



Marthas MAT- KORG

Marthas matkorg –
matglädje för varje säsong

Slutrapport

Projektnummer: 5767
Anslagskod: 6104
Projektperiod: 2013

Projektets mål

Projektet Marthas matkorg – matglädje för varje säsong har haft som mål att stöda konsumenten i att känna igen våra säsongsråvaror, erbjuda kunskap och inspiration för att ta till sig det säregna våra årstider har att erbjuda samt minska matsvinnet genom att förespråka god mat som är rättvis, hållbart producerad och hälsosam. Därtill har vi velat visa på att säsongsmatkorgen blir förmånligare för konsumenten. Vi har i all verksamhet lyft fram de närproducerade råvarorna och fört diskussioner om vikten av en levande matkultur.

Projektet har riktat sig direkt till konsumenten och de val som vi alla gör i vår vardag. Genom att bli en mera medveten konsument, kan man påverka det stora genom det lilla. En av huvudmålgruppen har varit unga vuxna. Därtill har vi ordnat fortbildning för såväl kökspersonal som lägerledare för matlagningsläger samt personer som dagligen på ett eller annat vis berör matfrågor. En viktig informationskanal har sociala media utgjort. Jord- och skogsbruksministeriets Kvalitetskedja/när-matsprogrammet har varit huvudfinansär för projektet och delfinansiering har erhållits av Lisi Wahls stiftelse för studieunderstöd och Svenska Kulturfonden.

Under projekttiden har vi lanserat fyra säsongsmatkorgar. Alla korgar har förutom råvaror också recept, som syns på hemsidan recept.martha.fi, vilken också är projektets hemsida. Marthaförbundets ekonomirådgivare har dessutom gjort prisuträkningar för varje recept så att man kan jämföra priset med till exempel färdigmat. Ett mål med projektet har varit att visa på hur man enkelt kan få en billigare och godare matkorg genom att äta enligt säsong och själv tillreda sin mat. Genom att lyfta fram personen bakom råvaran har vi också velat öka känslan för maten. Inspiration har varit en av våra ledtrådar och därför har vi utöver projektet satsat på att göra receptbanken mera användarvänlig och även mobilvänlig. Målet har varit att du lätt i butiken kan kolla upp vilken råvara som är i säsong och få ett recept på råvaran.

Projektdeltagare och samarbete

Projektets tre anställda har i huvudsak genomfört allt arbete. Frida Nylund har fungerat som ansvarsperson för projektet. Arbetsuppgifterna under projektperioden har bestått av att strukturera upp projektet, ansvara för granskande av kostnadsnivåer på tjänster som köps, information om projektet till media och att skapa kontakter med arrangörer av kursverksamheten. Nylund har dessutom deltagit i kursverksamheten enligt behov. Karin Lindroos (samt fr o m slutet av augusti Markus Haakana) har haft som huvudansvar all information samt materialproduktion inom projektet. Ett stort jobb i början av perioden var att utveckla dels projektets grafiska linje, planera och kontakta kanaler för att sprida informationen samt utvecklande av projektets hemsida. Projektet har synts i sociala media och tack vara bra samarbete med kända matbloggare, har projektets mål för synlighet nåtts med besked. Informatören har även fotograferat alla matkorgar och varit kontaktperson till grafikern som förverkligat materialet. Elisabeth Eriksson har haft huvudansvaret för allt sakinnehåll samt för all kurs- och föreläsungsverksamhet. Eriksson har även producerat recepten och lärt ut hur man använder säsongens råvaror. Därtill har hon deltagit i flera intervjuer i både dagspress och radio samt fortbildat ledare av matlagningskurser och skapat recept för Ungmarthas sommarläger.

Projektet har haft ett bra samarbete med Ungmartha rf och Svenska Lantbruksproducenternas Centralförbund rf (SLC). I början av projektet samlades vi till ett gemensamt möte för att finna beröringspunkter och samarbetsformer. I samarbete med Ungmartha har vi genomfört flera matlagningskurser. Ett fortbildningstillfälle arrangerades för alla ledare inom lägerverksamheten och projektet har stått för kunskap, inspiration och recept till både sommarens och höstens matlagningsläger. Under året har ordnats 43 matlagningsläger för sammanlagt 520 barn och unga. Därtill ordnades fyra kurser för ungdomar och unga vuxna som speciellt behövt kunskap kring matlagning, säsongsvårer för att tydligare se den ekonomiska nyttan med att äta enligt säsong.

