



Från hav och jord till kök och bord

| | Skicka vidare

Sommartider hej hej!

Midsommar har passerat och många av oss börjar nog känna semesterkänslorna infinna sig. På något sätt känns det som att sommaren är en tid då just maten står lite extra i centrum. Vi njuter av det som naturen bjuder på i form av frukt och bär men lite extra ledighet leder också till att vi även träffas oftare runt måltiderna och det vi väljer att stoppa i oss.

De senaste årens utveckling i världen har gjort att vi nu mer än någonsin har börjat att fundera på vår självförsörjningsgrad. Många av oss är väl medvetna om att handla lokala råvaror och på så sätt stötta våra producenter året om. En annan sak som kan vara bra att påminna sig själv om är att fråga efter dessa råvaror även när du äter på restaurang. För om vi vill äta svenska livsmedel när det är kris, måste vi äta svenska livsmedel även när det inte är kris.

Nu vill vi ta tillfället i akt att önska er en härlig sommar! Matlänets nyhetsbrev är tillbaka i augusti igen. Och missa inte att nominera din kökshjälte här nedan.



Foto: Erika Kvarnlöf



Besök på kycklinggård gav inspiration för offentliga måltider

Kyckling var temat under en dag för personer som arbetar med upphandling och planering av offentliga måltider. Vi besökte en ekologisk kycklinggård och fick sedan höra om forskning kring kycklinguppfödning.

[Läs mer hos Västra Götalandsregionen](#)

Nominera årets kökshjälte 2023

Nu är det åter dags att utse Årets kökshjälte i Västra Götalands kommunala offentliga kök. Tanken är att lyfta personer som arbetar med att öka

de lokala råvarorna i skolrestauranger och inom äldreomsorg. På detta sätt vill vi även få in så många goda exempel som möjligt, i stort som smått. Dessa kommer vi sedan att sprida för att stötta fler att arbeta mer med lokalproducerad mat.

Med priset vill vi uppmärksamma insatser som leder till att det lagas mer mat av svenska och lokala livsmedel i skolor, förskolor och inom äldreomsorg.

[Läs mer och nominera](#)



Foto: Erika Kvarnlöf



Handbok ska hjälpa företag minska matsvinnet

Livsmedelsverket har tagit fram en ny handbok som ska hjälpa företag inom detaljhandeln att minska sitt matsvinn. Målet är att underlätta och spara tid åt företagen. En verksamhet som minskar sitt matsvinn utnyttjar både de egna och jordens resurser bättre - samtidigt som lönsamheten kan öka.

[Läs mer hos Livsmedelsverket](#)

Mångfald i åkerlandskapet – alla kan hjälpa till

Den här gången pratar Erika Kvarnlöf och Amanda Jemsund med Karin Jarl om mångfald i åkerlandskapet. Vad menar vi egentligen med begreppet och vad finns det för små och lite större åtgärder som vi alla kan hjälpa till att göra? Vi lär oss mer om bland annat miljötor, lärkrutor och hur vi kan underlätta för våra pollinerare. Vi får även veta mer om några spännande aktiviteter som äger rum nu under sommaren.

[Lyssna på podden](#)



Pengar i soptunnan när 35 miljoner skolluncher slängs

35 miljoner måltider – så mycket skolmat slängs varje år. Det visar en ny kartläggning av kommunernas matsvinn. Samtidigt har skolkökens kostnader för livsmedel ökat med cirka 15 procent sedan 2020. Det är ytterligare en



anledning att satsa på åtgärder som gör att mer mat äts upp.

[Läs mer hos Livsmedelsverket](#)

Potatis i tiden

Från en resa som började för 10 000 år sen i Sydamerika, där indianbefolkningen odlade den tåliga grödan högt upp i Anderna. En berättelse om hur det gick till då ”Papan” blev till ”Patata” när de spanska erövrarna tog med den hem till Europa. Och vad som hände sedan, när Jonas Alströmer gjorde svenskarna till potatisälskare på 1700-talet med inspiration från England och Frankrike. Idag finns det mer 5 000 sorter.

[Läs mer hos Potatis i tiden](#)



Foto: Martin Fransson

De svenska kostråden ska uppdateras

Utifrån vårt nationella perspektiv skulle Sverige behöva gå mot att öka sin animalieproduktion – inte minst för att kunna hävda och restaurera betesmarker. Nötköttsproduktion är just en sådan produktionsform som vi har goda naturgivna förutsättningar för – och då är det rimligt att detta också sätter sin prägel på vår kosthållning. Därför behöver de aspekterna rymmas i kommande svenska kostråd. Mer närproducerat – helt enkelt, säger landsbygdsminister Peter Kullgren.

