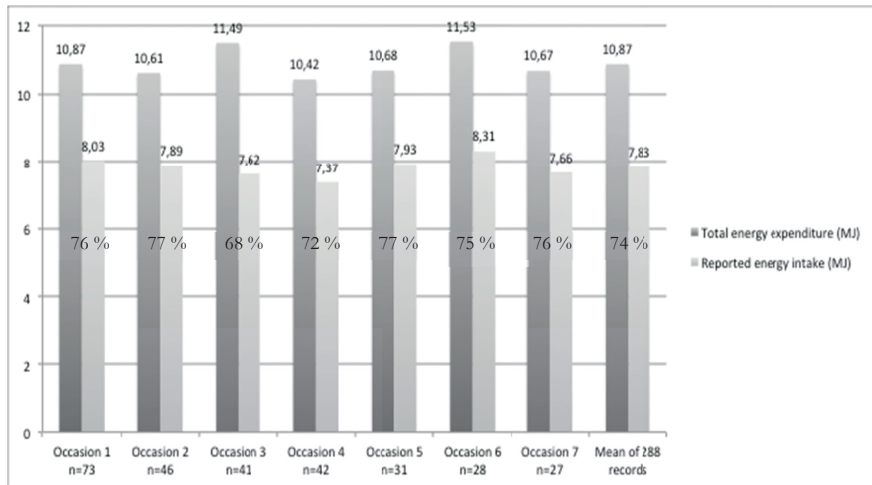


Figure 3. Validation of reported energy intake from estimated food records aided by digital camera in overweight and obese children against total energy expenditure registered with SenseWear Armband on 7 occasions during 2 years.

Using a Smartphone with camera to collect dietary information from children and adolescents may improve cooperation and accuracy. An advantage with using this technology is that many young people of today have a smartphone of their own and bring it regularly with them. In Sweden for example, 65% of adolescents 15-24 years old own a smartphone and over 85% of those have access to Internet in 2012. However, it is important to be aware of that sub-groups of children and adolescents for example those in low socio economic areas have less access to smartphones and those need to be equipped to be able to be reached. Furthermore, those children and adolescents with language barriers or low literacy also may not be reached with smartphone technique.

Limited number of applications for smartphones that are using information from the Swedish national food database to calculate energy and nutritional intake are currently available. Recently a new Swedish smartphone application has been developed to encourage young people to participate in dietary surveys, to reduce the burden of dietary assessments and to improve the validity of reported food and nutritional intake. The application comprises a search feature so that foods can be found by entering partial food names. It also contains a nutrient database developed by the National Food Agency.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Furthermore it comprises pictures on foods of known weights and has a feature to take digital images of foods eaten as a memory aid. In the end of a registered day feedback regarding food intake is given to the user. The smartphone application has been used by 15 year olds and is presently being validated and evaluated both quantitatively and qualitatively.

It is important to remember that the new technique will not solve all problems. Smartphone, and digital camera food records all share similar limitations as for pen and paper food records as subjects are requested to document intake at every eating occasion (Illner et al, 2012). Therefore it is important that the new methods being developed are validated and evaluated regarding its user-friendliness among children and adolescents.

### Conclusion

Despite the many challenges and difficulties associated with assessing dietary intake of children's and adolescents continuation of assessment is of great importance for nutritional research on links between diet and health. Further progress has to be made in understanding the variables associated with misreporting in these age groups and to develop new or refine conventional assessment methods to find a better balance between the high subject burden on one hand and the high administrative and analysis cost on the other hand. The conventional dietary assessment methods need to be further developed and there is a great need for improved dietary assessment methods that are both valid and user-friendly.

### References

- Allison, D. Baskin, M. (Ed.). (2009). *Handbook of assessment methods for eating behaviors and weight-related problems: measures, theory and research – 2<sup>nd</sup> ed.* Los Angeles: SAGE Publication, Inc.
- Boushey, CJ., Kerr, DA., Wright, J., Lutes, KD., Ebert, DS. & Deip, EJ. (2009). Use of technology in children's dietary assessment. *European Journal of Clinical Nutrition*, 63(Suppl 1), 50-7.
- Higgins, JA., LaSalle, AL., Zhaoxing, P., Kasten, MY., Bing, KN., Ridzon, SE. & Witten, TL. (2009). Validation of photographic food records in children: are pictures really worth a thousand words? *European Journal of Clinical Nutrition*, 63, 1025-33.
- Illner, AK., Freisling, H., Boeing, H., Hubrechts, I., Crispim, SP., & Slimani, N. (2012). Review and evaluation of innovative technologies for measuring diet in nutritional epidemiology. *International Journal of Epidemiology*, 41, 1187-1203.

## Larsson Challenges in assessing dietary intake

Larsson, C., Westerterp, K. & Johansson, G. (2002). Validity of reported energy expenditure and energy and protein intakes of Swedish vegan and omnivore adolescents. *American Journal of Clinical Nutrition*, 75, 268-74.

Livingstone, MBE., Robson, PJ., & Wallace, JMW. (2004). Issues in dietary intake assessment of children and adolescents. *British Journal of Nutrition*, 92(Suppl. 2), 213-22.

Magarey, A., Watson, J., Golley, RK., Burrows, T. Sutherland, R. McNaughton, S. et al. (2011). Assessing dietary intake in children and adolescents: Considerations and recommendations for obesity research. *International Journal of Pediatric Obesity*, 6(1), 2-11.

Svensson, Å., Waling, M., Bäcklund, C. & Larsson, C. (2012). Overweight and obese children's ability to report energy intake using digital camera food records during a 2-year study *Journal of Nutrition and Metabolism*, Epub doi:10.1155/2012/247389.

Waling, M. & Larsson, C. (2009). Energy intake of Swedish overweight and obese children is under-estimated in a diet history interview. *Journal of Nutrition*, 139, 522-7.



## Matintervjuns metoder - Att fråga om livsmedel, maträtter och måltider

*Richard Tellström<sup>1 2</sup>*

Matens mening för människan är mångfacetterad. Den är en bekräftelse på vem vi är, varifrån vi kommer, men också ett uttryck för vägval vi gjort i livet. När forskare gör intervjuer och frågar en informant om vad och varför den äter som den gör, så handlar frågorna också om vad informanten står för, vem den gillar och vad för gemenskaper den är en del av, eller kanske vill bli en del av.

Denna litteraturöversikt undersöker om intervjuer om livsmedel, maträtter och matlagning men också människors måltider skiljer sig från intervjuer om andra ämnen, och om det finns sätt att utforma en mer framgångsrik mat- och måltidsintervju.

### **Bakgrund - Olika kännetecken på en mat- och måltidsintervju**

Svaren i en matintervju kan bero på olika saker. En informant kan resonera utifrån sina olika identiteter, sin upplevda samhällsstatus, kön, religion eller någon annan kulturell värdering som den har. Ett svar i en matintervju kan stå för vad informanten minns eller har valt att minnas, det kan också vara det svar om hur man vill bli bedömd av sin omgivning och den gemenskap som man ser sig som en del av. Ibland vill informanter uttrycka hur de vill att maten och måltiden ska vara, snarare än hur det är (Bahr Bugge & Almås, 2006). I sin avhandling, bl.a. baserad på matintervjuer, understryker Ekström (1990:21) att "den erfarenhet jag gjorde var att många människor, kanske de allra flesta, anser sina matvanor som en högst privat angelägenhet, som man inte gärna lämnar ut och torgför hur som helst".

I en undersökning där uppföljningsintervjuer efter matinköp jämfördes med inköpets verkliga köpkvitton visade Frostling-Henningsson, Hedbom, & Thuresson (2010) att informanter inte sällan uppger en intention med sina

---

<sup>1</sup> Richard Tellström, docent och lektor, Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet.

<sup>2</sup> Kapitlet är granskat av extern referee.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

matinköp, som går på tvärs emot det verkliga skälet. Intervjupersonerna sa, exempelvis, att de valde ekologiska livsmedel, men vid kvittouppföljningen var det få som verkligen gjorde så. Det kunde räcka för dem, att handla ekologisk mjölk någon enstaka gång för att de skulle kalla sig själva för ekologiska konsumenter. När informanterna konfronterades med paradoxen sa de att eko-varorna var för dyra, men att de gärna skulle handlat dem annars. Det är känt, att när deltagare i koststudier fyller i kostdagböcker eller svarar på frågor i 24-timmarstudier (24-hour-recall) så varierar minnesbilderna. De intervjuade har en tendens att glömma en del av vad de ätit och de underskattar sitt matintag (Wirfält & Andersson, 2013). De ger också svar som de uppfattar att forskaren vill höra. Parinder (2012) uppmärksammade att hennes informanter blandade samman sina egna matval med det som de såg som en idealbild av matvanor. Minnesluckor och tendensen att ge socialt acceptabla svar finns förstås i många andra typer av intervjuundersökningar, oavsett ämnesområde, men hur är de i matintervjun?

### Litteraturoversiktens material och metodkritik av denna studie

Denna översikt går igenom 927 artiklar, uppsatser och bokkapitel som använt och/eller diskuterat metoden intervju i syfte att få reda på hur människor väljer livsmedel, tillagar maträtter och äter måltider. Materialet är framsökt i databaser med hjälp av sökorden *intervju + mat, måltid* eller *livsmedel*, antingen på svenska eller engelska beroende på databasens språk. Intervjumetodböcker på akademisk grundnivå har också undersökts. Studiens material är endast de relativt korta metodkritiska avsnitten som kunnat identifieras i de undersökta texterna (Tabell 1). I databasen Food Science and Technology Abstracts (FSTA) har de 200 första träffarna granskats, så också i Leisure Tourism Database. I Digitala vetenskapliga arkivet (Diva) har 290 uppsatser, artiklar och avhandlingar undersökts och i databasen Uppsatser.se har 25 studentuppsatser på grundnivå studerats. I sökmotorn Google Scholar har de 200 första träffarna granskats. Tolv metodböcker på akademisk grundnivå har också undersökts. Tidsperioden för studien är slumpmässigt vald och omfattar tiden från 1990 fram till mars 2014.

Tabell 1. Det undersökta materialet för litteraturoversikten

Databas eller sökområde	Träffar
Food Science and Technology Abstracts (FSTA)	200 första (totalt 884 träffar)
Leisure Tourism Database	200 första (totalt 676)
Databasen Digitala vetenskapliga arkivet (Diva)	290 (alla)
Databasen Uppsatser.se	25 (alla)
Sökmotorn Google Scholar	200 första (totalt 135 000)
Urval av akademiska grundmetodböcker	12
Totalt	927 undersökta träffar

De undersökta texterna är skapade inom skiftande ämnesdiscipliner. De kommer från vetenskaper som företagsekonomi, vidare över till olika antropologiska ämnen och naturvetenskapliga discipliner som arbetar med kvalitativa metoder och material t.ex. nutritions- och kostforskning. I och med att metodkritiken hämtas från så olika ämnen kan den inte ses som enhetlig utan den metodförståelse som lyfts fram i materialet kan i vissa fall säkert mer förklaras av ämnestraditioner än ett ointresse för att diskutera vad intervjumetoden ger, även om förstås all god vetenskap ska vila på en vederhäftig metodkritik. Att gå igenom 927 texter kan verka som en mycket stor arbetsinsats men fokus i artikelgenomgången har varit på de metodkritiska avsnitten. De är sällan längre än ett par meningar långa. Det vanligaste är att forskarna inte gör någon värdering alls om intervjun som sådan var en bra metod för att ta reda på något om människor matvanor och matval. Det är inte ovanligt att ge full trovärdighet till metoden.

Arbetsupplägget har gått ut på att identifiera textförfattarnas metodkritik, kopiera de avsnitten och klistra in dem i ett arbetsdokument tillsammans med sin referens. Utvalda avsnitt har varit sådana där författaren värderat om själva



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

frågandet om ämnet mat- och måltid i sig påverkar hur informanter väljer att svara. Den metodkritik som hittats i böcker och andra analoga medier har antecknats i ett arbetsdokument och sedan infogats i arbetsmaterialet. Därefter har materialet analyserats utifrån metodkritiska kategorier t.ex. där intervjuerna avvikit från det förväntade och slutligen syntetiserats utifrån att finna mönster i matintervjuer som kan snedvrída en forskningsansats.

### **Mat och måltid som ett intervjuämne i förändring**

En framträdande egenskap hos samtidsmänniskan är arbetet med den egna identiteten och hur den kan både byggas på och förändras (jmf Featherstone, 2007). Värderingar är inte längre lika fasta som tidigare utan i högre grad förhandlingsbara (Lavoie & Chamlee-Wright, 2000). Individerna förväntas återkommande göra ett "statement" om sig själv och vad hon står för. Matvanor och måltidsformer intar här en mycket viktig roll som identitetsmarkörer, och mat måste därför definieras mycket vidare än som energi och näring för kroppsorganismen. En informant som tillfrågas om vad han eller hon äter kan inta olika svars perspektiv beroende på om det handlar om livsmedelsinköp, matlagning eller där maträtter kombineras med dryck till en måltid. Risken för mätfel är därför betydande i matintervjuer om man inte tydliggör vilken aspekt av mat forskaren undersöker. Måltiden får också olika betydelser och värde av exempelvis hur lång tid den tagit att äta, med vem den intogs och vad det blev för rester och disk av den. I sin frågekonstruktion om mat och måltider valde Frostling-Henningsson, Hedbom, & Thuresson (2010) att också involvera inköpet, matlagningen, dukning, diskning och annat efterarbete i samtalet om maten och måltiden.

Jämfört med människor tidigare i historien rör sig samtidsmänniskan mellan flera olika sociala sammanhang och har fler identifikationsmöjligheter än vad tidigare generationer haft (Lindqvist, 2013). Intervjufrågor om livsmedel, mat eller måltider blir därför i vår samtid i högre grad en specifik fråga som involverar identitet. Den kan kopplas till både den mat man äter och den som man tar avstånd från. Individer rör sig snabbt, inte minst med digitala tekniker, mellan olika sociala miljöer, och man värderar maträtter och matsäkerhet med hjälp av kontakter på olika sociala medier (Montelius & Giritli Nygren, 2014). Bakgrunden till ett intervju svar kan därför vara hämtat från olika arenor och sammanhang, beroende på vilka livsmedel, vilken maträtt eller måltidsform som informanten ombeds tala om. För att nå bakom en informants första och spontana svar kan intervjuer om matens och måltidens idéer behöva ta längre tid än de gjorde förr samtidigt som forskaren måste vara mer observant på att

det första svarets innehåll inte nödvändigtvis är lika förankrat i informanten själv som det svar är som kommer vid en senare frågefördjupning.

### **Livshistorieintervjuer med matlagning, shop-along och videofilmning**

Ett sätt att få informanter att berätta om sitt förhållningssätt till mat och ätande i olika livsfaser är att använda livshistorieintervjuer, eller livsloppsintervjuer. Med dessa tekniker kan både ”matminnen och brytpunkter” i den intervjuades egen livshistoria uppmärksammas (Brembeck et al, 2010:33). Sådana djupintervjuer, med öppna intervjufrågor där informanten kan tala fritt och intervjuaren ställa följdfrågor, i kombination med lång intervjutid och kanske också uppföljande intervjuer, kan kombineras med ”shop along”, ”go along” eller ”walk along”. Dessa metoder innebär att intervjuaren följer med intervjupersonen vid butiksinköpet (Frostling-Henningson, Hedbom & Thuresson, 2010; Anving, 2012) och där samtalar om de produkter som väljs, antingen direkt i butiken eller efteråt. Metoden ger möjlighet för den intervjuade att mycket konkret resonera utifrån en vald eller bortvald produkt. Här finns en påverkansrisk genom att informanten väljer de varor som den antar vara det moraliskt riktiga eller som antas ge högst anseende. Metoden shop-along kan kombineras med matlagning, t.ex. videofilmade matlagningsobservationer (Meah & Watson, 2011) men också med ”participant interviewing” (ungefär deltagande intervju) där forskaren är med när måltider bereds och äts (Holmberg 1996:130, 210). Metodens styrka är att intervjun äger rum i samma kontext som den studerar. Den konkreta matlagningsituationen som metod kan väcka bortglömda matminnen och relationer till liv, men den kan också vara ett tillfälle att uttrycka hur man blir inspirerad av matlagningsprogram i TV eller hur man lärt sig att laga mat genom livet (Meah & Watson, 2011).

Livshistorieintervjuer om livsmedel, matlagning och måltider kan ge en mer sammansatt bild av hur en individ förhåller sig till sitt omgivande samhälle (Meah & Watson, 2011). Individens förhandlingar med den kulturella och sociala gemenskap som hon ser sig som en del av kan då bli synlig. Till skillnad från fokusgrupper, som söker många perspektiv på en kollektiv kulturell nivå, kan livshistorieintervjuerna ge en mer sammansatt bild av hur en individ förhåller sig till samhällets och sin kulturs syn på livsmedel, mat och måltider.

### **Intervju med matdagbok och fotografering som stöd**

Metoder för kostundersökningar kan delas in i prospektiva, retrospektiva eller kostvanemetoder. Det som skiljer dessa metoder åt är att de studerar en histo-

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

risk period eller en framtid, och i metoden kan antingen forskaren eller informanten sköta dokumentationen. Intervjuaren kan t.ex. ta reda på vad studiepersonen ätit eller låta denna själv fylla i uppgifter om sitt ätande (Johansson, 2001). Perioderna som registreras kan variera, från 3-7 dagar, 24-timmars kostintervjuer eller kosthistoria t.ex. Dietary History (Becker et al., 1994). I denna senare metod brukar man inte ställa frågor om vad som äts vid speciella klockslag utan i stället formulera frågor om vad som är vanligast under en dag eller mest frekvent (Usual Intake) t.ex vad man brukar äta till frukost eller när man äter lunch på jobbet eller kvällsmat med familjen (Johansson, 2001).

Matdagböcker är en metod där informanten själv ska registrera sitt ätande. Den underlättar för minnet vid en efterföljande intervju. Fotografering av måltider kan vara ett enklare sätt att dokumentera t.ex. när ungdomar ska berätta om sina matvanor under en vecka (Parinder, 2012), inte minst idag då de flesta har en kamera i sin smarta telefon. I en studie om äldres matvanor fick informanterna som stöd för en kommande intervju fylla i en matdagbok under en veckas tid, men också bifoga inköpskvitton för veckan och bl.a. fotografera sin livsmedelsförvaring, matlagning, måltider och sopsortering med en engångskamera (Brembeck et al., 2010). Att låta informanten själv fotografera hjälper forskaren att studera miljöer som är svåråtkomliga av något skäl t.ex. ett julaftonsfirande i en familj. I en studie bland immigranter i Stockholm fick deltagarna engångskameror med uppmaningen att ta typiska bilder av sitt julaftonsfirande (Petterson & Ulfstrand, 2003). Sådana bilder kan sedan användas i uppföljande intervjuer men också som underlag för analys (t.ex. Brembeck et al., 2010). I utvärderingen av sin studie menar Brembeck et al. att ”fotografierna visade sig vara ovärderliga för att lyfta fram aspekter som inte explicit uttrycktes i ord” (2010:35).

Studier där en informant själv ska fylla i vad den äter kan ha en snedvridning då informanten inte fyller i allt den äter. Det kan vara för att man helt enkelt glömt bort vad man ätit. Inte sällan tar informanten också bort mellanmål och småätande eller ändrar tillfälligt sitt ätande under de dygn man studerar för att matintaget/ätandet ska framstå som bättre inför forskaren (Johansson, 2001).

### **Intervju med stimulibilder eller stimuliprodukter**

Stimulimaterial, som bilder och produkter, kan stimulera intervjupersonen att både svara och minnas och därmed öka responsen i en intervjuundersökning (Wibeck, 2000). Bilder kan både hjälpa till att uttrycka vad man känner och att associera (Kniazeva, 2005). De kan ge aha-upplevelser och lyfta fram sådant man inte tänkt på. I en shop-along-studie (Frostling-Henningsson, Hedbom, &

Thuresson, Ludvig, 2010) fick intervjupersonerna i efterhand kommentera fotografier på livsmedel, maträtter och måltider som symboliska projektioner utifrån ZMET-metoden (Zaltman Metaphor Elicitation Technique). Den metoden innebär att intervjupersoner får titta på utvalda bilder och associera. Bland de bilder som man fick titta på var det dels livsmedelsbilder som grönsaker, dels maträtts- och måltidsbilder som sushi. Intervjupersonernas utsagor gick då både i linje med vad intervjuvärdens hade visat men visade också på paradoxala skillnader (Frostling-Henningsson, 2010).

Stimuliprodukter kan vara modeller av mat men också olika slags livsmedelsförpackningar. I en studie om reklamskapares arbete med att göra matvarumärken som signalerar regionalitet och naturkänslor fick de intervjuade titta och ta på tio olika matförpackningar som marknadsfördes med hjälp av natur och regionala attribut (Tellström, Mossberg & Gustafsson, 2006). De fick också berätta vad de kände inför produkterna och hur man kan skapa varumärken som ska förstärka livsmedlets upplevda äkthetsvärde.

### **Intervju med uppföljning**

I en studie om föreställningar om mat och ätande gjordes materialinsamlingen i två intervjusteg, först med hjälp av en frågeguide och därefter en uppföljande intervju med hjälp av en fotoeliciteringsmetod som innebär att informanten får titta på olika bilder av en måltid och utifrån dessa görs ett intervjusamtal (Stjerna, 2007). Bilderna förstärker matens visuella aspekter och visar på ”ett samspel mellan bild, betraktare och socialt sammanhang” (Stjerna, 2007:71). I en studie om attityder till mat och måltider följde forskarna upp vad informanterna sagt i första intervjun. Uppföljningsintervjuerna gjordes uppemot 1,5 år efter den första intervjun (Frostling-Henningsson, Hedbom & Thuresson, 2010) och då ställdes frågor om sådant som informanten hade uttryckt sig vilja förändra hos sig själv. Uppföljningsintervjuer kan också handla om huruvida det som rapporteras i en matdagbok varit typiskt för den vecka som rapporteras eller om den avvek på något sätt från det normala (Brembeck et. al 2010). I uppföljningen kan forskaren också ställa frågor om de dokumentationsbilder på mat och måltider som informanten tagit (Ibid.).

### **Tidpunkten för intervjun avgör hur mycket mat man minns**

Matintervjuer görs antingen mellan två måltider eller under en måltid. På så sätt kan intervjusituationen växla mellan en reflektion om något historiskt, samtida eller framtida. En intervju om vardagsmat kan ha olika betydelser beroende på

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

i vilken tid den genomförs, då matvanor och måltider varierar över veckan men även över säsong och i relation till årstidens varuutbud i butikerna (Kjærnes, 2001). Frågor om frukosten ställs i allmänhet efter att man ätit den medan frågor om middag och kvällsmåltid är en måltid som informanten ofta har framför sig, eller så kan den vara något man minns från igår. Frågor om fest- och traditionsmat är i hög grad kopplat till minne och årsfesternas mat kan ha intagits flera månader eller nästan ett år tidigare. Begravnings- och bröllopsfester kan vara ännu längre tillbaka i tiden. Betydelsen av ätandet av traditionell mat kan underskattas om intervjun genomförs utanför den säsong när det är vanligt att den traditionella maten äts. Intervjufrågor om konsumtionen av jagat kött i etniska ursprungsbefolkningar påverkades om intervjuerna gjordes direkt efter en jaktsäsong i jämförelse med den tidpunkt på året när jagat kött var mer sällsynt i kosten (Receveur, Boulay & Kuhnlein, 1997). Tidsavståndet påverkar därför svaren på olika sätt. För att minska risken för att informanterna glömmet bort vad de ätit kan en intervju ta utgångspunkten i gårdagens ätande (Ibid.). Förutom att fråga vad man ätit kan man ställa frågor om man åt tillsammans med någon, hur man ser på måltider som sådana men också om det finns könsskillnader i hur män och kvinnor ser på livsmedel, mat och måltider (Roos, Prättälä & Koski, 2001). Sådana här sidofrågor kan förstärka minnet av den mat och de måltider som ska studeras.

I en studie om restauranggästers lunchval genomfördes en intervjustudie när de lämnade en restaurang som de just hade ätit lunch på (Westman & Skans, 2001). De svar som informanterna gav om luncher i allmänhet påverkades sannolikt i hög grad av den lunchmåltid de precis hade ätit samtidigt som intervjuens svar på mer allmänna frågor om mat och måltid också var relaterade till den nyss ätna lunchen (Ibid.).

### **Intervjorummet öppnar för matsamtalet**

En intervju med en kopp kaffe och en bulle skapar en rumslig inramning av igenkännande och valet av mat och dryck i en intervjusituation kan stimulera samtalet. Att göra intervjuer vid köksbordet markerar det vardagliga i ätandet, men också att intervjun görs där maten äts (Ekström, 1990; Anving, 2012). Men möjligheten att komma hemifrån en stund och att få göra intervjun på ett café kan också uppskattas av en informant (Anving, 2012). Delandet av en måltid eller att åtminstone dricka en kopp kaffe visar också att forskaren har ett intresse för informanten, särskilt om intervjun genomförs när informanten har sin lunch- eller kaffepaus (Lindén, Lagnevik, Sjöberg, Svederberg, Jönsson & Nyberg, 2005). Måltidsplatsen kan understryka såväl positiva som negativa

känslor. Det kan t.ex. vara en plats där positiva livsminnen ägt rum men också där svåra matrelationer kommit till. För att skapa en mer inbjudande samtals-situation kan den intervjuande forskaren berätta om sig själv, sina egna till-kortakommanden, men också om sitt sökande efter all slags information och understryka att allt som kommer fram i intervjun är lika viktigt (Parinder, 2012). Det minskar känslan av att vara utsatt för ett förhör eller en undersök-ning som kan uppstå hos den som inte är van att intervjuas.

### **Inte så lyckade matintervjuer, bortfall och överrepresentation**

Det är sällsynt med metodkritik där matintervjuer inte fungerat som det var tänkt. I en studie bland svenska pizzabagare som hade flykting- och invandrar-bakgrund framkom att de hellre vill tala om annat som filosofi och existentiella problem när intervjuaren ställde frågor om deras bakande av pizzor (Hultman 2013:348). Pizzabagarna sade att pizzerian bara var ett jobb och inget man pratade om, det fanns andra ämnen som intresserade dem mer. En studie med judiska informanter och deras relation till judisk mat i diaspora i Sverige kunde inte genomföras som det var tänkt (Jonsson, 2013). Forskaren hade planerat att använda sig av judisk matlagning parallellt med ett intervjusamtal. Men infor-manterna kände sig inte tillräckligt säkra på de omfattande judiska matreglerna så de vågade inte medverka i matlagningen då deras okunskap skulle kunna verka generande eller bli känd för andra. Studien fick därför i vissa fall genom-föras som en vanlig intervju, utan matlagnings-momentet (Ibid.). I en studie om invandrades matinköp hade forskarna visat på svårigheter att särskilt nå utrikes födda män men också att få kvinnor att vilja delta i intervjuer som handlade om livsmedelsinköp, åsikter om mat och livsmedel och hur man äter (t.ex Brembeck et al., 2006; Ekström & Norén, 2011). Forskarna tror att det dels kunde ha att göra med tidsbrist att vilja delta, dels att ämnet mat och mål-tid kunde upplevas som ett kvinnoområde samtidigt som en intervju skulle kunna visa på bristande kunskaper i svenska språket vilket i sig kunde vara skamfyllt för en man som ska vara familjens överhuvud (Brembeck et al., 2006).

Ett vanligt intervjubortfall i matstudier är sådana personer som lever stressade liv och har fulltecknande kalendrar. De vill inte vara med i studier. Ett annat bortfall är personer som inte talar tillräckligt bra svenska. I fokusgrupps-inter-vjuer kan just deltagarnas varierade språkkunskaper verka hämmande för sam-talet. En studie bland busschaufförer i Malmö, som ofta kom från andra länder och därför hade begränsade svenskakunskaper, resulterade i att forskarna fick ändra frågornas begrepp (Lindén, Lagnevik, Sjöberg, Svederberg, Jönsson &

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Nyberg, 2005). De hade tänkt fråga om vilken mat som chaufförerna tyckte var ”hälsosam”, ”nyttig” och ”sund” men då bussförarna inte förstod de här orden användes istället det generella begreppet ”bra mat”, något som var mer oprecist. Bortfall i intervjuer kan också ske beroende på om intervjun görs på betald arbetstid eller på informantens egen fritid (Ibid). Intervjuer som genomförs med kort framförhållningstid och där informanten inte har personlig kontroll över sin arbetstid, t.ex. timanställd personal som får reda på sitt arbetschema med kort varsel eller har ansvar för familj med barn, kan medföra att intervjupersonen avstår från att medverka. Längre framförhållning kan därför ge fler sorters informanter om studierna genomförs under intervjupersonernas arbetspass (Ibid.). I ett uppsatsprojekt vid Örebro universitet år 2014 skulle studenterna intervjuva gäster och kunder på barer och restauranger. Det visade sig att det var svårt att få kunder på pizzerior att ställa upp på intervjuer då de var lite irriterade för de var så hungriga och bara ville få hämta sin beställda pizza och gå hem och äta den. En intervjuserie på barer visade sig också vara svår att genomföra då gästerna var berusade i varierande grad, och av etiska skäl avbröts därför studien.

Studier om mat, och ätande, inte minst de egna kostvanorna, kan framförallt locka personer som är särskilt intresserade av hälsa och livsmedel, medan de som inte är så intresserade av mat väljer att avstå från undersökningen. Intresset för mat och måltider kan därför verka större i intervjugruppen än vad det är hos befolkningen i stort. En annan snedvridning kan uppstå genom att informanternas stora intresse för mat och måltid kan föra med sig att de också plockar upp samtidens åsikter om en dålig livsmedelsproduktion och gör sina beskrivningar i generella termer t.ex. påtalar dålig djurhållning, ohälsosamma livsmedel eller på ett känslomässigt sätt kombinerar svaren med en känsla av obehag och äckel inför t.ex. kött (Holm & Møhl, 2000). Studier på amerikanska konsumenter visar att de är uppmärksamma på vad media rapporterar om mat och livsmedel och sedan använder medias beskrivningar för att känna sig trygga i sina egna val (Östberg, 2003). Informanter återger på så sätt en allmän social norm som de inte tycker behöver förklaras närmare.

### **Informanturvalets påverkan på intervjun**

Intervjustudier kan få en slagsida genom att fler män eller fler kvinnor tillfrågas, beroende på vilka matkulturfenomen som studien undersöker. Undersökningar av viktminskning har t.ex. ofta fler kvinnliga än manliga deltagare (Andersson & Pebaqué, 2010). När frågor om kött ställs är kvinnor mer kritiska till kött än vad män är (Holm & Møhl, 2000). Manliga hantverkare fick

i en intervjustudie frågor om mat och hälsa. Då forskarna var kvinnor underlättades samtalet eftersom intervjustudiens män såg ämnena om mat och hälsa som en feminin arena och det var lättare för dem att tala om de feminina ämnen med kvinnor än vad det hade varit om forskarna hade varit män (Roos, Prättala & Koski, 2001). Intervjuperson kan ge svar både efter vad de tror efterfrågas och för att få bekräftelse och kontrollera med forskaren om de svarat det som de tror är rätt (Parinder, 2012). Även barn kan påverka svarsbilden. Om intervjupersonernas minderåriga barn är med vid intervjun kan det ge upphov till motstridiga uppgifter till hur man gör i hushållet t.ex. genom att barnen i intervjusituationen korrigerar sina föräldrars svar och berättar hur det verkligen är (Frostling-Henningsson, Hedbom & Thuresson, 2010). Familjemåltidernas utseende influeras av spänningen mellan barn och föräldrar. Barnen har en mycket stark påverkan på vad som köps in, blir tillagat och när maten ska serveras (Frostling-Henningsson, 2010).

Förhandsinformation kan förberda informanten men också ge en snedvridning med styrda svar. I en undersökning om unga människors syn på mat och hälsa fick de i förväg reda på att undersökningen handlade om matvanor. Det är ett område som ofta indelas i moraliskt rätt eller fel, och de intervjuade kan därför ha förstätt vad forskarna var ute efter och svarat i enlighet med det (Parinder, 2012).

### **Slutsatser för samtida mat- och måltidsintervjuer**

För att nå framgång i intervjuer om livsmedelsval, matlagande och måltider behöver både frågor och samtal planeras noggrant. Matintervjuer verkar innehålla flera steg och olika svar kommer fram beroende på hur lång tid intervjun pågår. Först besvarar informanten vad den spontant tycker är ett bra svar relaterat till egen identitet inför intervjuaren. Efter en stund blir svaren mer värderande, inte sällan kan paradoxer och motsatser komma fram. I slutet kan informanten korrigera det den först sa och förtydliga sina uppfattningar. En längre intervju kan därför visa på välförankrade uppfattningar medan korta matsamtal kan handla mer om samtid, tidsanda och en uppvisningsbar självbild. Matintervjuer ger intryck av att vara som andra intervjuer men med den skillnaden att när frågor ställs om mat och måltid, som är ett uttryck för informantens anseende, status och personlighet, bör en försiktighet och långsamhet prägla intervjun om syftet är att undersöka värderingar och inte bara spontant tyckande. Litteraturöversikten visar att idag så räcker det ofta inte att stanna vid en ren intervju för att få reda på hur en informant värderar livsmedel, mat och måltider utan hjälpmedel i form av bilder, produkter eller iscensatta matlag-



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

ningssituationer kan starta en fördjupad reflektion. Intervjuer i miljöer där den efterfrågade maten tillagas eller äts kan förstärka berättelsen om den. En triangulerad forskningsansats eller flera metodperspektiv kan vara ett bra sätt att ringa in en samtida informants mer välförankrade matkulturella värderingar. Det är också angeläget att metodkritiken av matintervjuer blir mer inträngande än vad den är idag.

### Referenser

Andersson, J. & Pebaqué, S. (2010). Mätt på fett? Upplevda fördelar och svårigheter med Low Carb High Fat (Kandidatuppsats). Göteborg: Institutionen för mat, hälsa och miljö, Göteborgs universitet. Hämtad 2014-09-20 från [https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/24516/1/gupea\\_2077\\_24516\\_1.pdf](https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/24516/1/gupea_2077_24516_1.pdf)

Anving, T., (2012). *Måltidens paradoxer. Om klass och kön i vardagens familjepraktiker* (Doktorsavhandling. Lund Dissertations in Sociology 101). Lund: Sociologiska institutionen, Lunds universitet.

Bahr Bugge, A., & Almås, R. (2006). Domestic Dinner: Representations and practices of a proper meal among young suburban mothers. *Journal of Consumer Culture*, 6, 2, 203-228.

Brembeck, H., Karlsson, M., Ossiansson, E., Shanahan, H., Jonsson, L., Bergström, K. & Englebretsson, P., (2006). *Maten och det nya landet*. Göteborg: Centrum för konsumtionsvetenskap (CFK). CFK-rapport 2006:05. Hämtad 2014-11-13 från <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/23182>

Brembeck, H., Karlsson, M., Ossiansson, E., Shanahan, H., Jonsson, L. & Bergström, K. (2010). *Ju mer vi är tillsammans...: Om fyrtiotalisterna och maten*. Stockholm: Carlssons bokförlag.

Ekström, K. M. & Norén, L. (2011). Den mångkulturella livsmedelsmarknaden – en marknad med möjligheter (Forskningsrapport 2011:2 i Handels utvecklingsråds rapportserie). Hämtad 2014-11-23 från <http://hdl.handle.net/2320/9913>

Ekström, M. (1990). *Kost, klass och kön* (Doktorsavhandling, Umeå studies in Sociology, 1100-3553; 98). Umeå: Sociologiska institutionen, Umeå universitet. Hämtad 2014-09-02 från

Featherstone, M. (2007). *Consumer Culture and Postmodernism*. London: Sage.

Frostling-Henningsson, M. (2010). Negotiations at the crossroads: compromises concerning food and the meal among contemporary Swedish consumers. I: *Food and meals at cultural crossroads: proceedings of the 17th conference of the International Commission for Ethnological Food Research, Oslo, Norway, 15-19 September, 2008*. Lysaght, P (ed.). Hämtad 2014-09-02 från <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:397684/FULLTEXT01.pdf>

- Frostling-Henningsson, M., Hedbom, M. och Thuresson, L. (2010). *Varför skiljer sig intention från handling vid val av livsmedel?: samt vilka strategier använder livsmedelskonsumenter sig av för att hantera detta gap?* Rapport från Handelns utvecklingsråd. Stockholm: Handelns Utvecklingsråd.  
Hämtad 2014-09-02 från <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:397697/FULLTEXT01.pdf>
- Holm, L. & Möhl, M. (2000). The role of meat in everyday food culture: an analysis of an interview study in Copenhagen. *Appetite*, (2000) 34, 277-283. doi:10.1006/appe.2000.0314.
- Holmberg, C. (1996). *Stores and Consumers; Two Perspectives on Food Purchasing* (Doktorsavhandling). Stockholm: Stockholm School of Economics.
- Johansson, G. (2001). Kostundersökningar ska granskas kritiskt. *Perspektiv*, 01, 14-18.
- Jonsson, S. (2013). *Now – let's eat!: en etnologisk studie om mat, minne och tillhörighet i den svensksjudiska diasporan* (Magisteruppsats). Huddinge: Institutionen för historia och samtidsstudier, Södertörns högskola.  
Hämtad 2014-09-02 från <http://sh.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2:629305>
- Kjærnes, U. (ed.), (2001). *Eating patterns : a day in the lives of nordic peoples. National institute for consumer research, report 0801-521X; 7. Lysaker : National institute for consumer research.*  
Hämtad 2014-09-20 från [http://sifo.no/files/file48478\\_rapport2001\\_07.pdf](http://sifo.no/files/file48478_rapport2001_07.pdf)
- Kniazeva, M. (2005). How Many Wings Does a Butterfly Have? Or Stimuli As An Elicitation Technique For In-Depth Interviews. *Advances in Consumer Research*, 2005, Vol. 32 Issue 1, 540-545.
- Lavoie, D. & Chamlee-Wright, E., (2000). *Culture and enterprise. The development, representation and morality of business.* London: Routledge.
- Lindén, A.-L., Lagnevik, M., Sjöberg, K., Svederberg, E., Jönsson, H., & Nyberg, M. (2005). *Mat, hälsa och oregelbundna arbetstider (Research Report 2005:1).* Lund: Sociologiska institutionen, Lunds universitet.  
Hämtad 2014-09-02 från <http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOid=528624&fileOid=624424>
- Lindqvist, B. (2013). Al dente – Svensk konsumtion av italienskheter. I: P. Rytkönen, M. Bonow & P. Wramner (Red.), *Från matproduktion till gastronomi. COMREC Studies in Environment and Development 7 (s. 115-133).* Huddinge: Södertörns högskola.
- Meah, A. & Watson, M. (2011). Saints and Slackers: Challenging Discourses About the decline of Domestic Cooking. *Sociological Research Online* 16( 2), 6.
- Montelius E. & Giritli Nygren, K., (2014). Doing' risk, 'doing' difference: towards an understanding of the intersections of risk, morality and taste. *Health, Risk and Society*. 16 (5), 431-443. doi: 10.1080/13698575.2014.934207
- Parinder, A., (2012). *Ungdomars matval: erfarenheter, visioner och miljöargument i eget husbäll.* (Doktorsavhandling, serie: Gothenburg studies in educational sciences, 0436-1121; 320.) Göteborg: Acta universitatis Gothoburgensis.  
Hämtad 2014-11-06 från <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/29038>

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Petterson, A. & Ulfstrand, A. (2003). *Helger och högtider: folklöre, migration och kulturarv*. Stockholm: Mångkulturellt centrum.

Hämtad 2014-09-20 från <http://www.mkc.botkyrka.se/pdf/rapport%20hoh.pdf>

Roos, G., Prättälä, R. & Koski, M. (2001). Men, masculinity and food: interviews with Finnish carpenters and engineers. *Appetite* (2001) 37, 47±56 doi:10.1006/appe.2001.0409.

Hämtad 2014-09-20 från

[http://www.ernaehrungsdenkwerkstatt.de/fileadmin/user\\_upload/EDWText/TextElemente/Frauen/Women\\_Appetite\\_Finland\\_Ros\\_2001.pdf](http://www.ernaehrungsdenkwerkstatt.de/fileadmin/user_upload/EDWText/TextElemente/Frauen/Women_Appetite_Finland_Ros_2001.pdf)

Stjerna, M.-L. (2007). *Föreställningar om mat och ätande: Risk, kropp, identitet och den "ifrågasatta" maten i vår tid* (Doktorsavhandling från Pedagogiska institutionen, Stockholms universitet). Stockholm: Stockholms universitet.

Hämtad 2014-09-20 från <http://su.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2:197501>

Tellström, R., Gustafsson, I-B. & Mossberg, L. (2006). Consuming Heritage: The use of Local Food Culture in Branding. *Place Branding* 2(2): 130-143.

Wibeck, V. (2000). *Fokusgrupper; Om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Westman, C. & Skans, M.(2001). *Val av lunchrätt; En orienterande studie för Livsmedelsverket*. Projekt nummer 3615210, version 2, juni 2001 Stockholm: SIFO Research & Consulting.

Östberg, J. (2003). *What's Eating the Eater. Perspective on the Everyday Anxiety of Food Consumption in Late Modernity*. (Doktorsavhandling, Lund Studies in Economics and Management 75). Lund: Lund Business Press.

Hämtad 2014-09-20 från

<http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOId=21161&fileOId=1693261>

## Enkla kostråd i Sverige förr, nu och i framtiden

Agneta Sjöberg och Lena Gripeteg<sup>1</sup>

Enkla kostråd riktade till allmänheten i syfte att främja hälsosamma val är något som vi kommit i kontakt med redan i vår egen utbildning. Idag använder vi själva dessa enkla kostråd när vi undervisar då de har ett pedagogiskt värde. Vad innebär dessa råd? Hur långt bakåt i tiden hittar vi allmänna kostråd i litteraturen och har de tagit sig samma uttryck över tid? Vilken vetenskaplig grund finns för kostråden och vilka praktiska tillämpningar har de?

Vi har använt flera strategier för att hitta kostråd från förr och nu: 1. Litteratursökning av äldre texter. 2. Bläddrat i Institutionen för kost- och idrottsvetenskaps (IKI) bibliotek med kokböcker från äldre tider. 3. Kostråd på Livsmedelsverkets webbplats. Litteratursökningen gjordes i Libris, Äldre bibliotekskatalogen Katalog -1957. Sökordet var ”Diet\*”, språk svenska, utgivningsår 1770-1910, där vi granskat alla träffar. Endast texter som fanns vid Göteborgs universitetsbibliotek användes. I IKIs bibliotek gjordes ett bekvämlighetsurval av 1900-talstexter baserat på vår egen kunskap om var vi tidigare hittat kostråd. För Hemmets kokbok och Vår kokbok är de versioner som presenteras i detta kapitel de första där enkla kostråd förekommer.

### En tillbakablick – Svenska kostråd i äldre tider

Under sin resa i Lappland 1732 iakttog Carl Linnæus (adlad von Linné) (1707-1778) den friska och långlivade norrländska befolkningen. Hans tankar kring ett ”naturenligt levnadssätt” och kostens betydelse för hälsan utmynnade i ett 70-tal levnadsregler, vilka beskrivs i ungdomsmanuskriptet *Dieta Naturalis 1733*. Texten tillhör de mindre uppmärksammade av Linnés verk och i samband med 250-årsdagen av Linnés födelse utgavs en bearbetad version av Arvid Hj. Uggla på uppdrag av Kungliga Svenska Vetenskapsakademien (Uggla, 1958). Linnés hälsoregler för 1700-talsmänniskan är av olika karaktär, men bland dessa återfinns råd som vi lätt kan relatera till även idag; att välja vatten som huvudsaklig dryck och sträva efter stabil kroppsvikt. Linné är uppfordrande och tydlig i sitt tilltal kring de dagliga vanorna: *Du skall äta två gånger om dagen, nämligen om morgon och afton* (nr. 27, s. 24); *Brunnsvatten bör vara daglig*

---

<sup>1</sup> Agneta Sjöberg, docent och Lena Gripeteg, universitetslektor, Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

*dryck, som är bättre ju renare det är* (nr. 45, s. 25); *Brännvin är ett förgift för dig* (nr. 48, s. 25). Att undvika större viktvariationer över årets säsonger ser Linné som en väg till ett friskt liv: *Hälsan kan bevaras tämligen oförstörd till ålderns dagar, om kroppen behåller samma vikt under alla fyra årstiderna* (nr. 52, s. 26). I dikten *Nöjd levnad* sammanfattar samtida skalden Olof Dalin (adlad von Dalin) (1708-1763) några av Linnés olika levnadsråd med ett livsbejakande tonfall och något vi idag kanske skulle kalla helhetsperspektiv:

*Äta litet, dricka watten,  
Roligt sällskap, sömn om natten,  
Käckt arbete, lägligt bo,  
Stillhet någon stund på dagen;  
Det är lagen,  
För min hälsa och min ro*  
ur Witterhets-Arbeten I-V (1767)<sup>2</sup>

Under 1800-talets första hälft utgavs *Handbok för omtänksamma hushåll i Diäten, eller i hvad som rörer helsans vård för både föräldrar och barn* (1834), av författaren Thomas Thorild (1759-1808). I texten, som bitvis är något svårtydd, sägs inledningsvis att var och en vet vad man själv mår väl av och den egna erfarenheten är alla *Doctors Doctor* (s. 26). När det gäller mer direkta kostråd förespråkar Thorild måttfullhet för att man skall må väl: *då bör man upphöra att äta, när maten smakar som bäst, liksom då har man spiset bäst, när man finner sig likaså lätt efter måltiden som förut* (Thorild, 1834, s. 34).

I Dr Hagdahls *Kök-konsten* från 1896 framhålls i kapitlet om Matsmältning och näring att *man lefver icke af hvad man äter, utan af hvad man smälter* (Hagdahl, 1896, s. 85) samt vikten av att låta tillräcklig tid gå mellan måltiderna så att det inte finns *osmält mål* kvar när man äter på nytt. Hagdahl förespråkar ”individualitet” med i normalfallet två måltider med 6-8 timmars ”mellantid”. För svaga personer förespråkar han att äta litet och ofta, 3-4 timmar mellan måltiderna. Han skriver:

*Låt oss .... emotstå smakens och den sjukligt uppdrifna aptitens förledande vinkar, äta långsamt, undvika sinnerörelser och alltid lemna bordet med en återstod af aptit....*  
(Hagdahl, 1896, s. 85).

---

<sup>2</sup> Dikten sjöngs till ett Allegretto av Johan Helmich Roman (1694-1758) och finns att lyssna till på You Tube, framförd av Helena Ek, sång, Kristina Lindgård, cello och Andreas Eklund, cembalo. Hämtad 2015-03-12 från <https://www.youtube.com/watch?v=8ECDVUc1HnM>.