SLC har varit en viktig kontaktlänk till producenter och som spridare av information. Landsbygdens folk har lyft fram alla matkorgar och skrivit flitigt om projektet. Projektet har kunnat använda sig av SLC:s material så som planscher Från jord till bord och om olika produkters väg från bonden till konsumenten. Detta har varit ett sätt att belysa och väcka en starkare känsla för produkterna och se vilket jobb som finns bakom varje enskild produkt.

Ett lyckat arrangemang blev samarbetet kring fortbildningen för kökspersonal och matentusiaster. Tack vare projektet och samarbetet med Svenska Studiecirkeln och Kyrkostyrelsen kunde vi anlita kändiskocken och matinspiratören Michael Björklund från Åland. Genom att dela på kostnaderna och marknadsföringen nådde vi betydligt fler än planerat. En grupp kockade under dagen under Michaels ledning och på kvällen samlades ca 100 matentusiaster till en föreläsning och diskussion kring temat närmat. Projektet stod för en del av Michaels arvode samt utrymme för matlagningen. Projektansvariga Frida Nylund ledde kvällens diskussion om närmat och publiken fick ta del av närproducerad traktering.

Projektets faser i korthet

Matkorgarna

Den första matkorgen, vårens matkorg, och hela projektet lanserades med en pressfrukost torsdagen den 28 februari 2013. Intresset för temat var stort och ca 15 personer mötte upp till en lätt frukost. Kampanjtiden för matkorgen, första veckan i mars, nådde alla mål vi ställt med besked. Korgen hade över 3700 klick på facebook, hemsidan hade över 5900 besökare och sju artiklar skrevs om temat, tre radioinslag gjordes. Därtill engagerade vi kända matbloggare som hjälpt oss sprida både information och inspiration gällande säsongsmat. En av bloggarna var Masterchef-vinnaren Kira Åkerström-Kekkonen och en annan var kokboks-författaren och skaparen av det berömda avokadopasta-receptet Hanna Gullichsen. Matbloggaren Magnus Lindström bjöd på pad thai av rester hemma.

För oss var det en utmaning då våren drog ut på tiden. Vid lanseringen av korgen var det 28 minusgrader ute och det var svårt att förutspå hur vårens groddar skulle se ut. Eftersom ett av målen med projektet har varit att minska på matsvinnet, lyfte vi med vårens matkorg också fram att det nu är dags att tömma frysen och äta upp skörden från hösten. Vinnaren av vårens recepttävling hade gjort just så: utgått från det som finns i frysen och skafferi och tillrett en lækker pastamåltid. I maj kunde vi äntligen fylla på innehållet i korgen med vilda grönsaker. Våren var sen, men recepten på nässlor, maskros och kirskaal hade strykande åtgång och över 3000 besök på Facebook-sidan.

Sommarens matkorg hade en klar doft av sommar. Korgen lanserades i Vasa den 10 juni och talade varmt om den okomplicerade sommarmaten. Sommaren är ju trots allt den enklaste tiden för att vara säsongssmart. Vi valde också att lyfta fram möjligheten att handla direkt från odlaren och att besöka gårdsbutiker. Under sommaren var en annan viktig målgrupp barn och unga. Projektet har fortbildat Ungmarthas lägerledare samt gjort recept för matlagingslägren som hållits under sommaren. Korgen hade över 2300 klick på Facebook och recepten under kampanjveckan har fått tusentals klick. Hemsidan besöktes av över 4000 unika besökare. Därtill bloggade matskribenten Anna Granér under temat Billiga veckor mot överdriven matkonsumtion och flera dagstidningar lyfte fram sommarens matkorg.

Eftersom sommaren är högsäsong för färsk råvaror, valde vi att satsa lite extra på enkla och goda sommarrecept. Snabblagat till midsommaren och enkel mat till en picknick är några exempel. Likaså lyfte vi fram kylkedjan under sommaren. I slutet av sommarsäsongen valde vi också att lyfta fram syltningen och saftningen igen för att visa på hur du kan ta tillvara säsongens smak.

Höstens matkorg lanserades i slutet av augusti lagom inför en fantastisk svampsäsong. Samtidigt med matkorgen dök Karl Johan-svampen upp i våra skogar. Temat för höstens matkorg var Billigt är gott. Vi valde att lyfta fram den mat som finns gratis runt omkring oss; bären, svamparna och förmånlig kål och rotsaker. Över 2000 tog del av Facebook-inläggen och hemsidan besöktes av över 4500 unika besökare. Höstens matkorg lanserades också i samarbete med tre dagstidningar; Borgåbladet, Västra Nyland och Österbottens tidning samt lyftes fram under en timmes diskussion i Radio Vega, Nyländsk förmiddag. Den kända, åländska kakbloggaren Karin Erlandsson spred inspiration och information om säsongsmat via sin blogg.

