

Upplev Östgötamat

Nummer 2 2014



Mer närodlat i skola och omsorg

"En köttfri fredagslunch är en symbolhandling som tvingar mig att tänka till"



TEMA: Antibiotika – en omdiskuterad livräddare



Landshövdingen kritisk mot EU-politiker

Klimatsmart kött från Östergötlands skogar

Stor efterfrågan på viltkött – men regionens jägare och krögare ser hinder



Din östgötamat!



Nu finns Östgötamat i din butik. Lätt att hitta. Lätt att välja.

Östgötamat är din närmaste mat. Regionala producenter som tillsammans för fram Östergötlands smaker och matupplevelser. Produkter som växt, vårdats och hanterats med omsorg.



www.ostgotamat.se

”Politiken påverkar vad vi får på tallriken”

Valet är avklarat och oavsett vad man tycker om resultatet så har Östgötamat, som opolitisk organisation, aldrig tidigare varit så involverad i valarbetet som i år. Mat är en het potatis även politiskt.

Sveriges jordbruks- och landsbygdspolitik påverkar vad vi får på våra tallrikar. Dessutom har närodlad mat, äkta smak, mat med ursprung och mat som är ekologisk blivit hippt och trendigt. Alla pratar om det, både politiker och privatpersoner, unga som gamla. Begreppen har på något sätt plötsligt blivit så självklara och alla politiker (i alla fall före valet) tycker det är otänkbart att servera något annat än nära mat, både på den privata och offentliga tallriken.

Så är det i teorin – men när vi gör våra val i butiken, restaurangen eller i den offentliga upphandlingen är det inte lika självklart. Det blir lätt läpparnas bekräftelse. När vi gör vårt val av mat handlar det inte bara om att bli mätt eller att få en upplevelse. Det handlar om att bestämma sig för om man vill välja mat som är fri från antibiotika och resistenta bakterier, som producerats enligt svensk djurskyddslag, med grisar som får ha sin knorr kvar. Det handlar om att välja kyckling som fått ha sin näbb kvar, hönor som fått gå fritt eller i burar som är godkända. (läs mera i artikeln om antibiotika på sidan 11.) Att välja svenskt innebär att djuren vuxit upp med det som av experterna anses vara det bästa djurskyddet i världen.

Hur kan vi då acceptera att äta importerad mat som enligt svensk lag är förbjuden att produceras i vårt land? Hur är det möjligt att olaglig mat passerar vårt lands gränser? I snitt är 80 procent av den offentliga maten importerad och likande siffror kan man se på restaurangerna. Mat har på tre generationer gått från att vara mättnad efter en dag med hårt fysiskt arbete till att bli en värderingsfråga. Att gå och handla idag säger mer om vilka åsikter vi har än det någonsin gjort tidigare. Genom maten skapar vi oss en status och ett ansvarstagande. Men någonstans finns det ett glapp. Varför säger vi att det är viktigt med bra djurskydd och ekologiska grödor när vi sedan utan att blinka kan köpa en dansk fläskfilé eller naturbeteskött

från Sydamerika? (från djur som går på jordar som skövats på regnskog och stödfodras med sojafooder). Beror det på att det är för krångligt att hitta varorna eller är det plånboken som styr. Eller vill vi kanske följa trenden, men har egentligen inte tagit till oss budskapet i hjärtat.

Därför vill jag uppmana dig som tagit ett mentalt ställningstagande att nästa gång du är på restaurang – fråga varifrån råvarorna kommer. Fråga på era barns skolor eller på mormors äldreboende. Glöm inte att vi som konsument har makt. Idag kan man med rätt upphandlingsavtal få mat producerad i närområdet eller i Sverige. Mat producerad i närområdet ger arbetstillfällen och tillväxt i den egna regionen. Ett exempel på det är Östgötamat, som med sina 87 medlemmar tillsammans omsätter 1,2 miljarder. Det betyder väldigt mycket för Östergötland som region. Våra små och medelstora livsmedelsföretag är en viktig del av sysselsättningen i vårt län.

Mat kan också vara klimatsmart, eller en pedagogisk tillgång i undervisningen. Lärare vittnar om att eleverna äter bättre när de träffat bonden som producerat maten och matsvinnet minskar drastiskt.

Östgötamat vill göra det lättare för dig som konsument att hitta de Östgötska råvarorna både i butik och på restaurang. Ditt val av

mat behöver inte bli en belastning utan en njutning av god mat och högkvalitativa råvaror. Vi lever i ett fantastiskt odlingslandskap med mängder av duktiga producenter där många soltimmar och mineralrika jordar gör maten extra smakrik.

I magasinet hittar du de företag som tagit ställning, företag som arbetar med lokala råvaror, som säljer inte bara god mat utan också en värdering. (se alla medlemmar på sidan 35). Nu ligger valet hos dig. Jag önskar dig många härliga matupplevelser i Östergötland.

Hälsningar

Louise Alenbrand

Louise Alenbrand, projektledare
Östgötamat, Rätt & Slätt – Maten i Östergötland
www.ostgotamat.se



Nordisk kost den nya smarta maten

Stödet för att en hälsosam kost sammansatt av nordiska råvaror är minst lika nyttiga som den omskrivna medelshavskosten blir allt starkare. I en ny nordisk studie har forskarna samlat data som kan bidra till att anpassa en hälsosam diet till enskilda individer.

Den nordiska kosten har stor hälsopotential säger Ulf Risérus vid Uppsala Universitet.



LÄSTIPSET! Vego

Sveriges första 100 procent vegetariska mattidning kommer nu med sitt femte nummer.

”—Det känns fantastiskt att en gång för alla få krossa alla fördomar om vegansk mat med en tidning som är ren inspiration och ser fantastisk ut, utan att kompromissa med sina värderingar. Vegetariskt och veganskt är en av de största mattrenderna just nu och vi är stolta över att vara först ut med en sån här satsning.”

Mattias Kristiansson, chefredaktör



26

kilo

Så mycket mat och dryck håller en genomsnittlig svensk ut i avloppet varje år.

En ny unik studie visar att svenska hushåll håller ut cirka 224 000 ton mat och dryck under ett år. Mycket av det hade kunnat ätas eller drickas.

Källa: Naturvårdsverket/
Livsmedelsverket



”Matlagning är som att cykla, efter lite träning behöver man inte tänka så mycket. När ni köttätare tänker kyckling eller köttfärs, utgår jag från matvete eller sparris.”

Charlotte Ågren, journalist

VI GÖR TIDNINGEN

Redaktionen
Projektledare: Louise Alenbrand,
0706-75 06 33, louise@matupplevelse.se
Skribent: Eia Persson
Produktion: Ariom Reklambyrå
Vi reserverar oss för tryckfel.

Denna tidning är producerad som ett samarbete mellan Östgotamat ekonomisk förening och Affärsmagasinet i Östergötland.

Vill ni också producera en egen tidning?
Kontakta Peter Nordlander, 0708-21 45 95, peter.nordlander@affarsstaden.se

Östgotamat ekonomisk förening

Visionen är att skapa en matkultur som lyfter fram östgötska produkter av god kvalitet. Medlemmarna ska bidra till matupplevelser för alla sinnen utifrån det lokalproducerade, samt genom samarbete ta tillvara och synliggöra gamla mattraditioner och utveckla nya av områdets resurser.

Medlemmar 2014: Föreningen har 87 medlemmar bestående av producenter, gårdsbutiker, restauranger och grossister.

Kriterier för medlemsföretag: Primärproducenter måste producera sina råvaror i regionen. För livsmedelsproducenter måste huvudråvaran eller råvaran som ger produkten dess karaktär vara från regionen och slutproduktionen måste ske i regionen eller dess absoluta närhet. För restaurangföretag ska huvudråvaran till måltiden komma från regionen. Lägsta kravet är att minst två rätter på menyn ska ha regionalt ursprung.

Verksamhet: Organiserar och driver Smaka på Östgotamat-mässan, Årets Östgotakock, Bondens egen Marknad, Östgotamatmärkning i länets livsmedelsbutiker, paketerar och certifierar matupplevelser, ger ut Upplev Östgotamat-magasinet två gånger per år. Support och marknadsföring för medlemsföretagen.

Styrelse: Ordförande Thomas Collin. Ledamöter Fredrik Eklund, Ola Engstrand, Karin Lorin, Malin Peterzen, Niklas Hellsing, Vilhelm Knapasjö-Ekhem, Ingvar Gustavsson och Barbro Bragge.

Projektledare: Louise Alenbrand
www.ostgotamat.se



Julbord

Klassiskt julbord med närproducerade råvaror från traktes bönder, serveras i spännande miljöer!

Boka på www.gastromix.se

Calle C på Flygplanmuseet i Linköping

Calle C
Restaurang & café

Bondens Creperie & Lanthandel i Söderköping

BONDENS
Creperie & Lanthandel

Duka julbordet med
Brostorps ostar och ostkaka!
Smakfulla julklappar
till vänner, kollegor, kunder...

**BROSTORPS HEMLAGADE
OSTKAKA
OST**

Brostorps Gård
573 94 Ydre
Tel: 0140-430 54
info@ostkaka.com
www.ostkaka.com

Välkommen till

BRUNNEBY

Naturligt, nyttigt och gott, det är vårt motto på Brunneby Musteri. Vi har mustat frukt och bär sedan 1941.

I vår trevliga Gårdsbutik finns Brunneby's egna sortiment av cider, saft, juice, sylt och marmelad. Vi har också ett stort utbud av lokalproducerat såsom korv, ost, knäckebröd, olja, honung, fudge och mycket annat.

Restaurang Bettina, gårdens egna restaurang, serverar god, vällagad lunch och nybakat till fikat.

Mån-fre kl. 9-18, lör kl. 10-16, sön kl. 11-16
Läs mer på www.brunnebymusteri.se

Brunneby Musteri, Borensberg 0141-40204, Restaurang Bettina 0141-40220.
Obs! Restaurang Bettina har öppet: tisdön kl. 11-16.



Viltköttet som hämtas ur våra skogar är både klimatsmart och närproducerat. Dessutom nyttigare än mycket annat kött.

Klimatsmart KÖTT

Av allt kött som vi äter i Sverige kommer fyra procent från vilda djur. Allt mer av detta är vildsvinskött. Enligt en grov uppskattning finns det idag mellan 200 000 och 300 000 vildsvin i landet.

–Vildsvinsstammen ökar hela tiden, säger Torsten Mörner, veterinär vid SVA, Statens Veterinärmedicinska anstalt. Beroende på hur kalla vintrar vi har går stammen upp och ner. Efter den senaste milda vintern kommer vi förmodligen att se en uppgång. Flest vildsvin finns i Skåne. På andra respektive tredje plats som

vildsvinstäta landskap kommer Södermanland och Östergötland. –Enligt Jordbruksverket tas 3 000 ton vildsvinskött per år ur skogen, säger Torsten Mörner. Mellan 400 och 500 ton av dessa når ut till konsumenterna.

Det totala antalet ton viltkött, som varje år hämtas från de svenska skogarna, ligger på mellan 18 000 och 19 000.

”Nordisk mat jämförs
ju numera med
Medelhavsmaten.”

Det mesta går till jaktlagen men enligt Torsten Mörner når ett allt större utbud av viltkött ut till konsumenter, inte minst genom de större livsmedelskedjorna. –Fler fungerande vilt-

hanteringsanläggningar skulle dessutom innebära att viltkött blir mer tillgängligt. Det måste finnas möjligheter till slakt i närheten av jägarna. Torsten Mörner är aktiv i arbetet för att allt mer vilt ska komma konsumenterna till godo och för att sprida kunskap om hur vi ska hantera köttet. Det gör han bland annat som ordförande i Svenska viltmatakademin och som kokboks författare. Han har tillsammans med kocken Gert Klötzke skrivit fyra kokböcker om vilt. En femte kommer ut nu i höst, ”Bra kött: Från nos till svans”.

Jag antar att kött från djur som strövat helt fritt är klimatsmart mat... –Absolut! Närproducerat och nyttigt. Alla tester på rött kött visar att vilt är bättre än nöt och får. –Nordisk mat, och här har viltköttet en stor roll, jämförs ju numera med Medelhavsmaten.