I skriften *Hvad skola vi äta?* (1899) av författarinnan Anna Ekberg (f. Nilenius, 1864) ses maten, liksom hos von Linné och Thorild, som en av flera förutsättningar för välmående. Ekbergs kostråd syftar till att ge det uppväxande släktet de bästa förutsättningarna för god hälsa *på att detta må blifva friskt och starkt, motståndskraftigt och spänstigt till själ och kropp* (Ekberg, 1899, s. V). Ekberg vänder sig mot de kostråd av avrådande karaktär som tog fäste i Sverige på 1870-talet, nämligen förbud mot att konsumera bland annat kött, fisk, kaffe och te. Även Ekberg förespråkar att man bör äta mindre kött men hon menar att då inga råd hade givits om vilka livsmedel man istället skulle välja blev resultatet att befolkningen huvudsakligen åt mjöl- och grynätter med inslag av mjölk och ägg, medan frukt och grönsaker sågs som enbart tillbehör. Tvärt emot denna utveckling anser Ekberg människans matsmältningssystem som särskilt väl anpassat för frukt. Hon pekar på att man i Sverige såväl som i andra länder vid denna tid alltmera uppmärksammar vegetabilernas förtjänster och att många vill minska eller helt avstå köttkonsumtion. Detta kan dock inte göras utan eftertanke menar Ekberg, då *man kan skada sig lika mycket och få lika ofullständig näring genom en orätt vald vegetabilisk föda, som om man bufvudsakligen förtär animalisk spis* (s. 6). Ekberg bidrar till befolkningens kunskaper kring hur en hälsosam kost baserad på vegetabilier kan sättas samman genom att boken förutom kostråd även innehåller en större receptdel. Dessutom har hon gett ut en receptbok för vegetarisk kost.

### **Kokboksråd som påverkat vår teori och praktik**

Ett snabbt hopp till mitten av 1940-talet och boken *Nutidsmat och hembushållning* (Hansson, 1946) där man återfinner recept, kapitel om näringslära och kostråd. Här beskrivs hur man bygger upp en fullvärdig kost med tillräcklig mängd *skyddsfödoämnen* (mjölk och mjölkprodukter, ägg, potatis, grönsaker, frukt och bär, kött- särskilt inälvor, feta fisksorter). Olika mängder anges för barn i olika åldrar, för gravida kvinnor och man hänvisar till Nationernas förbunds expertkommitté i näringsfrågor som källa (s. 336).

I *Prinsessornas nya kokbok* (Åkerström, 1952) skriver Dr Axel Blomberg om ”Näringsfysiologiska synpunkter på vår föda” (s. XII). Han framhåller att näringsvärdesberäkning inte är nödvändigt utan det gäller att *låta kosten i största möjliga mån utgöras av skyddsfödoämnen: mjölk och mjölkprodukter, sammäldesbröd, färska grönsaker, bär och frukter, samt ägg, fisk, kött och inälvor* (s. XVI). För fullvärdig kost krävs vidare; 1. Rikligt med *grovämmen* som klihaltigt bröd, råa grönsaker och frukt. 2. Omväxlande. 3. Vara tillagad så att näringsämnen tillvaratas. 4. Aptitlig. I slutet av boken ges årstidsbaserade livsmedelsråd om ”Värdefulla

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

födoämnen som bör användas flitigt” också dessa med hänvisning till Dr A. Blomberg (s. 958). Exempel är *Tillgängliga köksväxter, bär och frukter i riklig mängd till varje måltid. ...Inälsmat, i första hand lever... – minst en gång i veckan. ...cirka en liter mjölk per dag....* (Åkerström, 1952, s. 958).

*Hemmets kokbok* från Fackskolan för huslig ekonomi 45:e upplagan från mitten av 1960-talet visar enkla kostråd av lite annan karaktär även om andemeningen är densamma (Fridén-Abelson & Törnblom, 1965). Man tar utgångspunkt i att kosten i början av nittonhundratalet var baserad på mjölmät men att denna konsumtion minskat till mitten av 1960-talet och att det nu var den höga fettkonsumtionen som var problematisk.

*Vår dagliga kost bör vara allsidig och välbalanserad.*

*Den skall innehålla följande näringsämnen:*

*Äggviteämnen*

*Fetter*

*Kolhydrater*

*Mineralämnen, t ex kalk, fosfor och järn*

*Vitaminer, främst A-vitaminer, B-gruppens vitaminer, C- och*

*D-vitaminer samt vatten.*

*Kaloritillförseln bör anpassas så, att kroppsvikten hålls vid den för individen normala.*

(Fridén-Abelson & Törnblom, 1965, s. 2).

Ett *sjugruppsystem* av livsmedel som utformats av Statens Institut för Folkhälsan presenteras. Vi bör dagligen välja och äta minst ett eller flera livsmedel ur grupperna Grönsaker, Fukt och bär, Potatis och rootsaker, Mjolk och ost, Ägg, fisk och kött, Bröd och andra spannmålsprodukter samt Matfett. *Då blir kosten ur näringsynpunkt väl avvägd och allsidigt sammansatt* (s. 3). Man hävdar att det är viktigt att de olika grupperna finns med vid varje måltid när man planerar dagens matsedel. Man ger också råd om måltider:

*Dagskonsumtionen bör fördelas på minst tre måltider under dagen. Därigenom utnyttjas näringsämnen, särskilt äggviteämnena, bättre. Det är också värdefullt att måltiderna intas på bestämda tider* (Fridén-Abelson & Törnblom, 1965, s. 3).

Man ger råd om energifördelning för dagens måltider – frukostmålet 25-35%, dagens huvudmåltid 35-45% och kvällsmålet 25-35% av dagens energiintag. Frukostmålet bör *ge mättnad och tillföra äggviteämnen, kalk, järn och vitaminer* (s. 5). Om man intar mellanmål bör de vara lätta och man rekommenderas kompensera med litet mindre huvudmåltid. Fukt framhålls som lämpligt mellanmål. Vidare framhålls att *riktig tillagning av maten är av största betydelse* (s. 5) och man

hänvisar till Hemmets kokboks olika avsnitt. Måltiderna i ett vidare sammanhang lyfts också:

*Måltiderna vid ett vårdat och trivsamt bord bör ge avkoppling och vila samt tacksambhet inför förmånen att få njuta god, daglig kost* (Fridén-Abelson & Törnblom, 1965, s. 6)

Vårt nästa nedslag blir i *Vår kokboks* tolfte omarbetade upplaga från 1978 och kapitlet ”Att välja mat” (s. 7-14) (KF:s provkök, 1978). Här har *sjugruppsystemet* fått namnet Kostcirkeln. Matpyramiden med Basmat och Tillägg presenteras och man hänvisar till den av Socialstyrelsen 1972 bildade referensgrupp som tog fram konceptet. Målet var att ge råd som skulle kombinera näringsmässiga och kostnadmässiga aspekter i tillämpningar av kostråd. Vid denna tid lyftes för hög konsumtion av fett och socker som problematiskt. Basmat och tillägg hade utarbetats efter grundliga beräkningar och basmaten preciseras med livsmedel och portioner. Basmaten ska ge en prisvärd grund i den dagliga kosten och innefattar t ex mjölk, ost, bröd och potatis. Tillägget, mittfältet och toppen, ska ge variationen för att täcka energibehovet och tillgodose vitamin- och mineraltillförseln.

Detta kapitel är skrivet på ett sakligt sätt med bas i näringslärans grunder och man motiverar med att basmaten ger minimibehovet av protein, vitaminer och mineralämnen även om man påpekar att järnmängden i basmaten inte räcker för kvinnor i fertil ålder. Tilläggen är nödvändiga för att tillgodose energi-, vitamin- och mineralämnestillförsel. Man ger tydliga råd: *En dags basmat består av mjölk, ost, matfett, bröd cerealier (mjöl, gryn m.m.) och potatis i preciserade mängder* (s. 9). Man exemplifierar vad råden kan innebära för *den som kroppsarbetar eller är i tonåren, s.k. högenergiförbrukare* (s. 9) som får rådet att konsumera större mängd av basmatens komponenter samt feta mejerialternativ. För individer med lägre energibehov eller som vill gå ned i vikt ges det motsatta rådet. Till basmaten läggs gärna stora portioner av grönsaker och frukt samt mindre portioner av kött, fisk eller ägg. *Ur hälsosynpunkt bör tillägget inte innehålla för mycket fett och socker* (KF:s provkök, 1978, s. 11).

Även råd om *flera måltider under dagen* (s. 14) ges som frukost, ett mål mitt på dagen, mellanmål och kvällsmål samt att *varje måltid borde vara en trivseltund*. Man ger *enkel regel för en bra huvudmåltid, lunch eller middag*:

*Lägg på tallriken basmatens potatis, ris eller makaroner + grönsaker gärna två sorter + något av kött, fisk eller ägg. Som avslutning frukt eller bär i någon form. Drink ett glas mjölk och ät bröd till maten. Det blir en näringsmässigt väl sammansatt måltid.* (KF:s provkök, 1978, s. 14).



### **Livsmedelsverkets fem enkla kostråd 2005**

Livsmedelsverket lanserade 2005 fem enkla kostråd i syfte att påverka befolkningens matvanor och förbättra folkhälsan (Livsmedelsverket, 2013). Utgångspunkt var de båda matvaneundersökningarna Riksmaten 1997-98 och HULK 1989, liksom Nordiska näringsrekommendationer 2004 (Nordic Council of Ministers, 2004). Tre områden lyftes fram som särskilt viktiga; att öka konsumtionen av frukt och grönsaker, och bröd; att minska fettintaget och förbättra fettkvaliteten; och att minska konsumtionen av energitäta och näringsfattiga livsmedel. Detta omsattes i fem positivt utformade kostråd kring frukt och grönsaker, bröd, nyckelhålmärkta produkter, fisk samt margarin och olja (Livsmedelsverket, 2013). De fem råden lydde från början såhär:

#### ***Vill du äta hälsosamt?***

- *Ät mycket frukt och grönt – gärna 500 gram per dag!*
  - *Ät bröd till varje måltid – gärna fullkorn!*
  - *Välj gärna nyckelhålmärkt!*
  - *Ät fisk ofta – gärna 2-3 gånger i veckan!*
  - *Byt till flytande margarin eller olja när du lagar mat!*
- (Livsmedelsverket, 2013).

#### ***Frukt och grönsaker***

För vuxna rekommenderas cirka 500 gram frukt och grönsaker per dag med fördelning hälften som frukt och hälften som grönsaker. Tre frukter och ”två rejäla nävar” grönsaker rekommenderas som lämplig dagsration för vuxna. För barn i åldern fyra till 10 år rekommenderas två frukter och två rejäla nävar grönsaker (400 gram) dagligen. För yngre barn rekommenderas frukt och grönsaker till varje måltid (Livsmedelsverket, 2015).

Rådet motiveras med att grönsaker och frukt bidrar med viktiga vitaminer, mineralämnen och antioxidanter samt inte minst kostfibrer. Man hänvisar till vetenskaplig grund för att kost med hög andel grönsaker och frukt har betydelse för att förebygga hjärt- och kärlsjukdom, diabetes typ 2 och troligen minska risken för tjocktarmscancer (Livsmedelsverket, 2015).

#### ***Bröd och spannmål***

År 2010 omformulerades brödrådet till *Välj i första hand fullkorn när du äter bröd, flingor, gryn, pasta och ris* (Livsmedelsverket, 2015). Rådet baseras i att fullkorn tillför mer vitaminer, mineralämnen och kostfibrer än raffinerade produkter. Det är ännu oklart vilken nivå som är ett optimalt intag av fullkorn men man rekommenderas välja fullkornsalternativen av bröd, flingor, gryn, pasta och ris.

Det nuvarande rådet är ca 70 gram fullkorn per dag för kvinnor och ca 90 gram per dag för män. För att få i sig denna mängd kan man äta:

- 1 portion havregrynsgröt och 1 portion fullkornspasta eller
- 2 skivor knäckebröd och 1 portion fullkornsbulgur eller
- 1 portion fullkornsflingor, 1 skiva nyckelhålmärket mjukt bröd, 1 skiva knäckebröd och 1 portion fullkornspasta (Livsmedelsverket, 2015).

Då spannmål har litet olika innehåll av näringsämnen rekommenderas man variera sitt intag med olika sorter.

### **Nyckelhålet**

För den som vill välja det hälsosamma alternativet men inte kan så mycket om näringslära eller livsmedlens innehåll av näringsämnen kan Nyckelhålmärket vara ett bra alternativ. Med det får man hjälp att välja de livsmedel som ger *mindre salt och socker, mer fullkorn och fibrer och nyttigare eller mindre fett* (Livsmedelsverket, 2015). Nyckelhålmärket står för ett nyttigare val inom respektive livsmedelsgrupp. Gränsvärdena för Nyckelhålmärkning har reviderats vid några tillfällen under de 25 år som rådet funnits och 2015 väntas ännu en revidering.

### **Fisk**

Kostrådet för fisk är formulerat som antal ättillfällen per vecka: *Ät fisk ofta – gärna 2-3 gånger i veckan!* Rådet föranleds av att man i studier observerat samband mellan måttlig konsumtion av fisk eller omega 3-fettsyror från fisk och sänkt risk för dödlig hjärt- och kärlsjukdom (Nordic Council of Ministers, 2004). Samtidigt visar Riksmaten 1997-98 att 20-30% av den vuxna befolkningen äter fisk och skaldjur mer sällan än en gång per vecka (Livsmedelsverket, 2007). I rådet ges ingen vägledning kring vilken sorts fisk man bör välja, om den bör vara ”fet” som makrill, sill eller lax eller om det lika gärna kan vara torskfisk med magert vitt kött.

### **Flytande margarin och olja**

I kontrast mot de fyra andra kostråden är rådet om matlagingsfett utformat som ett byte av livsmedel: *Byt till flytande margarin och olja när du lagar mat!* I formuleringen förutsätts att konsumenten främst använder smör och fast matfett vilket skall bytas mot ”mjukare” fett baserat på vegetabiliska oljor. Rådet har

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

sin utgångspunkt i forskning som visat att minskat intag av mättat fett och ökat intag av omättat fett sänker serumnivåerna av kolesterol och minskar risken för hjärt- och kärlsjukdom (Nordic Council of Ministers, 2004).

### Diskussion

I detta avsnitt har vi valt att diskutera råden från förr och till nutid mot de nya kostråd som är under lansering 2014 och 2015 samt mot vetenskaplig grund. Vi gör också en utblick mot vårt grannland Danmark för att inspireras av deras enkla kostråd.

### *Framtida kostråd – både positiva och begränsande*

Livsmedelverket valde 2005 att skapa enbart positivt formulerade kostråd (Livsmedelsverket, 2013). Målsättningen var kanske att ökat intag av vissa livsmedel underförstått skulle leda till minskat intag av andra. Detta framgår dock inte tydligt av råden och konsumenten kan ha svårt att göra dessa avvägningar. I Danmark valde man en annan strategi när man 2009 skapade Kostkompasset (Ministeriet för Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, 2009) där sex positiva och två begränsande råd ingick. Kostkompassets åtta råd har här översatts till svenska:

- *Ät frukt och grönt, 6 om dagen*
- *Ät fisk och fiskepålägg, flera gånger i veckan*
- *Ät potatis, ris eller pasta och fullkornsbröd varje dag*
- *Var sparsam med socker, speciellt från läsk, godis och kakor*
- *Var sparsam med fett, speciellt från mejeriprodukter och kött*
- *Ät varierat och behåll normalvikten*
- *Släck törsten med vatten*
- *Var fysiskt aktiv, minst 30 minuter om dagen*

(Ministeriet för Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, 2009, s. 5).

De nya svenska råden för hälsosamma matvanor som är under utarbetande våren 2015 rör tio områden; energibalans och viktstabilitet; fysisk aktivitet; grönsaker och frukt; fisk och skaldjur; rött kött och chark; fullkorn; matfett; mejeriprodukter; salt; och socker (Livsmedelsverket, 2014). Rådens exakta formulering liksom anpassning till olika målgrupper är inte färdig i skrivande stund, men förslag på huvudbudskap presenteras i remisstext från Livsmedelsverket hösten 2014 (Livsmedelsverket, 2014). Förslag till enkla råd har under

mars 2015 publicerats på Livsmedelsverkets hemsida inkluderande de fem enkla kostråden från 2005-2010 samt ytterligare nio kostråd; fyra positiva, fyra begränsande samt ett omarbetat råd om fett av både positiv och begränsande karaktär (Livsmedelsverket, 2015). Därmed finns totalt nio positiva råd, inkluderande de fem enkla råden från tidigare, samt:

- *Ät regelbundet och varierat* - innefattande råd om att äta frukost, lunch, middag och något mellanmål samt mat från alla delar av matcirkeln
- *Talrikssmodellen* – för balanserade måltider
- *Rör på dig varje dag* – minst en halvtimme om dagen
- *Kvinnor kan behöva extra folsyra* - finns naturligt i grönsaker, baljväxter, frukt och fullkornsprodukter (kvinnor i fertil ålder kan behöva kosttillskott)

De fyra begränsande råden gäller:

- *Godis, glass, snacks och bakverk*
- *Läsk och saft* – de största ”energibovarna”
- *Alkohol* – innehåller mycket energi
- *Rött kött och charkuteriprodukter*

Rådet som är både begränsande och positivt:

- *Mindre mättat fett och mer omättat fett*  
(Livsmedelsverket, 2015)

Viktstabilitet, att undvika övervikt och fetma och att hålla ”normal” vikt är ett av huvudbudskapen i de kommande kostråden (Livsmedelsverket, 2014). Råden kring fysisk aktivitet utgår från två områden; dels att röra sig mer i vardagen exempelvis genom promenader, dels att undvika långvarigt stillasittande. För grönsaker och frukt kvarstår rådet att äta minst 500 gram per dag. I det nya rådet förtydligas dock att man bör variera sorter och välja efter säsong samt äta mycket av särskilt kålsorter, lök, baljväxter (bönor, ärter och linser) och rotfrukter (Livsmedelsverket, 2014). Ytterligare en förändring från 2005 års frukt- och grönsaksråd är att juice inte längre ingår. Ett helt nytt inslag i de enkla kostråden i Sverige är rådet om begränsning av rött kött (nöt, gris, lamm, ren och vilt) och charkuteriprodukter som lanserades i juni 2014 (Livsmedelsverket, 2014).

### ***Fisk och skaldjur***

Att ge enkla råd om hälsosam fiskkonsumtion kan vara problematiskt. Även om både barn och vuxna kan rekommenderas att äta olika sorters fisk två till

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

tre gånger per vecka finns också skäl att ge råd om begränsningar. Olika fisksorter och fisk från vissa vatten kan innehålla för mycket miljöföroreningar som dioxiner, PCB:er och kvicksilver och bör ätas i begränsad omfattning, och så gott som helt undvikas av kvinnor som försöker bli eller är gravida samt barn (Livsmedelsverket, 2007). Risken för miljöpåverkan och utfiskning och ständigt uppdaterade listor med arter som konsumenterna uppmanas att undvika för ett hållbart fiskbestånd gör bilden än mer komplicerad. Det går alltså av hälsoskäl egentligen inte att välja vilken fisk som helst tre gånger per vecka och vill man också ta miljöhänsyn behövs än mer information och hänsynstagande. I Riksmaten Vuxna 2010-11 är det tre av tio som anger att man äter fisk minst två gånger i veckan (Livsmedelsverket, 2013) vilket pekar på att en stor del av befolkningen bör öka intaget av fisk. I en analys av toxikologiska och näringsmässiga aspekter av ökad fiskkonsumtion i svenska befolkningen drar Livsmedelsverket slutsatsen att nyttan av ökad fiskkonsumtion överväger riskerna ur ett folkhälsoperspektiv även om intaget av miljöföroreningar kan bli för högt för vissa individer (Livsmedelsverket, 2007).

### *Vetenskaplig grund*

Nordiska näringsrekommendationer 2012 (NNR2012) baseras på en genomgång av den senaste forskningen inom kost och hälsa (Nordic Council of Ministers, 2014). Utöver näringsbehov för kroppens normala tillväxt och funktion lyfts ett antal kostaspekter av särskild betydelse för att minska risken för hjärt- och kärlsjukdom, vissa cancersjukdomar och utveckling av övervikt och fetma. I NNR2012 fastslås att viktstabilitet och normalvikt är förknippat med lägre sjukdomsrisk och högre livskvalitet medan fetma ökar risken för flera sjukdomar. Matvanor som ökar risken för viktökning och sjukdom är högt intag av läsk och godis, vitt mjöl, smör, rött kött och charkprodukter (Nordic Council of Ministers, 2014).

Risken för hjärt- och kärlsjukdom bedöms i NNR2012 inte påverkas av kostens totala fettmängd, men att byta mättade fettsyror till förmån för omättade fettsyror anses minska risken (Nordic Council of Ministers, 2014). I linje med detta kvarstår det tidigare kostrådet att välja oljor, som till exempel rapsolja eller rapsoljebaserat flytande matfett och nyckelhälsmärkt smörgåsmargarin (Livsmedelsverket, 2014). Kostråden att oftare äta fisk och att minska konsumtionen av rött kött och charkprodukter kan också bidra till en sådan omfördelning av fettsyror i kosten.

En systematisk litteraturgenomgång av *Mente och medarbetare* (2009) visar att det finns stark vetenskaplig grund för orsakssamband mellan intag av grönsa-

ker, nötter, enkelomättat fett, livsmedel med högt glykemiskt index, transfett samt övergripande kostkvalitet/kostmönster och risk för hjärt- och kärlsjukdom. Författarna konstaterar att förändrat intag av enskilda näringsämnen eller livsmedel sannolikt inte räcker för att väsentligt påverka utvecklingen av komplexa och vanligt förekommande sjukdomar som hjärt- och kärlsjukdom, utan att det snarare är för hela kosten och kostmönster som man ser orsakssamband (Mente et al., 2009).

En rapport om kost och risk för cancersjukdom från World Cancer Research Fund (WCRF) och American Institute for Cancer Research (AICR) visar övertygande vetenskaplig grund för samband mellan fetma och ökad risk för flera cancersjukdomar: tjocktarm-ändtarm, matstrupe, prostata, bukspottkörtel, livmoder, och bröstcancer efter menopaus (WCRF/AICR, 2007). Övertygande vetenskaplig grund anges även för sambandet mellan ökad fysisk aktivitet och minskad risk för cancer i tjocktarm-ändtarm, samt utveckling av övervikt och fetma. Stillasittande livsstil ökar risken för övervikt och fetma (övertygande vetenskaplig grund).

Grönsaker och frukt förknippas med lägre risk (trolig vetenskaplig grund) för cancer i mun-svalg, matstrupe, magsäck, tjocktarm-ändtarm, bukspottkörtel, och prostata (WCRF/AICR, 2007). Kostrådet att äta minst 500 gram grönsaker och frukt per dag innebär att en stor del av svenska befolkningen behöver öka andelen vegetabilier i kosten. I Riksmaten 2010-11 var intaget av frukt och grönsaker i genomsnitt runt 350 gram per dag för kvinnor och 300 gram för män (Livsmedelsverket, 2012). Detta kan jämföras med rådet från Världshälsoorganisationen (WHO) på 400 gram frukt och grönsaker per dag och WCRF:s råd på 400-800 gram per dag eller fem portioner om dagen.

Rött kött och processat kött har ett starkt samband (övertygande vetenskaplig grund) med cancersjukdom i tjocktarm-ändtarm (WCRF/AICR, 2007). Kostrådet att begränsa konsumtionen av rött kött och charkprodukter till 500 gram per vecka går i linje med Världscancerfondens råd från 2008 om att äta mindre än 500 gram tillagat rött kött per vecka och helt undvika charkprodukter. Enligt Riksmaten 2010-11 finns en stor variation i svenskarnas konsumtion av rött kött och chark, från inget alls till mer än 1,5 kilo i veckan. Rådet berör de 42% av kvinnorna respektive 72% av männen i Sverige som äter mer än 500 gram rött kött och charkuterierprodukter per vecka (Livsmedelsverket, 2014).

I *World Cancer Report 2014* konstaterar epidemiologen Walter C Willett att komplexiteten både i människors matvanor och kostintag, liksom cancersjukdomars natur och uppkomst innebär en stor utmaning för forskare inom området, särskilt när det gäller specifika kostfaktorer som kan spela en avgörande

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

roll för insjuknande och förbyggande av cancersjukdom. Trots att modesta effekter på just cancerrisk kan förväntas menar Willett ändå att det är väl motiverat att förespråka en allmänt hälsosam kost med ökad konsumtion av grönsaker, frukt, fullkorn och minskat intag av rött kött (Willett, 2014).

### *Råd om måltidsordning*

Råd och rekommendationer handlar inte enbart om *Vad* man äter som vi diskuterat ovan utan även *När* man äter. Redan 1733 gav Linné råd om fördelning av matintaget *två gånger om dagen.....morgon och afton* (Uggla, 1958, s. 24) och även Hagdahl (1896) gav rådet om två måltider per dag. Rådet kommer tillbaka i Hemmets kokbok 1965 där ett bättre utnyttjande av näringsämnen, särskilt protein, angavs som skäl till att man borde äta tre måltider dagligen och dessutom *på bestämda tider* (Fridén-Abelson & Törnblom, 1965, s. 3). I Hemmets kokbok ges råd om hur dagens energi fördelas över dagens måltider där huvudmålet får så mycket som 35-45%. I Vår kokbok 1978 ges råd om ”flera måltider om dagen” inkluderande huvudmåltiderna frukost, ”mål mitt på dagen” och kvällsmål samt mellanmål (KFs provkök, 1978). Baserat på Svenska näringsrekommendationer 2005 ger Livsmedelsverket råd om fördelning av energi mellan måltider, frukost 20-25%, lunch 25-35%, middag 25-35% samt ett till tre mellanmål med totalt 5-30% av energiintaget och dessa råd har funnits sedan tidigare (Livsmedelsverket, 2005).

I Nordiska näringsrekommendationer 2012 (Nordic Council of Ministers, 2014), som också utgör Svenska näringsrekommendationer 2012, finns till skillnad från tidigare Svenska näringsrekommendationer 2005 (Livsmedelsverket, 2005) inget angivet om måltidsordning eller energifördelning av dagens måltider. Att det behövs riktlinjer för måltidsordning och vetenskaplig grund för detta diskuteras i en nyligen publicerad artikel (Berg & Bertéus Forslund, 2015). Studier visar att måltidsfördelning har samband med livsmedelsval och även övrig livsstil. Generellt observeras att de grupper som regelbundet äter frukost, men även i vissa studier lunch, har livsmedelsval med högre kvalitet (Sjöberg et al., 2003). Man kan tänka sig att det för huvudmåltider finns stödjande strukturer och att dessa kan underlätta hälsosamma livsmedelsval. Att basera sitt ätande på färre huvudmåltider och fylla sitt energibehov med annat ätande kan innebära en utmaning som kräver större medvetenhet för att lyckas göra hälsosamma livsmedelsval.

Nuvarande riktlinjer för offentliga måltider, i förskolan, skolan, på arbetsplatsen och inom äldreården baseras på Svenska näringsrekommendationer 2005. Därmed finns fortfarande tydliga kravspecifikationer för energi- och

näringsfördelning på tre huvudmåltider och upp till tre mellanmål. Skolmåltiden är dessutom skyddad i lag. Även om detta i nuläget inte stöds av de senaste rekommendationerna ser vi det som grundläggande att det fortsatt kommer att finnas tydliga kravspecifikationer för energi- och näringsfördelning för måltider i offentlig verksamhet. Det är därför mycket glädjande att måltidsordning finns med bland de kommande enkla kostråden enligt senast publicerade uppgifter (Livsmedelsverket 2015).

Till stöd för fortsatta krav på offentlig måltidsverksamhet men även när man ger råd till allmänheten vill vi lyfta två exempel, det om små barns behov av regelbundna och väl sammansatta måltider och det om sköra äldre personers behov av måltider som fördelas väl över dygnets vakna timmar. Små barn med små magar orkar inte äta stora måltider vid ett tillfälle. Detta ställer krav på närings- och energitäthet i måltidernas innehåll samt att det inte går för lång tid mellan måltiderna.

Kanske byggde man rådet i Hemmets kokbok om fördelning av måltider och utnyttjande av framförallt äggviteämnen på beprövad erfarenhet (Fridén-Abelson & Törnblom, 1965). För sköra äldre är det framförallt nattfastan som inte bör bli för lång för att i möjligaste mån bevara kroppsvikt och muskelmassa. Nya studier visar att för äldre, sköra personer är det viktigt att energiintaget är tillräckligt, att nattfastan inte blir för lång samt att proteinintaget är tillräckligt (Bauer & Diekmann, 2015). I NNR2012 har man ökat rekommenderat proteinintag för personer över 65 år samt rekommenderar ytterligare ökad andel som kompensation vid låga energiintag (Nordic Council of Ministers, 2014).

### *Från Linné till NNR 2012*

De enkla kostråden har tagit sig olika uttryck genom tiderna som visas i detta kapitel från Carl von Linnés tid fram till vår tid. Samtidigt finns många gemensamma nämnare. Kostråd som förespråkar minskad köttkonsumtion och en kost baserad på större andel vegetabilier har återkommit i flera av de källor vi beskrivit här; Ekberg 1899, Basmatspyramiden i Hemmets kokbok 1978, WCRF 2007 samt i NNR 2012. Måttfullhet och stabil vikt är också något som förespråkas i flera av källorna; Linné 1733, Thorild 1834, Hagdahl 1896, Hemmets kokbok 1965, Danska kostkompasset 2009, samt föreslås i de kommande svenska kostråden. Vatten som dryck förespråkas också i flera av källorna. I Linnés råd handlade det om att motverka brännvinskonsumtionen. På senare tid har vatten som dryck förespråkats för att ersätta energigivande drycker bland annat med tanke på viktbalans.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Vårt intresse för enkla kostråd och deras potential i ett hälsofrämjande arbete har förstärkts i diskussioner med våra egna studenter inom olika kostvetenskapliga och folkhälsovetenskapliga utbildningar. Den senaste tiden har vi i dessa diskussioner märkt att man ibland likställer vitt mjöl och andra raffinerade spannmålsprodukter med socker och sötsaker. Fullkornsrådet men också formuleringen i NNR2012 (Nordic Council of Ministers, 2014) att man hittar ökad risk för sjukdomar och viktuppgång *i samband med kosten med läsk, godis, vitt mjöl...* kan ha bidragit till denna missuppfattning. Helt klart finns vetenskaplig grund för att fullkorn har gynnsamma effekter på hälsan och att ett ökat intag bör rekommenderas. Men, vitt bröd och vanlig pasta ska inte likställas med socker eller godis eftersom vitt bröd och pasta även ger andra näringsämnen utöver snabba kolhydrater. Dessutom konsumeras vitt bröd och pasta tillsammans med andra livsmedel och det är den kompletta måltidens och den totala kostens sammansättning som har betydelse.

Jämfört med de tidigare fem positiva kostråden ger de föreslagna nya kostråden en helhetsbild som har förutsättningar att stärka hälsofrämjande val. Vi ser med spänning fram mot hur dessa slutligen formuleras. För, att ge enkla kostråd är inte enkelt!

### Referenser

- Bauer, M., & Diekmann, R. (2015). Protein supplementation with aging. *Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care*, 18, 24-31.
- Berg, C., & Bertéus Forslund, H. (2015). The influence of portion size and timing of meals on weight balance and obesity. *Current Obesity Reports*, DOI: 10.1007/s13679-015-0138-y.
- Ekberg, f. Nilénus, A. (1899). *Hvad skola vi äta?* Stockholm: Gustaf Chelius.
- Fridén-Abelson, I., & Törnblom, K. (red.) (1965). *Vår dagliga kost. Hemmets kokbok*. Fackskolan för huslig ekonomi, Uppsala: PA Nordstedt & söners förlag.
- Hagdahl, Ch. E. M. (1896). *Kok-konsten som vetenskap och konst*. Faksimil av andra omarbetade upplagan utgiven 1896 av Nordstedt & Söners förlag. 1963 Joh. Enschede en Zonen, Haarlem, Nederländerna.
- Hansson, T. (red.) (1946). *Nutidsmat och hembushållning. Husmoderns bok*. Stockholm: Bokförlaget Natur och kultur.
- KFs provkök (1978). *Vår kokbok* (12., omarb. uppl.). Kooperativa förbundets provkök. Stockholm: Rabén & Sjögren. ISBN 91 29 52025 8.

## Sjöberg och Gripeteg Enkla kostråd förr, nu och i framtiden

Livsmedelsverket (2005). *Svenska näringsrekommendationer. Rekommendationer om näring och fysisk aktivitet.*

Hämtad 2015-02-04 från [http://www.slv.se/upload/dokument/mat/rad\\_rek/SNR2005.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/mat/rad_rek/SNR2005.pdf).

Livsmedelsverket (2007). *Fiskekonsumtion – risk och nytta.* Livsmedelsverkets rapportserie nr 22/2013.

Hämtad 2015-03-13 från

<http://www.livsmedelsverket.se/sok/?q=Fiskekonsumtion+%e2%80%93+risk+och+nytta>.

Livsmedelsverket (2012). *Riksmaten vuxna 2010-11. Livsmedels- och näringsintag bland vuxna i Sverige.* Hämtad 2015-03-13 från [http://www.livsmedelsverket.se/globalassets/matvanor-halsamiljo/kostrad-matvanor/matvaneundersokningar/riksmaten\\_2010\\_20111.pdf?id=3588](http://www.livsmedelsverket.se/globalassets/matvanor-halsamiljo/kostrad-matvanor/matvaneundersokningar/riksmaten_2010_20111.pdf?id=3588).

Livsmedelsverket (2013). *Synen på bra matvanor och kostråd - en utvärdering av Livsmedelsverkets råd.* Livsmedelsverkets rapportserie nr 22/2013. Hämtad 2015-03-13 från <http://www.livsmedelsverket.se/sok/?q=Synen+p%e3%a5+bra+matvanor+och+kostr%e3%a5d+>.

Livsmedelsverket (2014). *Råd om bra matvanor. Risk- och nyttohanteringsrapport (Remissversion).* Hämtad 2015-02-04 från Kostråd hanteringsrapport remissversion 141217, dnr 2014-40985.

Livsmedelverket (2015). *Vuxna. (Åt bra och må bra, både nu och i framtiden! Livsmedelsverket har satt ihop några råd som hjälper dig att leva hälsosamt.)* Hämtad 2015-03-13 från <http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/vuxna/>

Mente, A., de Koning, L., Shannon, H. S., & Anand, S. S. (2009). A Systematic Review of the Evidence Supporting a Causal Link Between Dietary Factors and Coronary Heart Disease. *Archives of Internal Medicine*, 169 (7), 659-669.

Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri (2009). *Kostkompasset.* Hämtad 2015-02-04 från <http://www.noeglehullet.dk/services/Soeg/Soeg.htm?q=kostkompasset&s=1>.

Nordic Council of Ministers (2004). *Nordic Nutrition Recommendations 2004 – Integrating nutrition and physical activity.* Copenhagen: Nordic Council of Ministers.

Nordic Council of Ministers (2014). *Nordic Nutrition Recommendations 2012. Integrating nutrition and physical activity.* Copenhagen: Nordic Council of Ministers. Hämtad 2015-03-13 från <http://www.livsmedelsverket.se/sok/Search/?q=Nordic+Nutrition+Recommendations+2012.+Integrating+nutrition+and+physical+activity>.

Sjöberg, A., Hallberg, L., Höglund, D., & Hulthén, L. (2003). Meal pattern, food choice, nutrient intake and lifestyle factors in The Göteborg Adolescence Study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 57 (12), 1569-1578.

Thorild, T. (1834). *Handbok för omtänksamma hushåll i Diäten, eller i hvad som rörer hellsans vård för både föräldrar och barn.* Strengnäs: Carl Erik Ek.

Uggla, H., A. (1958). *Caroli Linnæi Diæta Naturalis 1733.* Uppsala: Almqvist & Wiksell.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

von Dalin, O. (1767). *Witterhets – Arbeten I-V*. Stockholm: Carl Stolpe.

WCRF/AICR, World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. (2007). *Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer: a Global Perspective*. Washington, DC: AICR.

Hämtad 2015-02-04 från <http://www.wcrf.org/sites/default/files/english.pdf>

Willett, W. C. (2014). Diet, nutrition, and cancer: where next for public health? Stewart & Wild (Eds.), *World Cancer Report 2014*. IARC, International Agency for Research on Cancer / WHO Press. ISBN 978-92-832-0429-9.

Åkerström, J. (1952). *Prinsessornas nya kokbok*. Stockholm: Albert Bonniers förlag

**Keys to open the household 'black box' for a greener society.  
Exploring everyday practices for sustainable development**

*Helena Shanahan*<sup>1</sup>

The 'black box' has been widely used as a metaphor for non-transparent processes, considered unimportant or difficult to explore. It is most well known for expressing the behaviourists' disinterest in people's reflections on and power to change their own behaviour. Already in 1986 Anne Murcott (1986), British sociologist, used the 'black box' metaphor to raise attention to the necessity to examine the social organisation of the household in order to understand home-based food behaviour. The case today, as when Murcott wrote her article, is still that "what goes on in the households is often assumed rather than analysed" (Ibid p 87).

There is also the tangible 'black box' in aeroplanes, lately also in land vehicles, giving vital information after an accident has occurred. Both meanings of 'black box' could, in fact, be used as a metaphor for the message this article wants to communicate. The former meaning of 'black box' symbolises the unwillingness of mainstream environmental behaviour research (Gardner & Stern, 1996) to recognise the complexity of everyday life in the household and its implication for changing towards more environmentally friendly behaviour. The latter meaning is the vital information we could decode about how the accident – an environmental collapse - could have been avoided, if we had made a greater effort in understanding mechanisms of change in everyday life.

The point of departure for this article is, however, positive. The main purpose of the article is to report and discuss methodological experiences of a decade-long effort to study household environmental behaviour as it has culminated in our most recent theme; food habits and environmental impact (Shanahan, Carlsson-Kanyama & Pipping Ekström, 2002). Previous studies have covered food habits and electricity consumption (Shanahan, Jonsson & Renström, 1995; Ekström et al., 1996), purchase behaviour related to environmental issues and household waste management (Shanahan & Säljö, 1993; Åberg, 2000). The ultimate purpose of these research efforts is to generate understanding and knowledge of how to support households in changing consumption patterns

---

<sup>1</sup> Helena Shanahan, professor emerita, Department of Food, Health and Environment, University of Gothenburg, Sweden.

towards more ecological sustainable ones. Such information is necessary in order to develop effective environmental policy. The research discussed in the article addresses food habits in the widest meaning, including food acquisition, food storage, preparation and serving in the households, and related waste management. This chain of events, in the true sense life-supporting, is often considered trivial and common knowledge. Human ecologists studying households and families believe differently. They are convinced of the urgency to understand and generate knowledge about household processes for a development leading to less environmental deterioration (Bubolz & Sontag, 1993; Engberg, 1996; Paolucci, Hall & Axinn, 1977).

### Definitions

A household<sup>1</sup> is usually defined as a unit consisting of one or more persons, in which the activities aim at creating the possibility for immediate fulfilment of human needs. In this article a household is a group of persons, consisting of one or two adults with or without children. The household can be looked upon as a corporate unit of interacting, interdependent personalities who have a common theme and goals, have a commitment over time, and share resources and living space (Hook & Paolucci, 1970).

Production and consumption are often defined as each other's opposite: producing meaning to create and consuming to use or expend or even destroy (Goldsmith, 2000). Households in modern society have been looked upon as polluting consumption units, using products at the 'end of the production chain'. However, households are also production units although the industrial society has failed in estimating the value of this production (Ingelstam, 1997).<sup>2</sup>

Economists define consumption simply as the exchange of goods in the market. But many consumption practices do not involve financial exchange in the market. A substantial amount of resources are used outside the formal economy. Lately, there has been an explosion of interest in several branches of social science in the study of consumption as a set of social and cultural activities (Campbell, 1987; Gronow & Warde, 2001; Miller, 1995; Murphy, 2001 & Warde, 1997). Warde (2001) defines consumption "as a set of practices which permit people to express self-identity, mark attachment to social groups, accumulate resources, exhibit social distinction, ensure participation in social activities, and more things beside" (Ibid p 1).

An ecologically grounded definition of consumption takes as a starting point human material provisioning and the draw on ecosystem services (Princen,

1999). These perspectives need to be integrated into the conventional view of consumption as the material throughput of resources with an understanding of the political, social and cultural significance of these practices. Princen (1999) claims that consumption is a natural act, necessary for organisms to survive.

Resource management in the household can be defined "as a comprehensive process involving the attainment, creation, coordination and use of resources for meeting goals and realizing values" (Sontag & Bubolz, 1996, 32). Decision-making is a part of resource management, and is a conscious process of choosing among alternative courses of action taking place, repeatable through management processes. There is a growing consensus today that consumption does not originate merely from rational choices and fulfilling of basic needs. Households and consumers are not rational and egoistic welfare maximisers in the way economists have suggested (Murphy, 2001). However, they purposefully achieve particular goals, solve problems and respond to change in the environment (Pennartz & Niehof, 1999).

In everyday life, minor decisions often develop into habits and routines. These are guided by earlier experiences. We do as we are used to doing since it has functioned well before. Actions are carried out in an almost automatic fashion without deep reflection. To change everyday habits can be difficult. Awareness or knowledge of the problem the habit can cause, such as environmental degradation, has shown to be far from enough to motivate change. Neither positive attitudes, intentions to change, nor available resources to enable a change can necessarily be used to predict change (Biel, 1996; Biel, Larsson & Gärling, 1999).

### **Households as part of the greater ecological system**

Households are life support systems continuously exchanging resources with the environment for survival and well-being (Hook & Paulucci, 1970; Bubolz & Sontag, 1993). In doing so, households draw upon resources from the environment/natural ecosystem. Household activities take place through the interface of available technologies, societal changes and household demands and habits (Uitdenbogerd, Brouwer & Groot-Marcus, 1998). These processes impact on the environment in several ways. For example, resources are needed for production of consumer products and services, and for the use in everyday life in households as well as for the treatment of waste generated by the household (Noorman & Uiterkamp, 1998). The impact on the environment can be expressed in energy use or emission of greenhouse gases (Carlsson-Kanyama, 1999; Heiskanen & Pantzar, 1997). It has been estimated that Swedish house-

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

holds cause almost half of all the emissions in Sweden (Swedish Environmental Protection Agency 1997). Food habits are of particular interest. In converting household consumption into energy use, food may count for up to one third of the total (Carlsson-Kanyama, 1999). These figures are based on the whole life cycle of foods, from the “cradle” to the shelf in the shops. Since as much as two thirds of the energy consumed for food supply is indirect, attention should be paid to food choices (Uitdenbogerd, Brouwer & Groot-Marcus, 1998).

Most life cycle assessments (LCA) stop in the retail phase, often referred to as the end of the chain. However, in the global ecological system there is no end and practices in the household urgently need to be explored and analysed. Greater attention is needed for approaches such as 'the user perspective' focusing on the use of products and services in everyday life (Butijn, Groot-Marcus, van der Linden, Steenbekkers & Terpstra, 2002); 'the household metabolism', focusing on the transformation of resources in households (Noorman & Uiterkamp, 1998), and 'the integrated product policy perspective' focusing on products' 'life cycle' from raw material extraction to consumption and beyond (Niva & Timonen, 2001). Pennartz and Niehof (1999) also highlight the need to study “the domestic domain” for understanding sustainable development.

### **Taking up the challenge of opening the ‘black box’**

In order to generate understanding and knowledge of how to support households in changing consumption patterns towards more sustainable ones, research is needed on everyday practices. Such research should capture what people say they do, what they actually do, their feelings, motives and reflections and their ability and opportunity to change. In short, the 'black box' must be opened! The challenge of carrying out such household research has been taken up during the last decade at the Department of Home Economics<sup>3</sup> Göteborg University.<sup>4, 5</sup> Since everyday life is a complex of interlocking processes and, besides that, people's private sphere, the relevant research requires specific approaches and tools, and involves a number of methodological problems (Ellegård, 2000; Palojoiki, 1997).

We have used a human ecological approach (Bubolz & Sontag, 1993) with the household as the unit of analysis, although individual members and dyads have also been studied. The focus has been the interdependence between the household and its environment, which necessitates an interdisciplinary approach.<sup>6</sup> Using such an integrated approach, an explorative qualitative design

has been most relevant. Most projects have also included quantitative components, above all when it comes to measuring outcomes of behaviour, such as electricity consumption, waste weights or life cycle energy inputs. In all studies, informal interviews, more or less structured, have been carried out in the home, which also has facilitated on-site observations. Diaries and records kept by the households have also frequently been used.

Research projects have mainly been descriptive case studies. However, the researchers are committed to the human ecology value position of "human betterment" (Bubolz & Sontag, 1993; Engberg, 1996): as the end towards which individuals and collectives should strive, therefore interventions in order to change behaviours have been part of most projects. In order to evaluate these, much emphasis has been put on the development of methodology.

### **Changing food habits towards more sustainable ones**

During this decade-long effort in carrying out research on household environmental behaviour, a methodology has evolved. In the most recent research, a series of studies<sup>7</sup> with the theme; food habits and environmental impact (hereafter called the FHEI-project) approaches and methods have been refined and employed in our attempts to open the 'black box' of the household (Shanahan, Carlsson-Kanyama & Pipping Ekström, 2002; Carlsson-Kanyama, Pipping Ekström & Shanahan, 2003). This explorative and longitudinal project was started in 1998 and continued up to the end of 2001. Ten urban households of similar socio-economic characteristics were selected for the project. All the households had children of ages from one year to eleven years. All, except one, were two-parent households. The parents, were all in their mid 30-ties at the beginning of the project, and all had college education. Then men worked full time in a greater extent than women. One woman was unemployed and one studied. They lived in apartments, with one exception.

In Figure 1, project phases, purposes and methods are shown. The overall purpose of the first phase was to describe management processes, and covered shopping, transporting, preparing and serving as well as cleaning up and waste handling. Methods used were households' assessments and records, interviews in the homes and inventories in shops. In the second phase the environmental impact of the households' food habits was analysed. The analysis was made in terms of life cycle energy inputs for food consumed. In the third phase, the households participated in an experiment to implement diets with low life cycle energy inputs, based on data on their own food consumption from phase one. Long-term effects of the participation in the experiment were evaluated in



Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

interviews and by the households' own assessments in phase four, after one year.