Vinterns matkorg lanserades under ett lunchseminarium i Pargas. Samma vecka firades både Svenska veckan och Spillveckan. Det gav ett bra underlag för även oss att lyfta fram projektet och vår målsättning att minska på matsvinnet. En av kurserna blev också ett språkbad för en finsk grupp med matlagning på svenska. Vinterns matkorg lyfte fram den värmande vintermaten med mustiga grytor, mjölkprodukter och att vi ännu under vintern kan njuta av färsk lokal råvaror så som rotfrukter och potatis fyllda med smak och aromer. Matkorgen presenterades i bl a Borgåbladet, Landsbygdens Folk och Österbottens tidning. Matbloggaren Fia Doepel bloggade om sina bästa vintertips i matlagningen.



Kursverksamhet

En förutsättning för att kunna äta enligt säsong är att man har tillräckliga kunskaper för att själv tillreda sin mat. Därför har ett mål inom projektet varit att öka kunskapen av säsongsmat, men också att öka uppskattning av livsmedel genom att lära känna igen råvaror och ta tillvara dem som helhet. Många är det idag som t ex använder endast den vita delen av purjolöken eller endast buketterna på broccolin. Vi har byggt upp kurshelheter som använder hela produkter. På det viset blir matkorgen förmånligare och matsvinnet minskar. Vi har också valt att satsa på närprodukter och visa på vem som står bakom produkten. Även om närmat uppfattas som dyrare blir slutsumman inte dyrare om du lär dig använda hela produkten.



Kursverksamhet har genomförts i alla regioner i Svenskfinland samt på Åland. Sammanlagt har vi ordnat 18 kurser för 217 deltagare samt i samarbete med Ungmartha 43 matlagingsläger med sammanlagt 520 deltagare. Av kursdeltagarna (217) är 61 personer unga vuxna. Kurserna har varit väldigt praktiska till sitt innehåll. De har inletts med en kort föreläsning om säsongsråvaror och sedan har vi lagat mat tillsammans. Under matlagningen har otroligt viktiga diskussioner och debatter uppstått om varför man skall välja enligt säsong, kring användningen av råvarorna samt producenten bakom produkten. Vid två kurser blev deltagarantalet så stort, så vi genomförde kursen som en demonstrationsföreläsning. Dessa lockade sammanlagt 90 deltagare.

I slutet av oktober ordnades fortbildning för personer som dels jobbar inom storkök och dels personer som arbetar med matfrågor inom olika företag, organisationer eller som hushållslärare. För att kunna anlita stjärnkocken Michael Björklund, genomfördes dagen i samarbete med Kyrkostyrelsen och Svenska Studiecementalen. Kostnaderna kunde därför hållas låga för alla arrangerande organisationer. Under dagen kockade 25 personer tillsammans med Michael och på kvällen inbjöds alla till en inspirationsföreläsning med påföljande diskussion. Sammanlagt 120 personer deltog i tillställningen. Ur responsen efteråt kunde vi läsa att han inspirerat till nytänk och bjudit på insikten att allt är möjligt om du vill. Diskussionen efteråt, under ledning av projektet Marthas matkorg, fick väldigt bra respons.

Föreläsningar, övriga evenemang

Temat säsongsmat har väckt ett stort intresse. Därför har vi valt att också sprida budskapet via föreläsningar och genom att också lyfta fram temat på olika evenemang vi har deltagit i. Marthas matkorg har funnits med på Bonusmässan i Kyrkslätt (5000 deltagare), Delikatessernas Finland (64 000 deltagare), Lanttorg på Slakteriet i Helsingfors, Slättens mat och mystik i Närpes, Slow Food-mässan i Västra Nyland samt under Spillveckan på Narinken i Helsingfors.

Materialproduktion

Inom ramen för projektet har under denna period skapats grundmaterialet för hemsidan <http://martha.fi/svenska/start/recept/>. Sidan har även gjorts mobilvänlig. För varje matkorg har vi samlat information på ett vykort över råvarorna samt med qr-kod till hemsidan. Nya recept på säsongsråvaror har tagits fram och spritts dels via sociala media, men också i varje nummer av Tidskriften Martha. Våra recept har också en prisuträkning för att visa på att användningen av närproducerade råvaror inte blir dyrt om man väljer rätt vara enligt säsong. Vi har också samarbetat med flera dagstidningar i samband med lanseringen av matkorgen. De har fått fakta, recept och bilder av oss för publicering. För kurstillfällena har vi gjort matsedlar utgående från säsongens råvaror.