TRIKINER

Trikiner är parasitära maskar, som förekommer hos köttätande djur och även hos människor i hela världen. I Sverige är fall hos människor mycket sällsynt. Trikinos kan spridas genom att man äter kött som inte upphettats tillräckligt, framför allt kött från svin. Även hästar och björnar kan bära på trikinlarver. Infrysning till – 18 grader dödar många trikinarter men inte alla. I Sverige kontrolleras alla svin och hästar vid slakt så att de inte finns någon förekomst av trikiner. Även vildsvin måste kontrolleras. Inte sedan 1994 har fynd av trikinos påvisats hos svenska tamsvin. Sådana fynd måste annars anmälas. Enstaka fall hos vildsvin har dock påvisats under senare år. Trikinos hos människa ger vid en infektion med ett fåtal larver sällan några symtom. En kraftigare infektion kan ge diarré, buksmärtor, muskelsmärtor, feber, svullna ögonlock och ljusöverkänslighet. Ibland har trikinos dödlig utgång. **KÄLLA:** Statens Veterinärmedicinska anstalt, SVA.

VILTKÖTT

Viltkött står för fyra procent av allt kött som äts i Sverige. Mest äter vi älg, cirka 11 000 ton, men kött från vildsvin ökar mest. Vi har cirka 300 000 jägare runt om i skogarna. Köttet är klimatsmart på grund av att djuren inte betar på bearbetad mark och inte transporteras långa vägar. Köttet innehåller hög halt av mineraler, är magert och proteinrikt. Det är fritt från antibiotika och andra främmande tillsatser. **LÄS MER:** www.viltmat.nu I Sverige skjuts cirka 100 000 älgar varje år och ungefär lika många rådjur och vildsvin. Av dovtvilt skjuts det 31 000 stycken, av kronvilt 6 000. **LÄS MER:** www.svenskjakt.se

Viktigt med kontroll av kött

En mycket stor del av det svenska vildsvinsköttet kommer aldrig ut på den kommersiella marknaden. Förutom att jägarna själva tar hand om mycket av köttet säljs vildsvin också illegalt.

–Då saknas det kontroll av köttet och priserna dumpas. Det säger Ulrik Saanum på Basunda gård i Kinda, en av länets vilthanteringsanläggningar som är kontrollerad och godkänd av Livsmedelsverket. –Veterinärbesiktiga köttet och ta mer betalt, säger han till dem som tycker att det är dyrt att skicka iväg djuren till vilthanteringsanläggningar.

Det räcker inte med provtagning av trikiner på vildsvin. En veterinär ska också kontrollera köttet, se till så att det är rätt slaktat och att köttet inte har några föroreningar. Det ska finnas en dokumentation om varje djur. –Allt kött som ska säljas kommersiellt ska veterinärbesiktigas. Undantaget är jägare som får sälja kött i mindre mängder från eget jaktlag. Allt utom just då vildsvin. –Tillgången på vildsvin går upp och ner, säger Ulrik Saanum, det har varit lite sämre de två senaste åren. Det beror förstås på de hårda vintrarna. Men nu skönjer vi en uppgång.

Vildsvin säljer mycket, liksom hjort, enligt Ulrik Saanum. Älg, däremot, upplever han mindre efterfrågan på. –Kanske anses det lite för dyrt? Men annars är nötkött nästan dyrare idag än vilt. För att vara säkra på att köttet som säljs är besiktigt ska man titta efter en kontrollstämpel på förpackningen. Varje godkänt slakteri har ett eget kontrollnummer som finns där. Basunda till exempel har nummer 328. Svenskt, besiktigt viltkött möter också konkurrens. –Vi slåss mot det importerade köttet, säger Ulrik Saanum och ger ett exempel: Hjort slaktas och styckas på Nya Zeeland. Det flygs hit och kommer till Sverige som färskt kött. Det kostar ungefär en tredjedel så mycket som det svenska, restauranger kan köpa köttet för 49 kronor kilot medan vi ska ha 149 kr kilot för vårt kött. ■

LÄS MER: www.basunda.se

NÄSTA SIDA:
VILDSVIN PÅ MENYN

Han har lagat 20 765 wallenbergare

Restaurangen Calle C på Flygvapenmuseet i Linköping använder sig av mycket viltkött. 20 765 vildsvinswallenbergare talar sitt tydliga språk! För så många har Pelle Forss, krögaren på Calle C, och hans medarbetare tillagat sedan 2 januari 2013.



–Då gjorde vi den första wallenbergaren på vildsvin med de klassiska tillbehören, lingon, ärtor och potatismos.

Det visade sig att de flesta av denna premiärdags lunchgäster valde just den rätten. Så nästa dag gjorde restaurangen nya wallenbergare av vildsvin. Och så har det fortsatt. Numera finns alltid rätten på restaurangens lunchmeny.

Vildsvinskött går att köpa året om eftersom djuren får jagas i princip hela året.

–Det finns ingen annan viltstam som skulle klara sådant tryck. Men så får ju vildsvinen tre kullar med ungar under en tvåårsperiod.

Vilt på meny är alltid populärt.

–Förklaringen till det är egentligen enkel. Det har varit flera skandaler kring djurhållning. Men när det gäller vilt vet alla att köttet kommer från djur som fått leva fritt. Det är också det nyttigaste man kan äta i köttväg.

Pelle Forss skulle vilja komma över mer vilt till restaurangen.

–Mycket av köttet stannar ju inom jaktlagen och deras familjer.

Samtidigt ser han i sin roll som jägare svårigheter att bli av med vilt som han skjutit. Tätare, mindre vilthanteringsanläggningar skulle kunna vara en lösning för att förenkla att både sälja och köpa, anser han.

–Godkänn fler mindre anläggningar för besiktning och provtagning av köttet!

–Jag skulle också kunna vilja köpa en del vilt direkt av jägare till restaurangen. Vi inom branschen borde till exempel kunna få ta emot ett rådjur direkt från ett jaktlag. ■

Fotnot. Carl Cederström (som fått ge namn åt restaurangen på Flygvapenmuseet) var känd som flygbaronen. Han blev Sveriges förste flygare. Året var 1910.

LÄS MER: www.gastromix.se



RECEPT PÅ VILDSVINS-
WALLENBERGARE PÅ SIDAN 32 !

Foto. Göran Billesson

Kött till salu från jaktlag

Stafsäter gård, en bit söder om Linköping, är nog mest känd för sin glass. Här hittar kunderna också vilt, fast i mindre kvantiteter.

–Men efterfrågan är stor, säger Johan Ekman på Staffsäter Egendom. Vi får inte sälja obegränsade mängder, utan viltkött som motsvarar en enhet storvilt.

En enhet storvilt motsvarar i sin tur en vuxen älg. Det kan även vara två älgkalvar, tre hjortar eller till exempel tio rådjur.

–Köttet kommer enbart från vårt jaktlag. Älgkött går åt fort. Vi kan också ha tillgång på dovhjort, rådjur och vildsvin.

Det bästa viltkötet, enligt Johan Ekman, är dock kronhjort men det får man knappast tag

i, det vill säga om man inte ingår i ett jaktlag.

Att vilt är klimatsmart kött håller han verkligen med om.

–Enda undantaget skulle vara vid stränga vintrar när vi ger stödutfodring.

När jaktlaget på Staffsäter skjutit vildsvin måste de, som alltid när det gäller just vildsvin, veterinärbesiktigas och testas för trikiner.

–Djuren ska då lämnas till vilthanteringsanläggningarna med "pälsten på". De ska slaktas och styckas där. Det kanske kan vara en av anledningarna till att inte fler vildsvin skjuts samt att förhållandevis få av dem slutligen hamnar i handeln eftersom det blir lite omständligt och dyrt, säger Johan Ekman. ■

LÄS MER: www.staffsater.se

EN EXTRA SNÄLL PEPPARKAKA



Alla Kisapepparkakor är
KRAV- och Fairtrade-märkta.

www.kisapepparkakan.se

ALLT UNDER SAMMA TAK bank, jurist och mäklare

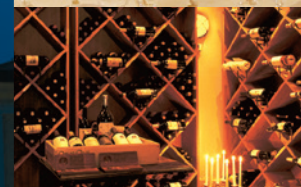


Privatrådgivare
Camilla Strömberg
med familjen Gustafsson

Kinda-Ydre Sparbank
Vi finns där du finns



Julen är nog
godast i
Söderköping!
Och nyåret!



Hjärtligt välkomna att fira på Söderköpings Brunn!

Julbordsweekend

Övernattning, stora julbordet med glögg som välkomstdrink, frukost och fri tillgång till spa- & relaxavdelningen med jacuzzi & bastu.

Endast 1300 kr/person.

Julweekend

Hela helgen på Söderköpings Brunn!
Se mer på hemsidan.

Nyårsweekend

Champagne, snittar, 5-rätters sylvestersupé välkomponerat vinpaket, övernattning.

Pris: 3050 kr/person

Skönbergagatan 35
Tel. 0121-109 00
www.soderkopingsbrunn.se



Östgotamat presenterar

Ett bättre kök

Förbättra dina kvaliteter, öka din medvetenhet – och din lönsamhet

Tider & datum 2015

Del 1 **Det gastronomiska resmålet Östergötland**
Tisdagen 3 februari. Richard Tellström, Louise Alenbrand

Del 2 **Vad gör vår mat unik?**
Tisdagen 24 februari. Fredrik Eriksson, Ami Hovstadius

Del 3 **Smak – vad är höga smaker?**
Tisdagen 10 mars. Magnus Svensson

Del 4 **Praktisk matlagning**
Tisdagen 24 mars, Tisdagen 14 april.
Lokalproducerat – inte bara en trend. 2 dagar.

Del 5 **Studieresa till matproducenter**
Under april. Exakt datum bestäms i gruppen.

Plats **Del 1–3**
Vreta Kluster, Järngården 13, Vreta Kloster.
Kurstid: kl 9–16. Kaffepauser ingår.
Lunch ingår ej, men erbjuds.

Pris **Ett bättre kök 2015**
6.000:- exkl. moms

Info **Information & anmälan**
Boka din utbildning senast 31/12–14. E-post: louise@matupplevelse.se
För mer information, kontakta Louise Alenbrand, tel: 0706-750633
www.ostgotamat.se



Antibiotika OMDISKUTERAD LIVRÄDDARE

Antibiotika i stora mängder fortsätter att ges till djur i många länder. Djur som sedan blir till livsmedel. Om bakterier kommer på köttet när djuret är slaktat är de bakterierna många gånger motståndskraftiga mot antibiotika. Antibiotikaresistenta bakterier är ett växande problem, inte minst för folkhälsan.



NÄSTA SIDA: LANDSHÖVDINGEN BESVIKEN PÅ EU-POLITIKER



Resistenta bakterier – ett globalt hot

Antibiotika kan vara en livräddare men när bakterier blir motståndskraftiga mot antibiotika blir vanliga infektioner svåra att behandla.

Problemet är också i allra högsta grad globalt. Vårt resande till andra länder och världsdelar är en av flera anledningar till spridning, vi tar helt enkelt med oss bakterier hem.

–Studier har visat att turister från länder som till exempel Indien och Egypten kan bära på antibiotikaresistenta tarmbakterier, berättar Åse Östholm-Balkhed, överläkare vid infektionskliniken vid Linköpings Universitetssjukhus.

–I vissa delar av världen finns till exempel inte fungerande system för vatten och avlopp, då sprids bakterier lätt.

Åse Östholm-Balkhed har ingått i en grupp med forskare som analyserat avföringsprover från 226 personer före och efter en utlandsresa. 68 personer hade fått med sig tarmbakterier hem, hos 48 av dem, var bakterierna motståndskraftiga mot flera typer av antibiotika. Dessa bakterier kan producera ESBL, ett enzym som bryter ned antibiotika.

–Vi kan bära på dessa bakterier utan att bli sjuka, men om man till exempel får en vanlig urinvägsinfektion behöver den som insjuknar få intravenös antibiotikabehandling på sjukhus.

De undersökta personerna hade varit utanför Norden. Risker var störst att resa i Indien men även i övriga delar av Asien samt i Nordafrika. Ett år efter hemkomsten hade de flesta blivit av med de resistenta tarmbakterierna.

Antibiotikaresistenta bakterier sprids också av djur. Fåglar bär med sig bakterierna mellan länder. Husdjur får antibiotika liksom livsmedelsproducerande djurbesättningar.

