Slow Food®

VÄSTNYLANDS · LÄNSI-UUDENMAAN

Närmatskatalog
Lähiruoanluettelo
2010-2011

Smaka på Västnyland
MATMARKNAD

Länsi-Uudenmaan Maistiaiset
RUOKAMARKKINAT

1-2.10.2011
Fiskars bruk, Raseborg / Fiskarsin ruukki, Raasepori

FÖRORD

På ”Terra Madre” i Turin 2004 kom jag första gången i kontakt med Slow Food. Det var en fantastisk upplevelse som gav mig hopp och tro. Tänk att det finns så många människor, ”gräsrötter”, världen över som med samlade krafter och på ett organiserat sätt jobbar för att bevara en mångfald av bra mat. Kanske, kanske, tänkte jag, kan vi stoppa den förskräckliga utveckling som pågår. Nämligen den att en handfull multinationella företag styr världens livsmedelsproduktion. När jag kom hem kändes det lite frustrerande att media i Finland inte alls uppmärksammade denna i mina ögon otroligt viktiga händelse, ”världens nyhet”. Jag väntade några år, diskuterade saken med mina vänner, väntade och väntade att någon skulle hända här hemma. Begreppet Slow Food började så småningom dyka upp i pressen. Efter nästan fem år sa jag en dag till min goda vän Tarja ”Nu är det dags, vi kan inte vänta längre, nu startar vi ett convivium”. ”Ja, jag har precis tänkt samma sak” sa Tarja. Sagt och gjort, 1.4.2009 grundade vi ”Convivium Slow i Västnyland” och började jobba. Nu ett år senare är vårt sällskap en registrerad förening, ”Slow Food Västnyland”. Jag är glad och stolt över att nu få presentera vår första närmatskatalog ”Smaka på Västnyland”. I den vill vi presentera all matproduktion som finns i vår region. Vi vill också visa var du kan köpa lokalt producerad mat. Vi är medvetna om att den här första utgåvan är långt ifrån komplett men vi ger oss inte så lätt och jag är övertygad om att redan nästa års utgåva är mer heltäckande. Vi välkomnar varenda producent, liten som stor, att delta i vårt arbete med att göra Västnyland till Finlands Toscana. Vi hälsar varje ätande människa hjärtligt välkommen att stöda oss i ambitionen att bredda utbudet av västnyländsk mat. Det är ju tryggt att veta vad man äter.

DIANA NYBERG-LINDHOLM

Ordförande i Slow Food Västnyland

Slow Food Västnyland rf:n puheenjohtaja

Chair, Slow Food Västnyland

FOREWORD

The first Terra Madre Slow Food conference was held in Turin, Italy, in 2004, where I first encountered the idea of Slow Food. This fantastic experience gave me faith and hope: to think that so many people at the grassroots level, all over the world, were combining their energy, working in an organized manner to preserve good food in all its varieties. Maybe, just maybe, I thought, we can stop the terrible developments taking place where a handful of multinational companies determine all the world’s food production.

When I arrived back in Finland it felt a little frustrating that the media here wasn’t paying attention to what was for me an unbelievably important development -- truly news of the world. I waited a few years, discussed the matter with my friends, and waited and waited for something to happen here at home. The term “Slow Food” began to pop up in the press after a while. One day, after almost five years, I said to my good friend Tarja, “Now’s the time! We can’t wait any longer -- let’s start something.” “Yes, I’ve been thinking exactly the same thing,” said Tarja. Said and done: on April 1, 2009, we started the group “Convivium Slow in Western Nyland” and set to work.

Now, a year later, our group is a registered organization, “Slow Food Western Nyland”. I am pleased and proud to present our first catalog of locally-produced food, “Taste Western Nyland”. In this catalog, we want to present all of the food produced in our region and show you where to buy locally produced foods. We are aware that this first edition is far from complete, but we don’t give up easily and I am convinced that next year’s edition will be even more comprehensive and complete.

We welcome each and every food producer, big and small alike, to join us in our work to make Western Nyland the “Tuscany of Finland”. We warmly welcome the support of every person who eats to help us broaden the selection of foods available from Western Nyland. It feels good to know what you’re eating.