[Läs mer hos Regeringen](#)

Allemansrätten gör det möjligt för alla att röra sig fritt i naturen

Allemansrätten är fantastisk! I förlängningen bidrar allemansrätten till en jämlik folkhälsa eftersom utevistelse och friluftsliv ger oss välbefinnande och en god fysisk och psykisk hälsa.

Men, allemansrätten är inte bara en rättighet utan innebär också skyldigheter. Vi som använder allemansrätten och vistas i naturen



Foto: Anders Rudäng

behöver också ta hänsyn; till natur och djurliv, markägare och andra besökare.

[Läs mer hos Naturvårdsverket](#)



Foto blåmusslor: Jonas Wettre, foto kalvdans: Anders Egle

Bohusläns blåmusslor och Kullings kalvdans får EU-skydd

Europeiska kommissionen har godkänt Bohusläns blåmusslor som skyddad ursprungsbeteckning (SUB) och Kullings kalvdans som skyddad geografisk beteckning (SGB).

[Läs mer hos Landsbygdsnätverket](#)

Vad har djurskyddet för plats på tallriken?

Vad är naturligt beteende hos djur och kan en höna utöva det i ett stall bland 25 000 andra värphöns? Vad är skillnaden på djurskydd och djurrätt och hur ser lantbrukaren på de förutsättningar vi har idag för att driva en lönsam verksamhet med välmående djur? I det femte avsnittet av podden Upp på bordet blandar vi samtal med experter med mjölkbonden Emmas syn på frågor kring djurskydd.

[Läs mer och lyssna hos Jordbruksverket](#)



White Guide Junior och White Guide Senior

Priset riktar sig till skolor som är extra bra på att integrera hållbar mat i undervisningen, sprida kunskapen i hela skolan och vidare till vårdnadshavare – och gärna till samhället runt omkring. Målet är att hållbar mat ska vara en självklarhet för framtidens vuxna och att matsvinnet är något som ska minimeras. Vinnaren av priset offentliggörs på prisutdelningen den 31 oktober.

[Läs mer hos White Guide Junior](#)

Beredskapsarbete och offentliga måltider

Livsmedelsverket har fått projektmedel från Myndigheten för samhällsskydd och beredskap, MSB, för att under 2023–2024 mer fördjupat ge stöd så att organisationer kan ta nästa steg i beredskapsarbetet för de offentliga måltiderna.

[Läs mer hos MATtanken](#)



Bild från Måltidsbloggen / Livsmedelsverket.



Foto: Erika Kvarnlöf

Utvärdering av det svenska skolmjölksprogrammet 2017–2023

Utvärderingen visar att skolbarns mjölkkonsumtion har ökat, men det är svårt att säga att det är stödet till skolmjölk som har bidragit till ökningen. Skolorna menar att de skulle servera mjölk även utan stödet, samtidigt som de anser att stödet är positivt eftersom det gör det möjligt att finansiera annan verksamhet.

[Läs mer hos Jordbruksverket](#)

Matnyttigt om potatis från Ekomatcentrum

Ekomatcentrum har nyligen släppt en rapport om ekologisk potatis i offentlig sektor, en faktabroschyr om ekopotatis samt en potatissortguide som beskriver form, färg, koktyp och användningsområde av de vanligaste potatissorterna. Materialet är en del av projektet ”Mer ekologisk potatis i offentlig sektor” som finansieras av Jordbruksverket.

[Läs mer hos Ekofakta](#)

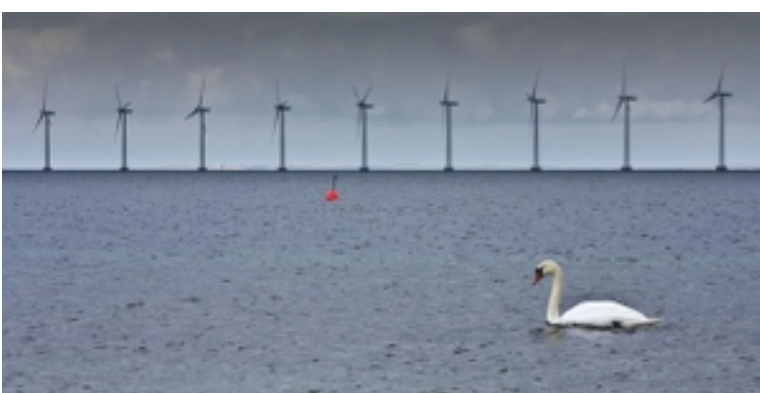


Foto: JEAN SCHWEITZER/Most Photos

Forskare: ”Marint liv gynnas av havsbaserad vindkraft”

Den biologiska mångfalden ökar och det blir fler fiskar i vindkraftsparker till havs. Det visar en genomgång av över två tusen vetenskapliga artiklar i ämnet som Thomas Dahlgren, forskare i marin ekologi vid Göteborgs universitet, har gjort.