”Många patienter förstår att antibiotika inte ska ges i onödan.”

Medvetenheten om de resistenta bakterierna ökar dock.

–Många patienter förstår att antibiotika inte ska ges i onödan, till exempel inte vid självläkande infektioner. Vid svåra infektioner, där har vi ett hyfsat

läge, vi har inte så mycket resistenta bakterier som till exempel södra Europa.

Noggrann hygien och städning är ett viktigt recept för att förhindra smittspridning, något som Åse Östholm-Balkhed tycker att vi blivit duktiga på. Titta bara på alla flaskor med handsprit på våra förskolor! ■

Landshövdingen:

”Jag är besviken på politiker inom EU”



Foto: Göran Billeon

Om vi menar allvar med att vi vill ha ett hållbart samhälle måste vi börja ställa krav, inte bara prata.

Det säger landshövdingen i Östergötland, Elisabeth Nilsson. Hon har engagerat sig i frågan om griskött i Sverige, som inte bara är en fråga för lantbrukare utan för hela samhället. Inte minst ur folkhälsosynpunkt med tanke på antibiotikanvändningen i djurbesättningar i andra delar av världen och den utveckling av resistenta bakterier som blir följden.

I våras bjöd landshövdingen in representanter för griskött, matproduktionen och handeln i länet. Frågan var hur man i länet ska gå vidare för att få ha kvar griskött. En av anledningarna till träffen var att slakterierna i början av året inte

längre tog emot slaktfärdiga grisar och att grisstallarna blev överfulla.

–Vi fortsätter arbetet nu i höst, säger Elisabeth Nilsson. Ämnet är kopplat till landsbygdsfrågor och till en trygg livsmedelsförsörjning. Vi kan inte påverka världsmarknadspriserna på fläskkött. Men vi kan försöka påverka, bilda opinion och uppmuntra till att köpa svenskt kött.

–För vad händer om vi alltid väljer det billiga?

Det vill säga billigt producerat griskött som konkurrerar med kött som producerats enligt svensk djurskyddslagstiftning?

Den stora användningen av antibiotika till livsmedelsproducerande djur i länder utanför Sveriges gränser oroar landshövdingen.

Sverige har varit föregångsland för att förbjuda antibiotika i syfte att öka tillväxten hos grisar. 2006,

ANTIBIOTIKA

Antibiotikaläkemedel används för att behandla bakteriella infektioner. Bakterier, som utvecklat resistens, motståndskraft, mot antibiotika är ett växande folkhälsoproblem som orsakar ökad sjuklighet och dödlighet. Resistenta bakterier äventyrar behandlingen av svåra bakterieinfektioner. Men också vid cancerbehandlingar, transplantationer och operationer som innebär en ökad infektionsrisk.

Resistenta bakterier kan spridas mellan människor, djur och i miljön. Bakterierna kan också utbyta resistensgener vilket bidrar till spridning.

LÄS MER:

www.folkhalsomyndigheten.se

RESANDE OCH BAKTERIER

En annan undersökning om resandet och bakterier har gjorts av Johan Tham, infektionsläkare vid Skånes universitetssjukhus i Malmö.

Han undersökte 242 patienter som blivit magsjuka utomlands och sökt vård hemma.

3 procent av resenärerna inom Europa bar på resistenta tarmbakterier. Motsvarande siffra för Thailand var 22 procent, Egypten 50 procent och Indien 79 procent.

För att skydda sig på resan:

Tvätta händerna efter toalettbesök, före måltider och vid matlagning. Undvik att dricka kranvatten. Var försiktig med färsk grönsaker och frukt, de kan vara sköljda i infekterat vatten. Ät ordentligt tillagad mat. Ta inte antibiotika i onödan, de flesta diarréer går över av sig själv. Avstå från resor för kosmetisk kirurgi och andra operationer. Om du söker vård i Sverige efter att ha varit på sjukhus i utlandet måste du tala om det för att få rätt behandling.

KÄLLA: Johan Tham



”Vi måste se att våra val av livsmedel styr om vi vill ha ett vackert landskap kvar.”

20 år efter det svenska förbudet införde EU ett likadant. Ändå förekommer mycket antibiotika i djurbesättningar i många länder inom unionen. –Jag är besviken på Europas politiker som inte gör mer, säger Elisabeth Nilsson. Inte minst ur ett folkhälsoperspektiv.

–**Effekten av antibiotikaanvändningen**, bakterier som blir motståndskraftiga mot antibiotika, är katastrofalt och ett stort hot mot folkhälsan, säger hon.

När vi väljer det billigare köttet hotas också livsmedelsproduktionen i Sverige.

–Lantbrukarna måste kunna tjäna pengar, annars vill ingen göra jobbet. De har hamnat i en allt svårare situation. Jordbruket är viktigt för Sveriges ekonomi.

–Det är ingen som reagerar om priset på en coca cola-flaska går upp. Men när mjölkpriset stiger med några ören...Vi säger oss också vilja ha biologisk mångfald.

–Ajöss med den om lantbruket försvinner! Vi måste se att våra val av livsmedel styr om vi vill ha ett vackert landskap kvar. Eller om hagarna ska planteras med granar.

I höst fortsätter nu arbetet med åtgärder för att stärka griskött i länet, bland annat vill man försöka få fram konkreta åtgärder vad gäller upphandlingen inom den offentliga maten.

–Vi måste se vad vi kan göra för att ändra på nuvarande situation. Vi har världens bästa och renaste jordbruk. Det är sorgligt om vi låter det gå under. ■



Svenska grisar växer bra utan antibiotika

Sverige använder minst antibiotika i djurbesättningar inom EU. 1986 blev det förbjudet att använda antibiotika för att djuren skulle växa bättre. De svenska grisarna växer bra ändå medan risken för antibiotikaresistenta bakterier minskar.

20 år senare kom en likadan lag inom EU men fortfarande används antibiotika till livsmedelsproducerande djur i stora mängder. EU bedömer att hälften av all antibiotika inom unionens länder ges till djur. I USA är motsvarande siffra hela 80 procent.

–Det finns en risk för att livsmedel därför sprider antibiotikaresistenta bakterier, säger Gunnar Johansson, veterinär på Svenska Djurhälsovården. Om till exempel djur slaktas på ett ohygieniskt sätt kan bakterier från hud eller avföring komma på köttet. De bakterierna är många gånger resistenta mot antibiotika.

Att det inte behövs så mycket antibiotika till svenska djurbesättningar beror på flera saker.

–Vi har byggt bort mycket av hälsoproblemen, säger Gunnar Johansson. Med grisarna är det så att alla inte vistas tillsammans på samma ställe. Suggor som grisar är för sig, lite större avvanda smågrisar i en annan avdelning. Infektionerna blir på så sätt färre och behovet av antibiotika minskar.

–Vi har också en unikt god salmonellasituation. När salmonella upptäcks isoleras djurbesättningen och saneras, något som inte sker i alla andra länder.

Att antibiotika används som tillväxtfaktor beror på att sådana läkemedel påverkar tarmfloran

vilket gör att grisarna kan utnyttja födan bättre och på så vis växa mer.

–Trots att de kanske lever i sämre miljöer kan de klara sig tack vare att de får antibiotika, säger Gunnar Johansson. Med ett ”antibiotikaparaply” kan man alltså fuskas när det gäller djurens miljö.

–Men våra grisar växer bra utan antibiotika! Framför allt ser vi en bra tillväxt för de som är mellan tio veckor och ett halvår. Vi skulle dock behöva få ännu fler nyfödda grisar i de stora kullarna att överleva de allra första dagarna.

Att det fortfarande finns så mycket antibiotika i djurbesättningar inom EU förklarar Gunnar Johansson bland annat med att det förekommer

mer sjukdomar hos djur i vissa länder än i Sverige. När ett djur i Sverige behöver antibiotika ges det individuellt.

–Det är skillnad att ge en spruta med antibiotika till en gris och att blanda in läkemedlet i fodret då betydligt mer omgiv-

ningsbakterier utsätts för antibiotikan och risken för resistens ökar.

I många länder, som till exempel Tyskland och Nederländerna, tjänar veterinärerna på försäljning av antibiotika, i Sverige sköter apoteken om försäljning av läkemedel till djur.

–MRSA är en speciell historia, säger Gunnar Johansson. Det är en form av bakterier som man kan se som en smitta. Svensk grisuppfödning har en mycket, mycket gynnsam situation när det gäller MRSA men en undersökning 2009 i Tyskland och Spanien visade att varannan grisbesättning där var smittad.

MRSA

MRSA är en bakterie av typen gula stafylokokker. De har blivit motståndskraftiga mot många sorters antibiotika.

Om man smittats brukar MRSA finnas på hud, i näsa och i svalg. MRSA orsakar för det mesta inga besvär men om behandling skulle behövas finns det färre sorters antibiotika att välja mellan än för andra bakterier.

MRSA kan ge bölder och infektioner i sår och på huden.

LÄS MER: www.vardguiden.se

MER OM KÖTT

Kött som importeras till Sverige från EU-länder kontrolleras inte eftersom det råder fri rörlighet med sådana varor, inte annat än att Livsmedelsverket kan göra riktade kontroller. Däremot är det importkontroll på kött från länder utanför EU.

Svenska Djurhälsovården är ett företag med ett 30-tal veterinärer, som arbetar med

djurhälsofrågor på olika håll i landet. I Linköping finns fyra veterinärer inom Svenska Djurhälsovården. Gunnar Johansson i artikeln intill är en av dem.



LÄS MER: Läs om ”schysst” kött, om svenska djurskyddsregler som är de bästa inom EU, om varför svenska grisar är bättre för miljön och klimatet och mycket annat på: www.svdhv.org/sv/start/press---media/schysst-kott/

Jag läste att många danska grisbönder är smittade av MRSA.

–Det är en arbetsmiljöfråga. När så många grisbesättningar bär på MRSA innebär det risker för grisbönderna.

Och för andra. Som när de som jobbar med smittade djur kommer hem och kramar sina barn. ■

Östergötland – Sveriges nya humleproducent

Östergötland kan bli Sveriges nya stora producent av humle. Efterfrågan ökar i och med att många mindre bryggerier har vuxit fram, dessutom kan just humlen ge mikrobryggerierna möjligheter att framställa unika sorter och inte försvinna i mängden.

Hittills har det varit svårt att få igång en lönsam odling av humle i Sverige men ett spännande projekt har nyligen startat i Östergötland. Förutsättningarna för en produktion finns här och med hjälp av forskning och rådgivning ska förhoppningsvis odlingen kunna komma i gång.

Jesper Lindström arbetar för SIK (Institutet för Livsmedel och bioteknik) på Vreta Kluster. SIK är en av aktörerna bakom projektet tillsammans med Hushållningssällskapet Östergötland, Lovang Lantbrukskonsult och JTI (Jordbrukstekniska institutet), som genom rådgivning och forskning ska ge stöd för att odlingen ska lyckas.

Men innan man kommit så långt ska först och främst förutsättningarna för humleodling och skörde- och torkteknik undersökas.

–Vi ska till exempel kartlägga vilka jordar som är de bästa att odla humle på.

Olika produktionsformer, skördetekniker och torkningsprocesser ska också studeras för att få fram kunskaper om vad som krävs för att få fina skördar och för att odlingen ska gå ihop sig ekonomiskt.

–Det finns ett femtiotal gamla humlesorter, berättar Jesper Lindström. Sorter som inte längre odlas kommersiellt men som har en historia bakom sig och som kan bli värdefulla när öl ska marknadsföras. ■

HUMLE

I dag importeras den mesta humlen för öl-tillverkning från Tyskland och Österrike. Humle är en flerårig slingerväxt. Den kan bli sex till sju meter hög. De obefruktade honblommorna blir små humlekottar, som sedan skördas, torkas och används för att göra öl. Öl består i huvudsak av malt, humle och vatten. Humlen ger karaktär och beska åt ölen. Humle produceras på jordar som passar potatis. I 1734 års svenska lag står det: ”Alle hemman böra humlegård hafva.”



*Matgrossisten
alltid nära dig!*

Vi prioriterar alltid våra lokala producenter och produkter. Det är sann matkärlek! Sedan starten 1965 är vår idé att vara den ledande matgrossisten för uteätarmarknaden och att alltid vara nära kunden.