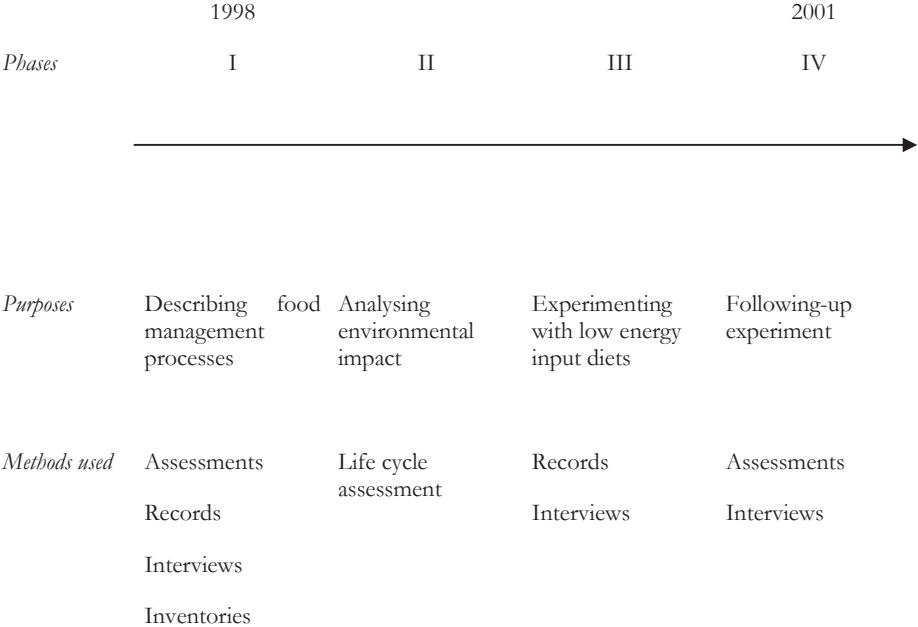


Figure 1. Evolving phases, purposes and methods of the FHEI-project

**The household - the unit of analysis**

Central in a human ecological approach is the use of the household/family as the unit of analysis. Although there is an emphasis on fulfilling individual needs and wants in the post-modern society, perhaps reflected in the increasing number of single households in the rich part of the world, research shows that the interaction in the multi-membered household is crucial for understanding resource management (Bubolz & Sontag, 1993; Sontag & Bubolz, 1996; Åberg, Dahlman, Shanahan & Säljö, 1996ab; Pipping Ekström & Shanahan, 1999). In fact, it is questionable if any decision in such a household can be considered to be individual. It is also shown that establishing new habits is a cooperative endeavour, not necessarily democratic, but involving interactive processes among household members. This interaction strongly affects the outcome, for example whether or not to establish new green everyday habits.

Another argument for using the household as a unit of analysis is simply that resources, such as, for example, as food and electricity, are used cooperatively. Similarly, the generation of waste cannot be traced to an individual member. Research has also indicated that there is an interesting economy of scale related to resource use and household size (Åberg, 2000; Calrsson-Kanyman & Boström-Carlsson, 2001). One could claim that calculation of per capita consumption of resources, although seldom questioned, is not very valid.

Impinging on people's private spheres, as in studying household behaviour, always raises ethical concerns. The researchers must be sensitive to respondents' feelings of integrity. Households should not be identifiable from documents produced in the project. In publications from the FHEI-project fictive names have been used and households' composition has been masked by giving children different sexes and or ages when this has not been important for the analysis. Before publishing, the households have always been offered the opportunity to read and approve the texts. When using photos of people or interiors of people's homes, the same procedure has been followed.

### **A qualitative approach supported by quantitative measurement**

A qualitative and explorative approach is most relevant for our research in studying household food habits related to environmental issues. We emphasise the necessity of being open-minded and prepared for surprises in searching for the understanding of complex interactions in the household ecological system. Central in our work is to explore how household practices are undertaken in relation to the everyday social context. A qualitative approach is also particularly useful in understanding perception, motives, meanings, values, goals and processes. Methods and themes for the FHEI-project are summarised in Table 1.

Table 1. Summary of research methods and themes

<i>Methods</i>	<i>Themes</i>
Interviews	Food habits and environmental issues
Records	Food purchases
Diaries	Meals served in the household
	Meals served outside
	Waste generated
	Time/place
	Transport
Assessment	Attitudes to food
Checklists	Environmental behaviour
Eco-maps	Decision-making
	Resource exchange
Life cycle assessment	Environmental impact of food
Inventories	Supermarkets

### *Interviews*

In-depth interviews were held in the home on three occasions: at the beginning of phase I and at the end of phases II and IV. Besides carrying out the interviews in a relevant context this provided opportunities for on-site observations. The interviews, having the character of informal talks, were usually based on the households' own recording of attitudes and interests and behaviours. The interviews were unstructured; there was only a list of themes of what to cover as a guide for the interviewer. Interviews were recorded on tape and usually transcribed in full.

Although the household is the unit of analysis in a human ecological approach, it must be recognised that the household is made up of individuals of different personalities, sexes, ages and personal preferences. One problem for household researchers to tackle is how the interaction between household members can be studied. One way out is to let one person become the "spokesperson"

for the rest of the household, which is a commonly used (Palojoki, 1997). We chose a different approach. All household members were usually invited to participate in the interviews. However, there were sometimes difficulties in bringing all family members together at the same time. Our ambition was that both adults, in the households of such composition, should be present. This made it possible to study relational interaction and get the spouses' different perspectives on the issues discussed.

Interviewing in people's homes can involve much disturbance such as tired children, phone calls, food cooking schedules and TV programmes. Generally, however, our experience is that households, in spite of their busy lives, enjoyed participating in the interviews and willingly let us into their homes. The interviews usually lasted about one hour, sometimes shorter.

#### *Records kept by the households*

The use of diaries kept by the households was equally as important as the interviews in the methodological approach used. The diaries used were based on the work of Ekström (1990) in developing methodology for gathering data on food habits in households. The diaries covered time, number of portions, ingredients in dishes, drink, storage, preparation methods and "origin" of foods. Meals eaten outside the household were also registered. During the same period, the households also weighed their waste. Moreover, receipts were kept in order to record food purchases. Receipts usually indicated if the product was green-labelled. This information thus became an important complement to the information gathered in the interviews. When no receipt was obtained, purchases were separately recorded.

The households also kept time diaries. Time, activities, place, social interaction, and transport were recorded for one week by a time-geographic method (Ellegård & Nordell, 1997). The adult members of the households recorded individually in small notebooks when, where and with whom they carried out activities. The level of details reported when keeping diaries varied among the households according to interest and ability. The analyses were done by a computer programme (Ibid) making it possible to study time used for different main categories of activities such as food related household activities, as well as sub-activities such as food shopping or food preparation, movements and mode of transport, places and social interaction. Time-paths of the individuals' movements between different activities and places could also be drawn with the help of the computer programme. The analyses were received with great

interest by the households, sometimes with surprise about how they spent their time.

Keeping records such as these diaries involves much work for households. Before embarking on this it is necessary to build up a good rapport. It was also necessary to compensate the work in one way or another. In the FHEI-project the households received cash payment.

### *Assessments done by the households*

Checklists were given to the adult household members to fill in individually in order to study frequency of green behaviours, perception of influence in decision-making related to resource use and division of labour in the household, as well as attitudes and interest related to foods and food preparation. Some lists were administered at different points in time in order to measure if any change had occurred in attitudes and frequency of behaviour. Some of the scale items and structured questions had been used in large national representative studies, making it possible to compare our results with the results from these studies (Bennulf, 1996).

In order to study resource exchange between the household and socio-economic systems in the environment, the households were asked to draw so-called 'eco-maps'. The maps show types and directions of flow of various resources into and out of the household system. They were also asked to illustrate the strength of relationships (Hartman, 1981; Holman, 1983; Sontag & Bubolz, 1996). The purpose of constructing such maps is to identify formal systems (eg, hierarchical systems, structured and highly organised, such as school, work, supermarkets and banks), semiformal systems (eg, more flexible systems, often with the members' own unpaid work input, such as cooperatives, sport clubs and other special interest organisations) and informal support systems (eg, family, friends, neighbours) in the environment with which resources are exchanged by the household.

### *Life cycle assessment*

Life cycle assessment (LCA) in terms of energy inputs were computed for about 300 food items commonly used in the households, in order to assess environmental impact (Carlsson-Kanyama, Pipping Ekström & Shanahan, 2003). Data for enabling parts of the analyses had already been collected (Carlsson-Kanyama, 1999). However, for the FHEI-project the first step was

to trace origin of ingredients, place of production and storage time for food items commonly available at Swedish retailers in order to calculate energy inputs. The system boundaries excluded production of capital goods such as machinery and buildings. Packaging materials, waste treatment, transportation from retailer to the households and dishwashing were also excluded.

### *Inventories*

An inventory of the availability of eco-labelled food products in the local shops in the households' location was undertaken. The purpose of this inventory was to analyse the opportunities for the households to buy eco-labelled food products. The inventory was based on the commonly used food products the households had recorded in their food diaries. Environmental policies of the shops and knowledge of their staff were also investigated.

### **Participatory and experimental**

To advocate for households is a commitment in the human ecological tradition (Vaines, 1992). This often implies that households are actively involved in the research processes. Our research process was both participatory and action oriented (Engberg, 1996, 2000; Reason & Bradbury, 2001). The interaction between researchers and households was intensive. We met the households seven times in their homes. The development of the research instruments was made in cooperation with the households; checking that concepts were understood, instructions on how to record clear, and forms easy to fill in. Instruments were often revised after the consultation with the households. The households became co-participants in the research process.

Central to action research is the implementation of experiments in the field rather than in the laboratory. In line with this tradition, practical outcomes are also important. In order to contribute to change, in our case towards the development of everyday habits impacting less on the environment, our research projects have covered such components. In the third phase of the FHEI- project, households participated in a 'live experiment' in trying to implement a diet with less life cycle energy inputs. Based on the data gathered previously in the project and discussion which followed with the households, a manual was developed as an aid for reducing life cycle energy inputs of food consumed. The manual contained a list of rule of thumb, Shown in Figure 2, of what to do and what to avoid with the purpose of helping the households to plan low energy input food.

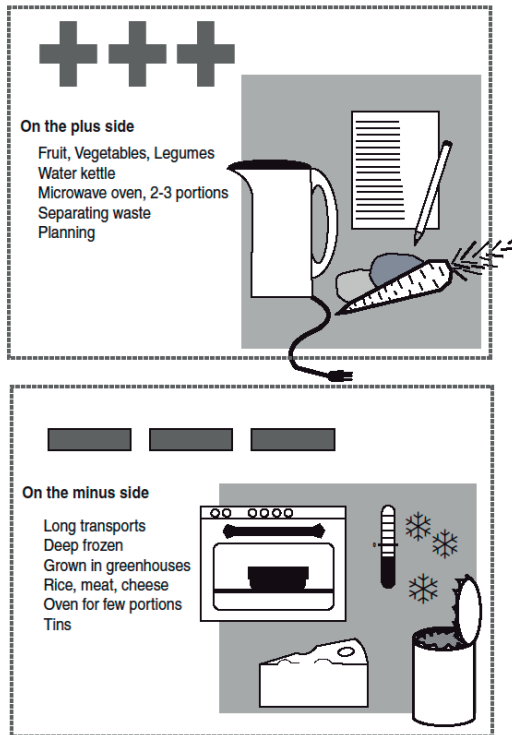


Figure 2. Rule of thumb for planning low energy input food

Examples of what to do were: eat more fruit, vegetables, tubers and legumes; use a water kettle for heating water and a microwave oven for preparing food (not more than 2-3 portions); separate waste; and plan what to eat and shop in advance. Examples of what to avoid were: deep frozen and tinned food and products that were grown in greenhouses and/or transported long distances. Also on the list were: cut down consumption of rice, meat and cheese; and avoid oven-cooking for a small number of portions.

Examples of meals with high and low energy inputs based on the households own registrations were also included. As examples, two different meals are shown in Figure 3. The meal in which pork, French fries and vegetables, prepared from deep frozen vegetables, served as main dish and canned fruit as desert requires 8.9 MJ life cycle energy input, while the meal consisting of legumes, potatoes and vegetables grown on open land and fresh local fruit

requires only 2.8 MJ. The manual were also included a collection of recipes for low energy dishes.

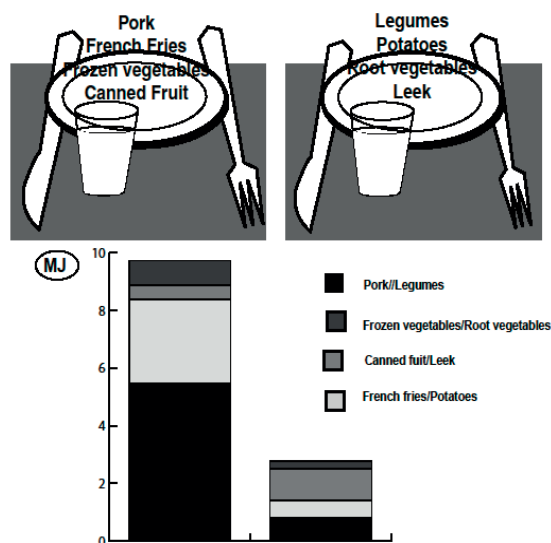


Figure 3. Meals with high and low energy inputs

The experiment lasted for one month. For two weeks during this month the households kept a food diary, as described earlier. They also listed meals eaten outside the home, weighed their waste, and saved receipts of food purchases. When the households' records were collected at the end of the experiment, an interview was held with each focusing on their experiences during the implementation. At the same time households were asked about the preferred method of feedback: yet another visit to their home, a joint meeting with the researchers, or a written report. Most preferred a written report, and this was sent to each household within six months. In the report, information was given on estimated weights of food consumed and the life cycle energy inputs during the two record-keeping periods, one initially in the project and the other one during the experiment. Each report also contained advice to the individual household about how to cut down energy input in their diet. Finally, the households were interviewed after a year with the purpose of exploring what were the long-term effects of the experiment.



### **Looking into the household 'black box'**

Since the purpose of this article is to report and discuss our methodological approach, only some selected findings will be included to illustrate our points.

#### *Dynamic processes*

By using a human ecological approach we were able to study the dynamics of the household system; the interaction between the members as well as between the household and its environment. We saw different patterns of interaction between household members with implication for changing food habits. Most successful in changing towards a low life cycle energy diet were the households in which both adults shared pro-environmental values and were committed to change. In one household such a pattern was very evident and every opportunity for trying a new more eco-sound opportunity was taken. In another household, where at the start of the study there was a gap between the spouses personal values and commitment, this became smaller in the course of time, and more environmentally food habits were established (Shanahan, Carlsson-Kanyama & Pipping Ekström, 2002). In yet other households the pro-environmental spouse had rescind, resulting in a status quo. There can of course be many other causes, more than interaction between the spouses', such as a general change in living conditions for the households. A contributing cause for less commitment in two households was a change in the women's work career. For one woman that meant starting to commute far, and for the other a new, more demanding job.

Children also influence households' environmental behaviour. Becoming a parent can in itself trigger pro-environmental behaviour (Pipping Ekström & Shanahan, 1999). Households in the FHEI-project often put forward the desire to act environmentally friendly for the sake of the children. In some cases, school-age children also communicated to their parents what they learnt in school related to environmental questions and presses for implementing new habits at home.

#### *Environmental interaction*

When analysing the eco-maps we got a picture of the households' interaction with the socio-economic environment as they experienced it. What is striking is the great importance the households assigned to informal support systems for coping with everyday life. Also remarkable was that resource flows related to information only constituted ten per cent of all the resource flows the house-

holds had drawn on their maps. This unawareness or deliberate cut off of information, points at the difficulty to reach households with information with the purpose of creating change of everyday food habits.

The feedback reports verify this phenomenon. Although the households had been intensively involved in the experiment, and most of them had chosen written information as feedback, they said in the interviews, a year later, that they had not paid much attention to the reports which were sent to them by mail about half a year after the experiment. However, a remarkable finding was that several households had switched to food habits demanding less energy inputs, although they did not realise this, saying their food habits were the same as before the experiment. Moreover, they said they had not particularly tried to follow the advice that also was included in the feedback report, although there were indications on the contrary. Nevertheless, another mode of feedback, could have had a better effect.

### *Complexity of food provision*

The analysis of the time diaries revealed a complicated interplay with the everyday context and household members' time use. Food provision was a dominating project in the households' lives, interconnected with many other activities: shopping on the way home from work, preparing dinner whilst playing with the children, or disposing waste at the recycling station on the way to the communal laundry. This points to the complex process of changing everyday food habits. Moreover, shortage of time in households with small children was obvious. Eco-sound food habits are not necessarily more time-consuming but changes require conscious decision-making which can be both time-consuming and mentally exhaustive. A common opinion among the households was that planning what food to serve was hard. One conclusion drawn from the inventory of eco-labelled food products in shops was that if the households wanted to buy most of their food supplies eco-labelled they would have to shop in several different places. That takes time and effort!

### *Environmental actions*

Checklists were easy to use in order to collect data and were a good complement to qualitative data. If administered individually, they also yield interesting information on similarities or differences in household members' perception of the issues in question. Contrary to previous research (Lindén, 1994) women in our households were not found to carry out environmental actions more

frequently than men. Division of labour in this respect seemed, in other words, democratic. The same picture was obtained when analysing individual answers about who is deciding about environmental practices in the households. However, looking specifically at practices related to food provision, it appeared that women were more involved. Generally, frequencies of environmental actions were slightly lower compared to results from national studies (Bennulf, 1996). After three years, the frequency of environmental actions were the same in four households, had gone slightly down in three, but increased in the three remaining households.

### *Environmental impact*

The calculation of life cycle energy inputs based on the food diaries gave dramatic illustrations of how energy inputs in diets can vary. The amount of meat consumed was a key issue for determining the total energy use during the life cycle of a diet. Meat of some kind was consumed by all households but the frequency varied as some households eat meat several times per day while others eat meat only a few times per week. The findings clearly indicated that the consumption of pork dominates; followed by beef. An alternative for the households to lower the energy requirements of their diets will undoubtedly be to reduce meat consumption. The data from the LCA became important demonstration and inspiration material in phase III, the experimental phase, as shown in Figure 3.

Our experience from the LCA is that the system boundaries need to be re-evaluated for future projects. The system boundaries excluded packaging materials, waste treatment, transportation from retailer to the households, and dishwashing. Such factors ought to be included since they are factors consumers have the opportunity to affect, depending on their choices. In our discussions with the households, we noticed an interest in how different choice of products with different packaging materials and/or different waste management in the household would effect the total life cycle energy inputs of their food habits. Unfortunately we could not answer this. During the analyses it became apparent that the data about energy use for cooking were weak and that cooking could contribute substantially to life cycle energy inputs for staple foods (Carlsson-Kanyama & Boström-Carlsson, 2001). Our experiences thus point to a great need for more complete LCA, for which detailed information on the household level is needed.

Generally, the households were able to lower energy inputs, in some cases as much as 35%. Among the changes of most importance for lowering energy

inputs were less meat, more vegetables and fruits, and especially vegetables grown in the open, and more fowl, eggs and fish, but also an increased consumption of legumes (Shanahan, Carlsson-Kanyama & Pipping Ekström, 2002).

### **Methodological reflections**

In using a combination of qualitative and quantitative methods, we believe we obtained a truer picture of food resource management in the households than we would have done using only data gathered for testing of relationships or just reporting actions as related by the households. Our results cannot of course be generalised to populations of households but give us valuable insight into understanding of such processes.

### *Triangulation*

Comparing and integrating data from different sources is referred to in social science research as triangulation (Silverman, 2001). This is a method we used in the analyses of the everyday phenomena we studied. For example, the households' answers on checklists were compared to answers in interviews on waste management behaviours, on the one hand, and the reports they kept when weighing different types of waste, on the other hand. In this way we got a comprehensive picture of how they managed their waste. Moreover, there was great unanimity of the data from these three sources of information. In other words, they seemed to do what they said they were doing. For example, all the households which indicated on the checklist that they were always composting household waste (eight of the ten participating households) have recorded realistic weights throughout the registration period. The interviews confirmed their waste behaviour and yielded complementary information on how they were going about the separation of different types of waste as well as their reflections and attitudes.

Similarly, looking at the results from different methods of investigating purchases of eco-labelled food products we obtained a fuller picture of this phenomenon. The collected receipts, with indications if products bought were eco-labelled, were compared with answers on checklists. The interviews, building on the reported frequencies and gathered receipts, added understanding of reasons for buying or not buying, or showed inconsistencies as reflections and feelings were put forward. Conditions in the environment were often mentioned: limited supply in the shops, bad quality, too high prices, as well as

personal distrust in labelling or differences in attitudes between the family members.

### *Validity and reliability*

Although validity and reliability are concepts that have been developed and are of concern in quantitative research, and do not apply to explorative approaches, some reflections will be given here. In qualitative research, at the start, you have not decided what to measure, and the purpose is not that the researcher should be exchangeable (Widerberg, 2002). However, the use of both qualitative and quantitative data gives the possibility to validate data obtained. From the analyses above we can conclude that our methods yielded valid and reliable data related to both waste management and purchase behaviours.

In using an ecological approach focusing on the connective relationship between human action and contextual setting, information is needed from a great number of variables. The greater the number of variables studied, the better the chance of obtaining an ecologically valid picture of the everyday reality in the household (Sontag & Bubolz, 1996). It is also of crucial importance to study household activities in their natural, everyday settings (Tuomi-Gröhn & Palojoki, 2000). Carrying out such research, as our ambition has been, is resource-demanding in many ways. It also requires cooperative, well established households willing and able to participate over time. This in itself could give a severe bias to the results, which can never be generalised to other households or populations of households. However, we are able to make some analytical generalisations about how households can be supported for more ecologically sustainable behaviours, which is the ultimate purpose of our research.

### **Exploring everyday life in households for a sustainable society**

In their important task to sustain life for their members, households are major actors in the ecosystem. It is becoming increasingly recognised that their collaboration is necessary for the development of a sustainable society. Our research reveals that households are active resource managers. Every family develops a set of rules to guide its members' actions. In households, there are dynamic continuous processes of negotiating, calculating and balancing in order to fulfil the everyday needs of household members. Each household develops its unique way - for the household, rational strategies - in response to

the demands of everyday life. Establishing new habits as well as maintaining existing ones is based on previous decisions and positions taken. The patterns of actions are also a result of the interaction between household members and possibilities and limitations of their surroundings.

The research reported in this article is a response to the challenge to provide information on household resource management behaviour related to food in the context of everyday life, recognising complexity in human and environmental interaction. Our main methodological approach has been to combine self-reported data through assessment techniques and informal interviews with calculation of environmental impact. By doing so we focused on the interaction between family members and the interconnectiveness of the household and other environmental systems. These dynamic processes would not have been possible to capture just studying individuals apart from their household environment (Biel, 1996; Grankvist, 2002), nor using models based on causal linear relationships (Ajzen & Fishbein, 1980; Ajzen, 1991). Neither has estimating resource use and behaviour by using rough economic measures like GNP and levels of living surveys, gathered through questionnaires or telephone interviews, yielded satisfactory data (Alfredsson, 2002). Instead of trying to predict behaviours in a positivistic fashion through using various aggregated measures we have tried to understand the households' ability and opportunity for changing everyday habits towards more environmentally sound behaviours.

To conclude, our research on food habits and environmental impact clearly shows that to understand how everyday habits can be changed, deep insight into the complexity of everyday life is required. A variety of methods needs to be employed to capture the dynamics of household resource management, as well as outcomes of behaviours and environmental impact. Food provision is a dominating project in everyday life interconnected with many other daily activities. A supportive and cooperative climate in the household is an important condition for change. Children have a strong influence. Planning and making conscious decisions demands mental energy and overcoming inertia. Moreover, feedback to households on the environmental impact of their own habits is a motivational tool for change but needs to be communicated to households in other ways than as written information. Changing food habits resulting in substantially less environmental impact can be obtained without drastic changes in the food culture (Carlsson-Kanyama & Lindén, 2001).

The methodological approach we suggest yields knowledge and understanding about resource management processes in the household. This involves the analysis of social organisation, as Murcott (1986) suggested; it includes the

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

study of the interface of technology, social change and the households' demands and habits (Butijn et al., 2002) and most importantly it includes the study of the household as an ecological system and how it connects with the vulnerable global ecosystem (Bubolz & Sontag, 1993). Limiting the study just to the study of values and attitudes of individuals apart from their everyday context will, however, still keep us in the dark and on the straight road to environmental collapse. In short, we need to open the household 'black box', throwing light on resource management processes and mechanisms of change. For this we need relevant research tools – the keys to the 'black box' - in order to explore these hidden research domains. The new insights we will gain will make important and essential contributions to the greening of society.

### Endnotes

1 The concept of household in the European tradition mainly involves the economic dimension while the emotional dimension is usually attached to the concept of family. In Sweden household covers both dimensions while for example in the United States the concept family is used similarly.

2 For example, household work amounts to nearly half of all the work carried out in Sweden. On the average Swedes spend 26 hours a week in household work. The corresponding figure for work in the labour force is 34 hours (Rydenstam, 1992).

3 Home Economics is still commonly used around the world. Human Ecology/Family Ecology have, however, become common names since the 1960s (Tengström, 1985). In 1994 the largest North American professional organisation changed its name from Home Economics to Family and Consumer Sciences.

4 Before 1997 the Department was named "Department of Home Economics and Crafts" and the University "University of Göteborg".

5 Human Ecology in Sweden is represented by two main traditions. The first, a century-old focus on resource management in households, is dealt with in this paper (Shanahan, 1998), and the second is of more recent origin. An example of the latter at the Göteborg University is *The Centre for Interdisciplinary Studies of the Human Condition* established in 1972 (Eriksson, 1995). In 1995 it developed into the *Department of Interdisciplinary Studies* with the sections *Human Ecology*, *Human Technology* and *Environment and Health*. The focus of the Department is the study of man/society and his/its environment. A central theme is the use of natural resources and their effect on human societies and environment (Follér, 1992).

6 The research projects have been carried out by researchers with backgrounds in human ecology, sociology, food science and nutrition and system ecology.

7 The studies were funded by the Research Council for Forests and Agricultural Research, the Swedish Council for Planning and Coordination of Research and the Swedish Environmental Protection Agency.

## Acknowledgements

I want to thank my colleagues for inspiring research work, especially Marianne Pipping Ekström and Annika Carlsson-Kanyama. I am also grateful to Linda Nelson, professor emeritus, College of Human Ecology, Michigan State University, who read the draft article and made valuable comments.

## References

- Åberg, H. (2000). *Sustainable waste management in household - from international policy to everyday practice. Experiences from two Swedish field studies*, Göteborg Studies in Educational Science 150. Göteborg University, Göteborg, Sweden.
- Åberg, H., Dahlman, S., Shanahan, H. & Säljö, R. (1996a). Towards sound environmental behaviour: Exploring household participation in waste management. *Journal of Consumer Policy*, 19, 54-67.
- Åberg, H., Dahlman, S., Shanahan, H. & Säljö, R. (1996b). Responding to Agenda 21 and the introduction of weigh based billing - a case study. *Journal of Consumer Studies and Home Economics*, 20, 63-81.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behaviour. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Ajzen, I. & Fishbein, M. (1980). *Understanding attitudes and predicting social behaviour*. Englewood Cliffs, New York: Prentice Hall.
- Alfredsson, E. (2002). *Green consumption, energy use and carbon dioxide emission*. PhD thesis, Umeå University, Sweden, Umeå.
- Bennulf, M. (1996). Miljöengagemanget i graven[Death to environmental concern]? In S. Holmberg & L. Weibull (Eds.). *Ett missnöjt folk[A discontent people]? Report 18*, 117-138. Göteborg: The SOM Institute.
- Biel, A. (1996). Väljer människor att agera miljövänligt[Do people choose to act environmentally friendly?]. In L. Lundgren (ed.), *Forskning om livsstil och miljö. Fråga, forska och förändra[Research on life style and environment. Ask, research and change]*, 54-66. Stockholm: Swedish Environmental Protection Agency.
- Biel, A., Larsson, M. & Gärling, T. (1999). Köpbeteendets psykologi - Miljömedvetenhet och vanor[The psychology of buying - Environmental consciousness and habits]. In K. Ekström & H. Forsberg (eds.), *Den flerdimensionella konsumenten - en antologi om svenska konsumenter[The multi-dimensional consumer - an anthology about Swedish consumers]*, 129-146. Göteborg, Sweden: Tre böcker.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Bubolz, M. M. & Sontag, M.S. (1993). Human ecology theory. In P. G. Boss, W.J. Doherty, R. LaRossa, W.R. Schumm and S.K. Steinmetz (eds.), *Sourcebook of family theories and methods: A contextual approach*, 419-450. New York: Plenum.

Butijn, C. A. A., J. P. Groot-Marcus, M. van der Linden, L. P. A. Steenbekkers & P. M. J. Terpstra (2002). *Changes at the other end of the chain*. Maastricht: Shaker Publishing BV.

Campell, C. (1987). *The romantic ethic and the spirit of modern consumerism*. Oxford: Blackwell.

Carlsson-Kanyama, A. (1999). *Consumption patterns and climate change: consequences of eating and travelling in Sweden*. PhD thesis, Stockholm University, Stockholm.

Carlsson-Kanyama, A. & Lindén, A-L. (2001). Trends in food production and consumption; Swedish experiences from environmental and cultural impacts. *International Journal of Sustainable Development*, 4(4), 392-406.

Carlsson-Kanyama, A. & Boström-Carlsson, K. (2001). Energy use for cooking and other stages in the life cycle of food. *A study of wheat, spaghetti, pasta, barley, rice, potatoes, couscous and mashed potatoes*. Report 160. Stockholm: Environmental Strategies Research Group.

Carlsson-Kanyama, A., Pipping Ekström, M. & Shanahan, H. (2002). Urban households and consumption related resource-use, URRU: case studies of changing food habits in Sweden. In Butijn, C. A. A., J. P. Groot-Marcus, M. van der Linden, L. P. A. Steenbekkers & P. M. J. Terpstra (eds.), *Changes at the other end of the chain*, 317-325. Wageningen, The Netherlands: Agrotechnology and Food Science, Subdepartment Consumer Technology & Product Use, Wageningen University.

Carlsson-Kanyama, A., Pipping Ekström, M. & Shanahan, H. (2003). Food and life cycle energy input: consequences of diet and ways to increase efficiency. *Ecological Economics*, 44 (2-3) p. 293-307.

Ekström, M. (1990). *Kost, klass och kön[Food, class and gender]*. PhD thesis, Umeå University, Umeå, Sweden.

Ekström, M., Jonsson, L., Renström, Å. & Shanahan, H. (1996). *Matvanor och el i små lägenbetsbushåll[Food habits and electricity in small households living in apartments]* (Research Report 20). Göteborg, Sweden: Göteborg University, Department of Home Economics and Crafts.

Ellegård, K. (2000). *Att förstå vardagen - tvärvetenskaplig processorienterad forskning[To understand everyday life - interdisciplinary process oriented research]*. Linköping, Sweden: Department of Technology and Social Change; Linköping University.

Ellegård, K. & Nordell, K. (1997). *Att byta vanmakt mot egenmakt. Självreflektion och förändringsarbete i rehabiliteringsprocesser. Metodbok[To change straightjacket for freedom to control your own life. Self-reflection and change in rehabilitation processes. A method book]*. Stockholm: Johansson & Skyttmo.

Eriksson, K-E. (1995). *Vad kommer efter postnormal vetenskap? [What is beyond postnormal science?]*. In, T. Eriksson et al. (eds.). *Den vetliga mångfalden. Om kunskapsbildning, tvärvetenskap och människors villkor[The sensible plurality. On the generation of knowledge. Interdisciplinary science and the human condition]*. Göteborg, Sweden: Department of Interdisciplinary Studies On the Human Condition, Göteborg University.

## Shanahan Keys to open the household 'black box'

- Follér, M-L. (1992). Rapport från Göteborgs Universitet [Report from Göteborg University], *Humaneologi*, 4, 1992, 11, 17-22.
- Engberg, L. (1996). Critical thinking about family resource management. In L. Engberg, J. Varjonen & H. Steinmüller (eds.), *Family resource management issues*, 3-11. Paris: International Federation for Home Economics.
- Engberg, L. (2000). What next for CHEA and the international development program? *Canadian Home Economics Journal*, 50(3), 129-131.
- Gardner, G. & Stern, T.P.C. (1996). *Environmental problems and human behaviour*. Boston: Allyn and Bacon.
- Goldsmith, E. (2000). *Resource management for individuals and families*. Belmont, CA:
- Grankvist, G. (2000). *Determinants of choice of eco-labeled products*. PhD thesis, Göteborg University, Göteborg, Sweden.
- Gronow, J. & Warde, A. (eds.). (2001). *Ordinary consumption*. London: Routledge.
- Hartman, H. 1981. The family as the locus of gender, class and political struggle: The example of housework. *Journal of Women in Culture and Society*, 6, 366-394.
- Heiskanen, E. & Pantzar, M. (1997). Towards sustainable consumption; Two new perspectives. *Journal of Consumer Policy*, 20, 409-442.
- Holman, A. (1983). *Family assessment: Tools for understanding and intervention*. Beverly Hills, USA: Sage Publications.
- Hook, N. & Paolucci, B. (1970). The family as an ecosystem. *Journal of Home Economics*, 62, 315-318.
- Ingelstam, L. (1997). *Ekonomi för en ny tid[Economics for a new time]*. Stockholm: Carlssons.
- Lindén, A-L. (1994). *Människan och miljön[Man and the environment]*. Stockholm: Carlssons.
- Miller, D. (1995). *Acknowledging consumption: A review of new studies*. London: Routledge.
- Murcott, A. (1986). Opening the 'black box': food, eating and household relationships. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 23, 85-92.
- Murphy, J. (2001). From production to consumption: Environmental policy in the European Union. In M. J. Cohen & J. Murphy (eds.), *Exploring sustainable consumption. Environmental policy and the social sciences*, 39-58. Amsterdam: Pergamon.
- Niva, M. & Timonen, P. (2001). The role of consumers in product-oriented environmental policy: can the consumer be the driving force for environmental improvements? *International Journal of Consumers Studies*, 25(4), 331-338.
- Noorman, K. J. & Uiterkamp, T.S. (1998). *Green households? Domestic consumers, environment, and sustainability*. London: Earthscan.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Palojoki, P. (1997). *The complexity of food-related activities in a household context. Study of Finnish home-makers' food choices and nutrition knowledge*. PhD thesis, University of Helsinki, Helsinki.

Palojoki, P. & Tuomi-Gröhn, T. (2001). The complexity of food choices in an everyday context. *Journal of Consumer Studies*, 25(1), 15-23.

Paolucci, B., Hall, O.A. & Axinn, N. (1977). *Family decision making: An ecosystem approach*. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Pennartz, P. & Niehof, A. (1999). *The domestic domain. Changes, choices and strategies of the familyhousehold*. Alderhot, England: Ashate.

Pipping Ekström, M. & Shanahan, H. (1999). Ekologisk mat i hushållens vardag[Organic food in everyday life in the households]. In K. Ekström & H. Forsberg (eds.), *Den flerdimensionella konsumenten - en antologi om svenska konsumenter*[The multidimensional consumer - an anthology about Swedish consumers], 129-146. Göteborg, Sweden: Tre böcker.

Princen, P. (1999). Consumption and Environment: Some conceptual issues. *Ecological Economics*, 31, 347-363.

Reason, P. & H. Bradbury, (eds.). (2001). *Handbook of action research. Participative inquiry & practice*. London: Sage.

Rydenstam, C. (1992). *I tid och otid. En undersökning om kvinnors och mäns tidsanvändning 1990/1990* [At all times. How women and men use their time 1990/1991]. Levnadsförhållanden [Living conditions] Report No. 79. Stockholm: Statistics Sweden.

Shanahan, H. & Säljö, R. (1993). Purchases, food habits and waste management in households: Exploring responses to local composting. *Journal of Consumer Studies and Home Economics*, 17, 197-205.

Shanahan, H., Jonsson, L. & Renström, Å. (1995). *Matvanor och energianvändning i hushåll. En pilot studie*[Food habits and energy use in households]. Research Report 15. Göteborg, Sweden: University of Göteborg, Department of Home Economics and Crafts.

Shanahan, H. (1998). *Applied human ecology as a field of knowledge in Sweden. Past themes, present status and visions for the future*. Research Report 26. Göteborg, Sweden: Göteborg University. Department of Home Economics.

Shanahan, H., Carlsson-Kanyama, A. & Pipping Ekström, M. (2002). Exploring opportunities for eco-sound food habits. Households and researchers in partnership. *Kappa Omicron Forum*, 14, 1, 1-15 .<http://www.kon.org/archives/forum/14-1/shanahan.html>.

Sontag, S. M. & Bubolz, M.M. (1996). *Families on small farms*. East Lansing, USA: Michigan State University.

Silverman, D. (2001). *Interpreting qualitative data. Methods for analysing talk, text and interaction*. London: Sage.

Swedish Environmental Protection Agency. (1997). *Biff and bil? Om hushållens miljöväl*[Beef and Car? About household environmental choices]. Report 4542. Stockholm.

## Shanahan Keys to open the household 'black box'

- Tengström, E. (1985). *Human Ecology - A New Discipline? A Short Tentative Description of The Institutional and Intellectual History of Human Ecology*, Writings in Human Ecology No.4. Göteborg, Sweden: Göteborgs University, Department of Peace Research and Human Ecology.
- Tuomi-Gröhn, T. & Palojoki, P. (2000). Studying human action in the household. *Canadian Home Economics Journal*, 50(3), 113-120.
- Uitdenbogerd, D. E., Brouwer, N.M. & Groot-Marcus, J.P. (1998). *Domestic energy saving potentials for food and textiles* (2). Wageningen: Wageningen Agricultural University, Household and Consumer Studies.
- Vaines, E. (1992). *Conference on Environment and Development in Rio de Janeiro*. Paper presented at the Conference on Environment and Development, Rio de Janeiro.
- Warde, A. (1997). *Consumption, food and taste*. London: Sage.
- Warde, A. (2001). *Noticing inconspicuous consumption*. Department of Sociology, Lancaster University.<http://www.lancs.ac.uk/users/scistud/esf/warde.htm>, August 23, 2001.
- Widerberg, K. (2002). *Kvalitativ forskning i praktiken*[*Qualitative research in practice*]. Lund, Sweden: Studentlitteratur.



## **Aktörsinriktad forskning i måltidsservice**

*Anna Post och Kerstin Bergström*<sup>1</sup>

### **Utmaning i måltidsservice**

Inom området mat och måltider handlar arbete för hållbar utveckling om att se sambanden mellan miljö- och klimatbelastning i livsmedelsproduktionens alla steg och samtidigt producera säker, smakfull och hälsosam mat. Detta är en stor utmaning för branschens alla aktörer. Genom vårt globala matbord har vi vant oss vid att köpa och använda livsmedel som produceras över hela jorden. Sverige importerar hälften av all mat som säljs inom landet både till privat-hushåll och till livsmedelsbranschen. Forskningsmässigt intressanta frågor handlar bland annat om att ta reda på hur en hållbar måltidssektor kan skapas, och hur olika aktörer inom måltidssektorn hanterar denna utmaning. Med aktörer menas de olika intressenter som arbetar inom måltidssektorn såsom producenter, inköpare, upphandlare, bönder, restaurangägare osv. Med hjälp av olika perspektiv kan aktörernas agerande synliggöras. Exempelvis används det hushållsvetenskapliga perspektivet för att åskådliggöra individerna som aktiva i sitt sammanhang och studeras därmed tillsammans med sin vardagliga kontext. Ett annat perspektiv är systemperspektivet som hjälper till att förstå matsystemets inneboende komplexitet genom att synliggöra olika delar och samtidigt förstå kopplingen mellan delarna och dess ömsesidiga beroende. Delarna kan utgöras av platser, positioner och individer inom närliggande professioner. Till detta kommer hållbarhetsperspektivet som med sina tre delar bidrar till att visa sambandet mellan ekonomi, miljö och sociala faktorer vilka även de bildar en helhetssyn utifrån definitionen på Hållbar utveckling. Genom vetenskapliga studier har forskningsfältet ”Sustainable catering” vuxit fram, vilket innebär studier om aktörer som är nära knutna till måltidsservice inom matsystemet. I sådan forskning har visats att många aktörer har bristfälliga kunskaper om vad hållbar utveckling omfattar inom just deras specifika fält. Dessutom kan hållbarhetsarbete ske på flera nivåer, strategiskt såväl som praxisnära. Aktörerna har därtill olika utgångspunkter, förutsättningar och individuella uppfattningar om hållbar utveckling. Samtidigt finns det motsättningar mellan övergripande uppdrag som komplicerar hållbarhetsarbetet. Forskningen bygger framförallt på kvalitativa data och utgår från flera olika datainsamlingar över tid. Under-

---

<sup>1</sup> Anna Post och Kerstin Bergström, universitetslektorer, Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

förstått finns frågan: ”på vilket sätt får de professionella aktörerna möjlighet att arbeta för en hållbar måltidsproduktion?” Förändring sker sällan av sig själv, utan genom förhandlingar.

### Matsystemet idag

Det moderna matsystemet är ett globalt fenomen som förser hela världen med livsmedel (Lang & Heasman, 2004; Schlosser, 2001; Shanahan, Carlsson-Kanyama, Offei-Ansah, Pipping Ekström & Potapova, 2003). Livsmedelsindustrin förfogar över teknologi som möjliggör storskalig produktion där både råvaror och färdiga måltider förflyttas inom och mellan olika länder (Johansson, 2005). Sverige importerar idag ungefär hälften av all mat som säljs inom landet både till privathushåll och till måltidssektorn (Carlsson-Kanyama & Engström, 2004). Den största importen består mestadels av förädlade livsmedel, frukt och köksväxter, fisk, kräft- och blötdjur samt kött och köttvaror och även drycker (Jordbruksverket, 2014b). Trots att Sverige har egen produktion av kött så räcker den inte till att mätta efterfrågan. En av orsakerna är prissättningen där importerade köttprodukter oftast är billigare än inhemska, bland annat till följd av avreglering av jordbruket och i och med det höjda priser på svenskt kött. Priser på jordbruksprodukter reglerades i Sverige fram till 1990 då avreglering skedde. 1995 inträffade ytterligare en förändring av priser till följd av Sveriges inträde i EU.

När det gäller hållbarhetsarbete inom området mat- och måltider är den stora utmaningen att hitta sambanden mellan miljö- och klimatbelastning i livsmedelsproduktionens alla steg och att hitta hållbara alternativ/lösningar. Totalt sett står livsmedelsproduktionen idag för en femtedel av alla utsläpp av växthusgaser i Sverige (Naturvårdsverket, 2012; 2014). Att producera säker, smakfull och hälsosam mat och samtidigt arbeta enligt miljö- och klimatsmarta principer är en stor utmaning för branschens alla aktörer.

För att initiera miljö- och klimatsmarta mål och initiativtagande hamnade fokus i början av 2000-talet på ekologiska livsmedel. Ekologiska livsmedel framställs utan kemiska bekämpningsmedel och konstgödning (Röös, Sundberg, Salomon & Wivstad, 2014). Detta bidrar till minskad kemikalianvändning i lantbruket och därmed också i närliggande vattendrag (Safie, Drake & Ebbersten, 2009). Dessutom har den ekologiska produktionen stränga regler för djurhållning (Jordbruksverket, 2014a). Från politiska håll har ekologisk odling (och konsumtion av ekologiska livsmedel) framhållits som en viktig spelare i just hållbarhetsarbetet (Jordbruksverket, 2011; 2012). Initiativ till att öka produktionen och konsumtionen av ekologiska livsmedel i offentliga storhushåll har framhål-

lits som ”dörröppnare” till ökad produktion och konsumtion av dessa varor. En minsta nivå om 20 procent ekologiska livsmedel i offentliga verksamheter skulle ge en viktig signal till övriga konsumenter i landet att börja köpa ekologiskt och visa odlare och uppfödare att det finns efterfrågan. Idag är variationen betydande mellan storhushåll. Till skillnad från våra grannländer talas det inte om att ersätta konventionellt odlade livsmedel med ekologiska utan att öka andelen (Mikkola, 2008; Mikkelsen, Kristensen & Nielsen, 2002). Huruvida ekologiska livsmedel är bättre val ur ett klimatperspektiv diskuteras fortfarande (CUL, 2014). Däremot är ekologiska livsmedel förenliga med den offentliga upphandlingen, till skillnad mot lokal- och närodlat, och kan användas som ett redskap för att ställa miljökrav.

Kökscheferna uppfattar motstridiga budskap när det ekologiska ska genomföras och pengarna inte räcker till. Att förena de båda perspektiven miljö och ekonomi har i många fall varit svårt. Ofta har inte de ekonomiska resurserna funnits tillgängliga för att göra en så här omfattande förändring. Ekologiska livsmedel fanns initialt i ett begränsat utbud, dessutom var majoriteten av livsmedlen på marknaden då helt oförädlade. Många svenska storhushåll är byggda för stordrift och utrustningen är inte alltid anpassad att hantera konsumentförpackningar eller jordig potatis (Post, Jonsson & Shanahan, 2008). Storhushållssektorn har hittat egna vägar att anpassa sin produktion. Exempelvis byggde Malmö stad om ett tillagningskök i en grundskola för att kunna laga ekologisk mat från grunden (Malmö stad, 2006). I Lund har man utarbetat en strategi för hållbart arbete i kommunen som även inkluderar mathållningen (Lundaeko, 2006). I Sigtuna arbetar man för att få tillåtelse att upphandla ekologiska livsmedel (Sigtuna, 2014). Med hjälp av Eko-mat har informatörer vänt sig till politiker, upphandlare, storhushållspersonal av olika kategorier och enträget visat på värdet av att öka andelen ekologiska livsmedel i måltidsverksamheterna då man till exempel anpassar menyer efter säsong, och serverar vegetariska rätter till samtliga matgäster (Ekomatcentrum, 2014).

Att arbeta mot motstridiga mål kräver att lösningar på problemen behöver förhandlas fram, vilket resulterat i nya tankebanor kring vad som egentligen är hållbart och vilka strategier som behöver utvecklas. Att storhushållssektorn kan bidra till en hållbar måltidssektor är tydligt eftersom det finns kunskap inom branschen. Initiativet till en bättre och mer hållbar måltidssektor drivs till största delen av branschen själv. Till stöd har regeringen tillsatt Miljöstyrningsrådet som är ett expertorgan inom miljöanpassad offentlig upphandling som bland annat arbetar med att utveckla, informera om och erbjuda konkreta hållbarhetskrav anpassade för offentlig upphandling (Miljöstyrningsrådet, 2014).



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Gästerna, eller konsumenterna, ställer i dagsläget inte samma krav på restaurangerna som på livsmedelsbutikerna.

### Hållbara måltider och de professionella aktörerna

Eftersom uteätande i Sverige är en ökande företeelse uppstår också intresset för att studera den i olika sammanhang. Idag äts var fjärde portion utanför hemmets väggar (Delfi, 2013). När det gäller ansvarsfull och hållbar konsumtion av mat och måltider finns det inom storhushållssektorn potential till förändring (Mikkola, 2009; Hingly, Mikkola, Canavari & Asioli, 2011; Post, 2011).