[Läs mer hos Göteborgs universitet](#)

MOOC Mat & Klimat

Hur hänger egentligen mat och miljöfrågor ihop? På vilket sätt kan vi minska vårt klimatavtryck när det gäller konsumtion och produktion av livsmedel? Den här öppna, kostnadsfria kursen sätter fokus på just de frågorna.

[Läs mer hos SLU](#)



Foto: Rickard Kilström

Vegofärsen blir en järnfälla

Allt fler väljer vegofärs framför köttfärs. Men för någon som har ett behov av samma tillskott av järn och zink som för kött kan det vara ett förrädiskt val. Testfaktas test av 14 vegofärser visar att kroppens förmåga att tillgodogöra sig järn och zink hämmas av den så kallade fytinsyran som bland annat förekommer i baljväxter.

[Läs mer hos Testfakta](#)

Kunskapssammanställning om fyra styrmedel för hälsosam livsmedelskonsumtion

Ett land kan använda olika slags styrmedel för att påverka människors livsmedelskonsumtion. Olika styrmedel kan ge positiva effekter på folkhälsan, men innebär också konsekvenser för både konsumenter och företag. Livsmedelsverket har gjort en teoretisk analys av fyra olika styrmedel: EU:s skolfruktsstöd, sänkt moms på frukt och grönsaker, avgift/skatt på drycker med tillsatt socker samt reglering av multipriskampanjer. Ytterst är det politiska beslut om det ska införas styrmedel.

[Läs mer hos Livsmedelsverket](#)



Eldningsförbud

Kartan uppdateras av länsstyrelsen när eldningsförbud införts eller ändrats. Uppdateringstiden på sidan avser texten i anslutning till kartan. Om du planerar att elda, kontrollera om det råder eldningsförbud hos din kommun och din länsstyrelse. Du kan också kontakta den lokala räddningstjänsten för frågor om brandrisk och eldning.

[Läs mer hos Krisinformation.se](#)

Framtida grundvattennivåer

Grundvattennivåer är starkt beroende av vädret men det finns inte säkra väderprognoser för ett antal månader framöver. Därför presenteras framtida grundvattennivåer för tre olika möjliga väderutvecklingar. Du väljer själv om du vill se kartor för grundvattennivå eller avvikelse samt typ av magasin och tidpunkt. Kartorna uppdateras varje tisdag klockan 12.

[Läs mer hos SGU](#)



Foto: Martin Fransson



Mjölkgårdsguiden

Kålrotsakademiens guide till svenska mjölkgårdar med direktförsäljning av mjölk.

[Läs mer hos Kålrotsakademien](#)



Hallå där...

Eleonor Schütt, Matkonsult, Hushållningssällskapet Västra

Varför ska vi äta potatis?

Potatis är ett livsmedel som har många strängar på sin lyra. Den är klimatsmart, en råvara som ur ett näringsperspektiv är bra. Potatis är också variationsrikt, kan användas till mycket i både matlagning och bakning i kombination att det finns så många sorter med sina specifika smaker och kokegenskaper och så är ju potatis så gott också!

Om vi ska lyfta två av de positiva egenskaperna med potatis är näringsaspekten en av dem. Potatis ger energi i form av kolhydrater samt vitaminer som till exempel C och B. Proteinmängden är låg men är av hög kvalitet. Stärkelsedelen i potatis är extra intressant eftersom en del av den är så kallad resistent stärkelse som bidrar till en bra tarmflora.

Potatis har också låg klimatpåverkan och det går ofta att hitta närproducerad potatis. Odlingen kräver inte mycket mark och potatisen mättar många på grund av sin mättnadsgrad. Potatis är därför smart på det viset att den ger hög mättnadskänsla trots relativt få kalorier.

Vad är glukokaloider?