Kontakta oss på kontoret i Linköping.
Svensk Cater, Torvingegatan 9
582 78 Linköping
013-316440



www.svenskcater.se

Ständigt nya sorter i grytorna

Hur är läget?” Frågan är inte särskilt innovativ men Ann-Sofie Johansson på Hargs gård svarar direkt: Det är hyste-riskt! Jag ligger efter med 2 700 burkar!

Burkar med marmelad alltså.

–Det har varit en del mässor och jag har mycket att ta igen!

Hargodlarna i Kisa förknippas med sitt marmeladeri. Åtskilliga frukter och bär från odlare i närheten hamnar där i koppargrytorna. Rabarber och hagtorn hämtas från egna ekologiska odlingar.

– I år har det varit väldigt gott om röda vinbär, berättar Ann-Sofie Johansson, äpplen har vi också fått över förväntan. Det har varit svårare att få tag i lingon och blåbär.

Då gäller det att ha kvar bär i frysen från tidigare år. Men ibland sinar råvarorna och det går helt enkelt inte att tillverka alla sorters marmelader varje år.

Företaget Hargodlarna startades 1986 av Ann-Sofie och svägerskan Ing-Marie Johansson. Idag har Ing-Marie hoppat av delägarskapet men syns ändå ibland när det ska kokas mycket marmelad. Ny delägare är Ann-Sofies dotter, Sara Walfridsson.

Det hela började med hallon- och jordgubbsodling för självplock. Fyra år senare började själva marmeladkokandet. Receptskatten är gammal, liksom metoden att koka i koppargrytor över gaslåga för att få kort kooktid. Men nytänkande saknas inte när ständigt nya sorter hålls i brukarna.

– Våra marmelader innehåller inga tillsatser, det är äkta hantverk med enbart riktiga ingredienser, säger Ann-Sofie. Till exempel så använder vi pektinstarka bär för att få rätt konsistens i stället för pektin.

Företaget har vuxit genom åren men Ann-Sofie är nog med att det inte får växa i allt för stor skala. Mycket går av sig självt numera, säger hon. Hargodlarna blir ofta uppsökta av kunder och återförsäljare.

– Det är skillnad mot de första åren när vi kämpade för att företaget skulle överleva.

Som vanligt har marmeladeriet släppt ifrån sig nya sorter under året. Den ena har fått namnet HimlaGod och består av tomat, mandel och vanilj. I burkarna med namnet Skogstokig finns blåbär, lite lingon, röda vinbärsavkok och stjärnanis.

RECEPT PÅ ANN-SOFIES
BLÅBÄRSSYLT PÅ SIDAN 32

– Namnet Skogstokig hittade mitt barnbarn Emma Walfridsson, tolv år, på. Hon vill ha 20 öre per såld burk i belöning.

Vi gissar att Emma får sina pengar.

Nya marmelader varje år. Har ni skämt bort kunderna?

– Kunderna förväntar sig nya sorter, men skämt bort dem vet jag inte... Det är roligt att göra nytt, jag vill ju inte heller stå och röra i samma gryta hela tiden, säger Ann-Sofie Johansson.

Men hur vet du vilka ingredienser som ska passa ihop?

– Ibland räcker det med att säga namnen på dem för att jag ska känna smaken! ■

”Skogstokig hittade mitt barnbarn på. Hon vill ha 20 öre per såld burk i belöning.”



HARGODLARNÄ

Hargodlarna strax utanför Kisa är medlemmar i Svenska Syltningssällskapet och Äkta Sylt. Företaget drivs av Ann-Sofie Johansson och Sara Walfridsson.

Ett axplocka av marmeladerna: Längtan – hallon med lime
Morgondagg – rabarber, grapefrukt och gin
Lycka – hallon med choklad
Hetta – rabarber, vit rom, chili
Samma Lugnt – äpple, fänkål, rabarber

LÄS MER: www.hargodlarna.se



SÄRTSHÖGA VINGÅRD

Drivs av Anna och Niclas Albinsson. Anna arbetar på kommunikationsbyrå, Niclas är fotograf med egen studio. Här produceras äppelmust, cider och mousserande vin. Vinet görs på druvan Solaris. Smaken är enligt Anna Albinsson blommig, som en blandning av Sauvignon blanc och Riesling. På gården finns också ett Bed & Breakfast.

LÄS MER: Information och bland annat en underbar film om hur äpplen blir till must finns på www.sartshogavingard.se

Första vinet från friland

Det tog några år men nu har Åke Wester på Härna gård i Vreta kloster skördat sina första vindruvor som odlats på friland. Av dessa druvor, som är av sorten Solaris, blir det så småningom 25 liter vin.

Annars har Åke Wester sin stora vinodling, med hela 3 000 vinstockar, i växthusen.

Tidigare odlades där isbergssallad, jordgubbar och så småningom granplantor. Numera heter växterna Cabernet Sauvignon, Merlot, Pinot Noir, Muscat Ottonell och Chardonnay. Av dessa tillverkas 3 000 liter vin om året. De återfinns på systembolagets beställningslista, men vissa närbelägna systembolag säljer dem i sina butiker.

Druvorna är ekologiskt odlade men inte KRAV-certifierade. Biologisk bekämpning, som till exempel rovkvalster, används, om plantorna angrips av spinn.

Vindruvorna skördas från mitten av september till mitten av oktober. Till en flaska vin går det sedan åt cirka ett kilo druvor.

Åke Wester, som blev vinodlare samtidigt som han blev pensionär, har tillstånd att ordna vinprovningar på gården. De pågår på lördagar och söndagar klockan 12–16. ■

LÄS MER: www.westervin.se

Äppelmust och cider – och en väntan på vinet

Äpplen ska plockas, sorteras, krossas och pressas. Glasflaskorna fylls sedan med hundra procent äpple.

På Särthöga vingård, mitt ute på Östgötaslätten nära Omberg, håller äpplena gårdens ägare fullt sysselsatta några månader på hösten. I år har de också tagit hand om den allra första skörden vindruvor, som nu ska jäsa till mousserande vin.

Av äpplena blir det både must och cider. Cidern görs främst från frukten från de riktigt gamla träden, de som har vuxit i minst hundra år på gården. Äpplen som Cox Pomona, Cox Orange och Aroma blir till en alkoholhaltig cider av fransk typ. Torr och med väldigt liten sötna. Långt ifrån den söta ciderläskan!

– Cidern får jäsa på samma sätt som det mousserande vinet, berättar Anna Albinsson.

Det vill säga två jäsningsar, den ena i låg temperatur på tank och den andra på flaska, Om ett år ska cidern vara klar för försäljning.

För att själva kunna ta hand om alla äpplen (och även de äpplen som grannar kommer med) byggdes ett eget musteri. Finansieringen täcktes till en del av ett EU-stöd men också genom pengar från det Bed & Breakfast, som Anna och Niclas har öppnat. Nio gäster kan bo i den nyrenoverade 1700-talsflygeln. Till frukosten serveras förstås gårdens äppelmust!

Musten säljs i år i närområdet. Ombergs Turisthotell och Centralkonditoriet i Väderstad, har velat ha allt de kan komma över. 750 nyplanterade äppelträd säkrar kommande års produktion och leveranser.

Men nu är Särthöga inte bara en äppelgård utan i alla högsta grad en vingård. Hit kom Anna och Niclas Albinsson för två och ett halvt år sedan just med tanken att odla mousserande vin. Båda hade gått kurser i vinmakarkonsten, Anna hade dessutom gjort några steg i en sommelierutbildning, innan de granskade förutsättningarna för att odla vin på friland så långt norrut som i Östergötland.

Den kalkrika jorden med ett bra PH-värde på Särthöga lillgård var en av dessa förutsättningar. Förra året planterades de första plantorna av sorten Solaris, en sort som har möjlighet att växa på nordliga breddgrader.

– Med hjälp av goda vänner planterade vi 1 100 plantor. Efter den fantastiska sommaren fick vi en pytteliten skörd redan i år. Det räckte till tio flaskor! Men det tar mellan ett och tre år innan vinet är klart att dricka.

Nästa år ska ytterligare 1 500 plantor i jorden på Särthöga. För Anna och Niclas, som båda har heltidsjobb i Linköping, finns med andra ord inga fritidsproblem. ■



Östgötamat

Närproducerad
mat i din butik.

Lätt att hitta.
Och lätt att välja.



MAXI
ICA STORMARKNAD



Öppet
ALLA DAGAR 8-22
Maxi ICA Stormarknad i
Motala
Hökartorget, tel 0141-20 35 00

www.maximotala.se

Öppet
ALLA DAGAR 7-22
Maxi ICA Stormarknad i
Norrköping
Koppargatan 20, tel 011-28 96 00

www.maxinorrkoping.se

Öppet
ALLA DAGAR 7-22
Maxi ICA Stormarknad i
Linköping
Västra Svedengatan 12, tel 013-36 47 00

www.maxilinkoping.se

Rökt kalkon ny storsäljare

VISÄTTERS GÅRD

Med sitt äppelvedsrökta kalkonfläsk blev Visätter Kalkon-gård förra året utsedd till Östergötlands skönaste gård av självaste matgurun Carl Jan Granqvist.

Östergötlands skönaste gård ingick som en av deltävlingarna i den serie om Sveriges skönaste gårdar, som TV 4 visade 2013.

– Vi hade då köpt en liten rök som vi rökte kalkonköttet på, berättar Daniel Hildebrandt, som tillsammans med Minire Hildebrandt driver gården på Vikbolandet.

De ville fortsätta att röka kalkonkött och få igång en försäljning så i vintras byggdes ett rökhus på tre gånger tre meter. Här varmröks nu bröst- och lårkött av kalkon.

Röken ligger i anslutning till gårdens slakteri och det har blivit stor efterfrågan på de rökta produkterna.

– Det är stor åtgång på allt, både på det färska och rökta köttet, säger Daniel Hildebrandt. ■



Visätters gård med kalkonproduktion finns på Vikbolandet. Visätter drivs i dag av Daniel och Minire Hildebrandt men grundades av Daniels pappa och mamma, Agne och Ann-Cathrin. Gården har eget slakteri och chark. På gården bor också fyra alpackor, som levererar en exklusiv ull.

Här finns också möjligheter att hyra stugor.
LÄS MER: www.visatter.nu

Rökarom – en omdiskuterad teknik

Rökning av livsmedel ger färg och smak men också ökad hållbarhet. Kött eller fisk varmröks eller kallröks. Det går också att tillsätta rökaromer till livsmedlen.

– Det finns två skolor för rökning inom charkindustrin. En är den traditionella då flis eller ved upphetas och bildar rök. Produkterna torkas ut och får karaktär och röksmak. Många anser att detta är enda sättet att tillverka rökta produkter på, säger Jesper Lindström, SIK, Institutet för Livsmedel och Bioteknik.



Den moderna skolan använder rökarom. Det innebär att man använder rök som "tvättats" bort för att bli fri från skadliga ämnen, som till exempel PAH, polycykliska aromatiska kolväten.

– Genom att använda rökarom blir det ofta lättare att styra processen så att man får en jämn produktkvalitet. Man minskar även arbetsmiljö-

RÖKT

Flis eller spån, till exempel av al, förbränns långsamt så att rök bildas. Röken förs till en rökkammare och omsluter livsmedlen som placerats där.

Varmrökning innebär att livsmedel röks i en rökkammare mellan 40 och 70 grader under rökningssprocessen. Kallrökt mellan 18 och 20 grader.

Rökningstiden varierar men kan vara upp till ett dygn vid varmrökning eller flera veckor vid kallrökning. Rökning kan också ske med rökaromer som förångas i luft eller vattenångor i rökkammaren.

Livsmedel kan få röksmak också av att rökarom penslas eller sprayas på livsmedel.

LÄS MER: om PAH: www.slv.se/sv/grupp1/Risker-med-mat/Kemiska-amnen/PAH

riskerna eftersom man inte handskas med brinnande eller glödande trä. Dessutom är halterna av PAH lägre. Det finns flera sätt att använda rökarom i produktionen. Man kan spruta in rökaromen som vanlig rök i ett rökskåp, eller så sprayar man på rökarom och vatten på produkterna. Det tredje alternativet är att blanda aromen direkt i korvsmeten.