I slutet av året utkom projektbroschyr Marthas matkorg. Broschyren sammanfattar på ett tydligt och inspirerande vis hela projektet genom att delvis visa på fakta kring säsong-



Under kampanjen anlätades flera bloggare som bidrog till att sprida kampanjens budskap.

maten och delvis inspirera med hjälp av säsongrecept. Broschyren kommer att användas det kommande året i vår kursverksamhet som riktar sig till hela familjen samt inom rådgivningsverksamheten som riktar sig till unga vuxna. Likaså kommer den användas i föreläsnings- och kursverksamheten kring de nya kostrekommendationerna samt i de storkök som är med i Marthaförbundets projekt Tack för maten. Projektet jobbar med att utveckla måltiden inom de privata daghemmen i Svenskfinland och på våra språköar.

Bedömning av resultat

Projektet har under hela året jobbat medvetet enligt projektplanen och de tidsramar vi ställt. Efterfrågan på kunskap och inspiration var större än vi förväntat oss och projektet har fått mycket synlighet. En utmaning under våren var den långa vintern. Våren blev väldigt kort, men gav oss samtidigt en bra möjlighet att lyfta fram behovet av att tömma sin frys och inte slänga maten utan utnyttja den. Igen kan vi se att matlagningskunskap är det som främjar användning av säsongråvaror. Därför har vi hållit kurser för unga vuxna samt gjort en satsning på sommarens råvaror under Ungmarthas sommarläger. Lägerledarna har fått fortbildning och recepten som använts har varit enligt Marthas matkorg.

Projektet har gett en bra inramning av året för oss. Det har bidragit till en utveckling av hushållsrådgivningen genom att möjliggöra en tydlig satsning på dels information om säsongråvaror och dels möjligheter till ytterligare kursverksamhet kring temat. Kursverksamheten har varit av enorm betydelse för att på ett konkret och praktiskt sätt diskutera och inspirera kring användningen av närproducerade råvaror i säsong. Att få lära sig om ursprung, känna doften av färska jordgubbar och känna på rotsakerna, lära sig om vilda grönsaker och plocka svamp har varit avgörande för många för en fortsatt användning av just denna råvara. Deltagarna har tackat för inspirerande material, lättillgänglig information och ny kunskap.

Projektet har riktat sig direkt till konsumenten och vi ser att projektet har kunnat påverka användningen av säsongsvivar. Tack vare den goda synligheten och interaktiva sociala media har temat lyfts och diskuterats flitigt. Recepttävlingen med säsongens råvaror fick också människorna att tänka till. Tacksamt kändes möjligheten att få jobba med barn och unga och lyfta fram diskussionen tillsammans med dem. De är framtidens konsument.

Fortsatta åtgärder

Även om projektfinansieringen för projektet Marthas matkorg tagit slut, kommer inte verksamheten att upphöra. Som tidigare nämnts gav projektet hela Marthaförbundets hushållsrådgivning en tydligare inramning enligt säsong och oss möjlighet att utveckla recept, prisuträkningar, kursverksamheten och att lyfta det tema som står oss nära: närmaten. Vi har kunnat etablera goda kontakter med massmedia och fortsätter lyfta fram recept enligt säsong enligt efterfrågan och behov.

Broschyren Marthas matkorg kommer år 2014 att användas vid matlagningskurser inom ramen för vår hushållsrådgivning, som inspiration vid spridandet av de nya näringsrekommendationerna samt inom projektet Tack för maten. Materialet kommer också att användas som fortbildningsmaterial för personer som arbetar inom den offentliga måltiden. Därtill utgör materialet en naturlig del av Ungmarthas lägerverksamhet.

Projektet har också väckt intresse bland Marthaförbundets samarbetsorganisationer och beslutsfattare. Projektet kommer att lyftas fram som en lyckad satsning under hösten 2014. Yrsa Lindqvist kommer att presentera det på konferensen "Food and internet, som arrangeras av nätverket "International Ethnological Food Research. Projektledaren kommer också att delta i den stora finlandssvenska kryssningen och lyfta fram projektet och temat närmat under en debatt med rubriken Närmat: från producent till konsument tillsammans med bl a riksdagsledamot Thomas Blomqvist.

Förutom allt detta har Marthaförbundets hushållsrådgivning fått en förtydligad dimension. Materialet med matkorgarna som skapats, utnyttjas i all vår rådgivning. Grundjobbet är gjort och för oss är det bara att föra budskapet vidare. Vi har snabbt kunnat reagera på t ex artiklar i tidningen och vinterns matkorg fick en nystart i Hufvudstadsbladet då diskussionerna om de nya näringsrekommendationerna gick varm. Marthaförbundet är tacksam för möjligheten att få genomföra detta projekt.