Forskningen beskriver de professionella aktörerna. Professionella aktörer arbetar med mat, måltider eller livsmedel i någon form någonstans inom matsystemet. Ofta är det personer som arbetar med inköp, försäljning och upphandling som är nyckelpersoner till vad som ska köpas in och användas i organisationen (Fuentes & Carlsson-Kanyama, 2006). Inköpare och upphandlare inom exempelvis livsmedelsindustrin köper förädlade och oförädlade livsmedel från primärproducenter eller livsmedelsförädlare för vidare bearbetning. Sedan kan industrin skicka vidare mat eller färdiga måltider direkt till offentliga och kommersiella storhushåll med eller utan en grossist som mellanled. Upphandlingsavdelningar inom offentlig sektor ansvarar för att utarbeta och teckna avtal med leverantörer och grossister (Bergström, Solér, Shanahan, 2005). De utarbetar ramavtal som ofta omfattar mycket mer än bara mat, och flera olika lokala myndigheter samverkar i den offentliga förvaltningen. Enligt villkoren kan sedan ett stort antal storhushåll inom kommunen eller regionen köpa utifrån avtalet. Inköpare för globala cateringkedjor skriver också avtal med producenter och leverantörer för att kunna styra beredningen och servicen på sina enheter (Edwards, 2000).

För att bättre förstå de grundläggande strukturerna är det en fördel att använda ett bredare perspektiv vid forskning om hållbarhetsfrågor (Sustainability) (Dahlberg, 1996). När det gäller matsystemet vill man kunna hitta strategier som utvecklar och förnyar det. Med termen System förstår vi att det finns sammankopplingar och återkopplingar mellan aktörer till skillnad från begreppet livsmedelskedjan som är en linjär väg där endast enkla anslutningar finns med (WHO i Lang & Heasman, 2004). Samhället som ett socialt system är byggt på samverkan mellan systemet och dess omgivning, vilket problematiseras bland annat av Luhmann (1989) där öppna och slutna system mer eller mindre interagerar med sin omgivning och anpassas efter sina förutsättningar. I forskning kring matsystemet fokuseras mänskliga aktiviteter såsom kommunikation (Solér, Bergström, Shanahan, 2010), inlärningsprocesser (Helenius, Aro-

Heinilä, Hietala, Mikkola, Risku-Norja, Seppänen et al., 2007) och interaktion (Tansey & Worsley, 1995). Det omfattar människor som arbetar inom primärproduktion, distribution, förädling, grossister, upphandlare, restaurangidkare och konsumenter, både privat och inom offentlig sektor (Dahlberg, 1996; Fuentes & Carlsson-Kanyama, 2006; Bergström & Post, 2007). Dessutom, beroende på situation, kan olika stödjande system inkluderas: såsom marknadsföringssystem, distributionssystem, myndigheter, forskning och utbildningsväsenden.

Storhushållet agerar således inte som en ensam aktör utan är starkt beroende av sina medaktörer inom matsystemet (Bergström & Post, 2007). Matsystemet upprätthålls genom kommunikation och interaktion mellan människor som arbetar professionellt med mat, måltider och livsmedel på något sätt, vilket leder till ett ömsesidigt beroende dem emellan. Att använda ett systemperspektiv när man studerar storhushållssektorn ger möjlighet att få en bättre förståelse för de grundläggande strukturerna och förutsättningarna för hållbarhetsarbete men också möjlighet att studera dynamiken. Genom systemperspektivet är det möjligt för alla aktörer att komma till tals. Matsystemet förstås som en del av många större system och som kan arbeta på flera nivåer - från hushållets komplexa aktiviteter till det globala sammanhanget. De utgör också en del av större naturliga, sociala och tekniska system (Dahlberg, 1996; Baecker, 2010).

Det Hushållsvetenskapliga perspektivet förstärker systemperspektivet då det används för att åskådliggöra individerna som aktiva i sitt sammanhang och således studeras tillsammans med sin vardagliga kontext. Denna kontext kan utgöras av hushållet eller annan miljö där individer arbetar tillsammans i syfte att förstå det som händer på mikronivå. Hushållsvetenskap studerar samspelet mellan hushållets medlemmar (Shanahan, 2003) och vid studier av hållbarhetsarbete inom måltidsservice är perspektivet användbart för att fånga det som händer mellan människor i deras vardagliga görande. Komplexiteten som finns inom måltidssektorns vardagliga sysslor kan på så vis synliggöras (Bergström, 2007).

Hållbarhetsperspektivet bildar en helhetssyn utifrån definitionen på Hållbar utveckling, som med sina tre delar bidrar till att visa sambandet och beroendet mellan ekonomi, miljö och sociala faktorer. Catering for Sustainability är ett begrepp som myntades av Morgan och Sonnino (2008; 2010) och som innebär att arbeta i storhushållssektorn på ett sätt som främjar hållbar utveckling. Författarna menar att storhushållssektorn förfogar över enorm potential för att skapa bättre hälsa, ekologiska, ekonomiska och sociala fördelar. Det som åberopas är vikten av det kontextuella och att man pekar på hållbara lösningar som

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

är genomförbara. Konkreta exempel finns bland annat i Italien, Storbritannien, USA och Sverige menar författarna. Man har arbetat med att förbättra köken men också utvecklat menyerna att innehålla mer ekologiskt, närodlat, Fair Trade och vegetariskt. Catering for Sustainability bygger både på nytänkande gällande upphandling och att laga mat från grunden med bra råvaror. Inom grundskolans måltidsomsorg finns potential att studera och genomföra förändringar som gynnar bättre och mer hållbar kosthållning för individ, samhälle och miljö (Ashe & Sonnino, 2012; Mikkola, 2011). Mikkola (2009) skriver om betydelsen av att hitta sin identitet som ”hållbarhetskapare” och att en gemensam hållbar identitet bland de professionella aktörerna inom måltidssektorn kan vara ett viktigt maktmedel när det gäller att få resurser men också att synliggöra hållbarhetsarbetet. Genom sin identitet kan aktörerna skapa nätverk med lokala matsystem där hållbarhetsarbete (sustainability) skapas och sprids. Detta kan ses analogt med vad Luhmann (1989) kallar resonans mellan subsystem där aktiviteter fortplantar sig och sprids mellan subsystemen, exempelvis mellan aktörerna på olika platser i matsystemet.

Måltidssektorns framtida utmaningar ligger bland annat i att hantera de motstridiga budskapen mellan ekonomiska och miljömässiga åtaganden (Post, 2011). Här behövs redskap som understödjer att båda delar hanteras på ett långsiktigt sätt och inte motarbetar varandra. Att ”lösningarna” på hur ett hållbart arbete ska bedrivas snarare är kontextspecifikt än allmängiltigt och ökar svårigheter att hitta en gemensam utvecklingsprocess för uppgiften att hantera hållbarhetsfrågor inom sektorn. Frågan är då hurvida en gemensam strategi överhuvudtaget är möjlig? Det förekommer också att aktörerna upplever en dubbelhet när det gäller den professionella identiteten kontra den privata uppfattningen i relation till hållbarhetssammanhang om exempelvis att handla ekologiska livsmedel (Granqvist, Bergström, Fuentes, Shanahan & Solér, 2006). Här synliggörs behovet av att stärka den professionella identiteten, särskilt gällande hållbarhetsfrågor.

### **Forskningens nya frågor**

Att stärka de professionella aktörernas roll och identitet, men också deras påverkan på samhället kan vara en väg att gå. Erfarenheter från främst de Nordiska länderna visar att när den professionella identiteten stärks skapas förutsättningar för hållbarhetsarbete. Enligt Mikkola (2009) finns det spår av professionell identitet för hållbarhetsfrågor (PIFS = Professional Identity for Sustainability) i många verksamheter, och att den existerar med eller utan support från övriga funktioner i organisationen. Det finns goda exempel på hur

Hållbarhetsarbetet gynnas när aktörerna får stöd från sin organisation vilket bland annat gynnar nätverkande med andra aktörer och organisationer. De aktörer som känner ovisshet och bristande stöd från sin organisation, har svårt att nätverka, vilket också bidrar till låg progression i hållbarhetsarbetet. För att fånga hållbarhetsarbetet utförande genom aktörerna behövs studier kring deras vardagliga görande och deras samspel med andra aktörer, vilket med fördel studeras ihop med den vardagliga kontexten. Inom fältet Sustainable catering, baserat på nordiska erfarenheter, påvisas behovet av att stärka och utveckla aktörernas egna roller som skapare och förmedlare av "sustainability" (Mikkola & Post, 2012).

## Referenser

- Ashe, L. M. & Sonnino, R. (2012). Convergence in diversity: New York City School and the future och the food movement. *International planning studies*, 18:1, 61-77.
- Baecker, D. (Ed.) (2010). *Introduction to systems theory by Niklas Luhmann*. UK: Cambridge Polity.
- Bergström, K., Solér, C., & Shanahan, H. (2005). Professional food purchasers practice in using environmental information. *British food Journal*, 107 (5), 306-319.
- Bergström, K. (2007). *Professional purchasers' perception of environmental information*. (Licentiatuppsats). Göteborg: Institutionen för mat, häls och miljö, Göteborgs universitet.
- Bergström, K., & Post, A. (2007). Hållbar utveckling i matsystemet. I M. Pipping Ekström, H. Åberg, K. Bergström & H. Prell (Red.), *Hushållsvetenskap & Co* (s. 65-74). Göteborg: Institutionen för mat, hälsa och miljö, Göteborgs universitet.
- Carlsson- Kanyama, A & Engström, R (2004). *Fakta om maten och miljön* Naturvårdsverket, ISBN: 91-620-5348-5. Hämtad 2014-09-29 från 620-5348-5[1]
- CUL (2014). *Swedish research on organic food and farming 2008–2014*. En sammanställning av den forskning inom ekologisk produktion och konsumtion som finansierats av SLU EkoForsk, Formas, Stiftelsen lantbruksforskning (SLF) och Jordbruksverket. Hämtad 2014-09-08 från .
- Dahlberg, K.A. (1996). Regenerative Food Systems. Broadening the Scope and Agenda of Sustainability. I P. Allen (Ed.), *Food for the Future*. Canada: John Wiley & Sons Inc.
- Delfi. (2013). *Delfi Foodserviceguide*. Hämtad 2014-09-26 från <http://www.delfi.se/publikationer/delfi-foodserviceguide/>
- Edwards, J. (2000). Food Service/Catering Restaurant and Institutional Perspectives if the Meal. I H.L. Meiselman (Ed.), *Dimension of the meal: the science, culture, business, and art of eating*. USA, Gaithersburg, Md: Aspen Publishers Inc.
- Ekomatcentrum (2014). *Ekologiska måltider för alla storkök*. Hämtad 2014-09-29 från <http://www.ekomatcentrum.se/>

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Fuentes, C., & Carlsson-Kanyama, A. (Eds.). (2006). *Environmental information in the food supply system*. Hämtad 2014-09-22 från <http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOid=962047&fileOid=2834896>

Granqvist, G., Bergström, K., Fuentes, C., Shanahan, H., & Solér, C. (2006). Exploring the perceptions and use of environmental information in the food system. I C. Fuentes, & A. Carlsson-Kanyama (Eds.). (2006). *Environmental information in the food supply system*. Hämtad 2014-09-22 från <http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOid=962047&fileOid=2834896>

Helenius, J., Aro-Heinilä, E., Hietala, R., Mikkola, M., Risku-Norja, H., Seppänen, L. et al. (2007). Systems frame for multidisciplinary study on sustainability of localising food. *Progress in Industrial Ecology – an International Journal*, 4(5), s. 328-347.

Hingley, M., Mikkola, M., Canavari, M. & Asioli, D. (2011). Local and sustainable food supply: the role of European retail consumer co-operatives. *Int. J. Food System Dynamics* 2 (4), 340-356.

Johansson, S. (2005). *The Swedish Foodprints*. (Doktorsavhandling). Hämtad 2014-09-22 från <http://www.certificationalliance.org/resources/OAM/web/foodprint.pdf>

Jordbruksverket. (2011). *Mer eko i storkök och butikshyllor*. Hämtad 2014-09-29 från [19-1268-11+Mer+eko+i+storkok+och+i++butikshyllorna\[1\]](http://www.jordbruksverket.se/meddelanden/19-1268-11+Mer+eko+i+storkok+och+i++butikshyllorna[1])

Jordbruksverket. (2012). *Klimatsmart mat i offentlig sektor*. Hämtad 2014-09-29 från [Klimatsmart+mat+i+offentlig+sektor\[1\]](http://www.jordbruksverket.se/meddelanden/19-1268-11+Klimatsmart+mat+i+offentlig+sektor[1])

Jordbruksverket. (2014a). *Djurskydd*. Hämtad 2014-09-28 från <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/djur.4.5abb9acc11c89b20e9e8000333.html>

Jordbruksverket. (2014b). *Import av livsmedel*. Hämtad 2014-09-22 från <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/konsument/handel/exporthandlingar/19-1268-11+Import+av+livsmedel.4.5125de613acf69a0f68000819.html>

Lang, T. & Heasman, M. (2004). *Food wars. The global Battle for Mouths, Minds and Markets*. London: Eartscan.

Luhmann, N. (1989). *Ecological Communication*. Cambridge University Press.

Lundaeko. (2006). *LundaEko. Lunds program från ekologiskt hållbar utveckling*. Hämtad 2014-09-26 från <http://www.lund.se/lundaeko>

<http://malmo.se/Forskola--utbildning/Grundskola/Grundskolor-och-forskoleklass/Grundskolor-A-O/Grundskolor/Djupadalsskolan/Om-skolan/Ekologisk-skolmat.html>

Mikkelsen, B.E., Kristensen, N. H., & Nielsen, T. (2002). *Organic foods in catering – the Nordic perspective*. Danmark, Soeborg: Danish Veterinary and Food Administration.

Mikkola, M. (2008). Coordinative structures and development of food supply chains. *British Food Journal* 110 (2 s. 189-205).

Mikkola, M. (2009). Shaping professional identity for sustainability. Evidence in Finnish public catering. *Appetite* 53, 56–65

Mikkola, M. (2011). *Social dynamics for sustainable food systems. Actors' orientations towards sustainability in primary production and public consumption.* (Doktorsavhandling). Finland, Helsingfors: University of Helsinki, Ruralia Institute.

Mikkola, M., & Post, A. (2012). Nordic stakeholders in catering for sustainability. *British Food Journal* 114, (5) s. 743-761.

Miljöstyrningsrådet. (2014). *Hållbar offentlig upphandling.* Hämtad 14-09-29 från <http://www.msr.se/sv/Uppdrag/>

Morgan, K., & Sonnino, R. (2008). *The School Food Revolution: public food and the challenge of sustainable development.* London: Earthscan.

Morgan, K., & Sonnino, R. (2010). The urban foodscape: world cities and the new food equation. Published by Oxford University Press on behalf of the *Cambridge Political Economy Society*, 209-224.

Naturvårdsverket. (2012). *Nytan av att minska matsvinnet.* Hämtad 2014-09-22 från <http://www.naturvardsverket.se/...publikationer/ISBN/6500/978-91-620-6527-0/>

Naturvårdsverket. (2014). *Matsvinn.* Hämtad 2014-09-22 från <http://www.naturvardsverket.se/Miljoarbete-i-Sverige/Uppdelat-efter-omrade/Avfall/Avfallsforebyggande-program/Matsvinn>

Post, A. (2011). *Nordic stakeholders and sustainable catering.* (Doktorsavhandling). Göteborg: University of Gothenburg, Acta universitatis Gothoburgensis.

Post, A., Jonsson, L., & Shanahan, H. (2008). Food processing: barriers to, or opportunities for, organic foods in the catering sector? *British Food Journal*, 110 (2) s. 160-173.

Röös, E., Sundberg, C., Salomon, E., & Wivstad, M. (2014). *Ekologisk produktion med minskad klimatpåverkan.* Rapport EPOK – Centrum för ekologisk produktion och konsumtion. Hämtad 2014-09-08 från [Klimatsyntes-broschyer-webb-sv\[1\]](http://www.klimatsyntes.se/broschyer/webb-sv/1)

Saifi, B., Drake, L., & Ebbersten, S. (2009). Svenskt jordbruks hållbarhet och kommunernas roll. *Ekologiskt lantbruk* 52. Mars 2009. Hämtad 2014-09-08 från [Ekolantbruk52\[1\]](http://www.ekolantbruk.se).

Schlosser, E. (2001). *Fast food nation: the dark side of the all-American meal.* Boston MA: Houghton Mifflin Co.

Shanahan, H., Carlsson-Kanyama, A., Offei-Ansah, C., Pipping Ekström, M., & Potapova, M. (2003). Family meals and disparities in global ecosystem dependency. Three examples: Ghana, Russia and Sweden. *International Journal of Consumer Studies*, 27 (4), s. 283-293.

Shanahan, H. (2003). *Kartläggning av den vetenskapliga kompetensen inom hushållsvetenskap.* Rapport 35. Göteborg: Institutionen för hushållsvetenskap, Göteborgs universitet.

Sigtuna. (2014). *Hållbar upphandling.* Hämtad 2014-09-29 från <http://sigtuna.se/sv/Pressmeddelanden1/Sigtuna-kommun-far-stalla-krav-pa-battredjurhallning-i-sin-upphandling/>

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Solér, C., Bergström, K., & Shanahan, H. (2010). Green Supply Chains and the Missing Link Between Environmental Information and Practice. *Business Strategy and the Environment*, 19, s. 14-25.

Tansey, G., & Worsley, T. (1995). *Food system: a guide*. London: Earthscan.

## Skapa positiva måltidsupplevelser i skolan – för bättre hälsa, miljö och studieresultat

Mia Prim<sup>1</sup>

Det här är första gången MåltidsHUSet presenteras i en annan publikation än projektrapporter och det känns mycket bra att det görs i en skrift till Mariannes ära – en fascinerande kvinna vars bevingade ord ofta dyker upp i mitt huvud. MåltidsHUSet är ett resultat av ett forskningsprojekt inom satsningen *Sverige – det nya matlandet!* Visionen om Sverige som det nya matlandet i Europa var en vision om god mat, upplevelser i världsklass och en levande landsbygd. Offentlig mat var ett av sju fokusområden och en stor del av de satsningar som gjordes handlade om kompetensutveckling (Jordbruksverket, 2014). Om den regering som tillträdde hösten 2014 har samma vision återstår att se i skrivande stund.

Syftet med projektet som ligger till grund för MåltidsHUSet var att skapa bättre måltidsupplevelser i svenska skolrestauranger. Här ställer säkert någon läsare sig frågan om vi verkligen bör ödsla forskningsmedel på att förbättra måltidsupplevelser i skolan, när eleverna redan får lagstadgat kostnadsfri och nyttig skollunch som kostar mer än deras läromedel. Det är en berättigad fråga. Tyvärr äter inte alla svenska elever tillräckligt med mat i skolan och man har funnit kopplingar till sämre studieresultat, ökad olycksfrekvens och försämrad hälsa. En hungrig elev har sämre förutsättningar att klara av skolans verksamhetsmål, lättare för att komma i konflikt och större anledning att inta något onyttigt senare på dagen. Många röster från skolans värld talar om detta som ett problem. Kostnadsfria och näringsriktiga skolmåltider är en stor förmån men om de inte äts är de enbart en kostnad. När maten inte magså är den inte nyttig.

Måltidsupplevelse är ett mycket komplext begrepp och innefattar många aspekter på ätandet och den ätande. Den enskilde individens uppfattning om vad som överhuvudtaget inbegrips i begreppen ätligt och mat, definitionen av vad som innefattas i en måltid och hur den ska ätas är grundläggande för om måltiden kommer att anses vara just en måltid. I en icke privat kontext spelar diverse faktorer in – sällskapet vid måltiden, servicen, förväntningarna, möjlig-

---

<sup>1</sup> Mia Prim, universitetslektor, Institutionen för kost- och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet. Tidigare forskare SIK AB.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

heterna att välja, rummet, inredning, dukning, ljud, dofter, temperatur, namnet på måltiderna etc. Det här är faktorer som forskning har visat påverkar våra förväntningar och absoluta upplevelser. Det är också klart bevisat att samma rätt serverad i olika kontexter såsom bättre restaurang jämfört med studentrestaurang och sjukhus, upplevs mycket olika (Meiselman, 2003). Många projekt pågår idag i Sveriges kommuner för att förbättra skolmåltider men i de fall där man har studerat även måltidsupplevelsen har man ofta antagit den modell, Five Aspects Meal Model (bl.a. Edwards & Gustafsson, 2008) som för drygt tio år sedan skapades utifrån Guide Michelins bedömningskriterier vid betygssättning av restauranger. Modellen har förändrats under åren och beskrivs något olika i de vetenskapliga produktioner som finns. Det finns en del uppenbara skillnader i förutsättningar och krav för skapandet av måltidsupplevelser i restaurang och skolrestaurang varför det fanns skäl att grundligt se över vad som påverkar måltidsupplevelsen för eleverna och hur de ansvariga för skolmåltidsupplevelsen kan få bättre stöd i sitt måltidsskapande. Med en anpassad och användbar tankemodell kan vi underlätta för de ansvariga att se sin roll i måltidsupplevelsen och tydliggöra vad som behövs för att målet med njutningsfulla måltider i skolan ska kunna uppnås.

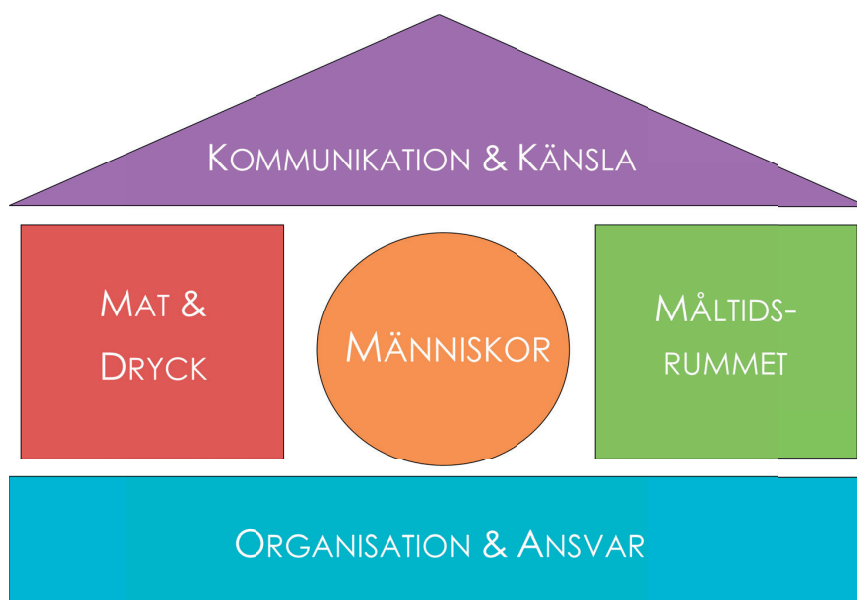
### Kort om studierna som ligger till grund för MåltidsHUSet

Under första året gjordes en nulägesanalys (Prim, 2012) som visade att det fanns ett flertal pågående projekt kring skolmåltider men det var främst mycket kortsiktiga projekt, några hade redan avslutats och resultaten riskerade att försvinna med bristande finansiering. Inget projekt hade fokus på elevernas måltidsupplevelse eller elevers uppfattning om måltider. Det fanns elevperspektiv, men inte elevernas eget perspektiv på måltiden.

Året därpå gjordes totalt 16 observationer i skolrestauranger från öppning till stängning samt 21 fokusgrupper med elever, pedagoger och skolkockar var för sig. Observationerna och fokusgruppsintervjuerna gjordes i sex olika kommuner i främst västra och södra Sverige. I urvalet fanns såväl mottagningskök som tillagningskök, små orter somorststäder samt skolor med såväl yngre som äldre elever. Deltagande i andra skolmåltidsprojekt (bl.a. *Minska överproduktionen i storköken - Laga mat till gästen inte till komposten eller fjärrvärmeverket!* på SIK samt EU-projektet MEDEL "Måltiden - en del i lärandet" inom Göteborgs Stad) pågick parallellt och även de bidrog till kunskapsinhämtningen kring hur skolmåltidsupplevelsen uppfattades av elever och omgivningens vuxna samt hur dessa beskrev förbättringsbehoven. För att förstärka och bekräfta resultaten från de kvalitativa studierna gjordes en kvantitativ studie i form av tre

webbaserade enkäter riktade till elever, pedagoger samt skolmåltidspersonal. Enkäten distribuerades nationellt via e-post med en Internetlänk. Totalt besvarades enkäten av 362 respondenter. Av dessa var 179 stycken elever varav 106 flickor och 73 pojkar. Mer än hälften av eleverna gick i årskurs 7-9. Av de 183 vuxna som svarade var 91 pedagoger och 92 skolmåltidspersonal. En del av resultaten från observationer, fokusgrupper och kvantitativ studie finns publicerade som rapporter i projektet (Prim, 2013a; Prim, 2013b; Prim & Broberg 2014).

Efter en totalanalys av materialet som insamlats under åren kunde en illustration tas fram för att beskriva de faktorer som eleverna ansåg påverkade deras måltidsupplevelse mest och som samtidigt underlättade för de vuxna som ska verkställa förbättringsarbetet. Den beskrivande illustrationen bär namnet MåltidsHUSet (Se Figur 1). Att modellen antog en husform var inte ett självklart val. Modellen hade initialt en annan form och utvärderades av en projektgrupp som arbetar inom olika delar av skolmåltidsprocessen. Värdefulla synpunkter tillfördes analysen och slutligen tog huset form. Bokstäverna i HUS står även för helhet – upplevelse – skapande.



Figur 1. MåltidsHUSet

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Syftet med MåltidsHUSet är att strukturera arbetet för att nå bättre måltidsupplevelser och genom bättre måltidsupplevelser erhålls mätta och nöjda elever som når sin fulla potential. Med MåltidsHUSet är det möjligt att analysera, planera och följa upp måltidsupplevelsearbetet på ett enkelt sätt som passar skolans verksamhet. Målet är att lyfta måltidsfrågan till en gemensam fråga för alla involverade som påverkar och påverkas av om eleverna äter skolmaten och mår bra av den. Den kan användas av en enskild person, t.ex. en kostchef, kock, pedagog eller rektor men också i t.ex. matråd där fler olika roller får möjlighet att påverka och ta ansvar för arbetet för bättre måltidsupplevelser.

### **Delarna i MåltidHUSet**

MåltidsHUSet består av fem delar som tillsammans bygger upp en måltidsupplevelse, och varje del behövs för att måltidsupplevelsen ska bli komplett. Varje byggsten är lika viktig för att HUSet ska bli fullständigt.

### *Organisation & ansvar*

Grunden till MåltidsHUSet utgörs av byggstenen Organisation och ansvar. Det är de riktlinjer och förhållningssätt vi bestämmer oss för att följa eller måste rätta oss efter. Exempel på områden som påverkar måltidsupplevelsen:

- Schemaläggning – genom schemaläggningen påverkas bland annat tiden till att äta, mängden personer i matsalen samt när på dagen måltiden sker.
- Resursfördelning – genom att väl organisera resurser såsom pedagoger, måltidspersonal och budget skapas bättre förutsättningar för skolans verksamhet.
- Verksamhetsintegrerad måltid – genom att integrera den pedagogiska verksamheten med måltidsverksamheten dras större nytta av måltiden i skolans verksamhet.
- Pedagogisk lunch – genom att tillsammans komma överens om vad en pedagogisk måltid ska innebära för pedagogerna och verkställa detta så att det erkänns som en viktig uppgift som värdesätts adekvat kan man skapa goda förutsättningar för en bättre måltidsupplevelse.

## *Prim Skapa positiva måltidsupplevelser i skolan*

- **Matråd** – genom att regelbundet hålla matråd tillsammans med elever, pedagoger och måltidspersonal och arbeta för att dessa ger eleverna en övertygelse om att de kan påverka skapas bättre förutsättningar för en bra måltidsupplevelse.
- **Städning & hygienfrågor** – genom att tillsammans identifiera vad som påverkar intrycket av en ren och fräsch skolrestaurang och analysera behovet av städning och underhåll för att skapa en sund miljö att vara i, kan lämpliga åtgärder bestämmas. Det inbegriper även lokaler i anslutning till skolrestaurangen, t.ex. toaletter och kapprum. Diskussion om vem som ansvarar för vilka åtgärder bör tas, t.ex. kan kladdiga smörpaket ha en stor inverkan på intrycket men ingår inte i städpersonalens arbetsuppgifter.
- **Samarbete med andra skolor** – genom att samarbeta med andra skolor kan man hjälpas åt att förbättra skolmåltidsupplevelsen. Studiebesök eller utbyten i varandras matråd och skolrestauranger, gemensamma inköp, samordnade studiebesök på gårdar eller friluftsdagar kan skapa nya möjligheter.

### *Mat & dryck*

En viktig byggsten i MåltidsHUSet är självfallet Mat & Dryck. Exempel på områden som påverkar måltidsupplevelsen:

- **Sinnesupplevelserna** – måltiden ska smaka och lukta gott, ha tilltalande konsistens och se aptitlig ut. Genom att arbeta med olika färger, former och smakkombinationer skapas intresse hos gästen.
- **Variation på rätter** – genom att ha god variation på de rätter som serveras erbjuds eleverna en större smakrepertoar som ger träning i att prova nya livsmedel, smaker och konsistenser. Även specialkost eller vegetariska alternativ behöver varieras.
- **Salladsbuffé** – genom en varierad salladsbuffé med flera olika sorters grönsaker lockas gästerna till en ökad konsumtion av grönsaker. Om möjligt är det bra att placera salladsbuffén före den varma maten så att grönsakerna får plats på tallriken och den sk. tallriksmodellen lättare kan tillämpas. Blandade sallader kan vara spännande inslag men det är lämpligt att servera några grönsaker rena, utan annan inblandning.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

- Tillagning – genom en vällagad måltid nås helt andra upplevelser. Varmhållning är en av de aktiviteter i skolrestaurangerna som inverkar negativt på ätkvaliteten i t.ex. potatis och pasta.
- Bra råvaror – Slutprodukten blir inte bättre än de förutsättningar råvarorna ger. Potatis är ett exempel på en råvara där valet av sort kan påverka såväl ätkvalitet som lämplig portionsstorlek, och därigenom öka konsumtionen och minska svinnet.
- Tillräckligt med mat – genom att erbjuda gästerna tillräckligt mycket av den mat som kommunicerats i matsedeln kan de också bli mätta vilket är en mycket viktig del i elevernas måltidsupplevelse.
- Valmöjlighet – genom att erbjuda en alternativ rätt möjliggör man för eleverna att välja, något som i sig förbättrar upplevelsen av måltiden.
- Nyttig mat – genom att säkerställa att maten som serveras är näringsriktig kan eleverna erhålla en sund lunch som de mår bra av under skoldagen och som har bäring på vad de äter senare på dagen.

### *Människor*

Centralt i MåltidsHUSet är alla Människor som påverkar och påverkas av skolmåltiden. Det är eleverna men också bland annat måltidspersonal, pedagog, rektor och föräldrar. Exempel på områden som påverkar måltidsupplevelsen:

- Bemötande – genom att aktivt mötas vid skolmåltiden skapas bättre måltider. När man som måltidsgäst känner personalen som lagar och serverar maten och dagligen känner sig välkommen till skolrestaurangen skapas bättre förutsättningar för att maten ska ätas upp och uppskattas. Bemötande är dock inte en fråga enbart för måltidspersonalen utan något som alla aktörer i skolmåltiden behöver arbeta med. Ett möte är ömsesidigt.
- Beteende vid måltiden – genom att arbeta aktivt med hur man bör bete sig vid en måltid kan man förbättra måltiden för många. Eftersom sinnesupplevelsorna och åsikterna om vad som är 'bra' mat är individuella är det klokt att fatta en överenskommelse om att inte tala nedvärderande om maten vid bordet då det kan vara kränkande för de som uppskattar maten. Detta gäller naturligtvis såväl vuxna som barn. Att

## *Prim Skapa positiva måltidsupplevelser i skolan*

var och en plockar undan efter sig så att det ser trevligt ut för nästa matgäst är också ett beteende som bidrar till bättre måltidsupplevelser.

- Värdegrundsarbete – genom att säkerställa att skolans värdegrund inte tar en paus under skolmåltiden utan gäller även då, bidrar till ett mer hållbart arbete för en bättre arbetsmiljö och därmed även en lugnare, tryggare och bättre måltidsupplevelse.
- Relationer – genom att bjuda in föräldrar till skolrestaurangen för att äta en måltid under en föräldrasammankomst eller vid frivilligt tillfälle under ordinarie skollunch kan bättre relationer skapas med föräldrar som får en förståelse för hur måltidssituationen ser ut.
- Sociala samspel – genom att pedagoger och skolmåltidspersonal samarbetar och kommunicerar kan man tillsammans hjälpas åt att stödja elevernas sociala samspel i skolrestaurangen och på olika sätt underlätta för isolerade individer att ingå i det sociala sammanhanget och se till att avbryta kränkande handlingar i god tid. Det finns ett tydligt behov av deltagande pedagoger i skolmåltiden.
- Personliga förhållningssätt till måltider – genom att erbjuda olika typer av rätter, även sådana som eleverna normalt inte äter i hemmet, ges en bildning inom måltiden.

### *Måltidsrummet*

Måltiden äger rum i en miljö, Måltidsrummet, som påverkar människorna på flera olika sätt. Exempel på områden som påverkar måltidsupplevelsen:

- Logistik – genom ett väl genomtänkt flöde i skolrestaurangen samt vägen dit och ifrån kan vi minska ljudnivåer, onödigt arbete för måltidspersonalen och stress hos de ätande.
- Utrymme – genom att ha en lokal väl anpassad för antalet elever kan dessa få tillräckligt med utrymme vid ankomst, matservering, måltiden och avdukningen vilket skapar en lugnare atmosfär att njuta av måltiden i.
- Inredning – Genom en harmonisk inredning i skolrestaurangen skapas en större trivsel och därigenom får måltiden bättre förutsättningar.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

- Möbler – genom att satsa på ljuddämpande bord och stolar kan man få ner ljudnivån i skolrestaurangen vilket bidrar till en behagligare måltid.
- Ljudnivå – genom att installera mätutrustning för att mäta ljudnivån, ett så kallat öra kan det bli enklare att kommunicera när ljudnivån är för hög och det är dags för de viktiga sociala samtalen att dämpa sig.
- Avskärmningar – genom avskärmningar kan man dels skärma av ljud såsom en öppen diskinlämning som lätt medför höga ljud, dels skärma av sikten så att de ätande slipper störas av förbipasserande köer eller åsynen av diskinlämningen. Avskärmningar kan också bidra till en atmosfär som är mer restauranglik än matsalslik med mindre rum i rummet vilket kan upplevas som lugnare.
- Glas, tallrikar, bestick & bricka – genom att välja material och utformning kan man påverka upplevelsen av äta en måltid. Olika material och former är olika behagliga och lämpliga för måltid. Plast har en fördel i låg vikt och högre tålighet men har nackdelar i måltidskänsla och synbart slitage.
- Serveringen – genom att se till att serveringen har lagom höjd för gästerna och att uppläggningsbesticken möjliggör att ta lämplig mängd av maten på bekvämt sätt förbättrar man möjligheterna att eleverna tar lagom mycket av den mat de önskar äta.

### *Kommunikation & känsla*

Taket på MåltidsHUSet består av vilken känsla skolmåltidens aktörer tillsammans bygger upp med husets övriga delar och hur de kommunicerar detta med varandra. Exempel på områden som påverkar måltidsupplevelsen:

- Stressförebyggande åtgärder – genom att ständigt arbeta tillsammans för att måltiderna ska vara utan tidspress eller social press förbättras måltidens grundläggande förutsättningar.
- Ingredienser – genom att klart skylta med bild och/eller text vad som finns i t.ex. en kantin underlättar man för de gäster som inte kan eller vill äta vissa ingredienser och som kanske inte alltid känner sig bekväma med att fråga måltidspersonalen. Detta kan även gälla salladsbuffén där blandade sallader ibland kan innehålla allergener. Detta

## Prim Skapa positiva måltidsupplevelser i skolan

bidrar till en trygghet för elever med kostrestriktioner vilket är positivt för deras måltidsupplevelse.

- Respekt för måltiden – genom att gemensamt kontinuerligt arbeta med måltiden i skolans verksamhet, och arbetet för att framställa den, skapar man respekt för måltiden och ger den därmed ett större värde vilket påverkar måltidsupplevelsen och minskar tallrikssvinnet.
- Kommuniera smak – genom att enkelt och sakligt beskriva hur maten smakar eller vad den innehåller underlättas elevernas bedömning av vad de kan förvänta sig. Benämningar som *smaskiga grytan* förmedlar mer olust i det att en smakkänslig elev inte har någon uppfattning om vilken upplevelse som väntar.
- Smaksked – genom att erbjuda tveksamma elever möjlighet att smaka på rätten vid servering med sk. smaksked kan smakskeptiska elever smaka lite istället för inget vilket kan leda till att de känner sig mer bekväma med att prova nya smaker. Smakskeden kan också innebära mindre svinn då en elev kanske avhåller sig från att ta väldigt mycket av något som de via smakskeden förstått att de inte kommer att äta så mycket av.
- Mängder – genom att vara tydlig och konsekvent med vilka mängder av olika måltidsdelar som eleverna och pedagogerna beräknats ta undviker man onödiga orosmoment. Om mängden ifrågasätts är det lämpligt att kommunicera argumenten för valet av planerad mängd.

MåltidsHUSet har prövats i tre sammanhang i lika många kommuner för att säkerställa att det fyller den funktion det är skapat för. Arbetet återstår med att se resultat av mer långvarigt användande men mottagandet har varit varmt från de aktörer som blivit presenterade för materialet. Det är min förhoppning att ett nytt vettigt verktyg skapats till den offentliga måltidens verktyglåda.

Slutligen tack till Marianne – till vars ära denna text publiceras, Jordbruksverket som beviljade ansökan och alla de deltagare som deltog i projektet: Arla Foods, Borås stad, Creo Hälsa, EkoMatCentrum, Fazer Food Services Sverige, Findus Sverige AB, Göteborgs stad, Hushållningssällskapet Väst, Kungälv kommun, Lidköpings kommun, Marks kommun, Martin & Servera, Menigo, SIK, SkolmatSverige, Skolmatens vänner, Sodexo AB, Svensk Fisk, Svensk Mjölk,



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Uddevalla kommun och Östra Göinge kommun. Och tack till Ungdomsfullmäktige i Göteborg - vars ledamöter bjudits in till två av våra seminarier och visat hur kunniga de är och hur mycket vi har att lära av att lyssna på eleverna.

### Referenser

Edwards, J.S.A. & Gustafsson, I-B. (2008). The Five Aspects Meal Model. *Journal of Foodservice*, 19, 4-12.

Jordbruksverket. (2014). *Visionen om matlandet Sverige*. Hämtad 2014-10-09 från <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/landsbygdsutveckling/branscherochforetagan/de/matochmaltid/visionenommatlandetsverige.4.5aec661121e261385280002181.html>

Meiselman, H.L. (2003). A three-factor approach to understanding food quality: the product, the person and the environment. *Food Service Technology*, 3, 99-105.

Prim, M. (2012). *Den svenska skolmaten - en gastronomisk måltidsupplevelse. Delrapport 1: Nulägesanalys*. SIK, Göteborg.

Prim, M. (2013a). *Den svenska skolmaten - en gastronomisk måltidsupplevelse. Delrapport 2: Observation*. SIK, Göteborg.

Prim, M. (2013b). *Skolmåltiden och matsvinn – enligt elever, pedagoger och måltidspersonal. Delrapport i Minska överproduktionen i storköken*. SIK, Göteborg.

Prim, M. & Broberg, A. (2014). *Den svenska skolmaten - en gastronomisk måltidsupplevelse. Delrapport 3: Måltidsupplevelser i svenska skolrestauranger*. SIK Rapport Nr 876. ISBN 978-91-7290-332-6.

## Modellen HESSE i måltidsservice

*Kerstin Bergström, Lena Jonsson, Britt Lerneby, Anna Post,  
Barbara Rosengren och Annica Strandh Johansson<sup>1</sup>*

### HESSE

När man planerar för och tillagar måltider i stor skala, hur går man då tillväga för att matgästerna ska få bra mat med hög kvalitet? Man drar nytta av vetenskapligt och erfarenhetsmässigt väl prövade metoder såsom att köpa råvaror med tanke på gästernas hälsa och säkerhet inkluderat hänsyn till den omgivande naturen. Till det vill man uppnå god smak på maten med hjälp av sensorik och erkända matlagningsmetoder samt skapa ekonomiska kalkyler förushållning med resurser. Hur klarar man detta? Jo med hjälp av modellen HESSE som är framtagen av lärare och forskare vid Institutionen för kost- och idrottsvetenskap vid Göteborgs universitet.

I modellen HESSE står H för Hälsa, E för Ekologi, S för Sensorik, S för Säkerhet och E för Ekonomi. De fem delarna hjälper användaren att problematisera och värdera matens olika egenskaper. Tillsammans kombineras delarna till en helhet där syftet är att skapa måltider av hög kvalitet. Modellen kan också användas för att kvalitetsbedöma verksamheten. Den är tänkt att vara ett stöd för kökets produktion, och förutom att ge stöd för livsmedelsval ges också möjligheten att fundera kring maskiner, redskap och övriga resurser som ger förutsättningar för god matkvalitet.

Tre andra modeller finns som på olika sätt visar komplexiteten i att framställa måltider utanför hemmet. Det är Five Aspect Meal Model, FAMM, framtagen vid Örebro universitet (Gustavsson, Öström, Johansson & Mossberg, 2006; Magnusson Sporre, Jonsson & Pipping Ekström, 2013). FAMM behandlar rummet, produkten, mötet, styrsystemet och atmosfären ur gästens synvinkel. Vidare är det Måltidspusslet som har skapats utifrån FAMM på Livsmedelsverket och handlar om offentliga måltider (Livsmedelsverket, 2014c). I den modellen framhålls att måltiderna bör vara goda och integrerade, trivsamma, näringsriktiga och hållbara förutom säkra. Dessutom finns en modell för att beskriva matkvalitet i allmänhet utvecklad av Kommittén för matkvalitet och

---

<sup>1</sup> Kerstin Bergström, universitetslektor; Lena Jonsson, -lektor; Britt Lerneby, -adjunkt; Anna Post, -lektor; Barbara Rosengren, -adjunkt; Annica Strandh Johansson, -adjunkt; Institutionen för kost och idrottsvetenskap, Göteborgs universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

folkhälsa (KSLA, 2014). Fokus i den modellen är kvalitet hos enskilda livsmedel. Nu övergår vi till att beskriva innehållet i modellen HESSE.

### Hälsa

Begreppet *hälsa* är svårdefinierat och omfattande. I modellen HESSE har det begränsats till att handla om näringsmässigt väl anpassade måltider. Matproduktionen behöver genomföras med tanke på näringsmässiga kriterier riktade till varje specifik målgrupp.

För att bedöma livsmedels och måltiders näringsmässiga värde används begreppet näringskvalitet. Med näringskvalitet avses råvarors och produkters kemiska sammansättning, deras innehåll av näringsämnen i förhållande till energiinnehåll. Mängden protein och dess innehåll av aminosyror, särskilt de essentiella, är ett mått på näringskvalitet. Fettet i olika livsmedel utgör en betydande energikälla. Fettet innehåller fettsyror. Några av de fleromättade fettsyrorna är livsnödvändiga, medan de hårda, d.v.s. de mättade och transfettsyrorna, bör minska i kosten. Kolhydrater kan utgöras av socker, som endast bidrar med energi, men också av stärkelse som oftast förekommer i näringsrika livsmedel och kostfiber, som en välmående kropp behöver. Innehållet av vitaminer och mineraler har stor betydelse för ett livsmedels näringskvalitet. Om en måltid kan betraktas som fullvärdig, det vill säga täcka behovet av olika näringsämnen, beror mer på hur man sätter samman måltiden än på de enskilda råvarornas innehåll av näringsämnen. Det har dock visats att matvanor som innehåller mycket grönsaker, frukt, bär, nötter, spannmål av fullkorn, fisk, vegetabiliska oljor och magra mjölkprodukter är kopplade till lägre risk för de flesta kroniska sjukdomar, såsom hjärtkärlsjukdom, diabetes och cancer (WHO, 2009).

Till sin hjälp när det gäller att skapa näringsmässigt fullvärdig mat har måltidspersonalen flera dokument utarbetade av svenska och nordiska näringsexperter. I de Nordiska Näringsrekommendationerna (NNR) anges det rekommenderade energi- och näringsintaget för olika grupper av individer (NMR, 2012). Även förslag på måltiders storlek och fördelning över dagen av relevans för storskalig måltidsproduktion, finns redovisade i dokument från Livsmedelsverket. Dessa är Bra mat i förskolan (Livsmedelsverket, 2013a), Bra mat i skolan (Livsmedelsverket, 2013b) och Bra mat i äldreomsorgen (Livsmedelsverket, 2013c). Socialstyrelsen ger ut Mat och näring inom hälso- och sjukvården (Socialstyrelsen, 2011). För skolans del finns en lag om att skolmåltiderna ska vara näringsriktiga (SFS 2010:800). I de olika rekommendationerna för lunch mitt på dagen för elever respektive vuxna gäller förslaget att skapa matsedlar

och matproduktion med varierade maträtter över en längre period. Näringsberäkningar för en enstaka måltid under dagen utgår då från att en tredjedel av dagsbehovet av energi- och näringsgivande ämnen bör finnas i måltiden. Har man istället som utgångspunkt servering till boende, friska och sjuka, som får sina måltider serverade över hela dygnet, ska en veckas beräkningar fylla de totala behoven för individer i olika åldersgrupper. Ett annat hjälpmedel för storhushållen är nyckelhålet som framtagits för att ge matgästen upplysning om måltidens nyttighet. För att planera nyttiga måltider använder storhushållsverktyg olika kostdataprogram.

Hälsosam matproduktion innebär också att laga maten på ett hälsosamt sätt genom att använda matlagnings- och serveringsmetoder som ger nyttig mat på bordet. Matens näringsinnehåll kan försämrats av felaktig tillagning och hantering. Exempelvis bryts hälften av potatisens vitamin C ned vid en timmes varmhållning (Jonsson & Danielsson, 1981). Kyllda respektive frysta produktionssystem kräver väl fungerande utrustning och logistik, då återuppvärmningen kan orsaka betydande vitaminförluster och varmhållning bör inte förekomma. När maten ska serveras till riskgrupper, t.ex. på sjukhus och sjukhem, är det speciellt viktigt att följa upp näringsinnehållet i maten vid serveringstillfället.