När rökaromer används i stället för traditionell rökning kan man genom att leda röken genom filter, ta bort icke önskvärda kolväten (PAH) ur röken.

PAH bildas vid upphettning av organiska ämnen och finns i mat som grillats och röks liksom i tobaksrök och luftföroreningar.

Om man utsätter sig väldigt mycket för PAH kan detta vara skadligt. Det kan till exempel öka risken för att få cancer.

– Men allt beror ju på hur ofta du äter till exempel rökt mat, säger Jesper Lindström. Det är samma sak med grillat. När fett droppar på den grå kolen bildas PAH, som sätter sig på den mat du ska äta.

Därför rekommenderar Livsmedelsverket att inte steka och grilla livsmedel för hårt. Vid grillning ska man undvika att eldslågor flammor upp och när maten. ■

En stor stark ... glass, tack

Öl och glass. Gott var för sig. Men hur blir de två godsakerna tillsammans?

En oväntat god kombination, säger receptmakarna på restaurang De Klomp i Linköping.

Det var när personalen kom med idén att göra shakes på öl i stället för mjölk, som receptet föddes till "Östgötsk Beer Shake".

ÖSTGÖTSK BEER SHAKE (4 pers)

1 dl vispgrädd från Östergötland

1 l Sänkdalens vaniljglass

50 cl Nääs Stout, kylskåpskall (88117)

Du behöver också en stavmixer, en mixerbunke, 4 stora dricksglas och 4 sugrör.

Gör så här:

Vispa grädden så pass hårt att den kan bilda fasta toppar. Ställ undan i kylan. Lägg glassen i mixerbunken och häll ölen över glassen. Mixa blandningen så att den blir slät och klumpfri. Fördela shaken mellan glasen. Toppa till sist med den vispade grädden och garnera!

Sänk dalen tar sig längre ut i landet

Med Krav-godkänd mjölk och grädd från den egna gårdens kor tillverkar Sänk dalens Gård på Vikbolandet ekologisk glass i egen glassfabrik.

I senaste numret av Åhléns kundtidning berättas att glassen nu hittat till Åhléns Café Å Lait i Stockholm och i Halmstad.

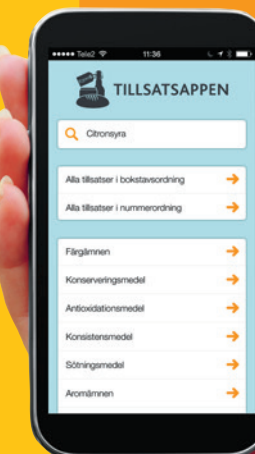
LÄS MER: www.sankdalensgard.se



APPEN! Tillsatsappen

Tillsatsappen ger dig information om livsmedelstillsatsers funktion i maten. Du kan sedan själv ta beslut om vilka du ser fördelar med och vilka du kanske vill undvika.

Ibland är det befogat att dra öronen åt sig när listan på E-nummer på maten är lång. Andra gånger är det helt naturliga ämnen som döljer sig bakom den mytomspunna bokstaven.



De hittar nya vägar till närproducerat i skolan

Det gäller att hitta nya vägar för att förändra den offentliga maten, för att få mer närodlade livsmedel och överhuvudtaget mer svensk mat i skolor och inom omsorgen.

Den offentliga maten, den som kommunerna ska köpa in styrs av Lagen om offentlig upphandling (LOU).

–Tanken är god, man ska inte slösa med statliga skattemedel, säger Åsa Kullberg, kostchef i den kommunala enheten Kost & Restaurang Linköpings kommun.

Men det kan bli problem att handla den mat man önskar. En kommun får till exempel inte på grund av Lagen om offentlig upphandling och dess tolkning, uttryckligen beställa svenskt kött. Allt enligt ett EU-direktiv.

Föräldrar vill veta vad deras barn äter för mat i skolan. Vad har köttet för ursprung? Är det svenskt?

–Vi får många sådana frågor, säger Åsa Kullberg. Och vi vill ju ha livsmedel med bra kvalitet. Det innebär ibland högre inköpspriser. Vi får lista ut smarta vägar för att kunna handla det vi och våra matgäster vill ha utan att bryta mot lagen.

Då finns till exempel Miljöstyrningsrådet till hjälp för att ta fram de baskrav som gäller nämligen sådana som krav på djurrätt, djurhållning och antibiotikaanvändning för livsmedelsproducenten.



Åsa Kullberg, kostchef, Kost & Restaurang, Linköpings kommun.

de djur. Då blir oftast köttet svenskt. Linköpings kommun har även kunnat handla korv och andra charkvaror lokalt.

Kost & Restaurang har också fått hjälp av Rätt och Slätt, ett projekt för att stärka matkulturen i länet, med att handla närproducerade varor, bland annat med att skapa kontakter med lokala producenter.

Åsa Kullberg säger att man kanske inte trott att lantbrukarna alla gånger

skulle kunna få fram de kvantiteter som en kommun behöver. Men det går visst!

–Vi har träffat lokala producenter och frågat: Kan ni sälja 2,5 ton köttfärs till oss? Svaret har blivit ja.

En närproducerad vecka för några år sedan blev startskottet för en förändring av skolmaten i Linköping.

–Jättesuccé. Kockarna var lyriska över de fina

råvarorna och vi fick bra respons från elever, lärare och föräldrar.

Gäller nyordningen också äldreomsorgen?

–Det är en politisk fråga, svarar Åsa Kullberg. Det finns inte samma krav på maten där även om vi försöker servera närproducerade varor även där. Mer än vad kraven anger.

Vadstena, liksom Linköping, ingår i en grupp av kommuner som har gemensam upphandling.

–Vi kan inom den strukturen bryta ut delar, säger kostchefen i Vadstena kommun, Anna Lundstedt. Till exempel göra en separat upphandling av grönsaker.

–Vadstena handlar också direkt från lokala livsmedelsproducenter. Detta kan vi göra eftersom Vadstena tillsammans med Ydre och Ödeshög har ett projekt där vi för eleverna tydligt vill visa matens väg fram till tallriken.

Tillsammans, och med hjälp av Rätt och Slätt, anlitate kommunerna en upphandlingskonsult, som formulerade ett pedagogiskt projekt. Efter det inleddes ett samarbete med lokala producenter och kommunerna kunde göra upphandlingar direkt med dem för att köpa deras närproducerade livsmedel.

Målet från politikerna i Vadstena är att 25 procent av den offentliga maten ska vara ekologiskt framställd 2015. I Linköping är motsvarande siffra 15.

–Men man får tänka klokt, säger Anna Lundstedt. Ibland väljer vi ekologiskt, ibland känns det bättre att välja närodlad. Vi köper till exempel hellre äpplen som växer nära oss när det är säsong



En närproducerad vecka blev startskottet för en förändring av skolmaten i Linköping. Kockarna var lyriska över de fina råvarorna och elever, lärare och föräldrar var nöjda.

här än att köpa ekologiskt odlade äpplen från Sydamerika.

–Vi har under åren som gått ställt om matlagningen inom den offentliga maten, säger Anna Lundstedt. Vi lagar nästan all mat från grunden och har alltid ett fint salladsbord till lunchen. Svenskt kött blir dyrare men vi kompenserar med något fler mer vegetariska rätter. Varje dag finns alltid ett vegetariskt alternativ.

–Det känns naturligt att bara servera kött av bra kvalitet och göra det något mer sällan i stället för att servera billigt kött med ”ursprung EU” ofta,

bara för att det ska stå kött på matsedeln. Det ligger också i tiden att äta mer vegetarisk mat. Det är viktigt att barnen lär sig äta vegetariskt så att det blir naturligt för dem.

–Av allt vi har förändrat kring den offentliga maten så är det arbetet med det närproducerade som haft störst genomslag. Ursprung är en kvalitetsfaktor. Därför är elevernas föräldrar positiva, de vill ju veta vad deras barn äter.

Skolmatsveckor med närproducerat tema, både i år och förra året, har slagit väl ut. Förutom mycket närproducerad mat har det då kommit lokala

producenter till skolorna för att träffa eleverna.

Inom äldreomsorgen gäller också att en ganska stor del av maten består av närproducerade råvaror. ■

LÄS MER:
www.msr.se (Miljöstyrningsrådet)
www.rattochslatt.se

Offentliga maten:

”Politikerna måste vilja förändra”



–Det handlar ytterst om vilja. Så svarade Magnus Oscarsson (KD) i Ödeshög när han fick frågan om kvalitén på den offentliga maten.

–Tjänstemännen ska känna att de har politikerna bakom sig. Och det är viktigt att göra något, att inte säga ”att det inte går”.

Därför har Ödeshögs kommun kommit långt när det gäller att förändra livsmedelsinköpen till förskolorna och äldreomsorg. Det har blivit mer närodlad och svenskt.

–Vi köper närodlad till ungefär samma pris som tidigare. Köttet har blivit 20 procent dyrare men däremot har svinnet minskat. Matsedlarna har blivit mer säsongsanpassade.

–Vi har däremot inga krav på ekologiskt odlade varor. Skulle ekologisk gurka odlad i Holland vara bättre att köpa än en närodlad med tanke på transporter?

Den pedagogiska måltiden lyfts också fram i skolorna.

–Elever ska kunna besöka lantbrukarna på deras gårdar och få se varifrån maten kommer. Man måste få lära sig hur allt hänger ihop.

Magnus Oscarsson säger att han fått höra att många föräldrar till barn i förskolor och skolor är tacksamma för att kommunen köper närproducerade och svenska varor, mat som följer svenska krav och regler.

Själv då?

–Också svensk kött. Och närodlad så mycket som möjligt. Jag har blivit mer noggrann numera när jag handlar mat. Man ska leva som man lär.

I Åtvidabergs kommun ser det annorlunda ut. Där sker i princip alla inköp till den offentliga maten via ett avtal med ett företag.

–Det avtalet går ut nästa år, berättar Elisabeth Edlund (S), en av de politiker som arbetar med kommunens matpolicy.

–Vi har sagt att vi vill nå upp till 25 procent ekologiskt producerade varor men vi känner samtidigt att vi behöver mer kunskap i de här frågorna, lära oss mer om både ekologiskt och närodlad. Därför har vi bett om hjälp från Östgötamat.

Under tiden händer det andra saker i Åtvidaberg. Under en fyraårsperiod byggs det om inom äldreomsorgens olika enheter så att maten ska kunna lagas på plats. ■

RÄTT OCH SLÄTT

Vadstena, Ydre och Ödeshög har fått hjälp av projektet Rätt och Slätt med upphandling av lokala råvaror till offentliga maten. Även länsstyrelsen har bidragit med pengar.

Rätt och Slätt är ett projekt för att stärka matkulturen i Östergötland.



Biskop Martin Modeus vill se en mer hållbar värld.
Foto: Mats A Sverker

Biskop Martin vill ha köttfri fredag

Köttfri måndag är en del av ett internationellt nätverk av kampanjer som verkar opinionsbildande för att minska köttkonsumtionen, som ständigt ökar. Nu utmanar Svenska Kyrkan och biskopen i Linköpings Stift till en köttfri fredag, som ett alternativ.

– En köttfri fredagslunch frälsar inte världen, men det är en symbolhandling som tvingar mig att en gång i veckan tänka till. En köttfri fredagslunch ansluter också till kyrkans urgamla tradition att fredagsfasta. Jag avstår från något i min vardag för att påminna mig om något viktigt, sa biskop Martin Modeus i ett tal i Vadstena för någon vecka sedan.

Han talade också om att minska köttkonsumtionen är ett litet steg mot en långsiktigt mer hållbar värld och att en mindre köttkonsumtion på det privata planet också ger utrymme för att köpa mer närproducerat kött som framställts med omsorgsfulla metoder enligt en lagstiftning som är bland de djurvänligaste i världen. Denna utmaning kan följas i sociala medier på hashtaggen #köttfrifredagslunch.

TRENDEN! Ekologiskt



De flesta bedömare är överens om att ekologiskt är den absolut starkaste trenden just nu. Försäljningen bara ökar och ökar. Första halvåret ökade till exempel Icas ekoförsäljning med 52 procent och Willys ökade med 56 procent.

WEBTIPSET! Boka in dig på familjemiddag världen runt!