ALKUSANAT

Jouduin ensi kertaa tekemisiin slow food –idean kanssa Terra Madre –ravintolassa Torinossa vuonna 2004. Se oli upea kokemus, joka herätti toivoa ja antoi uskoa. Ajatella, että eri puolella maailmaa on niin paljon ihmisiä, ”ruohonjuuria”, jotka yhteisvoimin ja järjestelmällisesti toimivat monipuolisen ja hyvän ruoan tulevaisuuden puolesta! Ehkäpä, ajattelin, voimme reivata globaalin elintarviketuotannon suuntaa, joka on muutaman harvan monikansallisen yrityksen sanelema. Palattuani kotimaahan koin turhauttavana sen, että Suomen tiedotusvälineissä ei sanallakaan mainittu tätä minun mielestäni huipputärkeää ”maailmanluokan uutista”. Keskustelin sitten vuosien mittaan aiheesta ystävieni kanssa ja odotin, että joku perustaisi tänne Slow Food –konviviumin.

Vähitellen slow foodin käsite alkoi pilkahdella lehdistössä. Oli kulunut lähes viisi vuotta ensi elämyksestäni, kun vihdoin totesin hyvälle ystävälleni Tarjalle, että aika oli kypsä oman konviviumin perustamiselle. ”Mainiota, olen ajatellut aivan samaa”, sanoi Tarja. Tuumasta toimeen: 1.4.2009 perustimme ”Länsi-Uudenmaan konviviumin” ja ryhdyimme töihin. Nyt vuotta myöhemmin seura on Slow Food Västnyland –nimellä rekisteröity yhdistys. Olen iloinen ja ylpeä voidessani julkistaa ensimmäisen lähiruokaluettelomme ”Länsi-Uudenmaan maistiaiset”. Haluamme esitellä siinä Länsi-Uudellamaalla tapahtuvan ruoantuotannon kokonaisuudessaan. Haluamme myös kertoa, mistä lähituotettua ruokaa voi hankkia. Olemme tietoiset siitä, että tämä ensimmäinen julkaisu ei varmaankaan ole täysin kattava, mutta koska olemme sitkeitä, uskon jo ensi vuoden julkaisun olevan vieläkin täydellisempi. Toivotamme niin pienet kuin suuret tuottajat tervetulleiksi tekemään Länsi-Uudenmaasta ”Suomen Toskanan”. Samoin toivotamme jokaisen ruokatietoisen henkilön tervetulleeksi tukemaan kunnianhimoista tavoitettamme eli länsi-uusmaalaisen ruoan saatavilla olon edistämistä. Onhan turvallista tietää, mitä syö!

1

DIREKTFÖRSÄLJNING AV LAMMKÖTT
KARITSANLIHAN SUORAMYYNTI

Längre förädlade köttprodukter samt andra fårprodukter, t.ex. skinn och garn m.m. på beställning.

Lihatuotteet ja muut lampaantuotteet tilauksesta.

BJÖRKÅSA FÅRFARM
Ingvalsbyvägen 245, 10520 Tenala
Ia Asén, 040-584 1815

2

RÖKERIPRODUKTER
SAVULIHATUOTTEET

Varm- och kallrökning av köttprodukter från produktionsdjur samt årligen i januari rökning av vilt kött. Också styckning och förpackning av kött enligt överenskommelse.

Savustamon tuotteisiin kuuluvat sekä lämmin- että kylmä-savulihatuotteet tuotantoeläimistä. Lisäksi vuosittain tammikuussa savustetaan riistanlihaa. Toimintaan kuuluu myös lihan paloittelu ja pakkaaminen sopimuksen mukaan.

Ekenäs Rökeri
Gropvägen
Gropintie 12,
Ekenäs/T:saari
019-2416 770 www.ekenasrokeri.fi

3

BRÖDTORP

~ Brödtorps Äppelkammare ~

FÖRSÄLJNING / MYYNTI

Äppel, vinbär, äppelplantor m.m. enligt säsong

Omenaa, herukkaa, omenataimia ym. sesongin mukaan.