Ibland träffar man på potatis som har gröna stora eller små fläckar. Det gröna är klorofyll och det uppkommer när potatisen har blivit belyst på något sätt, av solsken eller stark belysning. När potatisen blir belyst blir potatisen stressad och bildar så kallade glukokaloider som är beska och giftiga ämnen. Dessa ämnen är potatisens naturliga metod att skydda sig mot angrepp som till exempel ljus men även mot svampangrepp och skadedjur. De glykokaloider som bildas i potatis heter solanin och chakaonin.

Enligt Livsmedelsverket kan det gröna eller skadade delar av potatis skäras bort med god marginal. Om potatisen är grön rakt igenom eller har stora skador ska potatisen slängas.

Vad ska vi tänka på när vi väljer potatissort?

Mycket handlar om vad potatisen ska användas till, den ska ha bra kokegenskaper och till detta tillkommer tycke och smak. Alla potatissorter har unika egenskaper och kan inte alltid klassificeras så grovt som den oftast görs i fasta och mjöliga.

Både fast och mjölig passar till kokning. Det gäller att välja en potatis som har bra kokegenskaper, passar för tillagning i storkök/restaurang och ska hålla formen vid serveringen. När potatisen ska råstekas eller rostas passar oftast en fast sort eftersom den håller formen bättre och går inte sönder eller blir mosig vid tillagning.

För bakad potatis passar det bäst att använda en mjölig sort för att på det viset få den härliga lite krämiga konsistensen. Till det kära potatismoset används gärna en mjölig sort men vissa fasta sorter fungerar också. Om potatisen innehåller hög stärkelsehalt (sorter som går under benämningen fast) blir moset fortare segt. Var därför observant vid vispning och låt det inte ta för lång tid.

Vilken är din bästa potatisrätt?

Oj, måste jag välja en! Det är så många goda rätter som går att göra med potatis. Eftersom det nu är sommartider så väljer jag en rätt som jag kommer göra ofta under sommaren. Det är en Senap (gärna grov) - och honungsmarinerad potatissallad med rödlök och gräslök. Passar både till fisk-, kött-, fågel- och vegetariska maträtter.

KALENDER

31
Aug

Informationsträff Skolmåltidsutbytet 2023, Digitalt

Hösten 2023 är det dags för en ny omgång av Skolmåltidsutbytet, där man får chansen till erfarenhetsutbyte med andra kök och måltidsverksamheter.

	Vi välkomnar till ett informationsmöte för att berätta mer om vad det innebär och svara på era eventuella frågor!
6 Sep	Andra träffen: Beredskapsnätverk, offentliga måltider Beredskapsnätverket fokuserar på kunskap och erfarenhetsutbyte kring arbetet med att stärka kommunernas förmåga att upprätthålla den offentliga måltidsverksamheten vid kris och höjd beredskap.
20 Sep	Energieffektiva kök – effekt, utrustning och arbetsmetoder, Digitalt Måltid Sverige och Skolmatsakademin bjuder in till digitalt seminarium på temat Energieffektiva kök – effekt, utrustning och arbetsmetoder.
19 Okt	Offentliga måltidens dag Vi har fantastiska offentliga måltider i vårt land. Det vill vi att fler ska få upp ögonen för. Därför koordinerar MATtanken för fjärde året i rad Offentliga måltidens dag, den 19 oktober 2023. Det är en dag då offentliga måltidsverksamheter i hela landet visar upp sin verksamhet på olika sätt.
27 Okt	Värdskap, kvalitet och bemötande i offentlig måltidsverksamhet Kunskap, inspiration, erfarenhetsutbyte och gemenskap. Måltid Sverige erbjuder ett stort och varierat utbud av utbildningar, seminariedagar, träffar och aktiviteter som blir till glädje för alla deltagare, verksamheter och matgäster. Aktiviteterna arrangeras både i egen regi och tillsammans med andra aktörer.

Om nyhetsbrevet

Nyhetsbrevet ges ut sista torsdagen i varje månad och vänder sig i första hand till våra externa samarbetspartners, myndigheter och beslutsfattare i länet.

Ansvarig utgivare: Lena Björkqvist, lena.bjorkqvist@lansstyrelsen.se

Redaktör: Erika Kvarnlöf, erika.kvarnlof@lansstyrelsen.se

Ansvarig offentlig mat: Pernilla Fischerström, pernilla.fischerstrom@lansstyrelsen.se



Länsstyrelsen Västra Götalands län

403 40 Göteborg | 010-224 40 00 | vastragotland@lansstyrelsen.se

Har du fått detta mail vidarebefordrat?

[Starta en egen prenumeration här.](#)

[Så hanterar vi dina personuppgifter](#)

[Avregistrera prenumeration](#)

Följ oss i sociala media



Dela detta utskick