## Ekologi

Begreppet *ekologi* står i modellen HESSE för att välja råvaror samt laga och servera måltider med hänsyn till miljö- och klimatpåverkan. På vilket sätt maten är odlad, tas om hand, förvaras och transporteras problematiseras utifrån hållbara förtecken, så även tillagningen och resthanteringen (Bergström & Post, 2007). I själva grunden för hållbarhetsarbetet ingår att kombinera måltider så att man minskar miljö- och klimatpåverkan och samtidigt förbättrar hälsan både hos de som äter och i den omgivande naturen. Våra nya konsumtionsmönster bidrar till att förstärka de negativa miljökonsekvenserna, och eftersom matförsörjningens energiförbrukning står för en betydande del av den totala energiförbrukningen finns det vinster att göra genom att se över vilka livsmedel som väljs i den egna måltidsproduktionen. Ett exempel är att minska köttmängden på tallriken och att välja fisksorter som inte kommer från hotade bestånd. Ett annat är att ha fler vegetariska rätter på menyn (Livsmedelsverket, 2014b; SMART, 2014).

Den ökande importen av livsmedel bidrar till ökande transporter via båt, lastbil och flyg. Men det är inte alltid så att livsmedel från utlandet orsakar störst utsläpp. Hur livsmedlen produceras, exempelvis på friland eller i växthus, kan ha

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

större betydelse än själva transporten (Andersson & Ohlsson, 1999). Detta kan innebära att tomater från Spanien i vissa fall är mer klimatsmart än tomater från Holland eller Sverige. Genom att göra LCA (livscykelanalys) på livsmedlets alla produktionsled kan man se hur stor påverkan på miljön livsmedlet har (Ahlmén & Persson, 2002; Lagerberg-Fogelberg & Carlsson-Kanyama, 2006). Då finns också möjligheten att se var i produktionskedjan den största belastningen finns, och eventuellt göra något åt den. Att använda LCA vid val av livsmedel ger också möjlighet att förstå livsmedlets väg från odling till konsumtion.

Ett annat sätt att underlätta i en valsituation kan vara att välja miljöcertifierade livsmedel, såsom KRAV, Svenskt Sigill och Marine Stewardship Council (Krav, 2014; MSC, 2014; Svensk sigill, 2014). Att exempelvis välja ekologiskt odlade livsmedel innebär att man i produktionsleden undviker kemiska bekämpningsmedel och konstgödning. Producenter av sådana livsmedel låter ofta certifiera sina produkter och märka dem med kontrollorganisationens symbol (exempelvis KRAV-märket). En fördel med att använda ekologiska livsmedel är att man kan minska på kemikalieanvändningen i jordbruket. Ofta innebär ekologisk odling att jordbruksmetoder används där ekologisk och biologisk balans uppstår (Röös, Sundberg, Salomon & Wivstad, 2014). Var maten odlas och uppföds är en fråga som ofta kommer upp, särskilt i diskussionen kring vad som är miljövänlig mat. Då används begrepp såsom ”närodlat”, ”härodlat” och ”lokalodlat” och de ger uttryck för behovet av att stödja inhemskt producerade livsmedel. Att köpa svenskt innebär ofta att transportsträckorna är kortare och att antalet mellanhänder är färre. Den svenska djurskyddslagen är också strängare än andra länders (exempelvis inom EU), vilket gör att boskap har haft större förutsättningar att leva naturligt enligt sina instinkter.

Ytterligare en miljöfaktor handlar om att begränsa energianvändningen vid matlagning. Det kan till exempel vara att laga mat på bleck så att hela ugnsutrymmet används vid tillagningen. Ett ekologiskt tänkande kommer även till pass när man ska välja matlagningssystem. Ska det vara varm mat som tillagas och serveras vid en och samma måltid? Eller ska man laga vissa komponenter i måltider och kyla eller frysa ner dem, förvara dem kortare eller längre tid, och värma upp dem vid servering? Det senare är nästan alltid mer energikrävande och alltså inte miljövänligt, men kan vara en möjlighet att servera mat åt många till låga ekonomiska kostnader. Ofta är det inte sensoriskt försvarbart även om det finns varsamma tillagningsmetoder för sådan hantering, se avsnittet om sensorik.

Livsmedel handlas internationellt och i Sverige importeras ungefär hälften av all mat som vi konsumerar (Jordbruksverket, 2014). Det skapar ojämlika förhål-

landen mellan människor i världen. På grund av klimatförsämringarna, som beskrivs som värre än tidigare av Intergovernmental Panel on Climate Change, IPCC (IPCC, 2014), uppkommer försämrade matförsörjning globalt sett med bland annat svält och undernäring som följd (Unicef, 2014).

Ekologisk måltidsproduktion handlar om resurssnåla principer i meningen att handla miljövänliga varor och se till att de transporteras, förvaras och tillagas bland annat med hänsyn till energiåtgång och svinn. För måltidsservice gäller samma principer vid matlagningssystem som för serveringssystem och i alla led gäller det att minimera matsvinn (Naturvårdsverket, 2014). Ett sätt att inte delta i negativ spiral vad gäller global matförsörjning är alltså att arbeta med ekologisk, miljövänlig och hållbar mathållning på lokal nivå.

### **Sensorik**

Sensorik, eller *sensoriska egenskaper*, är ett samlingsnamn för hur vi uppfattar och upplever maten med våra sinnen; syn, lukt, hörsel, smak och känsel. Med dessa sinnen kan vi bedöma matens utseende, lukt, smak och textur. Den måltid som serveras ska vara en njutning för matgästen i dessa avseenden.

Som beteckning och synonym till matens sensoriska egenskaper finns även begreppet Ätkvalitet. Det är ett begrepp som används då Kommittén för matkvalitet och folkhälsa beskriver matens sensoriska kvalitet i allmänhet, men kan också komma till pass för att beskriva mat som tillagas och serveras inom måltidsservice.

I första hand är det hur människan upplever maten med sina sinnen som avgör valet av råvaror, maträtter och måltider. Maten ska se färsk och fräsch ut. Sallaten och persiljan ska vara vattenfyllda, spänstiga och vackert gröna. Tomaten och jordgubben ska vara jämnt röda. Den tillagade fisken ska inte upplevas som rå men inte heller falla sönder i skivor. Även matens temperatur har stor betydelse för den sensoriska helhetsupplevelsen.

Att tillgodose varje enskild matgäst inom storhushållsverksamheten kan ses som omöjligt. Vad som upplevs som tilltalande och gott varierar från en person till en annan. Det har dock visats att grupper av individer har liknande matvanor. Den som ansvarar för matsedeln inom måltidsservice måste därför veta vilken målgrupp matgästen tillhör och närmare undersöka vilka preferenser just den målgruppen har. Kostundersökningar som Riksmaten (Livsmedelsverket, 2014d) visar exempelvis att yngre personer föredrar pasta och pizza, godis och

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

snacks medan äldre äter mera traditionell mat som gröt, potatis, fisk, kaffebröd och efterrätter.

I storhushållet är det viktigt att matsedeln är anpassad efter gästens önskemål. Ett sätt att ta reda på individers matpreferenser när det gäller enskilda produkter är att använda olika *sensoriska analysmetoder* (Albinsson, Wendin & Åström, 2013). Man använder sig av en representativ, otränad testgrupp ur målgruppen som genomför subjektiva analyser. Då tar man reda på matgästens tycke och åsikter om produkten. Man kan också mäta kundtillfredsställelse via enkäter till berörda målgrupper. Sådana resultat kan ligga till grund för matsedelskomposition. Man kan även använda sig av objektiva sensoriska analyser. Då låter man särskilt tränade testpersoner, som visat förmåga att identifiera och värdera aktuella egenskaper hos livsmedel, såsom bilukt, fasthet och sälta, jämföra och rangordna livsmedels sensoriska egenskaper. Sådana analyser är lämpliga att använda vid exempelvis upphandlingar.

Det som inte undersöks då sensorisk analys används som mätinstrument är den individuella njutning som maten och måltiden ger gästen. För att njuta av måltiden krävs förutom sensoriskt vällagad mat även att förutsättningarna runt maten är optimala, t.ex. rummet, dukningen, serveringspersonalen och övriga matgäster såsom beskrivs i modellen FAMM.

Extra stor betydelse har matens sensoriska egenskaper i storhushåll som serverar mat inom vård och omsorg. God mat som tilltalar alla sinnen är en förutsättning för att den ska ätas upp och ge ett högt näringsintag, vilket är avgörande för att patienter tillfrisknar och små barn växer.

Hanteringen av råvaror och färdig mat i storhushållet har stor betydelse för matgästens upplevelse av måltiden. Ett livsmedels eller en maträtts sensoriska egenskaper påverkas under tillredningen. Tid och temperatur vid såväl tillagning som förvaring har betydelse för den slutliga kvaliteten. Hur maten tillreds och tiden mellan tillagning och fram till att matgästen äter den är avgörande för slutresultatet. De flesta maträtter och tillbehör har bäst egenskaper när de är nytillagade. Varmhållning måste ske vid hög temperatur för att maten ska bli säker att äta, se avsnittet om Säkerhet. Vid sådan varmhållning försämras de sensoriska egenskaperna. Exempelvis blir kokt potatis blöt, mörkfärgad samt får smak av jord. Fisken faller sönder, blir torr och får bismak (Karlström, 1982). Även kylda och frysta system försämrar matens egenskaper genom att maten då måste kylas/frysas ned, förvaras och återuppvärmas. Det krävs en utomordentlig logistik för att hålla kyl/fryskejlar obruten, jämn återuppvärmning och att undvika varmhållning.

## Säkerhet

Begreppet *säkerhet* handlar i första hand om att maten ska vara fri från gifter, smittämnen och andra föroreningar, samt att den ska vara innehållsdeklarerad så att inte heller personer med allergier och intoleranser drabbas (biologiska, kemiska och fysikaliska risker).

Det finns många olika aspekter på säkerhet när det gäller råvaror och färdigberedd mat. Det är också olika risker för olika grupper (kategorier) av människor. Det finns faror som drabbar alla och det finns faror som bara drabbar grupper av människor. Risker i maten som kan drabba alla människor är gifter och smittämnen. Äter man mat som innehåller gift eller smitta, blir i stort sett alla ätande sjuka. Ämnen som överkänsliga/intoleranta drabbas av angriper ingen annan än dem.

Gifter, i form av pesticider (antimögelmedel, biocider mot insekter och ogräs samt antibiotika) och miljögifter (t.ex. DDT, PCB och dioxiner) kan tillföras livsmedlen, avsiktligt eller oavsiktligt, vid odling, uppfödning eller förvaring. Dessa gifter finns vanligen i mycket små halter i/på livsmedlen men kan på lång sikt skada organ eller ge upphov till cancer hos den ätande. Mögelgifter (mykotoxiner) är en grupp av ämnen som bildas om mögelsvampar har möjlighet att växa i livsmedlen. Det är framför allt spannmål, nötter och djurfoder som är utsatta för mögelrisk. Det finns många olika arter av mögelsvamp som kan bilda toxiner. Olika toxiner har olika verkan. Det är inte så stor risk för människor att drabbas av mögeltoxiner, det är större risk att djurfoder kan innehålla dessa ämnen och skada djur uppfödda för livsmedelsändamål. Vissa mögelgifter ger skador på inre organ, andra kan ge cancer och åter andra ger djuren matleda eller orsakar att djuren kastar sina foster. Eftersom gifter och deras nedbrytningsprodukter kan finnas kvar i slaktkroppen eller i mjölk, finns det en viss risk att man kan få dem i sig vid konsumtion.

Mat kan mögla spontant vid förvaring. Mögelsporer finns alltid i luften omkring oss och alla livsmedel är kontaminerade, om de inte är sterilt inneslutna i en förpackning. Vid rätta förhållanden för möglet, utvecklas mögelsvamp och kan bilda toxiner i det förvarade livsmedlet. Man ska aldrig äta spontant möglade livsmedel enär dessa kan innehålla mykotoxiner. ”Avsiktligt möglad” mat typ ädelost, brieost och liknande är ofarlig att äta.

Bakterier kan också producera toxiner. De vanligast förekommande är stafylokoktoxin som bildas av *Staphylococcus aureus*, cereustoxin och perfringenstoxin bildade av *Bacillus cereus* respektive *Bacillus perfringens*. Dessa toxiner utvecklas endast om maten är utsatt för felaktig hantering. *S. aureus* finns på huden och



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

det är alltid den som hanterar maten som är källa till kontaminationen. Har bakterien sedan möjlighet att föröka sig bildas samtidigt giftet i maten. Alla maträtter vilka hanteras med händerna eller smakas av med orena skedar eller fingrar är utsatta för risk om förvaringstemperaturen överskrider 5°C eller underskrider 60°C under tillräckligt lång tid. Vad gäller *B. cereus* och *B. perfringens* är båda jordbakterier och sporbildare (de har en värmetålig överlevnadsstruktur som kallas spor och denna tål kokning). Vid för långsam avkylning befinner sig maten under tillräckligt lång tid i temperaturintervallet 60°C till 10°C, så att sporer kan gro ut till bakterier och föröka sig och bilda gift. Risklivsmedel är framför allt soppor och gryträtter (Livsmedelsverket, 2013d).

Gifter påverkar alla som får dem i sig. Hur mycket de påverkar beror dels på vilket gift, dels hur mycket gift man får i sig och dels vad den ätande tål. Generellt gäller att barn, gamla, sjuka och nedsatta personer drabbas hårdare än unga, friska individer. Kan man skydda sig mot gifter i maten? De flesta toxiner (biocider, mögeltoxiner och miljögifter) har av EU (Europaparlamentet och rådets förordningar) åsatta gränsvärden som inte får överskridas. Tillförda gifter (pesticider m.m.) kan man vanligtvis inte veta i vilken grad de finns och Livsmedelsverket gör kontroller för att undersöka om gränsvärden överskrids. Naturliga gifter (t.ex. lektiner i bönor) måste man kunna hantera på rätt sätt för att förstöra. När det gäller mögel- och bakteriegifter måste man känna till under vilka förhållande de kan utvecklas, så att man hanterat livsmedel på rätt sätt, d.v.s. så att toxiner inte kan utvecklas (Livsmedelsverket, 2013c; Livsmedelsverket, 2006).

Smittämnen är vanligtvis bakterier eller virus, någon gång förekommer även encelliga djur (protozoer) vilka kan orsaka magplågor eller andra infektioner. Bakterier, virus och protozoer är naturligt förekommande i alla miljöer, men det är endast ett fåtal av dem som orsakar sjukdom. Det finns många olika bakterier som kan medföra smittrisk i mat. Vanligt förekommande bland bakterierna är *Campylobacter jejunii*, *Listeria monocytogenes* och *Salmonella* av olika arter och *Norovirus* bland virus. *Norovirus* kan orsaka ”vinterkräksjuka”. *C. jejunii* finns i tarmen hos bl.a. kyckling och gris och *L. monocytogenes* finns i omgivningen. *Salmonella*-arter finns i miljön och människor kan smittas vid kontakt med fåglar m.m. Människan är i stort sett den enda art som blir sjuk av *Salmonella* och matspridd *Salmonella* orsakas alltid av smittade personer. Bristande hygien medför att bakterierna sprids och felaktig hantering gör att de finns kvar i den färdigberedda maten. Bland protozoerna kan *Entamoeba enterolytica*, *Giardia lamblia* och *Toxoplasma gondii* förekomma, när det gäller de två förstnämnda har smittbäranden ofta ådragit sig smittan utomlands, då dessa inte är vanliga i Sverige.

*Toxoplasma* finns i vår omgivning och kan smitta via husdjur till exempel utekatter (Livsmedelsverket, 2013d).

Kan man skydda sig från smitta? Alla levande celler av bakterier och protozoer är lätta att döda med värme, detsamma gäller virus, mögel och mögelsporer. De flesta dör vid upphettning till 60 - 70°C under 10 minuter. Det som finns kvar är bakteriesporer, vilka tål kokning (Livsmedelsverket, 2006; Livsmedelsverket, 2011; Smittskyddsinstitutet, 2011).

Andra föroreningar, till exempel glasbitar, stenar, metallflisor, plast, fibrer och andra föremål, ger inte direkt någon smitta men den som får i sig detta via maten kan drabbas av problem. Hårda föremål kan skada tänder, vassa föremål kan ge skärsår i strupe, hals och tarmsystem. ”Skräp” i livsmedlen kan vara svårt att undvika. Leverantörer måste kunna garantera livsmedlens renhet från fasta föroreningar.

Risker som drabbar grupper av individer beror i allmänhet på att människor kan utveckla överkänslighet mot vissa livsmedel. Överkänsligheten kan bero på allergi och är man allergisk mot något har immunförsvaret aktiverats. Livsmedel som orsakar allergiska reaktioner är t.ex. mjölk, ägg, soja, nötter, skaldjur m.m. Man kan vara överkänslig utan att immunsystemet agerar, det kan bero på att man saknar vissa enzymer. Saknar man enzymet *laktas* t.ex. är man laktosintolerant och har begränsad tålighet mot mjölkprodukter. För att servera allergiker är det viktigt att ha kontroll på ingående ingredienser, samt att kunna spåra livsmedlet minst ett steg bakåt i produktions- och distributionskedjan (Livsmedelsverket, 2012).

För att maten ska bli säker måste riskerna minimeras. Viktigt är att den som hanterar och lagar mat har kunskap om hur mikroorganismer fungerar och förstår hur avgörande det är att i säkerhetsarbetet ta hänsyn till deras förmåga att växa, producera gifter eller utgöra smittrisk. Även allergener kan utgöra en risk. Utbildning ger kunskap om mikroorganismer och om överkänsligheter och därmed förknippade risker. De allra flesta riskerna beror på de personer som hanterar maten. Är livsmedlen i sig säkra är det hygienregler man måste följa för att maten ska förbli riskfri. WHO (World Health Organization) har utarbetat en manual och poster kallad *Five keys to safer food*, som tar upp de viktigaste punkterna (finns även översatt till svenska). Livsmedelslagen betonar att kontrollarbete och övervakning av rutiner är viktigt. Man ska utveckla goda hygienrutiner för personal och livsmedelshantering samt hålla utrustning och lokaler rena. Varje verksamhet som hanterar livsmedel är skyldig att ha en fungerande egenkontroll, anpassad till verksamhetens omfattning. Egenkontrollen ska garantera att verksamheten kan styra sin produktion, så att inga risker kan

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

uppstå, att pålitliga leverantörer anlitas och att rutinerna följs. God kontroll av matens innehåll, deklarerade ingredienser skyddar allergiska/överkänsliga människor (Livsmedelsverket, 2014a; WHO, 2006a; WHO, 2006b).

### Ekonomi

Den verkliga betydelsen av ordet *ekonomi* är ”att hushålla med resurser”. I det stora hushållet är livsmedel, utrustning, lokaler och personal resurser som bör hanteras så att det skapas god ekonomi. Balansen mellan resurserna skapar också god kvalitet på de produkter som levereras till gästerna. Hur gör man för att räkna fram en ekonomi som är i balans? Vilka överväganden av kostnader vid inköp, för arbetskraft och lokaler gör man? Varifrån kommer inkomsterna i måltidsservice olika verksamheter?

Till att börja med visar modellen HESSE vilken kvalitet på maten som eftersträvas. Det handlar om att tillaga och servera hälsosam, ekologisk, sensoriskt tilltalande och säker mat. Vi visar här exempel på olika aspekter man behöver ta hänsyn till inom måltidsservice som rör ekonomi. Måltider serveras både i privat och i offentlig regi. Den offentliga måltidsservicen är skattefinansierad och tilldelas en budget efter beslut i till exempel kommunfullmäktige och det ger ramarna för verksamheten. I privat näringsverksamhet kalkyleras oftast budget med början i vad man kommer att producera. Så småningom visar det sig om utbudet motsvarar efterfrågan och om prisbilden stämmer så att det uppstår balans mellan inkomster och utgifter. Vare sig vi arbetar i privat eller offentlig måltidsservice ska vi kalkylera med kostnader för olika beredningsgrad på livsmedel, utrustning, lokaler och personal i olika produktionssystem. Vi resonerar övergripande längre ner om alla fyra delarna.

Allmänt gäller att faktorer som påverkar ekonomin är kvalitet, kvantitet och service. Kvalitet värderas efter hur gästen upplever värdet av det som produceras och serveras och hur gästens upplevelser sprider omdömen till sin omgivning. Kvantitet räknas i den mängd livsmedel som köps in, tillagas och lagervärd. Lagerhållning har stor betydelse för balans mellan kostnader och intäkter. Den beräknade portionsstorleken till gästerna har betydelse för den kvantitet som tillagas och påverkar svinnet i verksamheten. Gästens upplevelse av servicenivå påverkar helheten.

Två viktiga redskap är matsedel och recept. I det stora hushållets ekonomi styr matsedeln hela köksverksamheten och den bestämmer vad som ska produceras och serveras. Matsedeln utgår från hälsosam mat till en viss gästkategori. Den bör vara varierad för att erbjuda gästerna daglig måltidsupplevelse. För att sä-

kerställa kvaliteten på de måltider som serveras och nå god ekonomi är bland annat daglig kontakt med gästerna viktigt, då matsedeln kan anpassas efter gästernas önskemål och behov. Det andra viktiga redskapet inom storhushåll är recept. Måltiderna kvalitetssäkras genom att arbeta efter recept. De beskriver tillagningssätt och avsedd kvantitet samt ingående ingredienser som ska tillagas och serveras (SKL, 2012). Recepten utgör grunden för att kunna servera avsedd portionsstorlek. Det behöver tydligt framgå vilken maträtt som avses och vad som serveras till den. Recepten bör vara anpassade till olika gäst kategorier eftersom behoven är olika. Till äldre, exempelvis, innehåller maten oftare mer fett och konsistensen kan anpassas efter behov. Recepten är en trygghet för kockar som lagar mat till gäster som är i behov av någon form av specialkost, exempelvis glutenfri eller laktosreducerad kost.

Man väljer mellan olika typer av produktionssystem såsom varm-mat-system, kyl-mat-system respektive fryst-mat-system (Delfi, 2013). Dessa kan i sin tur bygga på olika beredningsgrad på livsmedel. Beredningsgraden kan definieras som: Råvaror – ”laga all mat från grunden”, Prefabricerade råvaror – ”vissa livsmedel är halvfabrikat”, Prefabricerade maträtter – ”helfabrikat”. Valet av produktionssystem och beredningsgrad påverkar storleken på lokaler, vilken typ av utrustning som behövs samt utbildningsnivån på medarbetarna i de olika systemen. Det är tre olika former av beredningsgrad på livsmedel vi resonerar kring: oberedda råvaror, prefabricerade råvaror och prefabricerade maträtter. De förstnämnda används vid matlagning från grunden och kräver god kunskap i råvarukännedom och om tillagning och tillagningssätt. Det andra är att köpa in råvaror som är prefabricerade. Det underlättar för medarbetare och kan ibland vara en fördel, för att minska tunga lyft och ensidiga arbetsmoment. Färdigskalad potatis, färdigstrimlad sallad, skalade rotfrukter, filead fisk, tärnade grytbitar är exempel på råvaror som minskar beredningssvinn och tar bort ensidiga och tunga arbetsmoment. Det tredje sättet är att köpa prefabricerade maträtter. Det kräver mycket ugnskapacitet eftersom sådana livsmedel ofta läggs i bleck och värms i ugn. Detta gäller för potatis, grönsaker, fisk- och köttprodukter. Medarbetarna kan då inte påverka smak utan har att följa tillverkarens instruktioner hur tillagningen skall ske och vilka temperaturer som rekommenderas.

Produktionssystemet och beredningsgraden avgör vilken typ av utrustning som kommer att finnas i köket. Utrustning handlar om allt från ugnar, stekbord och grytor till de utensilier som dagligen hanteras i köket, det vill säga slevor, stekspadar, formar och kärl. För att tillaga mat från grunden behöver utrustningen i köket vara modern och underlätta arbetet. Ugnar bör vara utrustade med den senaste tekniken som kokning, stekning, bryning, grillning och långbakning.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

För att tillaga mat från grunden krävs också anpassade arbetsbänkar, där råvarorna kan beredas. Ett produktionssystem som är baserat på prefabricerade maträtter kräver mindre kostnader för investeringar i utrustning, då hantering av råvaror inte är aktuellt, utan de livsmedel som köps in kan tillagas eller värmas direkt. Standardutrustningen i den typen av kök är högteknologiska ugnar och någon enstaka kokgryta samt beredningsbänkar.

Valet av produktionssystem och beredningsgraden på livsmedel påverkar även investeringar i lokaler. Om köket till exempel ska hantera oskalade rotfrukter och grönsaker finns det behov av renseri där beredning och skalning sker innan tillagning. Lokaler för mottagning av livsmedel, förvaring av dem samt kall respektive varm matlagning dimensioneras efter mängden portioner som ska produceras. Vanligen är storkök inom offentlig sektor mycket stora, medan privata näringsidkare ofta planerar för och bygger mindre restaurangkök.

Många måltider transporteras och serveras långt ifrån produktionsköket och det kräver utrustning för transport av mat och utrymmen att förvara sådan utrustning. Eventuellt ska produktionsköket svara för servering av måltider och då krävs matsalar och utrymmen för mottagning av lagad mat. Inom kommuner, landsting, staten och stora cateringbolag samordnas matlagningen ofta i stora centralkök med mottagningskök vid varje serveringsställe.

Produktionssystemet avgör behovet av utbildningsnivå på kökspersonalen, ju mer som lagas från grunden desto högre utbildningsnivå krävs och desto lägre vid system som bygger på prefabricerade maträtter från livsmedelsindustrin. För att välja rätt ingredienser och använda anpassade tillagningsmetoder krävs välutbildade medarbetare som kan bereda, hantera och tillaga råvarorna på bästa sätt (Hushållningssällskapet, 2010; Lundaeko, 2006). Väljer man system med färdigberedda maträtter från livsmedelsindustrin krävs främst yrkeskunskaper inom livsmedelssäkerhet och service. Transporteras maten inom verksamheten ställer det krav på transportörer och de som serverar måltiden till gästen. Vid servering är det till exempel viktigt att hålla korrekt temperatur, servera avsedd maträtt, portionsstorlek och konsistens, bland annat för att gästen ska äta maten och att svinnet från serveringen minimeras. Det har i sin tur påverkan på ekonomin.

För att få balans i ekonomin behöver man således kalkylera kostnader för livsmedel, utrustning, lokaler och personal i produktionssystemet samt möjligen också för det serveringssystem som ska användas. Gör man detta med hälsa, ekologi, sensorik och säkerhet i åtanke kan hög kvalitet uppnås på den mat som erbjuds. De kostnader som uppstår av valt system bör genom den offentliga sektorns budgetprocess mötas av kalkylerade intäkter för antalet planerade

portioner av varierade storlekar som ska produceras och betalas därefter. Det är optimalt att få kostnader och intäkter att gå precis jämnt ut.

### **Hög kvalitet i måltidsservice**

Modellen HESSE bygger på aktuell forskning samt lagar och rekommendationer utarbetade av myndigheter. Dessa förändras ständigt och ansvariga för storhushållsverksamheter bör därför kontinuerligt hålla sig uppdaterade.

Modellen HESSE vänder sig i första hand till de som planerar, lagar och serverar mat till många och lyfter upp de fem delarna hälsa, ekologi, sensorik, säkerhet och ekonomi som likvärdiga. Hitintills visar dock erfarenheter att det är ekonomi som prioriteras högst i köksverksamheter.

Används nyttiga livsmedel som kombineras rätt och hanteras försiktigt av välutbildad personal så kommer måltiderna inom storhushållsverksamheterna att bidra till matgästens hälsa. När det gäller ekologi behöver storhushållen tänka kring hållbar matproduktion och använda sig av resurssnåla principer. Likaså behöver verksamheterna tänka på värdet av matens sensoriska egenskaper för den goda smakens skull. Maten måste vara säker, men det finns många riskmoment som till exempel livsmedlens hantering, gifter, smittämnen och allergener. Följs lagar och hygienregler ökar säkerheten. De ekonomiska resurserna livsmedel, utrustning, lokal och personal behöver vägas samman med hälsan, ekologin, sensoriken och säkerheten för att nå hög kvalitet i måltidsproduktionen. Därför har personalens kunskaper inom alla dessa områden stor betydelse för god mat på tallriken. Det kräver samarbete mellan måltidsproduktion och den organisation som svarar för servering av maten, och synliggör behovet av att många aktörer inom matsystemet samarbetar för matgästens väl.

### **Referenser**

Ahlmén, K., & Persson, S. (2002). *Maten och miljön. Livscykelanalys av sju livsmedel*. Stockholm: Sigill kvalitetssystem AB.

Albinsson, B., Wendin, K., & Åström, A. (2013). *Handbok i sensorisk analys*. Göteborg: SIK.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Andersson, K., & Ohlsson, T. (1999). *Livsrykelanalys av livsmedelsprodukter och produktionsystem*. Hämtad 2014-09-22 från <https://www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer/afr-r-266-se.pdf>

Bergström, K., & Post, A. (2007). Hållbar utveckling i matsystemet. I M. Pipping Ekström, H. Åberg, K. Bergström & H. Prell (Red.), *Hushållsvetenskap & Co* (s. 65-74). Göteborg: Institutionen för mat, hälsa och miljö, Göteborgs universitet.

Delfi. (2013). *Delfi Foodserviceguide*.

Hämtad 2014-09-26 från <http://www.delfi.se/publikationer/delfi-foodserviceguide/>

Gustafsson, I.B., Öström, Å., Johansson, J., & Mossberg, L. (2006). The Five Aspects Meal Model: a tool for developing meal services in restaurants. *Journal of Foodservice*, 17(2), 84-93.

Hushållningssällskapet. (2010). *Fokus matglädje*.

Hämtad 2014-09-26 från <http://hs-konsult.hush.se/?p=22925>

IPCC. (2014). Rapport om klimat och mat, Climate Change 2014: Impacts, Adaptation, and Vulnerability, kapitel: *Food security and food production systems*. Hämtad 2014-09-08 från <http://ipcc.ch/>

Jonsson, L., & Danielsson, K. (1981). Vitamin Retention in Food Handled in Foodservice systems. *Lebensmittel Wissenschaft und Technology*, 28, 94-96.

Jordbruksverket. (2014). *Import av livsmedel*.

Hämtad 2014-09-22 från

<http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/konsument/handel/exporthimportavjordbruksvvarochlivsmedel.4.5125de613acf69a0f68000819.html>

Karlström, B. (1982). *Kvalitetsförändringar vid varmhållning av livsmedel i storhushåll*

(Doktorsavhandling). Göteborg: Chalmers tekniska högskola.

Krav. (2014). *KRAV:s vision*. Hämtad 2014-09-08 från <http://www.krav.se/kravs-vision>

KSLA. (2014). *Matkvalitet*. Hämtad 2014-09-22 från <http://www.ksla.se/om-ksla/hur-arbetar-vi/kommitteer/matkvalitet/>

Lagerberg-Fogelberg, L., & Carlsson-Kanyama, A. (2006). Environmental assessment of foods – an LCA inspired approach. In C. Fuentes, & A. Carlsson-Kanyama (Eds.), *Environmental information in the food supply system* (55-81). Hämtad 2014-09-22 från

<http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOId=962047&fileOId=2834896>

Livsmedelsverket. (2006). *Tillsynsavdelningen. Vägledning om hygien 2006-01-01*.

Hämtad 2014-08-25 från

<http://www.slv.se/upload/dokument/livsmedelsforetag/vagledningar/V%c3%a4gledning%20o m%20hygien%20051222.pdf>

Livsmedelsverket. (2011). *Cryptosporidium och Giardia – rekommendationer om åtgärder för att minska risken för vattenburen smitta.*

Hämtad 2014-09-07 från

[http://www.slv.se/upload/dokument/2011/cryptosporidier\\_och\\_giardia\\_rekommendationer\\_o\\_m\\_atgarder\\_for\\_att\\_minska\\_risken\\_for\\_vattenburen\\_smitta.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/2011/cryptosporidier_och_giardia_rekommendationer_o_m_atgarder_for_att_minska_risken_for_vattenburen_smitta.pdf)

Livsmedelsverket. (2012). *Information till livsmedelsföretagare Spårbarhet.* Hämtad 2014-09-10 från

[http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual\\_keys.pdf](http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual_keys.pdf)

Livsmedelsverket. (2013a). *Bra mat i förskolan.*

Hämtad 2014-09-08 från [bra\\_mat\\_i\\_forskolan\\_livsmedelsverket\[1\]](http://www.slv.se/meddelanden/bra_mat_i_forskolan)

Livsmedelsverket. (2013b). *Bra mat i skolan.*

Hämtad 2014-09-08 från [Bra\\_mat\\_i\\_skolan\\_livsmedelsverket\\_nov13\[1\]](http://www.slv.se/meddelanden/bra_mat_i_skolan)

Livsmedelsverket. (2013c). *Bra mat i äldreomsorgen.*

Hämtad 2014-09-08 från [sammanfattning\\_bra\\_mat\\_i\\_aldreomsorgen\[1\]](http://www.slv.se/meddelanden/bra_mat_i_aldreomsorgen)

Livsmedelsverket. (2013d). *Lokaler, hantering och hygien.*

Hämtad 2014-08-25 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/livsmedelsforetag/Lokaler-hantering-och-hygien/>

Livsmedelsverket. (2013e). *Risker med mat.* Hämtad 2014-08-25 från

<http://www.slv.se/sv/grupp1/Risker-med-mat/>

Livsmedelsverket. (2014a). *Livsmedelskontroll.*

Hämtad 2014-09-10 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Livsmedelskontroll/>

Livsmedelsverket. (2014b). *Miljösmarta matval.* Hämtad 2014-09-22 från

<http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-miljo/Miljosmarta-matval/>

Livsmedelsverket. (2014c). *Måltidspusslet.* Hämtad 2014-09-22 från

<http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maltider-i-vard-skola-omsorg/Maltider-i-sjukvarden/>

Livsmedelsverket. (2014d). *Riksmaten vuxna 2010-11.* Hämtad 2014-08-07 från

<http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Matvanor---undersokningar/>

Lundaeko. (2006). *LundaEko. Lunds program från ekologiskt hållbar utveckling.* Hämtad 2014-09-26 från <http://www.lund.se/lundaeko>

Magnusson Sporre, C., Jonsson, I M., & Pipping Ekström, M. (2013). The Five Aspect Meal Model, FAMM. From Michelin Guide to public meal sector. I S. Rodrigues, H. Á. Margues, B. Franchini, & D. Dias ( Red.), *Culinary Arts and Sciences. Global, local and national perspectives* (s.188-197). International Conference on Culinary Arts and Sciences VIII ICCAS 2013, Porto, Portugal.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

MSC. (2014). *Marine Stewardship Council:s spårbarhetsstandard version 3.0*. Hämtad 2014-09-08 från [http://www.msc.org/dokument/standarder-och-krav/msc-s-sparbarhetsstandard/at\\_download/file](http://www.msc.org/dokument/standarder-och-krav/msc-s-sparbarhetsstandard/at_download/file)

Naturvårdsverket. (2014). *Matsvinn*.

Hämtad 2014-09-22 från <http://www.naturvardsverket.se/Miljoarbete-i-samhallet/Miljoarbete-i-Sverige/Uppdelat-efter-omrade/Avfall/Avfallsforebyggande-program/Matsvinn/>

NMR. (2012). *Nordiska näringsrekommendationer*. Hämtad 2014-09-22 från <http://www.norden.org/sv/tema/nordic-nutrition-recommendation/what-is-the-nnr>

Rööös, E., Sundberg, C., Salomon, E., & Wivstad, M. (2014). *Ekologisk produktion med minskad klimatpåverkan*. Rapport EPOK – Centrum för ekologisk produktion och konsumtion. Hämtad 2014-09-08 från [Klimatsyntes-broschyr-webb-sv\[1\]](http://Klimatsyntes-broschyr-webb-sv[1])

SKL. (2012). *Mat för många*. Hämtad 2014-09-26 från [webbutik.skl.se/bilder/artiklar/pdf/7164-148-9.pdf](http://webbutik.skl.se/bilder/artiklar/pdf/7164-148-9.pdf)

SMART. (2014). *Ät s.m.a.r.t.*

Hämtad 2014-09-22 från <http://www.folkhalsoguiden.se/Informationsmaterial.aspx?id=1068>

Smittskyddsinstitutet. (2011). *Cryptosporidium i Östersund*. Hämtad 2014-09-07 från

<http://www.folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/12853/cryptosporidium-i-ostersund.pdf>

Socialstyrelsen. (2011). *Mat och näring inom hälso- och sjukvården*. Hämtad 2014-09-08 från

<http://www.socialstyrelsen.se/patientsakerhet/matochnaringinomhalso-ochsjukvard>

Svensk sigill. (2014). *Svenskt sigill grundcertifiering. Klimatcertifiering*. Hämtad 2014-09-08 från

<http://www.svensksigill.se/Om-Sigill/Intressenter/Klimatcertifiering1/>

Unicef (2014). *Undernäring*. Hämtad 2014-09-10 från <https://unicef.se/fakta/undernaring>

WHO. (2006a). *Five keys to safer food*. Hämtad 2014-09-10 från

[http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual\\_keys.pdf](http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/manual_keys.pdf)

WHO. (2006b). *Fem nycklar till säkrare mat*. Hämtad 2014-09-10 från

[http://www.who.int/foodsafety/fs\\_management/5keys\\_swedish.pdf](http://www.who.int/foodsafety/fs_management/5keys_swedish.pdf)

WHO. (2009). *Global health risks*. Hämtad 2014-09-09 från

[http://search.who.int/search?q=global+health+risks&ie=utf8&site=who&client=\\_en\\_r&proxys\\_tylesheet=\\_en\\_r&output=xml\\_no\\_dtd&oe=utf8&getfields=doctype](http://search.who.int/search?q=global+health+risks&ie=utf8&site=who&client=_en_r&proxys_tylesheet=_en_r&output=xml_no_dtd&oe=utf8&getfields=doctype)

### För vidare läsning

Abrahamsson, L., Andersson, A. & Nilsson, G., (Red.). (2013). *Näringslära för högskolan, från grundläggande till avancerad nutrition*. 6:e rev upplaga. Stockholm: Liber.

Björklund, J., Holmgren, P., & Johansson, S. (2009). *Mat och klimat*. Stockholm: Medströms.  
Dernelid, M., & Grunewald, B. (2011). *Kalkylering i restaurang*. Stockholm: Liber.

Nylander, A., Jonsson, L., Marklinder, I., & Nydahl, M. (Red.). (2014). *Livsmedelsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.

Tham, W., & Danielsson-Tham, M.L. (2013). *Food associated pathogens*. Florida, USA: CRC press inc. Boca Raton.

Thougaard, H., Varlund, V., & Möller Madsen, R. (2007). *Grundläggande mikrobiologi med livsmedelsapplikationer*. Lund: Studentlitteratur.



## Från Guide Michelin till offentlig måltid Five Aspects Meal Model, FAMM

Cecilia Magnusson Sporre<sup>1</sup>

### Inledning

Redan 1990 skriver Marianne Ekström (Pipping) i sitt förord i avhandlingen *Kost, klass och kön* om betydelsen av att se på måltiden som en gemensam handling. Hon refererar till sociologen Georg Simmels (1993) betraktelsesätt att måltiden både kan vara en individuell handling och på samma gång en gemensam händelse. Marianne gör en liknelse mellan sin avhandling och processen att ställa till ett gästabad, ett arbete som är ett kollektivt projekt. Hon liknar även avhandlingsarbetet med en offentlig måltid och den komplexa produktionsprocess som ligger bakom. Nästan 25 år senare är dessa tankar om att måltiden är mer än bara maten vi äter fortfarande högst aktuella. Måltidsfrågor diskuteras flitigt i media och den offentliga måltidssektorn i Sverige är nu av intresse i debatten om hur man kan skapa positiva matupplevelser med gästen i fokus. Måltider som serveras i en offentlig kontext är en viktig del av det svenska välfärdssamhället och innefattar skola, vård och omsorg. Dessa måltider regleras av statliga styrdokument där kunskap och fakta om näringsriktig mat är väl etablerade och grundar sig på de nordiska näringsrekommendationerna, NNR (Livsmedelsverket, 2013). Idag finns det diskussioner om att bredda måltidens perspektiv och titta mer mot individuella önskemål och behov samt helheten i måltidskedjan, därmed ökar efterfrågan på nya redskap för måltidsplanering och hur man skapar tillfredsställande måltidsupplevelser i den offentliga måltidssektorn.

### Bakgrund

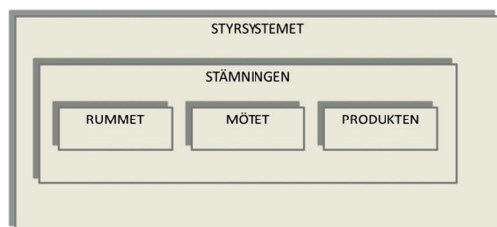
Det tvärvetenskapliga ämnet Måltidskunskap vid Restaurang- och hotellhögskolan (RHS) i Grythyttan, Örebro universitet har sin fundamentala bas i de tre kunskapsformerna vetenskap, hantverk och estetisk gestaltning. Genomgående i utbildning både på grundnivå och i forskarutbildningen är Five Aspects Meal Model (FAMM), en modell för planering, förberedelse, genomförande och

---

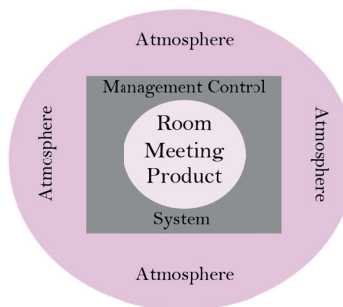
<sup>1</sup> Cecilia Magnusson Sporre, doktorand i Måltidskunskap, Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

analys av måltiden, både i teori och i praktik. Modellen tar ett helhetsgrepp på måltidsupplevelsen där gästens bästa står i centrum. Från de fem aspekterna i måltiden kan en rad frågor tas upp utifrån ett helhetsperspektiv. Den övergripande frågan är: Vad är måltidens kvaliteter som kan relateras till *rummet*, *mötet*, *produkten*, *styrsystemet* och *stämningen*. Alla aspekter har ett gemensamt mål: att ge gästerna bästa möjliga måltidsupplevelse, något över deras förväntningar. Betydelsefullt i sammanhanget är att ta hänsyn till vilka gästerna är och deras individuella identiteter (Gustafsson, 2002; Gustafsson & Strömberg 2004; Gustafsson, Öström, Johansson & Mossberg, 2006; Edwards & Gustafsson, 2008; Gustafsson, Öström & Annett, 2009). Modellen var ursprungligen inspirerad av Guide Michelins bedömningskriterier och användes initialt som ett övergripande ramverk för att starta och utveckla utbildning på högre nivå för restaurangpersonal. Guide Michelin betygsätter maten med stjärnor. Betyg för service, miljö och övriga intryck belönas med korslagda bestick (Guide Michelin, 2014). Den teoretiska/konceptuella FAMM-modellen har utvecklats vid Örebro universitet och har ursprungligen sin utgångspunkt i restaurangmåltider men kan även appliceras på andra måltider som serveras utanför hemmet i kommersiella kontexter. Modellen visar på komplexiteten i en måltidsupplevelse när man äter ute. *Rummet* representerar miljön för måltiden, det vill säga lokalen och interiören och det faktum att det finns många små rum i det stora rummet. *Mötet* innebär alla typer av mellanmänskliga relationer som sker i måltidssammanhang, möten mellan personal, möten mellan personal och gäst, mellan gäst och gäst dvs. alla interpersonella möten i och runt måltiden. *Produkten* består av mat och dryck och dess olika kombinationer. *Styrsystemet* omfattar styrdokument, regler, lagar och ekonomiska faktorer. *Stämningen* är den totala upplevelsen, måltidens komfort och känsla (Gustafsson & Strömberg, 2004; Gustafsson et al., 2006; Gustafsson et al., 2009; Hansen, 2007). Modellen finns vetenskapligt publicerad i åtminstone två versioner. Modellen från 2006 (Gustafsson et al., 2006) är den vanligast förekommande i alla typer av dokument. Den har styrsystemet längst ut som en inramning av de övriga aspekterna och kan tolkas vara gjord ur ett producentperspektiv, se fig. 1. Den senast publicerade modellen är från 2008 och 2009 (Edwards & Gustafsson, 2008; Gustafsson et al., 2009) och har antagit en rund form där stämningen omsluter de övriga fyra aspekterna och där cirkelformen kan tolkas som en symbol för helheten och atmosfären, se fig. 2.



Figur 1. Five Aspects Meal Model (2006)



Figur 2. Five Aspects Meal Model (2008, 2009)

### Syfte och metod

FAMM-modellen har under senare år dykt upp i nya sammanhang och har fått en mer frekvent spridning i samhället. I den här studien utforskas och studeras FAMM-modellens framväxt och förekomst från dess uppkomst fram till år 2012. Studien har tidigare presenterats och publicerats på International Conference on Culinary arts and Sciences VIII (Magnusson Sporre et al., 2013). Syftet med denna deskriptiva studie är att kartlägga i vilken utsträckning FAMM används, samt se hur och var modellen förekommer. Materialet har samlats in genom databassökningar i Summon, Google Scholar, Google och Diva med sökorden FAMM och Five Aspects Meal Model. Material kommer även från institutionsdokument på RHS samt från muntlig information från lärare och forskare som har varit och/eller är verksamma på Restaurang- och hotellhögskolan i Grythyttan.

### Resultat

Totalt hittades 108 dokument, vilka kategoriserades efter typ av publicering eller typ av dokument, samt utgivningsår. Materialet innehöll bland annat 26 vetenskapliga artiklar och 7 doktorsavhandlingar samt material från 13 bokkapitel och 21 studentuppsatser. Under åren 2010-2012 framträder en ny kategori i kartläggningen, där FAMM-modellen har använts i flera officiella dokument från kommuner, landsting och statliga myndigheter. Nästa steg i kartläggningen var att sortera dokumenten och gruppera dem. Utifrån det bildades tre huvudkategorier. Dessa kategorier presenteras under följande rubriker i resultatdelen: *Restaurangutbildning på universitetsnivå*, *Utformning och etablering av ett forskningsämne* samt *Tillämpning av FAMM-modellen* (Magnusson Sporre, Jonsson & Pipping Ekström, 2013).

### **Restaurangutbildning på universitetsnivå**

Planer för restaurangutbildning på en högre nivå började ta form i slutet av åttiotalet och har sedermera successivt utvecklats i början av nittioalet. Först hette institutionen för restaurangutbildning Grythytte Akademi, namnet antydde att det var ett initiativ med ambitiösa planer. Utgångspunkten för att strukturera utbildningen var att ta inspiration från hur man bedömer måltider i restaurangguiden Guide Michelin. Initiativtagaren till utbildningen Carl-Jan Granqvist uttalade tydligt att det inte bara var en fråga om mat och dryck i utbildningen. Lika eller ännu viktigare var bemötandet av gästerna, det vill säga den gästfrihet och omsorg man visar sina gäster, men också utformningen av måltidsmiljön, lagar och förordningar samt inte minst det ekonomiska perspektivet (Granqvist, 2001). Det beslutades att läroplanen skulle utformas med utgångspunkt i ett restaurangbesök. Restaurangmåltiden delades in i fem delar, som kallades de "fem momenten under restaurangbesöket", detta är grunden till det som senare utvecklades till FAMM-modellen. I dokument som rör den grundläggande utbildningen under nittioalet, kallades aspekterna moment eller teman (Ulmander, 1999; Hedberg, 2004). 1990 startade den första utbildningen på högre nivå för servitörer, tre år senare beslutade den svenska riksdagen att utbildningen bör vara permanent etablerad på högskolenivå vid Örebro Universitet (Hedberg, 2004; Lind, 2004).