EatWith
www.eatwith.com

Många av oss älskar att resa och en stor del av reseupplevelsen är förstås maten i det land eller den stad du besöker. Dessutom vill vi ju gärna träffa lokalbefolkningen och uppleva landet "inifrån", så att säga. En nyhet inom de sociala nätverken är spännande "eatwith.com" Här kan du helt enkelt boka in dig rätt in i en familjemiddag hos ett par i Berlin eller en familj Tel Aviv. Idag finns ungefär 150 destinationer över hela världen. Så nästa gång du till exempel ska till London, varför inte boka in en "Three course Seasonal Dinner" för EUR 46 hos kocken Daniel, som öppnar upp ditt hem och bjuder in dig. Läs mer om spännande möten på www.eatwith.com



LINKÖPINGS näringslivsdiamant



Johannes Kök, Johannes Soner

Juryns motivering

Vinnaren har arbetat målinriktat, modigt, engagerat och kreativt för att stärka Linköpings attraktivitet och atmosfär för både medborgare och besökare.

Linköpings näringslivsdiamant, som delas ut för första gången 2014, går till en person, företag eller organisation som aktivt bidragit till att stimulera tillväxt, samverkan och hållbar utveckling inom Linköpings näringsliv. Pristagaren ska genom stort engagemang, socialt ansvarstagande och gott ambassadörskap positionera staden som en stark aktör på den svenska och internationella marknaden och därigenom bidra till att stärka devisen "Linköping – Där idéer blir verklighet"

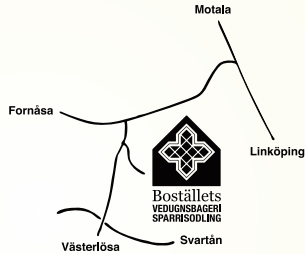
Adventsbrunch på Boställets vedugnsbageri

alla söndagar i advent kl. 11-13



Boställets
VEDUGNSBAGERI

www.bostallets.se



För närmare vägbeskrivning
ring 076-127 30 22



SÖNDAGS-
ÖPPET
11-16

ÖPPET: Tors, Fre 10-18 • Lör 10-16 • Sön 11-16

Finnö Fisk

Finnö Fisk Rökeri & Gårdsbryggeri

I vår lilla GÅRDSBUTIK kan ni handla rökt fisk och viltkött, samt annat smått och gott.

Varmt Välkomna!
önskar Uno, Märil och Tina!
Hosum Nya Skattgården 1
VALDEMARSVIK

www.finnofisk.se

Ring gärna innan ni besöker oss
0123-405 88, 070-328 14 93
Väg 212 mot Gryt/Fyrudden

Öppettider:

T.om. v48 tor-fre 14-18, lör 10-14 • v49-51 tor-fre 12-18, lör-sön 12-16 • v52 mån-tis 12-18, julafton-annandagen stängt, lör 10-14 • v01 mån-tis 14-18, ons 10-12, 1/1-7/1 stängt • v2 tor-fre 14-18, lör 10-14 • v4 stängt

Vi hjälper Er inför årets viktigaste mathelg

VÄLJ KÖTT FRÅN DJUR SOM HAFT DET BRA, är närproducerat och utan antibiotika.

BESTÄLL VÅR JULLÅDA: 8kg Guldgris från Vistena gård: ca 3 kg julsinka, 1,5 kg revben, 2,0 färs, 1,5kg ytterfile - 790:- för hela jullådan.

I VÅR CHARK FINNS: Edvins Guldpastej, pateer, prinskorv, rökt lamm, julkorv, julwurst m.m.

PRESENTLÅDA med delikatesser: ost, chark, pastej, senap, vilt m.m för 450:-



I Norsholms festvåning erbjuder vi ett fint julbord från 395:-



BRITTA OCH NÄRA KÖTT LENNARTS

www.dinkottbutik.se

Inför Nyår sparar vi massa oxfile, hängmöras i tre veckor, beställ gärna.

Håll utkik efter andra aktiviteter på hemsidan såsom: pubafton och vår populära köttkola.

LINKÖPING
0700-911 004

NORSHOLM
011-540 04

NORRKÖPING
011-13 50 46

GÅRDSBUTIK



GÅRDSBUTIK

- Eget slakteri för struts, nöt, lamm och vilt.
- Sällskap bokas för mat och guidningar
- Konferenser
- Strutshantverk



VIKBOLANDS
STRUTS



VIKBOLANDSKÖTT

Vånga Gård, Häradshammar, Vikbolandet
Tel. 0125-100 29, 070-740 1153
www.vikbolandsstruts.se

Rotsakerna är Malins hantverk

Skördesäsongen börjar i april med ruccola, spenat och sockerärter från växthusen. Sedan är det dags att skörda utomhus, först den späda löken och vitlöken. Morötterna och rödbetorna tar mer tid på sig, jorden är tung där de växer.

–Jag har skördat lök nu, säger Malin Granlund Feldt när hon hinner ta en pratstund strax efter Östgötadagarna, som gav en massa härliga besök i trädgården.

Malin Granlund Feldt driver, vid sidan av sitt arbete som naturguide, Tåkerns trädgård i Herrestad. Hon beskriver den som en småskalig hantverksmässigt odlad köksträdgård.

–Ett ständigt pusslande förstås för att få tiden att gå ihop, sådant här gör man ju med ett visst mått av idealism! Men hela familjen är involverad och dessutom arbetar en person på deltid i företaget.

När man förstår hur mycket som odlas, ett sjuttioal sorter av grönsaker och rotfrukter, låter det som mer än bara en köksträdgård...

Första året som odlare bearbetade Malin jorden med en grep. I dag skulle det aldrig gå. Trädgården har vuxit.

–Det skulle ta tid att använda en grep på 7 000 kvadratmeter! Ett par gånger om året kom-



Mer om Tåkerns trädgård, om skörde-kassarna och gårdsbutiken

LÄS MER: www.naturus.se

mer grannen med kultivatorharv och hjälper oss att få upp ogräs och bereda jorden.

Annars är det hantverk rakt igenom i Tåkerns trädgård, som är ekologiskt Krav-certifierad och har en ägare som är utbildad biolog. Som alla andra Kravodlingar kontrolleras också denna en gång om året. Vilka fröer har man köpt, vilket foder har använts till djuren (här finns hönor som ger ägg till försäljning). Hur många djur finns här?

Malin Granlund Feldt har ytterligare ett odlingsställe i närheten. Jorden där ägs och odlas av andra, men är Kravcertifierad i Malins namn.

”Sådant här gör man ju med ett visst mått av idealism.”

”Odlarna kan fokusera på det som de är bäst på”

Ett sätt att inte slå knut på sig själv. Så beskriver Thomas Palmér, marknadschef på Östgöta Trädgårdshall i Linköping, verksamheten med varor från odlare ut till konsumenterna.

–Vi är en grossist dit man kan vända sig för att få ut sina varor i butikerna. På så vis kan odlarna fokusera på det som de är bäst på.

Östgöta Trädgårdshall jobbar också med varor mot kommunerna i länet bland annat till skolor.

–Vi har ett bra koncept med svenska grönsaker och frukter, säger Thomas Palmér. Idag levererar vi närodlad till alla kommuner i Östergötland, utom Åtvidaberg som använder sig av en annan leverantör.

–Vi har ett fullsortiment men försöker säsongsanpassa varorna. Fast vill man ha apelsiner så levererar vi det.

Samma sak gäller med andra frukter och grö-

MOEK

De två ekonomiska föreningarna Östgöta Trädgårdshall och Västgrönt, på var sin sida när Vättern, ingick i en fusion år 2000. Samarbetet utmynnade i Moek, Mellansvenska Odlares ekonomiska förening, som är ägare till Östgöta Trädgårdshall.

Varor som levereras från Östgöta Trädgårdshall märks med ”Moek”.

LÄS MER: www.ostgotatradgardshall.se

saker som till exempel tomater från andra länder när det inte finns mogna tomater på hemmaplan. Men Thomas Palmér ser gärna att kommunerna tänker till lite mer kring säsongsanpassade varor.

–Vi bör också entusiasmera i den frågan och tipsa om bra produkter.



Ekologiskt odlade morötter och rödbetor från Tåkerns trädgård.

Grönsakerna och rotfrukterna från Tåkerns trädgård säljs bland annat till Vadstena kommun och till några restauranger.

–Jag levererar till fyra skolor. Eftersom jag driver verksamheten i liten skala och hantverksmässigt kan de inte få några stora volymer av mig. Det blir mer som ”en krydda” till den övriga maten.

Direktförsäljning till kund förekommer också, mycket under Bondens Marknad, som pågår under hösten i Linköping. Kunder kan beställa skörde-kassar och det finns en butik på gården med säsongens grönsaker till försäljning.

–Fram till jul brukar jag i alla fall ha kvar potatis och rotsaker. ■

Östgöta Trädgårdshall har engagerat sig på annat sätt. Genom att ordna matsafari har kostchefer från kommunerna fått komma ut till olika gårdar och träffa lokala odlare.

–På så sätt får de en större känsla för hantverket. Och en förståelse för att odlarna behöver mer betalt, säger Thomas Palmér.

Men då ska ni väl bjuda med politiker?

–Det har vi gjort. Politiker har också varit med på matsafari. Det är ett sätt att påverka så att odlarna kan få mer ersättning för sina produkter.

Många kommuner styr sina inköp mer mot det ekologiska. Då kan det uppstå problem med att leverera varor.

–Det är inte alltid så lätt för odlarna att ställa om sin produktion till ekologisk odling. Vilket är då bäst? Ekologiskt odlade grönsaker från Tyskland eller närodlade från Östergötland? Jag vet då svaret. ■



MALINS ROTFRUKTSTIPS

Rosta bitar av potatis och valfria rotsaker (till exempel palsternacka och rotselleri, eller matpumpa och vintersquash) i ugnen på låg temperatur. Stöt ihop dem eller mixa till ett mos. Lite smör och vispgrädd i moset och det blir perfekt som tillbehör till kött eller fisk.

Malin Granlund Feldt har dukat upp säsongens läckerheter.

Prisad färdigmat som sticker upp

Årets uppstickare 2014, det är en titel att vara stolt över. En stolthet för alla i företaget Lecora.

–Utmärkelsen är ett kvitto på att fler tycker att vi tillverkar bra saker, säger Tommy Salomonsson, vd för Lecora AB i Vadstena.

”Lecora visar att det går att kombinera starka trender som ekologiskt, hälsa och närproducerat med färdigmatkonceptet”, löd en del av motiveringen. Och priset fick man, inte för att företaget är störst på marknaden för till exempel soppor och gröt, utan för satsningen på vegetariskt, ekologiskt, laktos- och sockerfritt.

Svenska, och framför allt lokala råvaror, är en viktig faktor för Lecora, som är en stor tillverkare av Kravmärkt kyld och fryst färdigmat.

–Kravmärkt ärtsoppa är vår största produkt, berättar Tommy Salomonsson. Med ärtor från Östgötaslätten.

På företagets hemsida kan man läsa att Lecora förra året köpte 100 ton gula ärtor. Bruna bönor, köps från Öland, faktiskt alla bruna bönor som odlas där. Förra året blev det 20 ton. Rödkaål och vitkål från Östergötland. 75 respektive 275 ton.

”Vi köper nöt och fläsk från djur som fötts upp i Östergötland och Västergötland.”

–De mesta av råvarorna är inhemska. Inte riset till gröten förstås. Vi har också bara svenska köttprodukter. Vi köper nöt och fläsk från djur som fötts upp i Östergötland och Västergötland. Vi ska börja köpa Kravmärkt fläskkött, det

kommer att bli schnitzlar av det köttet.

Produkterna från Lecora säljs till storköket och restauranger, skolor och äldreomsorg. Men de finns också i livsmedelsbutiker, till exempel gröt, ärtsoppa, stuvad potatis, köttfärsås och pasta i rullpack. ■



ÅRETS UPPSTICKARE

Årets uppstickare är ett pris som delas ut varje år för att stimulera nytänkande och växande företag inom livsmedelssektorn.

Bakom priset står Livsmedelsföretagen och Lantbrukarnas Riksförbund, LRF. I juryn satt också landsbygdsminister Eskil Erlandsson som i juni var den som överlämnade utmärkelsen till Lecora.

Lecora AB finns i Vadstena, och har nyligen firat 50-årsjubileum. Företaget har 30 anställda.