Traditionellt sett har matlagning och yrkesverksamma som utövar matlagning professionellt haft låg status, men de senaste åren har det skett en förskjutning som har observerats i många länder. I Sverige har utvecklingen varit särskilt tydlig då det så sent som på 1980-talet betraktades allmänt som ett land med torftig och underutvecklad matkultur och restaurangutbud. Femton år senare har situationen helt förändrats, med svenska kockar som framgångsrikt tävlar i flera av de mest prestigefyllda matlagningstävlingarna i världen (Jönsson, 2012). Sverige tillsammans med de övriga nordiska länderna är nu i toppskiktet av den gastronomiska sfären.

Efter tio år med restaurangutbildning på högskolenivå genomförde Jönsson och Tellström (2008) en studie där de undersökte utfallet för restaurang- och hotellbranschen. De uppmärksammade utvecklingen av ett nytt gastronomisk område med många olika gastronomiska yrken och möjligheter till arbete. Enligt deras åsikt har restaurangutbildning gett upphov till att många som arbetar inom restaurangvärlden har en utbildning som är baserad på en ny form av kunskap, den reflekterande inlärningsprocessen snarare än traditionellt mästare-lärling lärande. Jönsson (2012) belyser kunskapsskiftet som en slags

revolution, som anges i titeln på hans bok *Den Gastronomiska revolutionen*. Jönsson menar att under de senaste åren så har svenska kockar förvandlats till mediepersonligheter och blivit en synlig yrkeskår i samhället. Detta har framför allt hänt tack vare det stora antalet tävlingar som nu sker inom restaurangbranschen och med fokus på matlagning. I Sverige är tävlingen Årets Kock en viktig årlig händelse för att höja kockens sociala status och att synas i medierna. Av betydelse för den gastronomiska utvecklingen är också den vision som lanserades av regeringen 2011: *Sverige – det nya matlandet* (Jordbruksverket, 2011). I handlingsplanen för att uppnå detta har sex fokusområden utsetts: Primärproduktion, offentlig mat, handel, förädlad mat, restaurang och matturism. Till varje fokusområde finns ett antal specifika mål kopplade. Visionen innebär att Sverige ska bli det nya matlandet i Europa och skapa tillväxt och nya jobb inom mat- och upplevelsesektorn.

### **Utformning och etablering av ett forskningsämne**

Redan 1997 genomfördes ett seminarium vid Örebro universitet för att diskutera innehåll och utveckling av Måltidskunskap (Culinary Arts & Meal Science) som ett framtida vetenskapligt forskningsämne. Under 2001 accepterades ämnet som ett forskningsämne vid Örebro universitet, och en professorsbefattning etablerades. Måltidskunskap med tonvikt på praktiska färdigheter snarare än ett mer vetenskapligt synsätt: det vill säga namnet på ämnet visar på vikten av praktiska kunskaper och hantverk (Gustafsson, 2002; Gustafsson et al., 2009; Gustafsson & Jonsson, 2004). Den första professorn i Måltidskunskap, Inga-Britt Gustafsson, installerades 2002. Hon underströk i sin professorsinstallation hantverket och estetikens betydelse i ämnet och i måltiden. Hon använde FAMM-modellen för att förklara kontexten av forskningsdisciplinen med idén om att FAMM kan utgöra ramen för forskningsämnet. Kunskap istället för vetenskap var ett medvetet val för att förena vetenskap, hantverk och estetisk gestaltning i utbildning och forskning (Gustafsson, 2002). Professor Gustafsson introducerade FAMM-modellen som en teoretisk ram för forskning inom Måltidskunskap och hon har också varit drivande i utvecklingen av modellen tillsammans med doktorander (Gustafsson & Jonsson, 2004). Publiceringar i internationella vetenskapliga tidskrifter är en angelägenhet för att få internationellt erkännande och acceptans inom forskarvärlden vilket är viktigt för det nyinrättade forskningsämnet. Hittilldags finns det en vetenskaplig licentiatuppsats (Ahlgren, 2004) och åtta fullbordade doktorsavhandlingar i forskningsämnet Måltidskunskap/Culinary Arts & Meal Science (Nygren, 2004; Jonsson, 2004; Hansen, 2005; Tellström, 2006; Prim, 2007; Rapp, 2008; Walter, 2011; Swahn, 2011).



### Tillämpningen av FAMM-modellen

Under åren 2010-2012 har FAMM-modellen blivit mer allmänt känd och används i ett bredare perspektiv. Modellen har gått från att behandlas nästan enbart som ett teoretiskt ramverk för vetenskapligt skrivande till att vara ett praktiskt och användbart verktyg för personer på olika nivåer som arbetar inom den offentliga måltidssektorn. FAMM kan även ses i bloggar och på hemsidor samt förekommer i utbildningssammanhang och i föreläsningmaterial för personal som arbetar inom den offentliga sfären. FAMM används också i flera officiella dokument t.ex. styrdokument, rapporter och riktlinjer för måltider. Modellen används i flera svenska kommuner som ett verktyg för planering och i dokumentation av offentliga måltider, särskilt inom äldreomsorgen och på sjukhus. Kartläggningen pekar på det faktum att det finns flera olika tolkningar av modellen, både i text och i bild. I flera fall har man ritat om modellen och gett den ett nytt uttryck och även ändrat orden som beskriver aspekterna. Intressant är att modellen har använts som ett analytiskt verktyg i minst fyra högt ansedda officiella dokument. FAMM återfinns bl.a. i; Statens Livsmedelsverk, SLV, 2011. *Vetenskapligt underlag till råd om bra mat i äldreomsorgen*, Socialstyrelsen hälsa och välfärd, 2011. *Mat och måltider inom hälso- och sjukvården: exempel från sjukvårdsverksamhet*, Stockholms läns landsting, 2012. *Mat och måltider med patienten i centrum, Måltidsutredning 2011-2012* samt i Kost & Näring, 2012. *Bästa sjukhusmaten – så höjs måltidskvaliteten vid svenska sjukhus*.

Modellen har även använts när Kost & Näring arrangerade en tvådagars konferens med FAMM som tema på deras årliga medlemsmöte *Kostdagarna 2012*. Talare på invigningen var Göran Hägglund, dåvarande socialminister som beskrev FAMM-modellen och vikten av måltidsglädje i den offentliga måltidssektorn (Hägglund, 2012). Samtliga föreläsningar under de två dagarna handlade om FAMM-modellen ur olika perspektiv kopplat till måltidssektorn. Diskussionen under konferensen handlade om hur man ska genomföra och tillämpa modellen för att arbeta med den i offentliga måltidssammanhang. Deltagare var expertis i form av kostchefer, kostekonomer, dietister mm. från området för den offentliga måltidssektorn (Kost & Näring, 2012).

### Slutsats

FAMM används både som ett teoretiskt ramverk och som stöd för praktisk tillämpning i måltidsplanering inom den offentliga och den privata måltidssektorn. FAMM-modellen kan användas som ett ramverk för måltidsplanering men även som ett analytiskt verktyg. Applikationsområden för användning av FAMM kan ses i akademiskt arbete såsom uppsatser, artiklar, avhandlingar och

i forskningsfrågor samt som en didaktisk struktur på universitetsnivå. Ett användningsområde för FAMM-modellen är även att vara ett verktyg för utveckling av privata och offentliga måltider i en kommersiell kontext. Modellen är även förekommande på föreläsningar och i utbildningssammanhang för personal som arbetar inom måltidssektorn. Modellen har tagits i anspråk som ett analytiskt verktyg i åtminstone fyra högt ansedda officiella dokument och har tillika använts som tema för en konferens inom kost och näring.

Under de senaste två åren har det skett en markant ökning av användningsområden och former för FAMM-inspirerat material där modellen utförs i olika tolkningar. Före 2010 förekom FAMM i stort sett enbart i akademiska sammanhang i form av vetenskapliga artiklar, avhandlingar och uppsatser främst inom områdena gastronomi, restaurang och måltidsservice. Under senare år har det skett en markant ökning av förekomsten av FAMM i andra sammanhang och då främst inom den offentliga måltidssektorn. FAMM diskuteras nu allt oftare i samband med måltider som serveras i skola, vård och omsorg. Modellen har även använts i officiella dokument i Sverige rörande den offentliga måltidssektorn genom Livsmedelsverket, Socialstyrelsen, Stockholm läns landsting, och Kost & Näring som nämnts ovan. Att modellen nu används på en ny arena inom måltidssektorn kan tolkas som ett erkännande av modellen samt att den uppfyller ett behov. I perspektivet att bredda synen på måltiden genom en helhetssyn, där man tar hänsyn till att skapa positiva måltidsupplevelser genom att iaktta individuella behov och önskemål, så skapas efterfrågan på nya verktyg för måltidsplanering i den offentliga måltiden. Det finns nu ett fokus på hur man skapar en måltidsupplevelse i offentliga måltidssektorn på samma sätt som i restaurang-branschen samt hur man eftersträvar att uppnå belättna och nöjda måltids-gäster.

## Referenser

- Ahlgren, M.K. (2004). *Ready meal consumption - when, where, why and by whom?*. (Licentiatavhandling. Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 3). Örebro: Örebro University.
- Edwards, J. S. A., & Gustafsson, I-B. (2008). The five aspects meal model. *Journal of Foodservice*, 19(1), 4-12.
- Ekström, M. (1990). *Kost, klass och kön*. (Doktorsavhandling, Umeå Studies in Sociology, 98). Umeå: Umeå universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Granqvist, C.-J. (2001). Restauranghögskolan i Grythyttan, en institution vid Örebro universitet. Kort historik 1975-2001. I *Måltidsakademiens Årsbok 2002* (s. 42-43). Grythyttan: Måltidsakademien.

Guide Michelin. (2014). *Historien bakom Guide Michelin*. Hämtad 2014-10-06: <http://www.michelin.se/om/guide-michelin>

Gustafsson, I-B. (2002). Måltidskunskap – ett forskarutbildningsämne. Bearbetning av föreläsning vid professorsinstallation. *Scandinavian Journal of Nutrition*, 46 (2): 104–106.

Gustafsson, I-B., & Jonsson, I. M. (2004). Måltidskunskap och hantverk - i grundutbildning och forskning. I I-B Gustafsson (Red.). *Kunskap i det praktiska* (s. 51-68). Lund: Studentlitteratur.

Gustafsson, I-B., & Strömberg, U-B. (Red.). (2004). *Tid för måltidskunskap*. Måltidskunskap 1. Örebro: Örebro universitet.

Gustafsson, I-B., Öström, Å., Johansson, J. & Mossberg, L. (2006). The Five Aspects Meal Model: a tool for developing meal service in restaurants. *Journal of Foodservice*, 17, 84-93.

Gustafsson, I-B., Öström, Å., & Annett, J. (2009). Culinary arts and meal science as an interdisciplinary university curriculum. I H. L. Meiselman (Ed.). *Meals in science and practice. Interdisciplinary research and business applications*. (s. 270-293). USA: Woodhead Publishing.

Hansen, K. V. (2005). *Restaurant Meal Experiences from Customers' perspectives – A Grounded Theory Approach*. (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 4). Örebro: Örebro University.

Hansen, K. V. (2007). FAMM as a tool for illuminating the focus in paper abstracts from the two ICCAS Conferences. I R. Tellström, L. Mossberg; I.M. Jonsson & I-B. Gustafsson (Red.). *Den medvetna måltidskunskapen: en vänbok till Inga-Britt Gustafsson*. (s. 91-97). Örebro universitet: Måltidskunskap 3.

Hedberg, L. (2004). Så skapades den högre restaurangutbildningen i Grythyttan. I I-B., Gustafsson & U.-B., Strömberg (Red.). *Tid för måltidskunskap*. Måltidskunskap 1. (s.17-24), Örebro: Örebro universitet.

Hägglund, Göran. (2012). Tal av Göran Hägglund i samband med Kostdagarna 2012. Hämtad 2014-10-16: <http://www.regeringen.se/sb/d/7489/a/189409>

Jonsson, I. M. (2004). *Family meal experiences: Perspectives on practical knowledge, learning and culture*. (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 2). Örebro: Örebro University.

Jordbruksverket. (2011). *Visionen om Sverige som det nya matlandet*. Hämtad 2014-10-16: <http://www.regeringen.se/sb/d/18088>

Jönsson, H. (2012). *Den gastronomiska revolutionen*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.

- Jönsson, H., & Tellström, R. (2008). Utbildning inom det gastronomiska fältet. Gastronomi i kunskapsamhället. I C. Fjellström (Red.). *Gastronomisk forskning. Gastronomiska Akademiens bibliotek, 5*. Stockholm: Gastronomiska Akademien.
- Kost & Näring. (2012). *Måltidsupplevelsen som helhet, Kostdagarna 2012*. Hämtad 2014-10-16: <http://www.kostochnaring.se/nyhet/kostdagarna-2012-helheten-i-fokus>
- Lind, I. (2004). *Restauranghögskolan – från experiment till existens*. I I.-B., Gustafsson & U.-B., Strömberg (Red.). *Tid för måltidskunskap*. Måltidskunskap 1. (s.17-24), Örebro: Örebro universitet.
- Livsmedelsverket. (2013). *Näringsrekommendationer*. Hämtad 2014-10-16 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/naringsrekommendationer/>
- Magnusson Sporre, C., Jonsson, I. M., & Pipping Ekström, M. (2013). The Five Aspects Meal Model, FAMM – From Michelin Guide to public meal sector. In: S. Rodrigues, H. Á. Marques, B. Franchini, D. Dias. Ed. Culinary Arts and Sciences. *Global, local and national perspectives: International Conference on Culinary Arts and Sciences VIII* (s. 188-197). Porto, Portugal.
- Nygren, T. (2004). *Sensory evaluation and consumer preference of wine and food combinations: Influences of tasting techniques*. (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 1). Örebro: Örebro University.
- Prim, M. (2007). *Ready meals from the consumers' perspective – attitudes, beliefs, contexts and appropriateness*. (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 6). Örebro: Örebro University.
- Rapp, E. (2008). *Sensory, attitudinal and contextual aspects of the meal – Health implications and connections with risk factors for coronary heart disease and obesity*. (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 7). Örebro: Örebro University.
- Simmel, G. (1993). Måltidets sosiologi. *Sociologi i dag*, 23(1), 1-9.
- Swahn J. (2011). *If I can taste it, I want it... Sensory Marketing in Grocery Retail Stores*. Doctoral (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 9). Örebro: Örebro University.
- Tellström, R. (2006). *The construction of food and meal culture for political and commercial ends: EU-summits, rural businesses and World Exhibitions*. (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 5). Örebro: Örebro University.
- Ulmander, B. (1999). *Om grundutbildningen*. I Måltidsakademiens Årsbok 2000. (s.36) Örebro: Färgspelet förlag.
- Walter U. (2011). *Drivers of customers' service experiences. A customer perspective on co-creation of restaurant services, focusing on interactions, processes and activities*. (Doctoral thesis, Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 8). Örebro: Örebro University.



## Den kreative kocken kombinerar kunskaper

*Jesper Johansson*<sup>1</sup>

### **Inledning**

Många kockar är autodidakter, utan högre utbildning. Utvecklingsprocessen från lärling till kock och senare köksmästare är en kunskapsresa. Kockar och köksmästare anses i olika medier och restaurangguider vara kreativa. Dagens framgångsrika och kreativa kockar kombinerar olika kunskaper, kommunicerar och samarbetar med sin omgivning. Enligt Örebro universitet (2014) innebär den pedagogiska idén i ämnet måltidskunskap och värdskap bland annat ett vetenskapligt reflekterande med konstnärligt utövande som tillför kreativitet och i sin tur bidrar till att tolka och skapa måltiden utifrån ett helhetsperspektiv. Sedan slutet av 1990 och på 2000-talet pågår en gastronomisk revolution (Jönsson, 2012; Vega, Ubbink, & Van der Linden, 2012) där högre utbildning och forskning inom måltid och gastronomi spelar en central roll för hotell- och restaurangbranschens utveckling både nationellt och internationellt.

Detta är en essä som beskriver olika typer av kunskap med koppling till handling, med fokus på hur kockens traditionella hantverksmässiga skicklighet utvecklats i kombination med akademiska studier. Vikten av samverkan, kommunikation och kreativ kunskap hos kocken diskuteras i essän. Dessa olika aspekter och den didaktiska idén inom ämnet måltidskunskap och värdskap för studenter med inriktning mot kulinarisk kock och måltidskreatör ger en bild av kockars mångvetenskapliga bildningsresa.

### **Kunskap med handling**

Kunskap som utförs men inte beskrivs har många gånger lägre status än annan form av kunskap, den beskrivs ofta som tyst eller enbart praktisk. Praktisk kunskap blev först under 1950-talet en fråga som filosoferna började diskutera och analysera på allvar i förhållande till teoretisk kunskap. Donald Schön (1983) problematiserar praktikens egen kunskapsteori, utan att lägga skulden på tidigare filosofers syn på att praktisk kunskap anses underordnad den vetenskapliga. Pragmatikern John Dewey utvecklade en framtidssyn under

---

<sup>1</sup> Jesper Johansson, universitetsadjunkt, Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

industrialismens framväxt som innebar att kunskap skulle vara nutida och framåtblickande och inte blicka bakåt mot gamla ideal (Dewey, 2004). Kunskap har en demokratisk kraft i samhällsutvecklingen, menade Dewey och han förespråkade en aktivitetspedagogik där teori, praktik, reflexion och handling hänger ihop. Kunskap menade han skall vara verklighetsanknuten och bli till nytta. Idéhistorikern och professorn i pedagogik Bernt Gustavsson som är en stor inspirationskälla till utvecklingen av kunskapsbegreppet inom ämnet Måltidskunskap och värdskap, anser i samma anda att kunskap är en naturlig del av livet och nödvändig för människan som en ständig process (Gustavsson, 2000). Hur människan förstår och tolkar praktisk kunskap i vår samtid har påverkats av Schöns (1983) beskrivningar av praktisk kunskap. Praktisk kunskap eller kunskap i praktiken gör ingen särskilnad på kunskap och handling. Schön menar att människan reflekterar i själva handlingen i det praktiska kunnandet och det finns ingen gräns mellan forskning och praktisk verksamhet. Kunskap menar Gustavsson (2000) är beroende av både teori och praktik. Teoretisk kunskap handlar om logisk slutledningsförmåga eller att lösa problem med logiskt tänkande, medan praktisk kunskap handlar om själva utförandet. ”Veta hur” kopplar han ihop med färdighetskunskap vilket är knutet till ständig reflektion (ibid.). Det är ingen stor skillnad mellan att tänka och att göra eller praktisera, menar Schön (1983). Det finns ett tyst kroppsligt vetande, menar fenomenologen Maurice Merleau-Ponty och att det finns ett tyst kroppsligt vetande genom att människan är en kroppslig psykiskt och fysiskt enhet (citerad i Gustavsson, 2000). Detta innebär att kunskapen redan finns i den fysiska aktiviteten och i kroppens rörelse. Med dessa perspektiv vidgas kunskapsbegreppet till att innefatta människans hela kapacitet, inte bara i intellektet (Gustavsson, 2000). Vi lär med handen menar journalisten Anders Ehnmark (2002). Handens minne är utmärkt efter att den gjort något och teorin kommer ur handgreppet. Han menar att man måste göra för att förstå och skiljer inte teori från praktik (ibid.). ”Rationell praxis” eller att ”veta hur” består i färdigheter i att kunna utföra vissa handlingar anser den engelske filosofen Gilbert Ryle (citerad i Gustavsson, 2000). Den engelske filosofen Michael Polanyi anammade också tanken att kunskap är kroppsligt och menade att all kunskap har sitt ursprung i tyst kunskap (citerad i Gustavsson, 2000). Tyst kunskap tolkas på olika sätt, endera anses det som osägbar eller sägbar kunskap som kan gestaltas. Andra anser att tyst kunskap är dimensionen av all kunskap där kunskap har en tyst och en uttryckbar aspekt (ibid.).

### **Kockar påverkar kunskapsutvecklingen**

Under det senaste århundradet har det förekommit ett flertal olika matlagningstrender inom gastronomin som påverkat hur vi ser på mat och måltid idag. En av de viktigaste är det nya franska köket, *Nouvelle Cuisine*. Det var de franska matkritikerna Christian Millau och Henri Gault som på 1960-talet för första gången beskrev denna matlagingsstil. De franska kockarnas nya matlagning innebar en ökad medvetenhet om att använda lokala råvaror efter säsong (Spence & Piques-Fiszman, 2014). Med den nya matlagningen förenklades recepten från det klassiska köket. Portionerna minskades och maträtternas estetiska uttryck lyftes fram som allt viktigare för måltidsupplevelsen. Under denna era blev det allt vanligare med tallriksservering, där kocken under mer kontrollerade former kunde skapa sina maträtter (Jönsson, 2012). Kockarnas status höjdes under denna period. Kockens position flyttades från mörka källarlokalerna till restaurangens entré och första möte. Det är idag kocken som står som värd och skapare av restaurangens totala måltidsupplevelse (Jönsson, 2012; Balazs, 2001). Stjärnkocken Paul Bocuse anses av många vara den som personifierar denna period som förstärkte kocken i rollen som den centrala personen på restaurangen (Markowska, 2011). Det nya franska köket inspirerade många svenska kockar under denna period, bland annat stjärnkockarna Örjan Klein och Gunnar Forssell, som var delaktiga i uppbyggnaden av grundutbildningen vid restaurang- och hotellhögskolan i Grythyttan (Jönsson, 2012). År 1990 nämns för första gången begreppet *molekylär gastronomi* av fysikern Nicholas Kurti och kemisten Hervé This. Med den molekylära gastronomin gör ett mer vetenskapligt förhållningssätt intrång i gastronomin. Maträtter och recept utvecklas genom strukturerade laborationer, där kockar samarbetar med bland annat matkemister och sensoriker (Spence & Piques-Fiszman, 2014). Samarbete över olika kunskapsgränser med reflektion och kreativa processer är en tydlig förändring i utvecklingen av 2000-talets matlagning. Internationellt har den spanske stjärnkocken Ferran Adrià gjort sig världskänd för teamarbete med forskare och konstnärer kring skapandet av måltidsupplevelser (Svejenova, Mazza-, & Planellas, 2007). Adriàs storhet ligger i att han med öppen kommunikation har publicerat sina recept, matlagningsmetoder och kreativa arbetsmetoder (Adria, 2008; Landin, 2014). Företagsekonomen Alf Rehn (2010) menar att framgångsrika stjärnkockar som till exempel Heston Blumenthal är kreativt tänkande personer som har kvar sin barnsliga nyfikenhet för det oprövade. Sveriges kockelit idag, med bland annat stjärnkocken Björn Frantzén i spetsen som driver restaurangen Frantzén, beskriver sin personliga gastronomiska filosofi och hur han samarbetar med



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

forskare om kvalitet på råvaror för att bättre veta hur råvarorna skall tillagas och serveras (Frantzén & Linderberg, 2012).

”För att nå fram har vi haft fortlöpande kontakter med några av Europas vassaste forskare, som har den fördelen att de också är intresserade av smak och konsistens i fisk och skaldjur, likväl som att de kan fysiska fakta om fisk. Genom egna undersökningar och deras forskning har vi fått fram när fisk och skaldjur är som bäst att servera” (Frantzén & Linderberg, 2012, s. 11).

År 2004 skapades konceptet det *nya nordiska köket* av tio utvalda nordiska kockar med bland andra stjärnkockarna Mattias Dahlgren och René Redzepi (ny nordisk mad, 2014), för att förstärka den nordiska gastronomin internationellt. Kockarna skapade ett manifest som beskriver deras ambition att med innovation utveckla den nordiska gastronomin med utgångspunkt från nordiska råvaror, smaker, traditioner och klimat (Jönsson, 2012). Konceptet att vårda och utveckla de inhemska råvarorna och smakerna i det nordiska köket påminner om hur det nya franska köket formulerades.

Idag ser vi kockar allt mer frekvent i olika medier muntligt kommunicera och tillämpa praktiska färdigheter. Kreativa och framgångsrika kockar påverkar samhället genom att med pondus i olika medier både muntligt och praktiskt kommunicera om mat, matlagning och måltider. I *Time Magazine* (2014) beskrivs Nordens idag mest framgångsrika stjärnkock René Redzepi på restaurang Noma, flera gånger utsedd till världens bästa restaurang av ”The S. Pellegrino Best Restaurant in the World”, som kreativ och en av de 100 mest inflytelserika personerna i samhället. Med kreativitet påverkar Redzepi utvecklingen inom måltidsbranschen, med bland annat gästspel runt om i världen där han förmedlar kunskap om det nordiska köket (The Worlds 50 best, 2015).

### **Kocken kommunicerar kunskap**

Dagens kock behöver kunna kommunicera för att nå ut till sina medarbetare och gäster. Kockar skall ha förmåga att kommunicera med ord, både i tal och i skrift. Kan ett vetenskapligt förhållningssätt stärka denna kompetens hos kocken? En del av måltidkunskapens kärna och syfte är att skapa värdefullt vetande och ny kunskap baserad på forskning. Detta bidrar till ökad förståelse för måltiden som helhet. Värdefullt vetande innebär, menar Demker och Bjereld (2009), en nödvändig förutsättning för att kunna skapa förståelse för hur världen hänger samman. Detta gäller också maten vi äter och hos kocken finns mycket värdefullt vetande. En kock behöver kunna beskriva sin kunskap

med ord och ha ett utvecklat språk för måltidsupplevelser för att kunna kommunicera skriver Gustafsson (2003). Hon menar dessutom att studenter i måltidskunskap och värdskap skall kunna behärska både handens och tankens språk (ibid). Bodil Jönsson (2002) talar om hantverk som kommunikationsform för att förklara en text eller projekt. Det är bara handen som vet hur den skriver ditt namn, menar Jönsson (2002) och personen kan inte uttrycka det verbalt men handen kan göra det med precision genom rörelsen om och om igen. Med kunskap inom sensorik tränas studenterna i måltidskunskap och värdskap, att både teoretiskt och praktiskt beskriva smakupplevelser (Gustafsson, et al., 2014). Kockar behöver ett utvecklat språk, menar Gustafsson (2003) för att inte hamna i underläge i ett avancerat kommunikationssamhälle. Kommunikation är en av flera viktiga kompetenser i ett samhälle präglad av kunskap, kreativitet och kommunikation (Andersson & Strömquist, 1988).

Nödvändigheten av språklig kommunikation är dock inte oomtvistad. Det finns en begränsning i ordens betydelse menar konstnär Birgitta Watz (2004) ur konstnärlig synvinkel. Hon anser att måltidsupplevelsen försvinner i samma ögonblick vi sätter ord på den. Orden stänger in upplevelsen så att det mångtydiga, som kocken skapat går förlorat. Den praktiska kunskapen betecknas ibland som svår att kommunicera med ord menar Gustafsson (2000). Med detta menar han inte automatiskt att kunskapen är tyst eller att den inte går att uttrycka med ord. I det framväxande kunskapssamhället ställs det högre krav på att med ord kunna kommunicera vilken typ av kunskap som utförs, detta för att kunna utveckla kompetensen inom ett yrke eller handling (Gustafsson, 2000). Smak, doft och synintryck kommunicerar och är uttryck för den professionella hantverkskunskapen hos kocken och kan inte ersättas med ord. Det personliga hantverket kan, menar Jönsson (2002) förmedla relationer mellan hantverkare och beställare. Hon ger en beskrivning i personligt hantverk genom att jämföra brödbakning för hand med bakning i maskin. Bakningen för hand handlar om beröring, att röra, blanda och knåda degen med känsla. Hanteringen vid gräddning och doften av nybakat bröd kommunicerar en unik personlighet till beställaren (Jönsson, 2002).

### **Kunskap i kombination samverkar**

Bernt Gustafsson (2000) som intresserat sig för det han kallar kunskapsfilosofi beskriver det som att olika former av vetande och kunskaper förekommer i kombination med varandra. Kunskaper kombineras i såväl vetenskapliga som i praktiska verksamheter eller inom hantverkskunnande. Ämnet måltidskunskap

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

och värds-kaps pedagogiska idé grundar sig i Aristoteles begrepp om kunskapsformerna, episteme, techne och fronesis (Gustafsson, 2004; Gustafsson 2007). Inga-Britt Gustafsson (2003) den första professorn i måltidskunskap och värds-kap menar att under utbildningens uppbyggnad har man med avsikt förenat vetenskap med praktisk och konstnärlig kunskap (Gustafsson, 2009). De olika kunskapsformerna integreras och likställs med en pedagogisk ambition om bildning, där handling och reflektion förenas i en produktiv enhet (Gustafsson, 2000; Gustafsson, 2009). I grundutbildningen menar Inga-Britt Gustafsson att kockens praktiska, konstnärliga och hantverksmässiga kunskaper skall vara i samverkan och likställda de vetenskapliga. Det finns en ambition att med måltidskunskapens breda forskningsprofil kombinera vetenskapliga områden, både gällande naturvetenskapliga och humanistiskt sociala aspekter på måltidsområdet. I en kartläggning och beskrivning av utbildningsplanerna i måltidskunskap och värds-kap beskriver Gustafsson, Öström och Annett (2009) hur studenterna skapar måltider utifrån ett helhetsperspektiv med utgångspunkt från hantverks- och konstnärligt övande samt vetenskaplig reflektion. Universitetsutbildningarna inom måltid och gastronomi i Kristianstad, Umeå och Grythyttan/Örebro är sprungna ur en bransch präglad av starka hantverksmässiga kunskapstraditioner, med tydlig koppling till mästarlära (Jönsson, 2012). Vetenskapen vill förstå hur världen hänger samman, menar Hansson (2011), och når framgång genom att vara systematiska och med noggrann kontroll samt argumentation för de val som görs i olika led av forskningsprocessen. Det råder i stort sett samstämmighet om vad forskningens uppgift och mål är (Bjereld, et al., 2009) och denna samsyn gör det möjligt att förstå och samarbeta tvärs över fakultetsgränser och ämnesinriktningar. Detta synsätt skiljer sig från konstens, där man ibland menar att det finns en fara med för stark enighet (Watz, 2004) eftersom konst och kreativitet aldrig uppstår ur likformighet. Konstnären arbetar mer intuitivt för att uppnå upplevelsen (ibid.) vilket skiljer sig från vetenskapen som vill förstå upplevelsen genom att systematisera den och genom att beskriva upplevelsen med ord. Ämnet måltidskunskap och värds-kap fokuserar på helheten av måltider, menar Gustafsson (2004), och anser att en välkomponerad måltid kan upplevas som konst. Målet är att kockar har förmåga att integrera vetenskaplig kunskap om måltidens alla komponenter med konstnärlig intuition och kreativitet.

## Kunskap och kreativitet

Kreativitet är ett modernt kunskapsbegrepp i västvärlden och blir vanligt först efter andra världskriget (Törnqvist, 2009). Vi går från ett reproducerande samhälle till ett mer kreativt samhälle där förändringar ses med mer positiva ögon än i det produktinriktade industrisamhället (Andersson, 1997). Han anser att det framtida samhällets kunder kräver mer komplexa och hållbara produkter eller tjänster som står för något mer än bara funktion. Kreativ kunskap och produkter måste kommunicera något nytt och acceptabelt som det omgivande samhällets experter erkänner (Csikszentmihalyi, 1996). Kreativitet handlar om att känna till det vi ännu inte vet vad det är menar Sahlin (2001). Kreativ kunskap och tänkande finns i vardagen, något som alla sysslar med i stort och smått. Kreativa processer inom olika områden är mer lika än olika varandra. Samma eller likande processer pågår trots att formen för skapandet varierar (Rollof, 1999). Kreativa personer tänker divergent i sin kreativa process menar Törnqvist (2010), deras tankar river murar och bryter mot regelverk. Det centrala i kreativt tänkande menar Rollof (1999) är att tänka originellt, att ha förmåga att tänka verkligt unika idéer. Frågor eller problem med givna svar menar Dahlgvist (2010) stimulerar enbart kunnande men knappast kreativt tänkande. Originalitet och mod har stor betydelse för att kunna ifrågasätta gällande paradigmen och försöka tänka i nya kreativa mönster (Rollof, 1999). I det kreativa tänkandet tillåts, anser Rehn (2010), fantasi och misslyckande. Provokation och mönsterbrytningar är fenomen som triggar igång kreativt tänkande. Kreativa tankar som lyfts fram i en process måste möta både tilltro och svårigheter. Riktigt kreativa tankar eller farligt tänkande, som Rehn (2010) uttrycker det, provocerar sin omgivning och möter på starkt motstånd. Ibland möts även idéerna av känslan av att det är äckligt och otäckt (ibid.). Vanebildande mönster påverkar människan och håller tillbaka hennes kreativitet (De Bono, 2008). Den kreativa kompetensen behöver därför ständigt tränas och övas för att utvecklas (Törnqvist, 2010). Han menar att kreativ kunskap har en ursprungsbetydelse som är förknippad med idéutveckling och konstnärskap. Kreativitet handlar, menar Csikszentmihalyi's (1996) om att lösa problem, skapa produkter eller väcka frågor på ett nytt sätt inom en viss domän. Handlingen eller produkten skall för att anses vara kreativ accepteras i en eller flera kulturella miljöer (Gardner, 2001). Den kreative gör något som inledningsvis anses nytt men som senare accepteras och får en effekt på sin domän. Om de berörda i domänen inte accepterar handlingen eller produkten blir det endast en nymodighet och annorlunda företeelse. Alla produkter av kreativitet har förstås inte samma värde. Det nya och omvälvande behöver ha sådana kvaliteter att det kan integreras i sitt sammanhang (ibid.).

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Förmåga till kreativitet och estetisk gestaltning är viktiga inslag i förståelsen av hur gastronomi och måltider kan utvecklas (Hornig & Hu, 2009; Watz & Johansson, 2009; Dornenburg & Page 1996). Eftersom ordet ”kunskap” har den dubbla betydelsen att kunna och att skapa innebär det, menar Jonsson (2004), något kreativt som utvecklas av människor i en ständig process. Det finns yttre omständigheter menar Csikszentmihalyi (1996) som påverkar kreativiteten så som sociala, kulturella, geografiska aspekter samt i vilken grad något uppfattas som kreativt av en etablerad omgivning. Samverkan om vetande och kunnande, där yttre och inre aspekter spelar roll, ger bra utrymme för kreativitet menar Jonsson (2004). En viktig förutsättning för kreativitet är enligt Rollof (1999) förmågan att acceptera två i sig motsägande ståndpunkter eller mycket snabbt kunna växla mellan dem. Det handlar inte om någon kompromiss, inte antingen eller, inget mellanläge utan både och. Vedin (2000) menar att en kreativ person är både skarpsint och naiv samt har fantasi med tydlig verklighetsförankring. Han anser att en kreativ person är både introvert och extrovert samtidigt (Vedin, 2000). Talang, personlighetsdrag, utgångspunkter och tillfälligheter bestämmer inom vilka områden kreativiteten tar sig uttryck. Gemensamt för kreativa personer är att bakom framgångsrika resultat ligger enorm motivation som är inre eller yttre, eller i det flesta fall en kombination (Rollof, 1999). Kreativitet måste samsas med kritisk granskning och frihet att möta regler. Helhetssyn kombineras med blick för viktiga detaljer och flexibilitet får inte utesluta målinriktning (ibid.). När motsatser möts uppstår energi som sätter ingång kreativa reaktioner. Personer i ett team med mångfald måste tillåtas ha olika åsikter (Vedin, 2000).

### Universitetsutbildade kockar

Forskningen i måltidskunskap bedrivs inom ett tillämpat område, menar Frih (2010) i forskningsrapporten Öre2010. Måltidskunskap beskrivs i Öre2010 som ett nästan unikt fält i världen eftersom den koncentrerar sig på måltidsrelaterade studier. Måltidskunskapsforskning är mångvetenskaplig och tar ansats i vetenskapen och hämtar inspiration och forskningsfrågor från den praktiska kunskapen inom restaurangbranschen (Jonsson, 2013). En aspekt som förenar forskningen inom måltidskunskapen är att den studerar måltiden som upplevelse, menar Jonsson (2013). Att använda ordet kunskap istället för vetenskap är ett medvetet val för forskarutbildningsämnet måltidskunskap. Den tematiska helhetsidé som används inom utbildningen och forskningen för att studera är modellen ”de fem aspekterna” (Gustafsson, 2002). Modellen heter på engelska FAMM, *Five Aspect Meal Model*. Modellen delar in måltiden i aspekterna: Rummet, mötet, produkten, stämningen och styrsystemet. FAMM-

modellen används även som vetenskapligt analysverktyg och ramverk för att skapa måltider inom restaurangbranschen, bland annat inom offentliga måltider (Mangnusson Sporre, Jonsson & Pipping Ekström, 2013)

Inom universitetsutbildningar för kockar har den pedagogiska kunskapssynen parallellt utvecklats i samma anda som restaurangbranschen med samverkan mellan olika kunskaper och personer. Utbildningar som den vid institutionen Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet. Campus Grythyttan är en pionjärinstitution i Europa inom universitetsutbildning och forskning med inriktning mot upplevelsen av måltiden (Kävlemark, 2011). Måltid- och gastronomiutbildningarna på universitet, menar Jönsson (2012), har skapat kockar som arbetar med gastronomi utifrån en ny typ av komplex kunskap, där det reflekterande lärandet styr mer än mästarlärandet. Kökets pedagogik med starka och stränga mästare – lärlingssystem har inte varit bra på att stimulera nyfikenhet och ifrågasättande av rutiner. De akademiskt skolade kockarna är mer nyfikna och intresserade av vad som händer i råvarorna vid matlagning (Jönsson, 2012). Kockar med ett forskande, vetenskapligt förhållningssätt och förmåga till reflektion över hantverket kan med kreativitet kombinera nya *multisensoriska* smakupplevelser (Spence & Piqueras-Fizman, 2014). Välutbildade kockar har en bredare och djupare förståelse inom gastronomi och får en starkare självkänsla, de påverkar dessutom branschen som kritiska restauranggäster (Jönsson, 2012).

Inom ämnet måltidskunskap och värdskap vid Restaurang- och hotellhögskolan i Grythyttan, Örebro universitet diskuteras kombinationen av olika kunskapsformer och betydelsen av att kunna kommunicera. Ämnet måltidskunskap vilar på flera kunskapsformer *hantverk, vetenskaplig kunskap/teori och estetik*, menar Jonsson (2013), hon anser att den praktiska och erfarenhetsmässiga kunskapen bildar basen för grundutbildningen i kombination med de två övriga. Den praktiska kunskapen eller hantverket är viktig eftersom den står för yrkes stolthet och tradition. Förmågan att förena kunskaper för att skapa en högre förståelse menar jag är ämnet måltidskunskap och värdskafts didaktiska idé. Kockens hantverk förenas med forskarens teori och ord samt konstnärens kreativitet (Jonsson, 2013). Kockstudenterna utvecklas till reflekterande praktiker och deras värderingsförmåga strävar mot praktisk klokhet. Experimentell reflekterande matlagning på vetenskaplig akademisk nivå undersöker kokkonsten med kritiskt tänkande, nyfikenhet och förståelse. Det kreativa, kritiska och reflekterande tänkandet har lett till att gamla tankesätt och strukturer luckrats upp. Nya kreativa koncept och yrken inom restaurang och gastronomi har med detta utvecklats.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

### Referenser

Adrià, Ferran, Soler, Juli & Adrià Albert (2008). *A day at elBulli : an insight into the ideas, methods and creativity of Ferran Adrià*. London: Phaidon Press.

Andersson, Åke E & Strömquist, Ulf (1988). *K-samhällets framtid*. Värnamo: Fälth's tryckeri.

Andersson, Åke E (1997). Creativity, complexity and qualitative economic development ingår i: Andersson, Åke E, Sahlin, Nils-Eric: *The complexity of creativity*, Dordrecht: Kluwer Academic, cop. s. 139-151.

Balazs, Katharina (2001) Some Like it Haute – Leadership Lessons From France's Great Chef. *Organizational Dynamics*, 30 (2), 134–148.

Bjereld, Ulf; Demker, Marie & Hinnfors, Jonas (2009). *Varför vetenskap? Om vikten av problem och teori i forskningsprocessen*. Lund: Studentlitteratur.

Csikszentmihalyi, Mihaly (1996). *Creativity, Flow and the psychology of discovery and invention*. New York: Harper Collins.

Dahlqvist, Folke (2010). *Kreativitetsteorin – en bok om kreativitet och tänkande i skolan*. Stockholm: Dejavu.

De Bono, Edward (2008). *Tänketräning med Edward de Bono*, Jönköping: Brain Books. Dewey, John (2004). *Individ skola och samhälle: utbildningsfilosofiska texter*. Stockholm: Natur och kultur.

Dornenburg, Andrew & Page, Karen, (1996). *Culinary Artistry*. New York: John Wiley & sons, inc.

Ehnmark, Anders (2002). Morfars yxa, ingår i Aase, Maja m.fl. (2002), *Medan handen arbetar vidgas blicken*. Stockholm: Bromberg.

Frantzén, Björn & Lindeberg, Daniel (2012). *Frantzén/Lindeberg*. Stockholm: Nordstedts Förlag.

Frih, A-K (red.) (2010). *Öre2010, utvärdering av forskning vid Örebro universitet*. Örebro: Örebro universitet.

Gardner, Howard (2001). *Intelligenserna i nya perspektiv*. Jönköping: Brain Books.

Gustavsson, Bernt (2000). *Kunskapsfilosofi*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.

Gustavsson, Bernt (2007). Förhållande mellan teori och praktik. Ingår i: Mossberg, Lena; Jonsson M, Inger & Tellström, Richard (red.). *Den medvetna måltidskunskapen, en vänbok till Inga-Britt Gustafsson*. Örebro: Örebro Universitet s. 83-89.

Gustafsson, Inga-Britt (2002). Måltidskunskap – ett nytt forskarutbildningsämne, *Scandinavian Journal of Nutrition/Näringsforskning*, Vol. 46, nr 2, 104-106.

Gustafsson, Inga-Britt (2003). Vid matbordet taldes det om gården, vädret, korna och läxorna. Men helst inte om känslor. Ingår i: Swanberg, Lena Katarina, *Röster kring måltiden*. Hällefors: Hällefors tryckeri AB.

- Gustafsson, Inga-Britt (2004). Culinary arts and meal science – a new scientific research discipline. *Food Service Technology*, p. 9-20.
- Gustafsson, Inga-Britt (2004). Sinnena och konsten i en måltidsupplevelse. Ingår i: *Två seminarier 2001, 2002, Sinnena, konsten och vetenskapen*. Örebro: Örebro Universitet.
- Gustafsson, Inga-Britt (2007). Förord, Sinnena, konsten och vetenskapen. Att se, känna och tolka. Ingår i: *Att se, känna och tolka*. Örebro, Universitetsbiblioteket.
- Gustafsson, Inga-Britt; Öström, Åsa & Annett, Judith (2009). Culinary arts and meal science as an interdisciplinary university curriculum. Ingår i: Meiselman, Herbert L (red.). *Meal in Science and practice: interdisciplinary research and business applications*. Boca Raton, CRC Press. Pp. 270-293.
- Gustafsson, Inga-Britt; Jonsäll, Anette; Mossberg, Lena; Swahn, Johan & Öström, Åsa (2014). *Sensorik och marknadsföring*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Hansson, Bengt (2011). *Skapa vetande: vetenskapsteori från grunden*. Lund: Studentlitteratur.
- Hu, Meng-Lei & Horng, Jeou-Shyan (2009). The impact of creative culinary curriculum on creative culinary process and Performance. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education* 8(2), 34 – 46.
- Jonsson, M, Inger (2004). På spaning efter en måltidens pedagogik, sinnena, konsten och vetenskapen. Ingår i: Gustafsson, Inga-Britt & Stålhammar, Börje (Red.). *Kultur och identitet. Doktorandkursen i spetsen "sinnena och konsten"*. Örebro: Örebro Universitet.
- Jonsson, M Inger (2013). ”Äta ute” – måltidsupplevelser på restaurang för personal och gäster. Ingår i: Bonow, Madeleine; Rytkönen, Paulina & Wramner (Red.), *Från matproduktion till gastronomi*. Stockholm, Södertörns högskola: E-print. Sid. 135-144.
- Jönsson, Bodil (2002). *Handen vet. I M. Aase m.fl. (2002). Medan handen arbetar vidgas blicken*. Stockholm: Bromberg.
- Jönsson, Håkan (2012). *Den gastronomiska revolutionen*. Stockholm: Carlssons Bokförlag.
- Kävlemark, Torsten (2011). *Måltider tar plats i universitetsvärlden*. Artikel i tidskriften Nyheter & Debatt nr3. 2011. Högskoleverket. Sid 11.
- Landin, Erica (2014). Ferran Adrià Mycket mer än mat. Mat, konst, forskning – och ett enormt ego. Så skapade kocken Ferran Adrià restaurangen El Bulli, där 2 miljoner människor stod i kö för att boka bord. Efter tre års tystnad är han tillbaka med en ny galen idé. Artikel i Icon Magazin #06 dec 2014/jan 2015, sid. 81-92.
- Markowska, Magdalena (2011). *Entrepreneurial Competence Development*. Jönköpings International Business School, Jönköping University.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Magnusson Sporre, Cecilia; M Jonsson, Inger Jonsson & Pipping Ekström, Marianne (2013). The Five Aspects Meal Model, FAMM From Michelin Guide to public meal sector, ingår i: Editors: S. Rodrigues, H. Á. Margues, B. Franchini, D. Dias (2013). *Culinary Arts and Sciences. Global, local and national perspectives*. Pp.188-197.

McGee, Harold (2004). *On Food & Cooking – An Encyclopedia of Kitchen Science, History and Culture*. London: Hodder & Stoughton.

Ny nordisk mat (2014). Ny nordisk mat manifest. hämtat den 14 december 2014 från: <http://nynordiskmad.org/om-nnm-ii/koeksmanifestet/om01/>

Rehn, Alf (2010). *Farliga idéer – När det opassande tänkandet är din värdefullaste resurs*. Stockholm: Bookhouse Editors.

Rollof, Jan (1999). *Kreativitet: en handbok för individer och organisationer*. Lund: Studentlitteratur.

Sahlin, Nils-Eric (2001). *Kreativitetens filosofi*. Nora: Nya Doxa.

Schön, Donald A (1983). *The reflective practitioner: how professionals think in action*. New York: Basic Books, cop.

Schön, Donald A (2003). *The reflective practitioner: how professionals think in action*. Aldershot: Ashgate.

Spence, Charles & Piqueras-Fiszman, Betina (2014). *The Perfect Meal: the multisensory science of food and dining*. Chichester, West Sussex, UK: John Wiley & Sons.

Svejenova, Syviya, Mazza, Carmelo & Planellas, Marcel (2007). Cooking Up Change in Haute Cuisine: Ferran Adrià as an Institutional Entrepreneur. *Journal of Organizational Behavior*. 28: 539-561.

*The Worlds 50 best* (2015). René Redzepi. Hämtat den 20 januari 2015 från: <http://www.theworlds50best.com/list/1-50-winners/noma>.

Time (2014). *René Redzepi en av de 100 mest inflytelserika personerna i världen*. Hämtat den 5 december 2014 från: [http://content.time.com/time/specials/packages/article/0,28804,2111975\\_2111976\\_2111947,00.html](http://content.time.com/time/specials/packages/article/0,28804,2111975_2111976_2111947,00.html)

Törnqvist, Gunnar (2009). *Kreativitet i tid och rum, processer, personer och platser*. Stockholm: SNS förlag.

Vega, César, Ubbink, Job & van der Linden, Erik (red.) (2012). *The kitchen as laboratory – reflections on the science of food and cooking*. New York: Columbia University Press.

Vedin, Bengt-Arne (2000). *Innovation och kreativitet*. Furulund: Alhambra.

Watz, Birgitta (2004). Konst och vetenskap. Ingår i: *Två seminarier 2001, 2002, Sinnen, konsten och vetenskapen*. Örebro: Örebro Universitet.

## *Johansson* Den kreative kocken kombinerar kunskaper

Watz, Birgitta & Johansson, Jesper (2009). Sprött känns sprödare än spröd. Ingår i: Alsne, Marianne m.fl. (red.) *Att känna, skapa och tolka: Ett seminarium om människans känselsinne. September 2007*. Örebro universitet. Sid 41-62.

Örebro universitet (2014). *Ämnet måltidskunskaps pedagogiska idé*. hämtat 12 december 2014 från: <http://www.oru.se/Institutioner/Restaurang-och-hotellhogsskolan/Amnen/>.



## Restaurangmåltider - att äta ute i motsats till att äta hemma

Inger M Jonsson<sup>1</sup>

Vi äter utanför hemmet i allt högre grad, och att äta ute kan ses som motsatsen till att äta hemma (Warde & Martens, 2000). Uteätandet kan karaktäriseras som ett slags ”exotic other” i kontrast till att äta hemma (Ashley, B., Hollows, J., Jones, S., Taylor, B. 2004). Men idag är allt fler är frekventa gäster på restaurang och har därför erfarenheter och upplevelser av hur restaurangbesök kan gestalta sig (Walter & Edvardsson, 2012). Att äta ute inbegriper både ensamma måltider på restauranger och kaféer och sociala sammanhang där vi tar del i olika slag av restaurangmåltider (Kjærnes et al., 2001). När vi blir hungriga utanför hemmet möter vi ett allt större utbud av måltider mer eller mindre lättillgängliga på till exempel bensinstationer och shopping centra eller enklare restauranger med mat från olika kulturer, vilka ofta ses som sociala mötesplatser som ger bra värde för matkostnaden (Bahr Bugge & Lavik, 2007). Vardagens lunch i Sverige kan vara både varm och kall; kanske asiatisk hämtmat, eller salladsvarianter, alternativt en dagens husman. För att hinna med fritidsaktiviteter av olika slag finns senare på dagen ett behov av snabbt fixad mat. Vi vet att vardagsmiddagsproduktionen kräver både kärlek och metapraktik av den som har ansvaret (Molander, 2011) och att det är en komplex historia att få till (Anving, 2012). Att så är fallet uppmärksammades av jubilaren själv i hennes numera klassiska avhandling; *Kost, klass och kön* (Ekström, 1990) och behandlar det område hon ofta i föreläsnings-sammanhang kallar mat och arbete eller det obetalda arbetet, alltid med ett genusperspektiv (Pipping Ekström, 2013). Hur hemarbetet och matlagning utlokaliseras från hemmet till skolmåltider, mat på arbetsplatser och restauranger genom såväl myndighetsbeslut som hushållens egna beslut kan beskrivas som outsourcing av hemarbete menar Pipping Ekström & Hjalmeskog (2006).

För att snabbt få till något ätbart efter jobbet och inför olika aktiviteter blir det snabblösningar för den stressade barnfamiljen med hårt pressat schema även på fritiden. Snabba varmkorvsmåltider i bilen vid bensinköp eller på möbelvaruföretaget och så förstås den ständige räddaren i nöden McDonalds (Brembeck, 2007). Restaurangernas nivå av service och utbud kan ses som att de hör hemma på olika trappsteg av en hierarkisk restaurangtrappa stege av

---

<sup>1</sup> Inger M Jonsson, docent, Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

uteätande där prestigen blir allt större ju fler trappsteg upp och ju närmare vi kommer mot den absoluta toppen där Bocuse d'Or-nära gourmetkrögare strävar efter att behålla sin position med stöd i sin entreprenöriella kompetens (Markowska, 2011).

Holm et al (2012) ser på moderniseringen av det vardagliga nordiska ätandet och menar att bidragande orsaker till att det vardagliga ätandet blir alltmer komplext är att allt högre inkomster ger ekonomiska möjligheter till fler att ta del av det stora utbudet av färska och processade matvaror. Detta sker i kombination med den pågående gastronomiska diskursens utbredning vilket gör intresset för kulinariska upplevelser större. Detta inbegriper att allt fler äter måltider utanför hemmet. Uteätandet på restaurang har genomgått ett skifte från att ha varit förbehållit en elit av företrädesvis män (Wood, 1992) till att bli ett välkommet komplement till den privata hemmamåltiden för en mycket större grupp (Finkelstein, 1998; Bell & Valentine, 1997). Ofta bokas affärsmåltiden på dag eller kväll med kollegorna in på en bättre restaurang. Idag kan också tjejägarer, granngruppen, syjuntan eller familjer i flera generationer etc. räknas in som gäst kategorier vilka vill äta gott och bli väl bemötta på en trevlig restaurang. Allt fler när ett både fördjupat intresse och kunnighet i kulinariska upplevelser av mat och dryck och det mest extrema är kanske de s.k. foodies, som en löst sammanhållen subkultur av människor, halvprofessionella konnässörer med mobilkameran som verktyg, vilka ägnar sin tid åt att besöka och äta på det som anses som de bästa restaurangerna i världen (Jackson et al, 2014). Kanske är det så som Sloane (2004) menar att "culinary taste" har blivit en viktig aspekt av livsstilen i det postmoderna samhället där restaurangen är en plats där det är möjligt att hitta sin egen livsstilsgrupp som ger social tillhörighet.

Restaurangen kan beskrivas som ett vardagsrum där vi visar upp oss och blir sedda (Finkelstein, 1998) och där det ibland kan finnas en rädsla hos gästen för att göra fel eftersom restaurangmåltider konventionellt varit mycket strukturerade händelser (Ashley et al, 2004; Warde & Martens, 2000) där gästen behöver känna till koderna för att känna sig bekväm. Frågan är då vem som har rätt att ta plats på restaurangen och vem den förväntade besökaren är? I ett forskningsprojekt studerades ensamma uteätande kvinnor kvällstid, på restauranger bedömda med goda vitsord i restaurangguider (Jonsson & Pipping Ekström, 2009). Intressant var de berättelser, som forskarna delgavs i samband med information om forskningsprojektet, av kvinnor och män som ofta var på resa i arbetet eller levde ensamma. Många berättelser handlade om att inte vara bekväm med att ensam gå på en s.k. bättre krog. Hur gör man? Hur uppfattas man? Berättelser om att välja bort den förhållandevis trygga miljön på restau-

rangen, trots att man hade möjlighet att betala notan, för att som någon sa: ”Min kväll slutar ofta med att jag äter en ensam pizza-slice på hotellet.” Genusfrågan aktualiseras här genom att flera kvinnor beskrev sin osäkerhet inför att befinna sig som ensamätare på en restaurang. Det gav en fingervisning om att det inte är så länge sedan restaurangbesökaren alltid förväntades vara en man och att restaurangmiljöer ursprungligen skapades för män (Pipping Ekström & Jonsson, 2007). Finkelstein (2004) menar att restaurangen är en miljö där våra samtida vardagsvanor kan studeras. I Sverige pekar Jönsson (2013) på att det pågår en slags upplösning av gränserna mellan det offentliga och privata som en del i det postmoderna samhället. Det visas genom utveckling av till exempel ett storstadsfenomen som ”middagsklubbar” internationellt kallat ”supper clubs”, eller ”underground restaurants” där man går ut och äter och betalar för det men istället för att gå på en restauranglokal så äter man hemma hos någon (Ridderhielm, 2012; Drevinger, 2010). Jönsson menar att förr var skillnaden större mellan det vi kallar restaurangmat och den mat som tillagas och serveras hemma, men idag kan maten vara i det närmaste likvärdig. En ny ton av familjäritet har tillkommit för restaurangbranschen som vill att dess gäster ska känna sig hemma och inte enbart formellt bemötta. Begreppet *fun dining* istället för *fine dining* vill få oss att glömma stärkta dukar och stel serveringspersonal och känna oss som hemma - det ska vara gott och kul att gå på krogen (Svenska Dagbladet, 2012). Att måltiderna under en semestervistelse är en av höjdpunkterna vet alla semesterfirare och idag intresserar sig också turismforskningen alltmer för måltidsturism/culinary tourism (Heimtun, 2007) och de mer eller mindre autentiska turistmåltider som erbjuds spelar en allt viktigare roll i resandet (Long, 2003).

Ett restaurangbesök sett från den andra sidan - med utgångspunkt från dem som arbetar med restaurangmåltider - kan vi börja med hur Cambell-Smith (1967) diskuterade begreppet ”meal experience” såsom innefattande mycket mer än bara kvaliteten hos mat och dryck. Ett restaurangbesök är gästens upplevelse av det som planerats och tillhandahållits av dem som arbetar med att gestalta restaurangmåltiden. Från besöket på hemsidan, bokningen, välkommandet och bemötandet i matsalen, kunnigheten i vinpresentationen samt presentation av meny till maträtten på tallriken och slutligen bemötandet vid betalningen. Den professionella fingertoppskänslan innebär till exempel att placera gäster och tillfredsställa deras minsta vink och ge alternativa förslag till kritiska gäster (Mossberg & Gustafsson, 2008; Walter, 2011). Restaurangnäringen är del i den globala upplevelseindustrin och en del i turismen som strävar efter att skapa lyxiga nöjen och ge människor delaktighet i social gemenskap (Finkelstein, 2004). Kockvärlden har erövrat media och blivit de

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

nya celebriteterna (Jönsson, 2013) som är djupt involverade i skapandet av symbolvärden som signalerar regional och nationell och etnisk tillhörighet.

Hur gestaltas en restaurangmåltid sedd från de som skapar den i kök och matsal? Idag är arbetstillfällena inom hospitalityindustrin/besöksnäringen med restauranger och hotell som kärnverksamheter en het diskussion inom restaurangbranschen. Turismsektorn, där restaurangnäringen är en central del, växer snabbare än BNP och är idag en av landets basnäringar, vilket ännu inte är allmän kunskap i ett land som Sverige där järn och skog varit de viktigaste näringarna (Svensk Turism, 2010). Besöksnäringens forskningsfond (2014) beskriver i en rapport att arbetstillfällena idag finns på såväl hotell, restauranger som inom turistdestinationer (BFUF, 2014). Men vem/vilka ska jobba där?

BFUF (2013), visar på att det inte finns tillräckligt med kunniga kockar och att de som kommer från utbildningar på olika nivåer inte har tillräcklig praktisk erfarenhet. Detta enligt en traditionell restaurangbransch som på traditionell manér vill utbilda på golvet genom praktiskt övande. Gästen möter servitörer, dvs. matsalshantverkare, förr äldre män med hög rang inom branschen, idag ofta tallriksbärande unga kvinnor (Lundqvist, 2006). Men paradoxen innebär enligt BFUF (2013) att om besöksnäringen ska växa i Sverige så behövs fler utbildade, utvecklingsarbete och forskning. Jönsson (2011) beskriver det han kallar en gastronomisk revolution. Han intresserar sig för det som hänt när gastronomin tagit steget från det slutna restaurangköket till det han kallar för den upplysta scenen. Allt nära sammanhängande med kockens förvandling till mediepersonlighet och gastronomins närvaro i olika massmedier. Han ställer den teoretiska diskussionen i relation till sin egen praktiska erfarenhet från många år på restauranggolvet.

Genus- och jämställdhetsfrågor är ständigt aktuella frågor för restaurangbranschen från diskussioner om hur många kvinnor som söker till Årets kock till möjligheten att faktiskt arbeta kvar och göra en karriär även efter att man etablerat familj. Fyra forskningsstudier med restaurangmåltiden som nav har genomförts av samma forskargrupp med Marianne Pipping Ekström och Inger M Jonsson och med stöd från personer med restaurangerfarenhet; ”Genus på krogen”, ”Solodining”, samt ”Arbete och liv för kvinnor och män i en växande restaurangbransch” som också inkluderar perspektivet ”Kvinnor i en manlig restaurangvärld”.

Genus på krogen – studien (Jonsson & Pipping Ekström, 2008) är en case study på en fine dining-restaurang med högt renommé. De olika personalgruppernas positioner framträdde vid besök på kvällens riggade restaurangscen där dekoren, kläderna, gästerna och personalen interagerar för att skapa upple-

velsen. Men också genom samtal bakom kulisserna om vardagen och drömmarna där de olika positionerna för män och kvinnor framträdde och förtydligade fältstudiens observationer. Män med manliga mentorers stöd och kvinnor med samma kunskap som får nöja sig med att bli behandlade som vuxna men utan möjlighet att få mentorsstöd för att gå vidare i karriären.

Detta var en del av kunskaperna och erfarenheterna forskargruppen tog med sig till den större Arbete och liv-studien där personal som arbetade och även personal som lämnat restaurangbranschen intervjuades. Som komplement till intervjuerna gjordes fältstudier på kvällstid då restaurangerna var fyllda med gäster. Det var inte maten som bedömdes utan arbetsplatsen som sådan och personalens arbetsförhållanden i relation till deras berättelser om sitt slit med att få ihop sin passionerade önskan att arbeta i branschen i livets olika faser och samtidigt ha möjlighet att bilda familj. I internationell forskning inom managementområdet när det gäller hospitalityindustrin/besöksnäringen finns ett helt forskningsområde som berör dessa svårigheter: work and family stress (Cleveland et al, 2007 ), work – life balance (Doherty, 2004), work – family conflict (Magnini, 2009), work – home balance (Farrell, 2012), work – home interference (Blomme et al, 2010).

Kvinnliga kockars specifika arbetsförhållanden kan ses som en delstudie till forskningsprojektet ”Arbete och liv för kvinnor och män i en växande restaurangbransch” men under arbetets gång visade det sig att även de unga männen slet med samma frågor om hur det skulle vara möjligt att arbeta vidare efter familjebildning i en traditionell bransch där arbetstiderna ofta är oreglerade och man förväntas jobba många timmar i sträck för att visa sin kapacitet och delaktighet. I relation till behovet av förnyelse i den till restaurangbranschen angränsande offentliga måltidssektorn kan det tänkas att kockar med kunskap om råvaror och smakkombinationer i högre grad kommer att söka sig dit där arbetet bedrivs dagtid och inte på samma sätt inkräktar på familjelivet. Samtidigt blir restaurangbranschen en allt viktigare sektor näringspolitiskt nationellt – en kanske förbisedd, nedvärderad karriärväg som behöver omvärderas? Dock i stort i behov av nytänkande gällande arbetstider för både kvinnor och män.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

### Referenser

- Anving, T. (2012). *Måltidens paradoxer. Om klass och kön i vardagens familjepraktiker*. Lunds universitet: Lunds universitet: Dissertation in Sociology 101.
- Ashley, B., Hollows, J., Jones, S., Taylor, B. (2004). *Food and Cultural Studies*. Studies in Consumption and Markets. London: Routledge.
- Bahr, Bugge, A. and Lavik, R. (2007). *Spise ute – hvem, hva, hvor, hvordan, hvorfor og når?* Rapport 6-2007. Oslo: SIFO.
- BFUF/Besöksnäringens forskningsfond (2013). Sveriges mest attraktiva bransch. Stockholm: BFUF. Hämtad 2014-12-22 [http://bfuf.se/wp-content/uploads/2013/04/BFUF\\_rapport\\_1\\_2013\\_Sveriges\\_mest\\_attraktiva\\_bransch1.pdf](http://bfuf.se/wp-content/uploads/2013/04/BFUF_rapport_1_2013_Sveriges_mest_attraktiva_bransch1.pdf)
- BFUF/Besöksnäringens forskningsfond (2014). *Besöksnäringens forsknings- och innovations agenda*. Stockholm: BFUF. Hämtad 2014-12-22 [http://bfuf.se/wp-content/uploads/2014/03/Agenda\\_sv\\_lang.pdf](http://bfuf.se/wp-content/uploads/2014/03/Agenda_sv_lang.pdf)
- Blomme, R. J., van Rheede, A. & Tromp, D. M. (2010). Work: Family conflict as a cause for turnover intentions in the hospitality industry. *Tourism and Hospitality Research*, 10:4, pp. 269-285.
- Bocuse d'Or Akademin (2014). *Gastronomi Sverige. Bocuse d'Or*. Hämtad 2014-11-05 [www.http://gastronomisverige.se/bocuse-dor/](http://www.gastronomisverige.se/bocuse-dor/)
- Brembeck, H. (2007). *Hem till McDonalds*. Stockholm: Carlssons.
- Cambell-Smith, (1967). *The marketing of the meal experience*. Guildford: University of Surrey Press.
- Cleveland J. N., O'Neill J. O., Himelright, J. L., Harrison M. M., Crouter, A. C., & Drago, R. (2007). Work and family issues in the hospitality Industry: Perspectives of entrants, managers and spouses. *Journal of Hospitality & Tourism Research*, 31:3, pp. 275-298.
- Drevinger, J. (2010). Smakfullt smygbesök. Svenska Dagbladet. [http://www.svd.se/mat-och-vin/smakfullt-smygbesok\\_4573503.svd](http://www.svd.se/mat-och-vin/smakfullt-smygbesok_4573503.svd) Hämtad 2015-01-03.
- Doherty, L. (2004). Work-life balance initiatives: Implications for women. *Employee Relations*, 26:4, pp. 433-451.
- Ekström, M. (1990). *Kost, klass och kön*. Umeå universitet: Dissertation in Sociology.
- Farrell, K. (2012). Work-home balance: A management perspective. *Hospitality & Society*, 2:3, pp. 273-291.
- Finkelstein, J. (1989). *Dining out. Sociology of modern manners*. Oxford and Cambridge: Polity Press, Blackwell.

## Jonsson Restaurangmåltider – att äta ute i motsats till att äta hemma

Finkelstein, J. (2004). *Chic cuisine: the impact of fashion on food*. In Sloan Donald (Ed.) *Culinary Taste. Consumer behaviour in the international restaurant sector*. Hospitality, Leisure and Tourism. Oxford: Elsevier Butterworth, Heinemann.

Heimtun, B. (2007). *Mobile identities of gender and tourism: The value of social capital*. Thesis. Faculty of The Built Environment, University of West England, Bristol.

Holm, L., Ekström, M. P., Gronow, J., Kjærnes, U., Lund, T.B., Mäkelä, J., & Niva, M. (2012). The modernisation of Nordic eating: studying changes and stabilities in eating patterns. *Anthropology of Food* (7), 2-14.

Jackson, T., Landelius, C. & Stockare, H. (2014). *Foodies. The Culinary Jet Set*. Dokumentärfilm. Sverige. Hämtad 2014- 12-22. <https://www.moviezine.se/movies/foodies>

Jonsson, I., M., Pipping, Ekström, M. Nygren, T. (2008). Key concepts towards a stance on gender in the restaurant. *Journal of Foodservice*, 19(1), 53-62.

Jonsson, I., M., Pipping, Ekström, M. (2009). *Gender perspective on the solo diner as restaurant customer*. In Meiselman, H., L. (Ed.), *Meals in Science and Practice. Interdisciplinary research and business applications*. Oxford: Woodhead Publishing Limited.

Jönsson, H. (2013). Chef Celebrities, Foodstuff Anxieties and (Un) Happy meals. An Introduction To Foodways Redux. *Ethnologia Europaea. Journal of European Ethnology*, 43(2), 5-16.

Kjærnes, U., Ekström, M. P., Gronow, J., Holm, L., & Mäkelä, J. (2001). *Introduction*. In *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*. Report 7- 2001, Lysaker, Norway: SIFO.

Long, L. (2003). *Culinary Tourism. A Folkloristic Perspective on Eating and Otherness*. In Long L (Ed) *Culinary Tourism*. Lexington: The University Press of Kentucky.

Lundqvist, H. (2006). *Lågstatusjobb på högstatuskrogar? Arbetslivets degradering och feminisering 1950-2000*, I Pipping Ekström , M. (Red) *Genus på krogen*. Örebro universitet: Måltidskunskap 2.

Magnini, V. P. ( 2009). Understanding and reducing work-family conflict in the hospitality industry. *Journal of Human Resources in Hospitality and Tourism*, 8(2), 119-136.

Markowska, M. (2011). *Entrepreneurial Competence Development: Triggers, Processes & Consequences*. Dissertation. Jönköping: Jönköping International Business School.

Molander, S. (2011). *Mat, kärlek och metapraktik. En studie i vardagsmiddagskonsumtion bland ensamstående mödrar*. Stockholms universitet: Doktorsavhandling Företagsekonomiska institutionen.

Mossberg, L., & Gustafsson, I.- B. (2008). *Service på restaurang*. Lund: Studentlitteratur.

Pipping Ekström, M., & Jonsson, I., M. (2007). *Genus - i rummet*. In Tellström, R., Mossberg, I., Jonsson , I., M. (Eds.) *Den medvetna måltidskunskapen. En vänbok till Inga-Britt Gustafsson*. Örebro universitet: Måltidskunskap 3.

Pipping Ekström, M. (2013). *Mat och arbete - det obetalda arbetet*. Föreläsning i kursen Måltidskultur, ht 2013. Örebro universitet: Institutionen för Restaurang- och måltidskunskap.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Ridderhielm, K. (2012). *Restaurang i vardagsrummet. En kvalitativ undersökning av fenomenet middagsklubbar*. Kandidatuppsats i sociologi. Uppsala universitet.

Sloan, D. (2004). *The postmodern palate: dining out in the individualized era*. In Sloan, D. (Eds.) *Culinary Taste. Consumer Behavior in the International Restaurant Sector*. Oxford: Elsevier.

Svensk Turism (2010). Nationell strategi för svensk besöksnäring. Rapport. Hämtad 2015-01-03 från [http://www.strategi2020.se/upload\\_dokument/SHR\\_Strategidokument.pdf](http://www.strategi2020.se/upload_dokument/SHR_Strategidokument.pdf)

Svenska Dagbladet (2012). *Hellre roligt än rätt*. SvD Mat och Vin. Hämtad 2015-01-03 från [http://www.svd.se/mat-och-vin/hellre-roligt-an-ratt\\_7190133.svd](http://www.svd.se/mat-och-vin/hellre-roligt-an-ratt_7190133.svd)

Walter, U. (2011). *Drivers of customers' service experiences. A customer perspective on co-creation of restaurant services, focusing on interactions, processes and activities*. Örebro university: Örebro Studies in Culinary Arts and Meal Science 8.

Walter, U., & Edvardsson, B. (2012). The physical environment as a driver of customers' service experiences at restaurants. *International Journal of Quality and Service Sciences* 4:2, 104-119.

Warde, A., & Martens, L. (2000). *Eating Out- Social differentiation, consumption and pleasure*. Cambridge: University Press.

Wood, R. C. (1992). Gender and trends in eating out. *Nutrition & Food Science* 5, 18-21.

## The food we eat in Nordic countries – some changes between 1997 and 2012

Lotte Holm<sup>1</sup>, Drude Skov Lauridsen<sup>1</sup>, Jukka Gronow<sup>2</sup>, Nina Kahma<sup>2</sup>, Unni Kjærnes<sup>3</sup>, Thomas Bøker Lund<sup>1</sup>, Johanna Mäkelä<sup>2</sup>, Mari Niva<sup>2</sup>

### Introduction

*‘It is all about which food is put on the table, how it arrives there, who prepares it, and who eat(s) the food’.* This is how Marianne Pipping Ekström ends her reflection on those who have inspired her work in an article about her foremothers in food research (Ekström, 2007). With this final comment she reminds us that the food we eat represents a wider system of societal production and distribution, of social organization of daily life, of household gender division of labor and of social relations and interactions. In much food research, the social context and meaning of food is actually the focal point: often the food itself plays a minor role, whereas analyses center on social interaction, social structures, social discourses, or on economic and technological developments.

The food that is put on the table is of course also a material substance. Therefore, the food we eat in daily life is an important starting point for sociological food research. Historically national and regional food cultures have been formed by local geographical, economic and political conditions (Johansen, 1998; Kisbán, 1986; Mennel, 2010; Peltó & Peltó, 1983; Sobal, 1999; Teuteberg, 1986; Trygg, 1991). However, in modern times, a development has been identified in which local and national food cultures fade into a more globalized homogenizing trend, highly influenced by global food manufacturers, and often seen as dominated by modern American food culture, with simple and often mass-produced meals (re Ritzer’s concept of ‘macDonalization’) (Warde, 1997; Ritzer, 1993). However, a counter-trend is also identified according to which we see a revival and reinvention of local and regional food cultures (Grasseni, 2011) and the emergence of countercultures concerned with local provisioning, authenticity and fresh food, with eating patterns character-

---

<sup>1</sup> Lotte Holm, Professor, Drude Skov Lauridsen, Research Assistant, Thomas Bøker Lund, Assistant professor, Department of Food and Resource Economics, University of Copenhagen, Denmark.

<sup>2</sup> Jukka Gronow, Professor, Nina Kahma, PhD Student, Johanna Mäkelä, Professor, Mari Niva, University Researcher, University of Helsinki, Finland.

<sup>3</sup> Unni Kjærnes, PhD Researcher, National Institute for Consumer Research, Oslo, Norway.

ized by less processed convenience food and with more regional and seasonal variation (Counihan & Siniscalchi, 2014; Dowler, Kneafsey, Cox, & Holloway, 2010). Several have suggested that these contrasting trends coexist, reflecting increasing social and economic distinctions in eating. Further, discourses of health and nutrition may be seen as a globalizing trend, introducing uniform values regarding food consumption everywhere (Coveney, 2006), as they involve not only public authorities, but also market actors and popular media. In the sociological literature it has been discussed that traditional rules and norms for food and meals are dissolving, which Fischler coined “gastro-anomy” (Fischler, 1980) leaving a more open and flexible food culture. What we eat, it is suggested, develops along a dimension of informalization, i.e., the relaxation of regularities, rules, conventions, and strict standards of "good taste" and what foods it is appropriate to eat (Warde, 1997). In Sweden the term “frukostisering” (Breakfastization) is coined to suggest this trend (Ekström, 1990). Following this, empirical study of changes in the food we eat is a core element in the field of sociology of food.

In the following we present an analysis of how the food we eat has changed in four Nordic countries during a 15 year period. We base the analysis on two surveys conducted in 1997 and 2012 in which large samples of the adult populations in Denmark, Finland, Norway and Sweden reported in detail what and how they ate the day before the interview. In our study in 1997 we made two basic discoveries. First, there were quite clear national patterns of eating which distinguished these countries from each other. Second, in all four countries the food people ate in particular on week days was as a rule quite plain and simple, not at all elaborate or complicated. In addition, the Nordic everyday cuisine included many elements that could be regarded as quite traditional. Novelties appeared too but even these were well established within the Nordic cuisine (good examples were spaghetti bolognese and pizza). There were no signs either that our eating habits would develop towards greater sophistication or towards any drastic "Americanisation" or informalisation (Mäkelä, Kjærnes, & Ekström, 2001).

We now ask: Has this changed in the period from 1997 to 2012? As far as our data allow, we pursue the sociological discussions described above.

### **Study design**

The data used in the analysis are based on two large cross-sectional surveys conducted in Denmark, Finland, Norway, and Sweden in 1997 (N=4823) and 2012 (N=8248), respectively. The aim of both studies was to analyze eating

patterns in the Nordic populations. The studies were based on largely identical questionnaires which registered in detail one day of eating (the day before the interview) in the Nordic populations (Holm et al., 2012). In both years, data were collected during one week at the end of April. This week was carefully chosen such that there were not national specific “special days” (such as holidays) in any of the countries, and equal distribution of interviews across days of the week was ensured.

The data in the first study were based on computer-assisted telephone interviews (CATI) and for the second study on an internet-based questionnaire (CAWI). In 1997 sampling was done from telephone directories and in 2012 from a large database of citizens from all Nordic countries. In 1997 the response rates (using the *rr1* metric, AAPOR, 2011) were: 73% in Denmark, 33% in Finland, 45% in Norway, and 45% in Sweden, and in 2012 completion rates (AAPOR, 2011) were 9% in Denmark, 11% in Finland, 10% in Norway, and 13% in Sweden. In both years there were minor variations from country-specific census data on gender, region and age, but the lowest-educated population segment (i.e. individuals having completed compulsory school or short-term specialization courses) was in general under-represented. Except from educational credentials, the 1997 and 2012 data are, then, fairly representative of the four Nordic populations.

The low completion rate follows the general trend with declining response rates in survey studies of the general population (Holbrook, Krosnick, & Pfent, 2008) and is probably also due to the combination of an email invitation format and the short response time frame (Kohut, Keeter, Dimock, Dimock, & Christian, 2012). However, differences in response rates have been shown to impose only marginal differences on substantive responses (Kohut et al., 2012). In order to evaluate whether it is likely that the low response rate in this study caused only marginal changes in response patterns we compared our 2012 data with relevant other studies in which higher response rates were retained. We found no differences in substantive responses to political voting compared to polls carried out through CATI in the same period (April 2012), except in Finland where there was some, but not dramatic deviation. Furthermore, the temporal rhythm of daily eating patterns, which arguably does not change very much during a 15 year period (Rotenberg, 1981) reveals very similar patterns in the 1997 and 2012 data (Lund T.B & Gronow, 2014). Further, the proportion of respondents expressing a specific interest in food and cooking was the same as found in the 1997 study (data not shown).

The main part of the questionnaire focused on respondents' eating events the day before the interview. Questions about each eating event were posed in chronological order, to a maximum of ten events. The questions focused on number, timing, social context and structure of eating events. When asking about what was eaten we distinguished between hot and cold food. Cold eating events were registered on a list of food options, whereas hot eating events were recorded in a more complex manner, registering number of courses, and centre, staples, vegetables and trimmings in the main course. In both types of events drinks were registered on a list of drink options. In open questions following hot eating events, respondents could report names of the dishes they ate. The questions and the reasoning behind are described in more detail elsewhere (Mäkelä et al., 1997; Kjærnes, Ekström, Gronow, Holm, & Mäkelä, 2001; Mäkelä et al., 1997). For the questions regarding what was eaten at various events, the change of survey method may be of significance. In 1997 the lists of food items were not read aloud by the interviewers, so that respondents reported on the basis of their own recollection of which foods they had eaten. In 2012, the CAWI methodology implied that respondents were presented lists of potential food items. They were thus prompted to recollect items that would perhaps otherwise be forgotten.

We have reconstructed meals on the basis of timing and the character of each eating event. Breakfast is defined as the first eating event on the day, lunch as eating events taking place between 11am and 2pm, and dinners as events taking place in the following country-specific time-spans: Denmark 5pm-8pm, Finland 4pm-6pm, Norway 4pm-7pm, Sweden 5pm-7pm. The time spans for lunch and dinner were the times where more than 50% of eating events in the 2012 study are defined as 'lunch' and 'dinner' respectively by respondents. The resulting time-span concord with the 1997 data where the timing of evening meals differed considerably between the countries whereas lunch times were more similar (Gronow & Jääskeläinen, 2001).

In this analysis we focus on describing which are the most typical foods, dishes and meals eaten in the four countries. By so doing we will then – as far as our somewhat limited data allows – pursue the sociological discussions we are interested in. Instead of trying to address trends such as gastro-anomy and informalization directly, we will approach them indirectly by looking at the complexity and simplicity of eating events, which is, we contend, inextricably linked with the alleged trends. Globalisation and de-traditionalization we address by assessing whether differences between the Nordic countries are increasing or decreasing in the period. To this effect we assess whether traditional national dishes are still on the dinner table in 2012 and whether

distinct national lunch traditions (cold or hot meals) are still discernible in 1997 and 2012. The effects of the health trend which is discernible from dietary surveys (Pedersen et al., 2010; Helldán, Helakorpi, Virtanen, & Uutela, 2013) we analyze by studying whether core foods from health discourses, fruit and vegetables, are introduced to types of eating events where they are traditionally not included.

We have used SPSS (version 21) for the analysis. Analysis of significant association between variables is carried out by Chi-square tests, since all variables employed are either binary or multiple nominal.

## **Results**

### *Breakfast*

Bread is by far the most common food item in both 1997 and 2012 in the Nordic countries. However, in Denmark and Sweden it seems to be on the decline. At the same time breakfast cereal is increasing in three of the countries. This change points to a more modern, simple and quickly prepared breakfast. The exception is Finland, where instead the more traditional porridge has kept its place, and its consumption has in fact increased a bit. In Denmark and Norway porridge is not an important item in either year, but in Sweden, porridge was among the four most important items in 1997, but its consumption declined, and in 2012 egg had taken its place as the fourth most popular item (Table 1). Another important change which also points to a changing character of breakfasts is the rather dramatic increase in yoghurt consumption in all countries. Fruit has increased with between 5 and 12 percentage points in all countries, but only in Denmark and Norway is fruit among the four most frequent breakfast food items in 2012. Egg consumption has also increased in all countries, with between 4 and 12 percentage points, mostly in Norway and Sweden, and only in these two countries are eggs among the most important items. The decline in bread consumption suggests that also items used as toppings for conventional open sandwiches, such as cheese or meat cuts, may be reduced.



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

TABLE 1. The most frequently chosen food and drink items for breakfast in 1997 and 2012 (% of all breakfasts).

DENMARK		FINLAND		NORWAY		SWEDEN									
1997	2012	1997	2012	1997	2012	1997	2012								
%	%	%	%	%	%	%	%								
<b>FOOD</b>															
Bread	64	Bread	58	Bread	63	Bread	64	Bread	78	Bread	70	Bread	73	Bread	65
Cereal	15	Cereal	25	Porridge	16	Yogurt	24	Cereal	7	Egg	16	Cereal	19	Yogurt	31
Cake	12	Yogurt	20	Yogurt	10	Porridge	17	Egg	5	Cereal	11	Yogurt	17	Cereal	20
Yogurt	11	Fruit	14	Cereal	7	Other <sup>1</sup>	16	Fruit	4	Fruit	11	Porridge	12	Egg	17
<b>DRINK</b>															
Hot drinks	71	Hot drinks	61	Hot drinks	72	Hot drinks	67	Hot drinks	49	Hot drinks	54	Hot drinks	63	Hot drinks	64
Milk	18	Water	33	Juice	14	Water	36	Milk	48	Water	36	Milk	26	Water	29
Juice	9	Milk	20	Milk	13	Juice	19	Water	10	Milk	28	Juice	15	Juice	21
Water	9	Juice	17	Water	11	Milk	16	Juice	9	Juice	29	Water	10	Milk	15
<b>N</b>															
1187	2045	1196	2015	1177	2064	1244	2053								

N is the first eating event defined as breakfast given year and country on all weekdays and weekends.

<sup>1</sup> 'Other' is the last choice from the following list: Bread, cereal, savory pastry, cold cuts, vegetables, porridge, yoghurt, egg, fruit, cake, snacks and sweets, other.

The choice of beverages has undergone some change too (Table 1). In both years beverages are first of all coffee and tea, juice and milk. However, both water and juice appear to have become more frequent in all countries and in Norway and Sweden milk drinking declines markedly and significantly (with 20 and 11 percentage points, respectively) whereas it is rather stable in Denmark and Finland.

TABLE 2. Number of food components at breakfasts in 1997 and 2012 (% of all breakfasts)

Components	DENMARK		FINLAND		NORWAY		SWEDEN	
	1997	2012	1997	2012	1997	2012	1997	2012
1	80	69	69,3	52,9	88,9	71,2	63,1	50,9
2	16,7	22,3	24,5	30,4	9	21,2	25,9	28,1
3	2,9	6,9	4,9	11,9	2	5,7	9,2	14,8
4 or more	,4	1,8	1,2	4,8	0	1,9	1,9	6,2
Total	100	100	100	100	100	100	100	100
N of all breakfast	1121	2045	1056	2015	1085	2064	1186	2053
sig		***		***		***		***

N is the first eating event defined as breakfast given year and country on all weekdays and weekends (excluding events that only consisted of drinks). Test:  $\chi^2$ . Sig. defines the p-level of significance:  $p < 0,001 = ***$ ,  $p < 0,01 = **$ ,  $p < 0,5 = *$ ,  $p \geq 0,5 =$  Not significant.

In all countries the average number of items for breakfast appears to have increased, but still, having just one item is the most typical in all countries (Table 2). However, between 20 and 30% now eat two items for breakfast. In both years Norway and Denmark have more simple and Sweden and Finland more complex breakfasts, but the differences between countries have diminished markedly, especially within the two groups of countries. The rising significance of fruit for breakfast suggests influence from health discourses, as does the decline in cake for breakfast in Denmark.

### Lunch

The study of eating patterns in 1997 revealed highly diverse national lunch patterns, the main distinction being between hot, cooked lunches dominating in Finland and Sweden and cold lunches with open sandwiches dominating in Denmark and Norway. Within the countries these features of lunches were more homogeneous indicating that we were observing a basic feature of Nordic food cultures, but also national differences in how lunch was organized. So how does this look in 2012?

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

About two thirds of the respondents had had something to eat between 11 am and 2 pm, most of them having eaten once during that time interval. Slightly more people had eaten in this timeslot in Denmark and Sweden (72-75 per cent), compared to Norway and Finland (62-67 per cent). The changes from 1997 to 2012 were insignificant. Figure 1 show that most meals eaten were a substantial meal (hot or cold), while few meals were only a cake, snacks or fruit. Large and consistent national differences are found again in 2012 when it comes to whether lunch consisted of cold food, like sandwiches, or a hot, cooked meal. These differences do not seem to have diminished from 1997 to 2012. There is a small tendency towards more hot lunches, most significant in Sweden, none in Finland. Somewhat more meals were just a snack (not in Sweden). These two small changes explain why cold lunches have decreased in Denmark, Norway and Sweden. But, still, around 70 percent of the lunches in Denmark and Norway are cold meals, while a similar proportion of lunches in Finland and Sweden are hot.

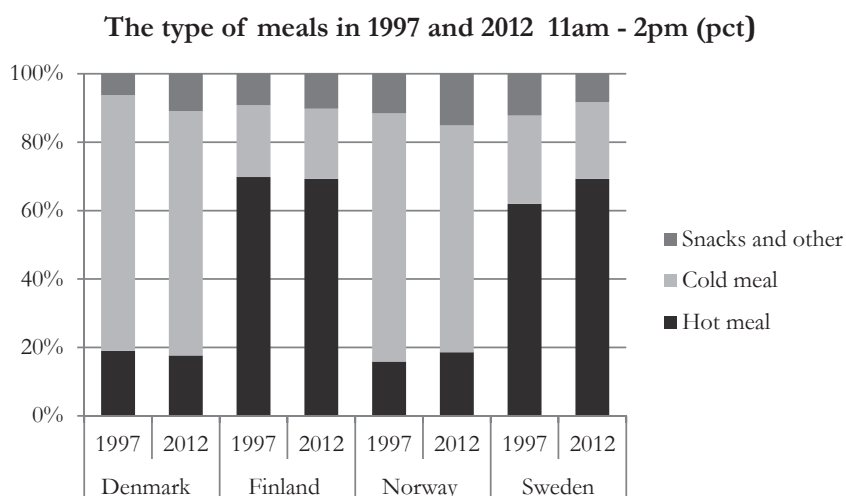


FIGURE 1. Types of meals in 1997 and 2012 between 11am and 2pm (pct)

N in 1997/2012 and significance level from chi<sup>2</sup> (Sig. defines the p-level of significance: p<0,001=\*\*\*, p<0,01=\*\*, p<0,5=\*, p≥0,5=Not significant): Denmark: = 910/1622 (Sig.:\*\*\*), Finland 903/1369 (Sig.:Ns), Norway 766/1367 (Sig.:\*), Sweden 934/1552 (Sig.:\*\*\*).

Nordic cold lunches most often consist of open sandwiches with a topping of cheese, cold cuts or paté. But in 2012 salads and other vegetables have increased dramatically in all countries and also fruit, to a somewhat lesser degree. Salads and vegetables increased with 9-14 percentage points and are

now eaten at 20 and 12% of cold lunches in Denmark and Norway respectively, and at 18 and 23% of these (more unusual) lunches in Finland and Sweden. Fruit has increased with 5-10 percentage points except in Sweden. It is now part of 16 and 18% of cold lunches in Denmark and Norway and 16 and 17% in Finland and Sweden.

The hot lunches have a format similar to the Nordic dinner (staple plus center and vegetables, see also below) and that format seems to be shared across all four countries. Around two thirds consist of just a main course, but quite a few also have a first course or a dessert. The number of courses have been significantly reduced from 1997 to 2012 in Denmark and Norway, likewise in Sweden a small reduction can be found, while in Finland no change can be found. Figure 2 show that in all countries around half of the hot lunches included meat. Lunches with fish were most common in Norway, least so in Denmark, but fish for lunch decreased in all countries but Finland. Lunches with a vegetable centre, however, had become more common in all countries, being most popular in Denmark and Finland (21and 19 per cent, respectively). The category ‘other’ includes for example pizza, omelet and soups and constituted around 18 percent of the hot lunches in 1997 in Sweden, 13 % in Finland and decreased somewhat between the two years in these countries. In Denmark we found a small and in Norway a marked increase in this type of meals.

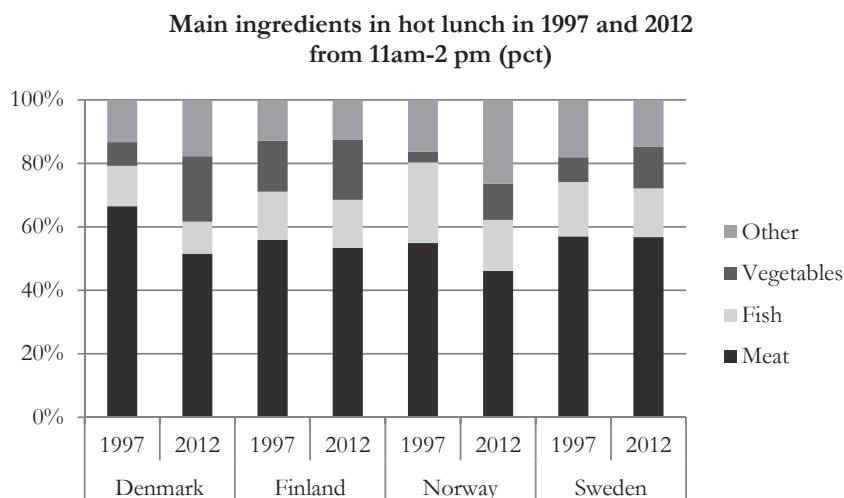


FIGURE 2. Main ingredients of the centre at hot lunch in 1997 and 2012 (pct)  
 N in 1997/2012 and significance level from  $\chi^2$  (Sig. defines the p-level of significance:  $p < 0,001 = ***$ ,  $p < 0,01 = **$ ,  $p < 0,5 = *$ ,  $p \geq 0,5 =$  Not significant): Denmark: = 173/287 ( Sig.:\*\*\*), Finland 630/949 (Sig.:Ns), Norway 122/254 (Sig.:\*\*), Sweden 579/1075 (Sig.:\*\*).

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Lunch is eaten somewhat later in the day during weekends and this has not changed. While the composition was quite distinct from weekday lunches in 1997, with significantly more meat centers, this was less apparent in 2012 (data not shown). Meat had to some extent been replaced by fish (increasing slightly, contrary to the tendency on weekdays)<sup>4</sup>, but more often by mixed dishes without a clear main ingredient. We do not know what this shift signifies, whether it indicates a tendency of informalization, with a less strict lunch format during weekends, a ‘modernisation’, with more dishes that do not adhere to the traditional format, or, whether the mixed dishes are in fact traditional casseroles (see below in the section on Dinner).

TABLE 3. Beverages consumed for hot lunch and cold lunch in 1997 and 2012 from 11am-2 pm (pct).

Type of beverage	DENMARK			FINLAND			NORWAY			SWEDEN		
	1997	2012	sig	1997	2012	sig	1997	2012	sig	1997	2012	sig
Milk	22,3	10,1	***	36,5	27,5	***	21,6	11,1	***	19,6	9	***
Water	21,1	58,8	***	27,3	51,5	***	14,1	41,7	***	28,5	62	***
Soft drinks	10,2	8	*	1,8	4,7	***	7,4	5,5	Ns	5,5	6,4	Ns
Juice	3,6	3,2	Ns	5,5	8,3	**	5,2	11,2	***	5,8	3,9	*
Alcohol	11,6	6,3	***	2	1,7	Ns	,5	,7	Ns	8,1	3,7	***
Hot drinks	24,2	24,1	Ns	22,2	28	**	53,8	52,5	Ns	32	26,9	**
Other	10	3	***	7,6	2,9	***	6,9	2	***	6,7	2,1	***
No drink	1,4	5,2	***	4	3,4	Ns	3,5	5,9	*	5,7	4,3	Ns
N	937	1622		947	1369		772	1367		970	1552	

N is the drinks at eating events defined as meals hot or cold in the timeframe, given year and country on all weekdays and weekends. Eating events used: 1997:2-10, 2012:2-13. More than one choice was possible, so % doesn't add up. Test:  $\chi^2$ . Sig. defines the p-level of significance:  $p < 0,001 = ***$ ,  $p < 0,01 = **$ ,  $p < 0,5 = *$ ,  $p \geq 0,5 =$  Not significant.

Around 95 percent had a drink with their lunch, the most common being water, which also increased markedly and significantly from 14-29 per cent in 1997 to 42-62 per cent in 2012 (Table 3). Having milk with lunch varies between the countries, but had been reduced from 22-37 per cent to 10-28 percent. Tea and coffee are also popular, most so in Norway (included in half of the lunches, around 25-30 per cent in the other countries), increasing only in Finland. Soft drinks as well as alcoholic drinks are rare in 2012 (5-8 and 1-6 per

<sup>4</sup> This should not be interpreted as a tendency of eating less meat, since this is not what we see in aggregate statistics on meat consumption.

cent, respectively). Likewise, juice has been a rare type of beverage for lunch but it is becoming more popular in Norway in 2012 (11 per cent).