LÄS MER: www.lecora.se

Upptäck mötets möjligheter på Vårdsnäs!

På Vårdsnäs är konferenser och möten så mycket mer än projektorer, pennor, block och fikapaus. Ibland behöver du ha lite avskildhet och lugn och ro – andra gånger är det fullt blås och galna idéer.

Vi kallar det för mötets möjligheter. När kommer du?

Prova Vårdsnäs!

Dagkonferens: 369:-/person

Lunch till Lunch-konferens: 1369:- (Vi bjuder på teambuildingaktivitet!)

Kontakta oss så berättar vi mer!

(Pris exkl. moms. Gäller nybokningar under sep–nov)

Stiftsgården Vårdsnäs

013-36 85 00 www.vardnas.se info@vardnas.se



”En dyr grönsak är alltid en bättre investering än en billig chipspåse!”



IPA PÅ ÖSTGÖTSKA



På Nääs Gårdsbryggeri i Ydre brygger vi genuint öl med mycket känsla och tradition. NÄÄS IPA har en djupt fruktig smak med härlig humlekaraktär, tydlig beska och en lätt karamellton. Du hittar den och vårt övriga sortiment på östgötska Systembolag samt i beställningssortimentet. Läs mer på naasbrygg.se

Nääs IPA. Alk 6,3 %. Artnr 88 585. Pris 26,30.
Nääs lager. Alk 5,1 %. Artnr 88 115. Pris 23,20.



Alkohol är beroendeframkallande

Ser vi kunder att det står "Östgötamat" på butikshyllorna? Vet vi vad märkningen betyder och bryr vi oss om den?

Märkningen av Östgötamat allt viktigare för kunderna

Frågorna ovan är några av de som två studenter, Emelie Hansson och Gabriella Wahlbeck vid civilekonomprogrammet, Linköpings universitet, hade med sig när de i ett examensarbete genomförde en enkätundersökning med syfte att undersöka konsumenters intresse för en gemensam märkning för närproducerade livsmedel.

Av de kunder som tillfrågades hade många, 70 procent, hört talas om och/eller sett märkningen med "Östgötamat". 43 procent av dem visste också vad märkningen betyder.

Många, som tillfrågades, ville ha mer och tydligare märkning av Östgötamat på hyllorna, men även på själva produkterna. En del av kunderna efterfrågade fler kampanjer i affärer med östgötamat i fokus.

Kunderna svarade också att de är nöjda med de produkter de köpt med märkningen "Östgötamat". Ett gott betyg är att de kan tänka sig att köpa om varorna.

– Att många konsumenter har sett eller hört talas om "Östgötamat" är mycket positivt och ger

också goda chanser för att några av dessa kommer att köpa eller har köpt produkter med märkningen, säger Emelie Hansson.

Hon hoppas också att producenterna blir ännu mer medvetna om att märkningen är viktig.

–Många konsumenter efterfrågar närproducerad mat men har svårt att hitta den i butikerna. Flera av de personer som vi tillfrågade ville ha tydligare märkning på både produkt och butikshylla.

–För att underlätta för konsumenterna att hitta livsmedel producerade i Östergötland är det viktigt att tydligt visa för konsumenterna vad som är närproducerat. Genom att märka produkter med "Östgötamat" kan det medföra att produkterna stärker varandra. Det vill säga att kunder som köper en vara märkt med "Östgötamat" gärna köper andra varor med samma märkning.

Ett råd från studenterna som står bakom examensarbetet är att märkningen ska synas redan vid entréerna till livsmedelsaffärerna: "Här kan du köpa Östgötamat!". ■

MÄRKNINGEN

Märkningen "Östgötamat" på butikshyllor visar vägen till närproducerade livsmedel. Märkningen finns i dag i cirka 30 butiker runt om i Östergötland. Målet för år 2015 är att märkningen ska finnas i minst 50 livsmedelsaffärer.

Studien omfattade 400 enkäter som gjordes vid livsmedelsaffärer både på för- och eftermiddagar. 200 enkäter gjordes i Linköping och Norrköping, 50 i vardera Motala, Boxholm, Söderköping och Mjölby.



Bilden är ett montage. De nya skyltarna med Östgötamat-märkningen lanserades vecka 41.

Torpa satsar på miljön

Ett före detta grustag spelar en stor roll i det som i dag har blivit Torpa Gård Konferens & Event. En gång fanns här ett traditionellt lantbruksföretag, i dag hittar man ett konferensställe med restaurang, hotell och en mängd olika aktiviteter. Och nu också en ny miljöprofil.

– Under tre år har vi ställt om anläggningen till att bli nästan, till 90 procent, helt fossilfri, berättar Bengt Samuelsson som driver Torpa Gård.

– Vi eldar med halm. Tävlingsbilar går på etanol och arbetsfordon som används inom anläggningen, som till exempel traktorer och lastmaskiner, körs på biodiesel.

Torpa satsar också på solenergi och har installerat 470 kvadratmeter solpaneler.

– Till 70 procent klarar vi energin själva. Vi använder ingen eldningsolja överhuvudtaget. Jag vill påstå att vi är den enda anläggningen av det här slaget i hela Europa som kan ståta med en sådan miljöprofil! ■



TORPA GÅRD KONFERENS & EVENT

Ligger i närheten av Borensberg. Vd är Bengt Samuelsson. Anläggningen erbjuder många aktiviteter, till exempel rallycross, racing och att köra stora maskiner.

LÄS MER:

www.torpagard.com

Sveriges bästa juice och ostkaka

"Dryck med doft av höstskog! Spännande dryck till framtidens mat med hög syrlighet." Med den motiveringen fick en blåbärsjuice från gränstrakterna mellan Östergötland och Småland guldmedalj på SM i Mathantverk.

Det var i september som SM i Mathantverk hölls i Växjö. 142 företag från hela Norden var representerade.

I klassen Bär-, frukt- och grönsaksförädling, övrig dryck tog företaget MedUrs i Ydrehammar alltså hem full pott.

Björn Boethius på MedUrs är förstås glad. Han och Bibbi Saether står bakom företaget, som startade när man började fundera på alla blåbär som växte runt omkring gården i Ydrehammar.

–Vi ville använda dem på något sätt och fick kontakt med ett nätverk i Norrland, berättar Björn Boethius.

Genom nätverket kunde idéer utvecklas och en mikroverksamhet för att torka blåbär byggdes upp i Ydrehammar.

–80 procent av våra svenska blåbär exporteras till Kina och Japan. Sedan köper vi tillbaka dem i torkad form eller som piller,

MedUrs började torka blåbär själva och fick likasom juicen på köpet!

I dag gör man juice också av lingon och aroniabär. Just aroniabär ingår i vinnarjuicen. De bären är lite strävare än blåbären och tillför mer syra åt drycken. Juicen råpressas och är helt utan tillsatser.

Sådan juice har blivit en populär alkoholfri variant, kan Björn Boethius berätta. Restauranger vill gärna köpa produkten och den säljs också i bland annat hälsokostaffärer, delikatessbutiker och gårdsbutiker.

Bland ostkakorna som bedömdes på SM i Mathantverk blev det brons för en ostkaka från Herrsäter gård utanför Åtvidaberg. "Ger en hemlagad känsla med god smak. Krämig konsistens med grovhackad mandel", löd motiveringen.

–Vi tillverkar ostkakor, och även salladsost,



GULD



BRONS

LÄS MER:

www.eldrimner.com (om SM i Mathantverk)

www.ydrehammar.se

www.herrsater.se

tillsammans med Åtvidabergs Hotell. Vi har en vision om att utveckla verksamheten, säger Erik Carlsson, som tillsammans med sina föräldrar driver Herrsäter gård.

–Vi säljer allt själva och försöker synas mycket, till exempel på marknader. Jag tror på närproducerade varor och då måste vi också själva vara nära våra kunder.

Varorna säljs också till hotell, restauranger och lokala affärer, liksom i den egna butiken och kaféet. ■

Äntligen är det höst och vi får leta fram gjutjärnspannorna och soppskålarna! Vi drar upp landets sista morötter med andakt. Bjud familj och vänner på värmande middagar med recept och råvaror sprungna ur den östgötska myllan.

FLER ÖSTGÖTARECEPT FINNS PÅ WWW.OSTGOTAMAT.SE/RECEPT !



MYSMAT!

CALLE P:S WALLENBERGARE

(4 pers)

1 kg dubbelmald vildsvinsfärs
1 dl äggula
8 dl grädde
Salt och peppar
Ströbröd eller mie de pain

Till servering
Lingonsylt

Gör så här:

Blanda färs, salt, peppar och äggula i matberedare eller kraftig snabbhack. Tillsätt långsamt grädden under omrörning. Låt vila en timme. Forma med hjälp av en slev önskad storlek på wallenbergarna. Vänd i brödet och stek genast i smör på medelvärme. Kör sedan klart alla Wallenbergare på 120 grader i ugnen cirka 18 minuter. Serveras med lingon, ärtor, potatismos och skirat smör.



HARGS BLÅBÄRSSYLT

2 kg blåbär
1 kg röda vinbär (repade)
2,8 kg socker
1 (ev 2) pressade citroner

Gör så här:

Blanda allt i en gryta, koppar eller rostfritt. Låt sockret smälta ner på svag värme. Öka sedan till full värme och koka till 104 grader. Tappa på varma burkar. Det här blir en god sylt, som passar till desserter och pannkakor.



Vill du variera, låt fem stjärnanisar koka med och du får en spännande sylt till en buffé. Med några kvistar timjan i blir det en sylt som passar till köttgrytan. Nästan alla varianter passar också på ostbrickan.

HELIGA BIRGITTAS GULDGULA MOROTSSOPPA

(4 pers)

Soppa från heliga Birgittas tid och leverne.

2 msk smör
½ paket saffran
800 g morötter
2 gula lökar
En bit skalad färsk ingefära, ca 20 g
1 l grönsaksbuljong (tärning + vatten)
1 dl färskpressad apelsinsaft
1 tsk rivet apelsinskal
½ krm riven eller mald muskotnöt
Ev salt

Till servering

Färs koriander eller basilka, crème fraîche, bröd

Gör så här:

Smält smöret i en kastrull och rör ner saffran. Skär morötter och lök i bitar och lägg i kastrullen tillsammans med ingefära. Rör om och häll på buljongen. Koka morötterna mjuka i cirka 15 min. Tillsätt apelsinsaft och rivet skal.



Passera eller mixa soppan till krämig konsistens. Späd soppan med lite vatten om den är för tjock. Smaka av med en doft av muskot och lite salt. Servera soppan i tallrikar med färska blad och örtekryddor, och toppa med crème fraîche eller vit ost.

RÖKT VILDSVINSSKINKA MED JORDÄRTSKOCKSTÄRTA

400 g rökt vildsvin, skivat
200+50 g jordärtskockor
200 g kantskuren kavring
75 g smör
4 gelatinblad
½ finhackad rödlök
2 dl philadelphia
3 dl crème fraîche
Blandad sallad, sköljd
Olja till fritering
Salt och peppar

Gör så här:

Smält smöret och kör i mixer tillsammans med kavringen.



Tryck ut massan i en form med löstagbara kanter eller en plastad brödform. Ställ i kylan och låt stelna.

Lägg gelatinbladen i blöt. Skala och skär jordärtskockorna i mindre bitar, koka dem mjuka. Blanda allt utom gelatinet, smaka av med salt och peppar. Smält gelatinet och blanda i.

Häll i smeten i formarna med kavringssmeten. Låt stelna. Skala och hyvla de resterande 50 g jordärtskockorna och friterar dem gyllengula.

Skär upp tårtan och arrangera på tallriken med vildsvinet, salladen och den friterade jordärtskockan. Man kan även ringla på lite lingonsås eller balsamicosirap.

RÅDJURSFILÉ MED KANTARELLCRUST

(4 pers)

Rådjursfilé
100 g kantareller
50 g Boxholms årgångsost
50 g panko
Smör, salt och peppar till stekning

Rödvinssky

3 st bananschallottenlökar
1 st vitlöksklyfta
1 msk råsocker
4 dl rödvin
4 dl Viltfond
1 lagerblad
1 kanelstång
Ca 50 g choklad, 70%
Eventuellt Maizena till redning

Gör så här:

Ta bort hinnorna på filén, dela den i portionsbitar. Bryn bitarna runtom. Stek ur vätskan ur kantarellerna. Kör kantarellerna i en hackmaskin, blanda i riven ost och panko och kör till en slät massa. Lägg ut crusten på rådjursbitarna och kör färdigt i ugnen på 215 grader till en innetemperatur på 54 grader.