Taken together, the national lunch patterns seem highly persistent, with hot lunch perhaps having strengthened its position slightly. Still, cold lunches dominate in Denmark and Norway, hot in Sweden and Finland. The meal format is also stable, but a few more had a vegetable center. There has been a noticeable shift towards water as the dominant drink with lunch. These findings do not support assumptions of “breakfastization” tendencies often purported in Sweden, with people more often having lunch with items typical of breakfast.

### *Dinners*

As Table 4 shows, a large majority of hot dinners consisted of only one course in all countries both in 1997 and 2012. The share of one-course dinners increased over time in Denmark and Sweden, remained constant in Norway and declined in Finland. An opposite development can be seen in the share of two-course dinners – in which desserts were much more typical than starters (data not shown) –, which declined in Denmark and Sweden and increased in Finland. The share of three-course dinners remained very low. It thus seems that Nordic dinners are still characterized by “platefuls” (Murcott, 1982) of main course, and desserts and especially starters are relatively rare. This pattern is more prevalent on weekdays than weekends, but the difference is not very large (data not shown).

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

TABLE 4. Number of courses at hot dinner in 1997 and 2012 (pct)

Number of courses	DENMARK (5-8 PM)		FINLAND (4-6 PM)		NORWAY (4-7 PM)		SWEDEN (5-7 PM)	
	1997	2012	1997	2012	1997	2012	1997	2012
1	73,3	78,2	72,4	64,6	69,8	72,9	71,9	76,6
2	24,1	19,6	25	33	28,7	25,5	26,3	19,7
3	2,5	2,3	2,6	2,4	1,5	1,6	1,8	3,7
Total	100	100	100	100	100	100	100	100
N	833	1452	392	666	599	1115	452	898
Sig.		*		*		NS		**
Mean	1,2917	1,2410	1,3010	1,3784	1,3172	1,2870	1,2987	1,2706
St.d.	,50729	,47807	,51195	,53262	,49704	,48696	,49539	,52074

N is the hot eating events in the time frame, given year and country on all weekdays and weekends. Hot eating events used: 1997:2-10, 2012:2-13. Test:  $\chi^2$ . Sig. defines the p-level of significance:  $p < 0,001 = ***$ ,  $p < 0,01 = **$ ,  $p < 0,05 = *$ ,  $p \geq 0,05 =$  Not significant.

Complexity of the dinner can also be measured by looking at how many meal components – centre, staple, bread, vegetables and trimmings (Mäkelä, 2001) - were included. Our data suggest that the complexity of the platefuls has increased from 1997 to 2012, as the mean number of components has increased in all countries (minimum 1, maximum 5). In Denmark it increased from 2.6 to 3.3, in Finland from 2.4 to 3.0, in Norway from 2.6 to 3.2 and in Sweden from 2.8 to 3.3. Especially trimmings appear to have become more common. If we take the number of dishes at the dinner or the complexity of the dishes as a rude indicator of the degree of formalization vs informalization of the Nordic dinners our results point in two directions: on the one hand, the number of courses has remained more or less constant, on the other hand, the number of the components in individual meals has increased.

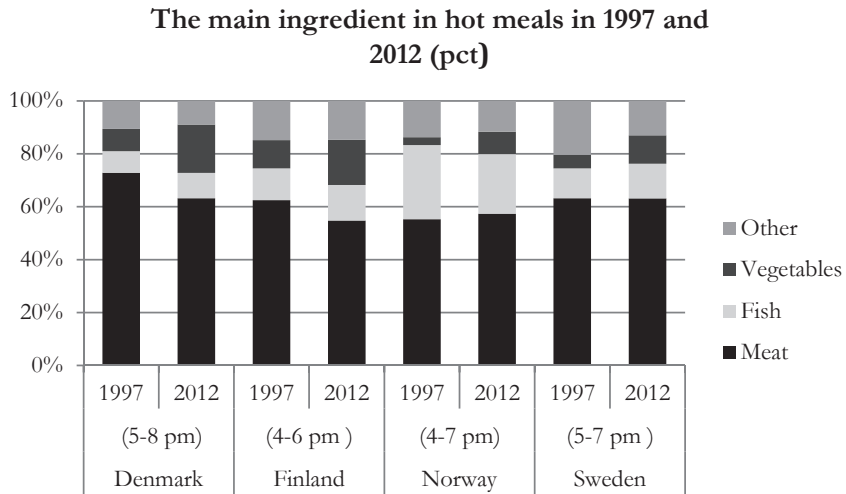


FIGURE 3. Main ingredients of the centre at hot dinners in 1997 and 2012 (pct)  
 N in 1997/2012 and significance level from  $\chi^2$  (Sig. defines the p-level of significance:  $p < 0,001 = ***$ ,  $p < 0,01 = **$ ,  $p < 0,5 = *$ ,  $p \geq 0,5 = \text{Not significant}$ ): Denmark: = 833/1452 (Sig.:\*\*\*), Finland 309/666 (Sig.:\*), Norway 599/1115 (Sig.:\*\*\*), Sweden 452/898 (Sig.:\*\*\*).

Our data suggest that people in the Nordic countries like to eat first and foremost meat dishes at dinner (Figure 3). In both years, more than half of the respondents in all countries identified meat as the main ingredient of their dinner. The share varied between 55% (Norway) and 73% (Denmark) in 1997, and between 55% (Finland) and 63% (Denmark and Sweden) in 2012. However, meat dishes seem to have become somewhat rarer and vegetable dishes somewhat more popular both in Denmark and Finland, but not in Norway and Sweden. Fish was in both years most popular in Norway, where its use as a main ingredient however has declined – while in the other countries changes in fish dishes are minor. Vegetables as a main ingredient has increased in all countries, while the “other” category shows minor changes apart from decreasing in Sweden.

More can be learned about dinners when looking at open-ended qualitative responses about the name of the dinner dishes. Our data does not allow this analysis for 1997, and the following analysis is therefore based on responses only from 2012 about all self-defined dinners irrespective of the timing of the meal. In general, the qualitative descriptions of dinners were very short. Hardly any fancy (à la French cuisine) names appear in the list. A typical answer was simply “steak” or a bit more elaborated “steak with potatoes”. On rare occasions, the respondent had taken the time to describe the dish in detail:



## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

“Mørbrad biff m/ fløtegratinerte poteter, bernaice og brokoli” (NO). The dish depicted was almost always a plateful (Murcott, 1982). Interestingly, in all countries there were references to buffet but this did not refer to the traditional Scandinavian smorgasbord but to offerings such as ”Sushi/Thai buffe” (SE) in ethnic restaurants. Generally, ‘buffet’ may indicate “a bit of this and a bit of that”.

However, there were recurrent dishes that belong to Nordic/Scandinavian food traditions. One example is the almost iconic comfort dish Pyttipanna/Biksemad, which is a bubble and squeak -type dish known and reportedly eaten in all four countries. Another classic in all four countries was meatballs, which come in many forms and variations. In Norway and Denmark there were also a lot of fishballs. In all countries people mentioned dishes that are probably more typical to the respective culinary culture than to all Nordic countries. For example, in Norway there was “komle med pølse og salt kjøtt, kålrabistappe, gulrot, bacon og smør”, which means a large potato dumpling with sausage and salted meat, kohlrabi mash, carrot, bacon and butter. In Finland, liver casserole, one of the first ready-to-heat convenience foods on the market, was mentioned. The Danish “forloren hare” (mock hare meatloaf) was reported several times. In Sweden, there was “ärtsoppa, senap med pannkakor och sylt”, i.e. the pea soup with mustard traditionally eaten on Thursdays and followed by pancakes and jam as dessert.

In all countries various dishes made of minced meat were very popular. People had eaten hamburgers with or without the bun, but minced meat appeared also in soups and stews. In Finland, one of the most popular and characteristic casseroles (“makaronilaatikko”) is made of macaroni, minced meat, milk and eggs. In Norway, minced meat is frequently used in convenience type dishes like spaghetti with meat sauce, taco and pizza. In addition to minced meat, people reported eating a lot of poultry, i.e. broiler chicken. Today, broiler chicken is one of the most often used meat types in the Nordic countries, and in our data it was used in a variety of dishes from Chicken Korma to grilled whole chicken. Often chicken seemed to be an ingredient in dishes inspired by other than Nordic culinary cultures. An interesting detail in both the naming of the meat and consuming it was the fact that no-one in Denmark or Finland reported eating ‘entrecote’, a dish that several respondents in both Norway and Sweden had eaten. Otherwise, beef and pork were eaten a lot.

Fish in various forms and species was also a favorite especially in Norway and Denmark where many had dishes based on minced fish. In Sweden and

Finland fish balls and cakes were rarer but fish was consumed in soups or cooked in the oven.

The picture presented above based on the open-ended responses is backed up by national top ten lists of popular dishes. In Denmark, the latest data show that chicken, meat-sauce and meatballs are the most popular dishes in Denmark (Fagt & Jensen, 2012) In Finland, the top four favorite dishes in 2013 included sauce made of minced meat, fried fish, steak or schnitzel, and meatballs (Suomen Gallup Elintarviketieto OY, 2013)p. 67.

Dessert patterns – in terms of what is eaten for dessert – seem relatively stable. In all countries berry or fruit desserts were the most typical dessert types in both years. In 1997, between 8% (Finland and Norway) and 14% (Sweden), and in 2012 between 6% (Denmark and Sweden) and 11% (Norway) of hot dinners included a berry or fruit dessert. Ice cream or other frozen desserts, cake or sweet pies and in Norway also pudding competed for the second and third place in all countries. All in all, the differences between the years and the popularity of the most common dessert types were rather small.

For beverages enjoyed during dinner there were significant differences between the four countries and also quite large changes over time. Table 5 shows, first, that drinking water at dinner increased considerably, around 20 percentage points or more in all countries, and drinking milk declined particularly in the milk-drinking countries Finland and Sweden. Drinking soft drinks increased somewhat in Finland and Denmark and remained stable in Norway and Sweden. Having juice with dinner remained at a relatively low level. Drinking alcohol at dinner showed a variable pattern across countries. It was quite low in all countries, highest in Denmark, but here it declined. We found an increase in Norway and Finland, but still drinking alcohol with dinner was in 2012 more popular in Denmark and Sweden than in Finland and Norway. Hot drinks during or immediately after dinner were relatively rare, but their share increased in all countries, and in Finland they were in 2012 more common than alcohol.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

TABLE 5. Types of beverages at hot dinner in 1997 and 2012 (pct)

Type of beverage	DENMARK (5-8 PM)			FINLAND (4-6 PM)			NORWAY (4-7 PM)			SWEDEN (5-7 PM)		
	1997	2012	sig	1997	2012	sig	1997	2012	sig	1997	2012	sig
Milk	15,8	9,5	***	52,3	38,4	***	7	3,7	**	27,9	17,1	***
Water	27,1	58,4	***	27	45,8	***	44,2	66,3	***	28,3	50,9	***
Soft drinks	9,6	13	*	2,3	6,8	**	15,2	13	NS	7,7	8	NS
Juice	2,6	3	Ns	6,1	7,1	NS	3	3,5	NS	3,3	4,6	NS
Alcohol	31,6	26,9	*	3,3	7,2	**	6,3	14,9	***	25	22,2	NS
Hot drinks	1,9	5,3	***	2,3	12,2	***	7,2	8,1	NS	8,6	9,5	NS
Other	12,1	3,6	***	7,1	,9	***	18,9	4,8	***	6	3	**
No drink	6,7	2,1	***	4,3	2	*	2,7	2,4	NS	3,5	1,6	*
N	833	1452		392	666		599	1115		452	898	

N is the drinks at eating events defined as meals hot in the timeframe, given year and country on all weekdays and weekends. Eating events used: 1997:2-10, 2012:2-13. More than one choice was possible, so N and % doesn't add up. Test:  $\chi^2$ . Sig. defines the p-level of significance:  $p < 0,001 = ***$ ,  $p < 0,01 = **$ ,  $p < 0,5 = *$ ,  $p \geq 0,5 = \text{Not significant}$ .

### In-betweens

Between the main meals, people in Nordic countries eat snacks or in-betweens. We have constructed variables for such in-betweens as eating events, which only included either fruit, cake or snacks and sweets. Table 6 presents the proportion of cold eating events (excluding breakfasts), which only includes these items.

TABLE 6. The frequency of fruit, cake or snacks and sweets at "in-between" in 1997 and 2012 (pct)

Snack in detail	DENMARK			FINLAND			NORWAY			SWEDEN		
	1997	2012	sig	1997	2012	sig	1997	2012	sig	1997	2012	sig
Fruit	20,5	39,2	***	32,4	27,6	NS	30,2	40,3	***	30,4	38,6	***
Cake	57,1	18,1	***	54,6	38,5	***	47,6	29	***	50	29,1	***
Snacks and Sweets	19,8	36,9	***	10,4	29,5	***	18,8	23,9	*	16,3	26,2	***
Combinations	2,6	5,8	**	2,5	4,3	NS	3,3	6,8	**	3,3	6,1	**
N of in-betweens	767	1176		709	691		483	837		852	818	

Combinations mean the combination of fruit, cake, snacks and sweets. N is all meals that were only snack given year and country on all weekdays and weekends. Test:  $\chi^2$ . Sig. defines the p-level of significance:  $p < 0,001 = ***$ ,  $p < 0,01 = **$ ,  $p < 0,5 = *$ ,  $p \geq 0,5 = \text{Not significant}$ .

The table shows that in all countries the frequency of cake has declined markedly and significantly, whereas snacks and sweets have increased. Fruit increases markedly in Denmark, less so in Norway, not in Finland and decreases in Sweden. These changes suggest a somewhat mixed result with respect to health, but they do suggest a cultural change in the role of cake eating. In all countries cake eating in the evening goes down, whereas snack eating goes up (data not shown).

### **Discussion**

It is a strength of this study that it is based on two large population surveys conducted in two separate years and in four countries, but it is a weakness that completion rates are low in 2012. Further, the shift in data collection method may produce artefacts especially with respect to how many items are included in eating events. Thus our results must be viewed with some caution and more studies in this area are necessary.

Our analysis shows that the food we eat in the Nordic countries in the period from 1997 to 2012 is characterized by stability but also some change. Core elements in traditional Nordic national food cultures persist such as the existence of two marked lunch cultures based on hot and cold meals respectively, the dominant position of meat in dinner dishes, and the rather simple meal-formats of both hot lunches and dinners, as 'platefuls'. But many changes can be identified too, such as the marked tendency that water is becoming a most popular everyday drink for all meal types, the radical decline in cake served as an in-between, the apparent increase in vegetarian hot lunches and dinners, the introduction of fruit and vegetables at meals, where they are not to be found by tradition (breakfasts, cold lunches) and the rise in cereals and yoghurts for breakfast.

As for the trends of change suggested in the sociological literature, our results are mixed. The many Nordic traditional dishes eaten for dinner as well as the sharp distinction between hot and cold lunch countries suggest that national distinct traits persist. On the other hand the marked changes we identify are in most cases shared by all countries suggesting a certain harmonization between the food cultures. Thus, we do see some homogenizing tendencies but the underlying distinct national patterns do not seem to dissolve.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

There are mixed indications of potential informalization in the sense of changes in simplicity and complexity of meals. In most but not all countries we see that hot dinners and lunches are reducing to one-course meals and some changes in the items chosen for breakfast suggest that foods without any preparation such as yoghurt and cereal are prioritized. On the other hand, our data suggest that the number of items included in meals is increasing. This, however, needs to be confirmed by other studies, as our shift in study design results in some uncertainty on this point.

The trend towards including foods which are categorized as healthy in more types of meals is evident in our data about both breakfast and lunch, and to some extent dinners, too. Fruit is increasingly included in both breakfasts and lunches, and salads and vegetables in cold lunches. Vegetables have also become a more typical main ingredient in both lunches and dinners. The decline in cake for in-between meals is open for more composed interpretations: on the one hand a sign of more healthy in-betweens as fruit has increased for these meals – but, on the other hand snacks has gone up, so another explanation could be that the traditional cake culture is in decline and being substituted by more simple and easy ready bought snacks.

### Conclusion

There is much stability with respect to the food we eat in Nordic countries. Distinct national patterns with respect to types of meals and dishes eaten persist in spite of evidence of marked changes going on which are quite similar in all four countries. Still, we do not see a general harmonization of Nordic food cultures. The evidence regarding informalization in terms of complexity of meals points in two directions and need to be analysed further by other studies. The importance of health discourses is reflected in the inclusion of healthy foods meals that are new compared to tradition.

### References

- AAPOR (2011). *The American Association for Public Opinon Research: Standard Definitions: Final Dispositions of Case Codes and Outcome Rates for Surveys*. (7th ed.).
- Counihan, C. M. & Siniscalchi, V. (2014). *Food activism. Agency, democracy and economy*. London and New York: Bloomsbury.
- Coveney, J. (2006). *Food, morals and meaning*. (2 ed.) London and New york: Routledge.

- Dowler, E., Kneafsey, M., Cox, R., & Holloway, L. (2010). 'Doing food differently': reconnecting biological and social relationships through care for food. *The Sociological review*, 57, 200-221.
- Ekström, M. (1990). *Kost, klass och kön [Food preparation, class and gender]*. Department of Sociology, Umeå University, Umeå: Umeå Studies in Sociology no 98.
- Ekström, M. P. (2007). Mina Förmödrar inom matforskningen [My Foremothers in food research]. In M.P.Ekström, H. Åberg, K. Bergström, & H. Prell (Eds.), *Hushållsvetenskap & Co [Home Economics & Co]* (pp. 35-46). Göteborg: Göteborg Universitet.
- Fagt, S and Jensen, Anna Pia Bilotft (2012). Danskernes måltider: Kylling og kødsovs på middagsbordet [The population's meals: Chicken and meatsauce on the dinner table.
- Fischler, C. (1980). Food habits, social change and the nature/culture dilemma. *Social Science Information*, 19/6, 937-953.
- Grasseni, C. (2011). Re-inventing food: Alpine cheese in the age of global heritage. *Anthropology of Food (Online)*, 8, <http://aof.revues.org/6819>.
- Gronow, J. & Jääskeläinen, A. (2001). The daily rhythm of eating. In U.Kjærnes (Ed.), *Eating patterns. A day of in the lives of Nordic people* (pp. 91-124). Lysaker, Norge: SIFO - Statens Institutt for forbruksforskning.
- Helldán, A., Helakorpi, S., Virtanen, S., & Uutela, A. (2013). *Health Behaviour and Health among the Finnish Adult population* (Rep. No. 21). Helsinki: National Institute for Health and Welfare.
- Holbrook, A. L., Krosnick, J. A., & Pfent, A. (2008). The Causes and Consequences of Response Rates in Surveys by the News Media and Government Contractor Surveys Research Firms. In J.M.Lepkowski, C. Tucker, M. Brick, E. de Leeuw, L. Japec, P. J. Lavrakas, M. W. Link, & R. L. Sangster (Eds.), *Advances in Telephone Survey Methodology*, (pp. 499-678). New York: John Wiley & Sons.
- Holm, L., Ekström, M. P., Gronow, J., Kjærnes, U., Lund T.B, Mäkelä, J. et al. (2012). The modernization of Nordic eating: Studying changes and stabilities in eating patterns. *Anthropology of Food (Online)*, 57.
- Johansen, H. C. (1998). Food Consumption and the Pre-industrial Nordic Societies. *Scandinavian Economic History Review*, XLVI, 11-23.
- Kisbán, E. (1986). Food habits in change: The example of Europe. In A.Fenton & E. Kisbán (Eds.), *Food in Change. Eating habits from the middle ages to the present day* (pp. 2-10). Edinburgh: John Donald Publishers.
- Kjærnes, U., Ekström, M. P., Gronow, J., Holm, L., & Mäkelä, J. (2001). Introduction. In U.Kjærnes (Ed.), *Eating Patterns. A day in the lives of Nordic people* (pp. 25-64). Lysaker, Norge: SIFO - Statens Institutt for forbruksforskning.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

- Kohut, A., Keeter, S., Dimock, C. D., Dimock, M., & Christian, L. (2012). *Assessing the Representativeness of Public Opinion Surveys* Washington: Peoples Press.
- Lund T.B & Gronow, J. (2014). Deconstruction or continuity? The daily rhythm of eating in Denmark, Finland, Norway and Sweden in 1997 and 2012. *Appetite*, 82, 143-153.
- Mäkelä, J. (2001). The meal format. In U.Kjærnes (Ed.), *Eating patterns. A day in the lives of Nordic people* (pp. 125-158). Lysaker, Norge: SIFO - Statens institutt for forbruksforskning.
- Mäkelä, J., Kjærnes, U., Ekström, M., Fürst, E. L., Gronow, J., & Holm, L. (1997). Nordic Meals. Methodological notes from a comparative survey. *Appetite*, 32, 73-79.
- Mäkelä, J., Kjærnes, U., & Ekström, M. P. (2001). What did they eat? In U.Kjærnes (Ed.), *Eating Patterns. A day in the lives of Nordic people* (pp. 65-90). Lysaker, Norge: SIFO - Statens institutt for forbruksforskning.
- Mennel, S. (2010). Culinary Cultures of Europe: Food, History, Health and Identity. In J.Germov & L. Williams (Eds.), *A Sociology of Food & Nutrition. The Social Appetite* (pp. 245-263). South Melbourne: Oxford University Press.
- Murcott, A. (1982). On the social significance of the "cooked dinner" in South Wales. *Social Science Information*, 21, 677-696.
- Pedersen, A., Fagt, S., Groth, M. V., Christensen, T., Biloft-Jensen, A., Matthiessen, J. et al. (2010). *Danskernes kostvaner 2003-2008. Hovedresultater*. Søborg: Fødevarerinstitutionen, Danmarks Tekniske Universitet.
- Pelto, G. H. & Pelto, P. J. (1983). Diet and delocalization: Dietary changes since 1750. *Journal of Interdisciplinary History*, XIV:2, 507-528.
- Ritzer, G. (1993). *The McDonaldization of society. An investigation into the changing character of contemporary social life*. London, New Delhi: Pine Forge Press.
- Rotenberg, R. (1981). The impact of industrialization on meal patterns in Vienna, Austria. *Ecology of Food and Nutrition*, 11, 25-35.
- Sobal, J. (1999). Food System Globalization, Eating Transformations, and Nutrition Transitions. In R.Grew (Ed.), *Food in Global History* (pp. 171-193). Colorado: Westview Press.
- Suomen Gallup Elintarviketiö OY (2013). *Ruokatiöto 2013* Espoo: TNS Gallup.
- Teuteberg, H. J. (1986). Periods and turning-points in the history of European diet: A preliminary outline of problems and methods. In A.Fenton & E. Kisbán (Eds.), *Food in Change* (pp. 11-23). Edinburgh: John Donald Publishers.
- Trygg, K. (1991). Food Patterns in the Nordic Countries. *Ann Nutr Metab*, 3-11.
- Warde, A. (1997). *Consumption, food and taste*. London: Sage Publications Ltd.

## **Alimentalities – Food for Sociology**

*Torbjörn Bildtgård*<sup>1</sup>

*This text is based on a presentation given at the 80<sup>th</sup> anniversary symposium for Marianne Pipping Ekström.*

I would like to begin this talk at the point that specifically unites me and Marianne, namely that we are both sociologists by training, who have come to be interested and dedicate much of our research to the topic of food and eating. There are probably numerous ways in which this particular disciplinary background shapes research, but I think that one is a particular sensitivity to the fact that – as Marianne has put it – “food is about more than food”.

As it happens, many researchers that we commonly recognize as pioneers in food and meal studies came from sociology or neighboring disciplines such as anthropology. For them, food and eating was usually not the main point of interest, but was primarily used as an empirical lever to help them study and develop a better understanding of society. Studying food and eating was simply a way of doing sociology.

When anthropologists in the early 20<sup>th</sup> century studied the production and allocation of food in traditional societies they did so because they recognized that these were central social functions which allowed a deeper understanding of the studied communities. For example, in his field work among the people of the Trobriand Islands, Bronislaw Malinowski (1926) showed how the allocation of food through gifts and counter-gifts followed an elaborate pattern which connected and held the whole society together in a system of mutual obligations. Food was thus central not only for human nourishment, but also for social organization. Similar findings were made by other functionalists of that time.

Similarly, when structuralists, such as Claude Levi-Strauss (1979), Mary Douglas (1966) and Pierre Bourdieu (1984) looked at the symbolic meaning of food and eating in different cultures, they did so primarily to gain a deeper understanding of these cultures. Levi-Strauss’s (who by the way called himself a practical sociologist) well known investigation into the binary opposition between the raw and the cooked (1979) was an empirical example of what he

---

<sup>1</sup> Torbjörn Bildtgård, docent, Institutionen för socialt arbete, Stockholms universitet.



considered to be universal cognitive categories – the binary opposition between the natural (that which is provided by nature) and the cultural (that which is produced by mankind) – central to the organization of all human societies. Likewise, Douglas (1966) chose food taboos in the Old Testament as an example of the wider distinction between the pure and the un-pure – that which fits a certain culture's categorization of the world and that which challenges that categorization and introduces disorder. And Bourdieu (1984), of course, looked at how food preferences reflected and reinforced distinctions between social groups.

In short, pioneering efforts in the sociology of food tended to study food and eating as a way of *doing sociology* – or of seeing food as more than food. Over time, possibly as a consequence of the introduction of disciplines that have eating as their central paradigmatic concern, it has become more common to see the treasure chest of social theory as an aid in investigating food, eating or the meal and perhaps some of the impetus to use these phenomena to do *sociology* has been lost. Indeed, one could argue, as did Alan Warde when he visited Stockholm for the first conference of the Nordic Association for Food Studies last year, that food studies owes sociology a debt of theory and should start to pay back. I would like to try and do so here through a discussion of the social significance of ideas about food and eating.

In my own research I've mainly studied ideas about what it means to eat well in different cultures and historical periods. In doing so I've wanted to move away from the common assumption that the aim of studying ideas about food and eating is necessarily about how people actually eat (and the correlative attempt to compare ideas with actual eating). Obviously, there is nothing wrong with that ambition, a lot of great research has been done and is being done in this vein, as that of Jean-Pierre Poulain (2002a). However, how people actually eat has not been the main focus of my research. For me, rather, the aim of studying ideas about food and eating is as a way of *doing sociology* – in particular a way of doing comparative research about the production of forms of subjectivity in different cultures and historical periods – and for this endeavor ideas about food and eating present rich and interesting data that constitute, I would argue, a reality which is well worth studying in itself.

### **Alimentalities**

In order create such a research agenda I introduced the concept of alimentalities in an article from 2008 (Bildtgård, 2008). The concept refers to a different ontological object than those of the important categories of food consump-

tion, food habits or the internal digestive or nutritional processes of the body – observable categories which we are acquainted with and which readily qualify as real objects of scientific knowledge in an empiricist and/or positivist epistemology. Instead it refers to a reality consisting of collective ideas around food and eating. One way of putting this is that alimentalities are not about food consumption or food habits, but neither are they **not** about food consumption or food habits.

Obviously, I'm not the first to do research on ideas about food and eating, neither is the concept of alimentalities the first try to conceptualize such ideas. The best known example is arguably the gastronomy concept, which I like but also find troublesome. First of all because it is hard to define: In an everyday manner it is often understood as high-end (esthetic/hedonist) cooking ([www.ne.se](http://www.ne.se)), while etymologically it refers to the best way to sustain oneself (Brillat-Savarin, 1974; Santich, 2004). Sociologically it is more often understood as collective ideas about what it means to eat well in a certain community. Still, most often it retains a hedonistic implication, as in Poulains definition "A gastronomy is an aestheticization of cooking and table manners, a hedonist misappropriation of the biological purpose of eating, an activity which is framed by social rules" (Poulain, 2002b). And its theoretical connection is weak (although an implicit reference to a Durkheimian paradigm is noticeable). With the concept of alimentalities I want to aim wider (all ideas that are pertinent to how we eat), but also more specifically, by placing it in a clear theoretical context.

As collective realities alimentalities are expressed in individual thinking about food and eating as well as in individual action. However, with the concept I want to avoid the intentionalist trap of interpreting all eating in terms of conscious and rational choices, guided by the rationalities proposed by a certain alimentality. An important objection to this view is that to a large extent food choice is clearly guided by routine (what I jokingly refer to as the *hab-eatus*). There has been a number of interesting studies showing this. Warde presented a wide array of such studies in his talk at the NAFS conference in Stockholm last year, and I know that Fischler and Lahlou have made some interesting studies about how little people actually remember of what they've eaten during a day. On a more philosophical level, the intentionalist argument tends to restrict the importance of ideas about eating to only actual consumption (we want to know what people think in order to understand what they do and why). But ideas around food and eating are often a key to understanding not only actual consumption, but to understanding the inner workings of whole

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

societies. Thus the study of alimentialities implies not only a study of eating but also of the society that produces certain forms of eating.

The concept of alimentialities is better understood in a structural and/or post-structural context. My inspiration for the concept of alimentialities is three-fold: First, it is a play on the words alimential mentalities, or ideas about food and eating. More substantively, it relates to the Durkheimian notion of collective mentalities or a collective consciousness – the notion that thinking is a collective process and ideas are shared social facts (it is not the individual's idea that a varied diet is good for her, it is a prefabricated idea that she borrows). Most importantly however, it relates to Foucault's concept of governmentalities.

In short, the concept of governmentalities refers to the mechanisms through which subjects are governed – the mentalities, rationalities and techniques that go into this government. In this context it is important to understand that Foucault talks about government in a very wide sense, as “the conduct of conduct” (Foucault, 1994, p. 237), e.g. not specifically the direct government of a state, but by a number of different authorities that want to shape action, even the individual who practices self-government.

Foucault himself never made a comprehensive presentation of the concept of governmentalities (he never had time) but others have worked it out using his writings on the subject (see e.g. Dean, 1999). Mentalities refer to all those collective ideas that we hold to be true and which thus factor into our self-reflection and self-conduct. In regards to eating, this might include ideas such as “fish is good for the brain” or the old proverb “an apple a day keeps the doctor away”, or why not that food and life is better in the countryside. Techniques refers to practical forms of governing, which for the individual might include techniques for cooking, inventions like the food-wheel, different diets and more, but also larger “machines” such as the school canteen. In modern societies these often fit into (are coherent with, even if they do not directly ensue from) more abstract and integrated logics or rationalities, such as nutritional science or political economy, which are scientifically legitimated, and which fit into wider political agendas, such as national productivity or cohesion.

### **Swedish and French alimentialities**

I'll illustrate this thought shortly with an example from my own research – a comparative study of Swedish and French alimentialities (Bildtgård, 2010, 2013). Figure 1 below presents four dominant ideas of what it means to eat

well in France and Sweden: Balance, taste, conviviality, cooked (a more detailed presentation of these themes can be found in Bildtgård, 2010). A further analysis of the arguments used to motivate these ideas, reveals that they are related to two different rationalities, dominant in each country: A nutritional rationality in Sweden and a rationality of origin in France. The nutritional rationality judges food from the standpoint of its usefulness for organic, bodily, processes, while the rationality of origin judges food according to how well it conveys identity and social belonging to the eater.

<b>Domestic alimentality</b>	<b>Dominant idea</b>	<b>Industrial alimentality</b>
Following tradition gives health	Balance	Following nutritional advice gives health
Community standards	Good taste	Relation between the individual and his food
The function of the meal is to (re)create social bonds	Conviviality	
Careful and loving preparation contributes to conviviality	Cooked	Careful preparation gives health and pleasure
<b>Rationality of origin: Food confirms identity and belonging</b>		<b>Nutritional rationality: Food creates useful bodies</b>

Figure 1. Model of two national alimentalities; A French domestic alimentality and a Swedish industrial alimentality (adapted from Bildtgård, 2010)

These two alimentalities can in turn be related to different political agendas – such as industrial productivity in Sweden and National cohesion in France. Sweden has a comparatively long history of nutritional advice and direct regulation, starting with the introduction of home economy teaching in public schools in the early 20<sup>th</sup> century, followed by public school canteens in the middle of the century and the wide dissemination of dietary advice in the 70s and onwards. These efforts were all politically motivated by the need to create healthier and more productive citizens (Bildtgård, 2002). France, by contrast, introduced their first public dietary campaign only in 2001. Instead, food has

been used politically as a vehicle for promoting and demonstrating social belonging (Bildtgård, 2013). Already during the revolution, in an effort to promote and create a French national identity, the idea of France was illustrated by mapping regional products and specialties onto the map of France, making the nation the sum of its regional foodways. This was later followed by a number of initiatives that made the connection between food and local as well as national identity even stronger, such as museum exhibits, collections of regional recipes, and labels (such as P'AOC) guaranteeing that products conformed to regional traditions and standards. In this equation both the individual and regional specialties are products of a specific place (terroir) with certain characteristics that can be identified in the food as well as the individual.

Alimentalities shape the perceptions of the eater, if not directly his or her food choices. To take a concrete example from one of my earlier studies (Bildtgård, 2013): Where would people go in order to eat well, if they could travel anywhere in time and space? And where would they definitely not go in order to do so? Both the Swedes and the French would stay away from fast-food establishments and the US (which they feel are basically synonymous), but for different reasons: The Swedes because they feel the food served there is unhealthy (from a nutritional standpoint), the French because they feel they can't identify what they eat (the origin of its ingredients). If they could travel freely in space and time in order to eat well the Swedes would primarily go to the Mediterranean area, South-East Asia or an undefined wilderness – places they feel offer food that combine the goals of enjoyment and health. The French, however, would prefer to stay where they are (in their region), in the countryside and preferably go back in time to their childhood – a place and time they feel represents a more authentic way of cooking and eating, in direct contact with local tradition. The rationales offered for the choices are easily traceable back to the nutritional rationality and the rationality of origin respectively and demonstrate the power of alimentalities in shaping the world of the would-be eater.

If alimentalities do not directly produce food-choices, they provide the overarching context within which food and eating are understood. Ideas and rationalities are expressed through systems of knowledge and expertise, such as medicine and medical doctors in Sweden, or local producers and chefs in France, and govern action by demarcating fields of desirable and sensible conduct. They inform the individual what the desirable goals are for eating and how they should go about reaching those goals. Thus alimentalities constitute a framework, for example, within which the individual can judge his or her eat-

ing and both discursively and practically perform certain forms of personal worth, such as eating according to the “plate model”, or verbally portray oneself as a conscious consumer (for example, as being a responsible, health conscious, individual – in line with the ideal forms of citizenship in each country).

Perhaps more importantly, alimental rationalities inform the choices of institutional actors which can be assumed to act in a more long-term, strategic and reflective manner. It becomes built into the different institutional machines of a society which are concerned with producing certain forms of eating, such as shops, restaurants, commercials, hospitals, public information campaigns etc (only to mention a few typical to modern societies) and the thinking around how these environments can be organized in order to produce the desired practices (e.g. school canteens produce certain routines around eating at an early age).

Of course, actors are not slaves to these collective ideas, but they have to relate to them. The Swedish Delicato-campaign is, I think, a nice illustration of this. The campaign actively misrepresents public nutritional advice in an ironic fashion, e.g. “You should eat a varied diet”, illustrated with a plate filled with a variety of cakes. Obviously, people are well aware of the campaign’s irony, and they can choose to actively partake in the irony by indulging in Delicato’s cookies in a crunchy protest against the nutritional rationality. But they can do so exactly because the nutritional rationality is so dominant.

Thus, the concept of alimentalities allows us to see eating and ideas about eating not as isolated objects but as parts of wider governmental realities and agendas, such as national productivity or collective identity and cohesion. It allows us to look at food and eating as part of the conscious project of a number of actors trying to produce certain forms of subjectivities (in relation to political power – certain forms of citizenship), rather than (simply) as the results of the actions of autonomous individuals or a nameless cultural development. In short, it helps us recognize that food is sooo much more than (just) food.

## Mat är mer än mat. Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

### References

- Bildtgård, T. (2002). Hur maten blev en risk : medicinens bidrag till regleringen av det svenska ätandet. Uppsala: Univ.
- Bildtgård, T. (2008). Trust in Food in Modern and Late-Modern Societies. *Social Science Information*, 47(1), 99-128.
- Bildtgård, T. (2010). What It Means to "Eat Well" in France and Sweden. *Food and Foodways*, 18(4), 209-232.
- Bildtgård, T. (2013). Where is Food "Good to Think"? Rationalities of Food and Place in Sweden and France. *Social Science Information*, 52(1).
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. London: Routledge.
- Brillat-Savarin, J. A. (1974). *Physiologie du goût : ou, Méditations de gastronomie transcendante : ouvrage théorique, historique et à l'ordre du jour dédié aux gastronomes parisiens*. Montréal: A. Gérard.
- Dean, M. (1999). *Governmentality : Power and Rule in Modern Society*. London ; Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- Douglas, M. (1966). *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*. London; Routledge & K. Paul.
- Foucault, M. (1994). *Dits et écrits : 1954-1988 (Vol. 4)*. Paris: Editions Gallimard.
- Lévi-Strauss, C. (1979). *The Raw and the Cooked*. New York: Octagon Books.
- Malinowski, B. (1926). *Crime and Custom in Savage Society*. New York: Harcourt, Brace and company.
- Poulain, J.-P. (2002a). *Manger aujourd'hui : attitudes, normes et pratiques*. Toulouse: Privat.
- Poulain, J.-P. (2002b). *Sociologies de l'alimentation : les mangeurs et l'espace social alimentaire (1. éd. ed.)*. Paris: Presses universitaires de France.
- Santich, B. (2004). The Study of Gastronomy and its Relevance to Hospitality Education and Training. *International Journal of Hospitality Management*, 23(1), 15-24.

## **Forskningsrapportserier vid Institutionen för slöjd och hushållsvetenskap, Institutionen för hushållsvetenskap och Institutionen för mat, hälsa och miljö**

**Nedanstående vetenskapliga publikationer är registrerade i databasen GUP (Göteborgs universitets publikationer) [www.gup.ub.gu.se/gup](http://www.gup.ub.gu.se/gup) (sök sida)**

### **ISSN 0284 – 5385 (t. o. m. 1989) Institutionen för slöjd och hushållsvetenskap**

Ungdomar och hushållsarbete i Göteborg.

Forskningsrapport 1. Shanahan, Helena (1987).

No. 35566

Function and design of school uniform.

Forskningsrapport 2. Dube, L. (1989).

No. 36217

Student-produced design.

Forskningsrapport 3. Mabambe, H. S. (1989).

No. 36216

The Integration of Weaving in Zimbabwean Secondary Schools.

Forskningsrapport 4. Mberengwa, L. R. (1989).

No. 36215

### **ISSN 1102 – 7033 (fr. o. m. 1991) Institutionen för hushållsvetenskap**

Från kunskap om barn till barn- och ungdomskunskap.

Forskningsrapport 5. Edström, Bengt och Stråle, Kerstin (1991).

No. 36008

Barns och ungdomars motiveringar till val av måltidskomponenter och sammansättning av måltider. Ett försök med ”tänka högt-metodik”.

Forskningsrapport 6. Jonsson, Inger och Flink, Birgitta (1991).

No. 36009

Recognize the complexity of decisionmaking in households! An ecological approach to studying purchase behavior related to the generation of waste.

Forskningsrapport 7.

Shanahan, Helena och Zetterstrand, Hélène (1991).

No. 35590

Inköp Kost- Avfall- ett hushållsekologiskt perspektiv på inköpens betydelse för avfallet.

Forskningsrapport 8.

Shanahan, Helena och Zetterstrand, Hélène (1992).

No. 35592

Barns tankar om mat. Datorstöd i kostundervisningen på mellanstadiet, åk 5.

Forskningsrapport 9. Nilsson, Gerd och Mattsson, G. (1992).

No. 36011

Inköpsvanor i hushåll som komposterar — en uppföljande studie.

Forskningsrapport 10.

Shanahan, Helena och Zetterstrand, Hélène (1993).

No. 35815

Slöjdprocessen — Arbetet i slöjdsalen. Dagboksanteckningar.

Forskningsrapport 11. Johansson, Marlène (1994).

No. 35599

Forskning och utvecklingsarbete 1989-1994.

Forskningsrapport 12. Karlsson, Astrid (1994).

No. 36012



- Tonåringars tankar om mat. Ett utvecklingsarbete läsåret 1992/93.  
Forskningsrapport 13. Nilsson, Gerd (1994).  
No. 36013
- Knyppling Nu. Rapport från textilsteminarium 21-22 april 1994.  
Forskningsrapport 14. Malmberg, Kristina (1994).  
No. 36014
- Matvanor och energianvändning i hushåll. En pilotstudie.  
Forskningsrapport 15.  
Shanahan, Helena, Jonsson, Lena och Renström, Åsa (1995).  
No. 36015
- Kunskap för vardagslivet. Lärares uppfattning om och undervisning i konsumentkunskap och hushållsekonomi i grundskolan.  
Forskningsrapport 16. Edström, Bengt och Klingander, Birgitta (1995).  
No. 36016
- Hushållets vardagsekonomi. En explorativ studie av hushåll som avtalat om frivillig skuldsanering.  
Forskningsrapport 17. Klingander, Birgitta (1995).  
No. 36017
- Hushållsläroverutbildningens 100-årsjubileum söndagen den 31 oktober 1993.  
Forskningsrapport 18.  
No. 36037
- Energi och vardagsvanor. Seminarium 23 november 1995.  
Forskningsrapport 19. Ekström, Marianne (red.) (1996).  
No. 36038
- Matvanor och el i små lägenhetskushåll.  
Forskningsrapport 20.  
Ekström, Marianne, Jonsson, Lena, Renström, Åsa och Shanahan, Helena (1996).  
No. 36040
- Kläderna i kretsloppet. En pusselbit i en hållbar utveckling. En betydelsefull fråga, eller...  
Forskningsrapport 21, ISSN 1102-3643.  
Kullin Rutgersson, Kristina och Söderlund, Kerstin (1997).  
No. 36042
- Mat i skrift — recept och kultur i kokböcker.  
Forskningsrapport 22, ISBN 91-630-5689-5.  
Bergström, Nancy, Licentiatuppsats (1997).  
No. 36043
- Drycker. Rapport från konferensen ”Matvanor, kultur, religion”.  
Forskningsrapport 23.  
Pipping Ekström, Marianne och Björcke, Solveig (Red.) (1997).  
No. 36044
- Nu är jag kanske stark innerst inne. En studie av hushåll som sökt ekonomisk rådgivning hos Konsument-Trollhättan.  
Forskningsrapport 24. Klingander, Birgitta (1998).  
No. 36045
- Livs situation och livskvalitet. En studie av hushåll som sökt ekonomisk rådgivning hos Konsument-Trollhättan.  
Forskningsrapport 25. Edström, Bengt (1998)  
No. 36046
- Applied Human Ecology as a field of knowledge in Sweden. Past themes, present status and visions for the future.  
Forskningsrapport 26. Shanahan, Helena (1998)  
No. 36048

### **ISSN 1403 -7033 (fr.o.m. 1998) Institutionen för hushållsvetenskap**

Att sträva mot mål. Strategier för undervisning i hemkunskap.

Forskningsrapport nr 27. Cullbrand, Ingrid (1998).

No. 36050

Hushållsvetenskap och genus.

Forskningsrapport 28.

Pipping Ekström, Marianne och Wählander, Hélène (1998)

No. 36051

Hushåll i kretslopp — en fallstudie.

Forskningsrapport 29. Wählander, Hélène (1995)

No. 36052

Tailoring the unique figure.

Forskningsrapport 30. Hernández, Niina (2000)

No. 36219

Forskningsrapport 31.

Kreativa metoder inom konsumentforskning i empirisk belysning.

Forskningsrapport 32.

Shanahan, Helena och Ellegård, Kajsa (Red.) (2002)

No. 36056

Knyppling - ett hantverk med spets: om kvinnor och knyppling i estlandssvensk tradition.

Forskningsrapport 33. Malmberg, Kristina (2002)

Partille: Warne, 2002

No. 36057

På väg mot empowerment: reflektioner över tre studier som behandlar undervisning i hemkunskap.

Forskningsrapport 34. Cullbrand, Ingrid (2003)

No. 36058

Kartläggning av den vetenskapliga kompetensen inom hushållsvetenskap.

Forskningsrapport 35. Shanahan, Helena (Red.) (2003)

No. 36059

Promoting healthy eating. A school-based intervention with focus on fish.

Forskningsrapport 36. Prell, Hillevi (2004)

No. 30441

Boendeperspektiv på hushållsavfall och på system för insamling och behandling i Västra Hamnen, Malmö.

Forskningsrapport 37. Åberg, Helena (2004)

No. 30421

### **ISSN 1654 -1634 (fr.o.m. 2007) Institutionen för mat, hälsa och miljö**

Professional Food Purchasers' Conceptions of Environmental Issues.

Forskningsrapport 38. Bergström, Kerstin (2007)

No. 49589

Hushållsvetenskap & Co

Forskningsrapport 39. Pipping Ekström, Marianne, Åberg, Helena, Bergström, Kerstin och Prell, Hillevi (2007)

No. 49642





# MAT ÄR MER ÄN MAT

## Samhällsvetenskapliga perspektiv på mat och måltider

Mat är mer än mat. I ett trettioårigt tidsspänn har Marianne Pipping Ekström forskat och undervisat om mat och måltider. Hon har gjort det tillsammans med många andra och har förmått arbeta gränsöverskridande på ett sätt som är få förunnat. Det har gett till resultat den här vänboken, skriven av 35 författare i Sverige och nordiska länder. Boken innehåller forskning och reflektioner om hushållens kretslopp gällande maten där frågor kan ställas om bland annat genus, förändringar av vem som har skafferiet i huvudet, vad som sourcas ut, in eller tillbaka till hushåll liksom hur maten kommer hem med hjälp av vardagliga prylar. Boken fokuserar på lärande om mat och måltider i ett brett perspektiv, med reflektioner kring pedagogiska verktyg som används på olika sätt av forskare och lärare i akt och mening att påverka konsumenter till förändrat beteende. Några författare har skrivit om olika metoder för att undersöka detta breda forskningsfält, andra redovisar forskning kring hållbar utveckling som är lika aktuell idag som för tio år sedan. Att arbeta med mat och måltider utanför hemmet är ytterligare ett stort och brett fält som Marianne gett sig i kast med och hennes kollegor skriver här om olika modeller som kan vara till hjälp i storhushålls- och restaurangvärlden för att åstadkomma bra mat till nöjda gäster respektive studera den yrkesvärldens arbetsliv. Marianne samarbetar lika bra med kreativa kockar som utvecklar sitt yrke och dess vetenskapliga bas, som med sociologer som undersöker vad vi äter idag och skapar teoretiska begrepp i ett samhällsvetenskapligt perspektiv.

KOSTVETENSKAP 2015:1  
ISSN 1654-1634

GUPEA: <http://hdl.handle.net/2077/39007>



GÖTEBORGS  
UNIVERSITET