Skala, skiva och bryn löken med råsockret. Slå på rödvinet och låt reducera till hälften. Lägg i lagerbladet och fonden, låt reducera till hälften. Lägg i kanelstången och låt puttra fem minuter. Tillsätt chokladen efter tycke och smak. Smaka av med salt och peppar.

ÖSTGÖTSK MOROTSSTUBBE

(10–12 rejäla skivor)

Sedan år 2008 har vi haft "Årets bakverk" och det kommer vi att fortsätta med. I år valde vi den här saftiga, goda bakelsen. Receptet kommer från Lina Hagberg på Tornby Gårdsbutik.

2 ekologiska ägg
2 dl strösocker
3 dl finrivna morötter
1 dl rapsolja
2 dl vetemjöl
1 tsk bakpulver
1 tsk bikarbonat
1 tsk vaniljsocker
1 tsk kanel

Fyllning

200g smör
200g philadelphiaost
2 dl florsocker
2 tsk vaniljsocker

Dekor

Strimlad morot
Citronmeliss/persilja

Gör så här:

Sätt ugnen på 200 grader.



Vispa ägg och socker pösigt. Rör ner rapsoljan.

Blanda vetemjöl, bakpulver, bikarbonat, vaniljsocker och kanel. Sikta ner i äggsmeten och blanda. Blanda till sist ner de rivna morötterna.

Lägg bakplåtspapper i en långpanna. Bred försiktigt ut smeten jämnt över långpannan. Grädda mitt i ugnen i cirka tio minuter. Låt kakan svalna på pappret.

Fyllning: Rör smöret och osten till en smidig kräm och tillsätt florsocker och vaniljsocker.

Stjälp upp den kalla kakan på ett smörpapper. Fördela krämen över kakan och rulla ihop från långsidan med hjälp av papperet.

Skär i bitar och dekorera eventuellt med en liten morotsbit.

Denna kaka går utmärkt att frysa och skära upp i bitar när man behöver den.

FAVORITEN! CHIPS PÅ KITTOST

200 g kittost, från Brostorps hemlagade.....

Gör så här:

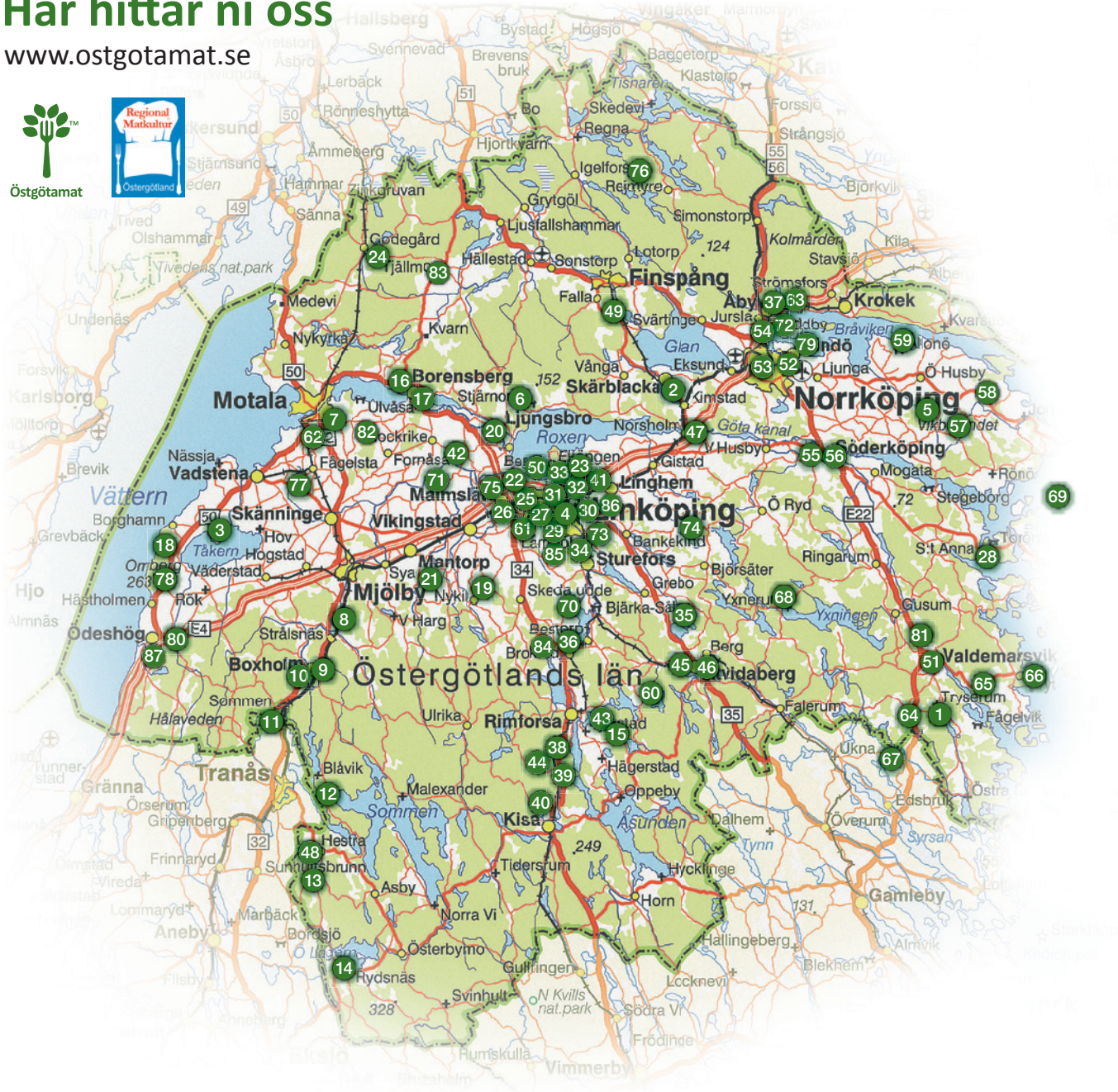
Sätt ugnen på 175°C. Riv osten tunnt, över bakplåtspappersklädd plåt. Grädda i ca 15 minuter. Servera som tillbehör till kött eller fisk. Eller ät dem som de är – goda och nyttiga snacks.



Östgotamat ekonomisk förening

Här hittar ni oss

www.ostgotamat.se



Medlemmar 2014

- 7

Assarsson Trädgård AB 0706-22 20 18
- 60

Basunda Gård 070-54 16 790
- 23

Bistro La Tour 013-47 05 052
- 51

Bjursunds Slakteri AB 0123-102
- 8

Bleckenstad Gårdsbutik 0142-101 13
- 74

Blåklintsprodukter 013-751 90
- 55

Bondens Crêperie, Söderköping 0121-105 42
- 42

Boställets vedugnsbageri 076-127 30 22
- 71

Bossgård 013-39 51 31
- 9

Boxholm Ost 0142-29 33 30
- 2

Brinks Gurkor & Lantbruks AB 011-533 30
- 47

Britta och Lennarts Nära Kött 011-540 04
- 13

Brostorps Hemlagade 0140-430 54
- 17

Brunneby Musteri 0141-402 04
- 24

Börslycke 0141-80 233
- 64

Café Kårtorp 0123-300 87
- 26

Calle C Restaurang & Café 013-470 77 60
- 86

Centralbryggeriet i Linköping 0738-12 11 00
- 80

Charlotte's Goa Grisar 070-343 69 57
- 25

De Klomp 013-14 50 60
- 4

Det Lilla Kökets Delikatesser 013-10 52 00
- 10

Ekebergs Vårdshus 0142-519 96
- 32

Eklunds Chark AB 013-31 76 00
- 65

Finnö Fisk Rökeri & Gårdsbryggeri AB 0123-405 88
- 69

Forsmans Lax och Lamm 0125-910 15
- 15

Fresons Trädgård 070-281 00 88
- 37

Fridhems Kursgård 011-622 00
- 27

Friluftsmuseet Gamla Linköping-Handelsboden 013-12 15 96
- 62

Grebstads Gårdsbutik 0141-23 12 17
- 66

Gryts Varv Hotell & Konferens 0123-128 06
- 33

Gyllen Linds bageri 013-24 43 43, 013-10 00 65
- 83

Gästgifvaregården i Tjällmo 0141-600 30
- 16

Göta Hotell 0141-400 60
- 61

Hagdahls Kök 013-14 14 89
- 40

Hargs Marmeladeri 0494-124 88
- 49

Hejtorp Gårdsmejeri 0122-200 00
- 35

Herrsåter Gård 013-571 13
- 87

Holavedens Handelshus 0733-52 17 09
- 11

Hotell & Konferens Lugnalandet 0140-300 00
- 43

Kinda Gurka AB 0494-221 00
- 34

Landeryds Golf 013-36 22 00
- 30

Linköping Konsert & Kongress 013-190 00 00
- 53

Louis De Geer 011-15 50 41
- 21

Löt Gårdsmejeri 0702-52 80 82
- 85

Matkultur 070-294 00 82
- 59

Mauritzbergs Slott 0125-501 00
- 54

Mimmis Visthus AB 011-10 21 22
- 81

Mossebo Gårdsbutik& Rökeri 0123-105 85
- 1

Mon Tomater HB 070-08 50 09 29
- 72

Mårdskog & Lindkvist AB 036-18 12 00
- 48

Näås Gårdsbryggeri AB 0140-77 01 40
- 78

Ombergs Turisthotell 0144-330 02
- 73

Rederi AB Kind 013-663 50
- 76

Rejmyre Getsgifveri AB 013-35 49 13
- 6

Restaurang Tre Bröder 013-28 51 95
- 38

Rimforsa Strand Kurs & Konferens 0494-792 90
- 29

Ronaldo's Stenugnsbageri 013-10 26 66
- 67

Smultronboda Lammprodukter 0493-710 77
- 70

Stafsäter Gårdsglass 0709-46 74 08
- 28

S.T. Annas Rökeri 073-211 25 62
- 36

Stiftsgården Vårdnäs Hotell & Konferens 013-36 85 00
- 22

Storan 013-10 31 90
- 39

Storgården Konferens Gastronomi Relax 0494-210 70
- 77

Stubbetorp potatis 0141-23 00 21
- 31

Stångs Magasin AB 013-31 21 00
- 41

Stångå Hotell 013-31 12 75
- 50

Svensk Cater 0705-39 39 70
- 58

Sänkdalens Gård 0125-320 20
- 56

Söderköpings Brunn 0121-109 00
- 82

Torpa Gård Konferens & Event 0141-408 48
- 12

Torpöns Färlägelä Mat & Camp 0140-420 41
- 45

Trädgårdshotellet 0120-844 40
- 3

Täkerns trädgård/NatuRus Naturguidningar 0143-241 43
- 84

Vesterby golfbana 013-36 22 55
- 57

Vikbolandsstruts 0125-100 29
- 63

Villa Solliden 011-39 15 30
- 5

Visätters Kalkon 0730-47 47 06
- 18

Väversunda Bärodling 0143-211 56
- 20

Westervin 013-606 74
- 44

Wirens Jord & Skog 0494-50092
- 14

Ydre Kött 0381-503 20
- 19

Östgotamjolk 013-24 38 83
- 68

Yxnerum hotel & conference 0120-610 22
- 46

Åtvidabergs Hotell & Restaurang 0120-100 90
- 79

Östgotabi 0708-28 85 98
- 52

Östgöta Kök 011-470 20 30
- 75

Östgöta Trädgårdshall 013-35 49 13

Välkommen till vår ostbutik!



Provsma och handla ur vårt prisbelönta sortiment vid vårt mejeri i Boxholm. Vi har ystat ost av färsk mjölk från gårdarna i grannskapet sedan 1890. I vår butik hittar du bra erbjudande på våra ostar. Vi säljer även andra östgötska delikatesser.

Varmt välkomna!

Butikens öppettider vecka 24-34
Mån - fre 9.30-17.00

BOXHOLM OST

• FRÅN OSTMÄSTARNA I BOXHOLM •