Välkomna / Tervetuloa

019-2454 040
info@brodtorp.fi
www.brodtorp.fi

4

FASANER / FASAANIT

Norrby Gård säljer under december-februari hela oplockade fasaner och fasankött i olika former (även rökt) enligt kundens önskemål.

Norrby Gård myy joulu-helmikuun aikana kokonaisia kynimättömiä fasaaneja ja fasaanilihaa eri muodoissa (myös savustettuna) asiakkaan toivomusten mukaan.

Norrby Gård
Norrbyvägen/Norrbyntie 277
Ekenäs/Tammisaari
0407-422 670 www.norrbygard.net

5

Myymme sekä itse kasvattamiamme että muiden kotimaisten luomutuottajien tuotteita, ja tuomme maahan erilaisia luomutuotteita. **www.svarfvars.fi** -nettisivuiltamme löydät myös luomunettikauppa **Hyvän Elämän Ruokakauppa Oy**.

Vi säljer både produkter vi odlar själv och andra eko-producenters produkter, samt importerar olika ekologiska produkter. På våra hemsidor **www.svarfvars.fi** finns också en länk till vår eko-webbshop.

SVARFVARS
LUOMUTILA · EKOGÅRDEN

Etsijäntie 90, Karjaa (ent. Varvarintie)
Sökarvägen 90, Karis (f.d. Svarvarsvägen)
050 540 0168 / Jukka Ahonala

6

NÄRMAT FRÅN INGÅ
LÄHIRUOKAA INKOOSTA

Välkommen att beställa lammkött från vår gård!

Tervetuloa tekemään karitsanlihatilaus lammastilaltamme!

Hindersin lammastila
Hinders fårgård

Ingarskilavägen 144, Täkter
Agronom Leena Ingberg tel. 040-502 0162

7

NSP

NYLANDS SVENSKA
PRODUCENTFÖRBUND NSP r.f.
Fredriksgatan 61 A 34, 00100 Helsingfors
09-601 588, GSM 040-503 7188
nsp@slc.fi, www.slc.fi

8

ÄPPELMUSTERI
TUOREMEHUASEMA

Vi mustar dina dina äpplen lätt och behändigt.
Omenasi vaivattomasti mehuksi.

Säsongsöppet / sesonkiaukioloajat
Lö kl. 11-17, sö-ons 12-18, to-fre stängt
La klo 11-17, su-ke 12-18, to-pe suljettu

Mauritzvägen/Mauritzintie 25
Ekenäs/Tammisaari
040-562 3330

(ingen pastörisering/ei pastörointia)

PERUNAA – POTATIS

9

Van Gogh • Nicola • Velox • Timo • Siikli • Melody • Lady Felicia

Suoraan viljelijältä / Direkt från odlaren

Matti Kipinoinen
Periöntie 610
Bjärnåvägen 610,
Tenala/Tenhola
0400-742 515
tel./fax 019-2451 313

HULTAN TILA
HULTA GÅRD

HAVSGÅRDAR BIFFKÖTT
FRÅN EKOLOGISKT UPPFÖDD BOSKAP

HAVSGÅRDAR PIHVILIHAA
LUONNONMUKAISESTI KASVATETUSTA KARJASTA

10

Highland cattle kött och charkuterier från Hangö
Ylämaankarjan lihaa ja lihajalosteita Hangosta

Filéer, stekar, sammansättningar
av olika produkter, bratwurst tillverkad enligt vårt eget recept.
Fileet, paistit, lihalajitelmat,
omalla reseptillämme valmistettu bratwurst.

Specialstyckat grillkött för optimerad smakupplevelse
– picanha, contrafilé – enligt brasiliansk stil
Grillilihalle lisämakua
– picanha, contrafilé – paloiteltuna brasilialaiseen tapaan

Gårdsbod öppnas 2011. / Tilamyyntipisteemme avataan 2011.

HIGHLAND CATTLE HAVSGÅRDAR®

Havsgårdar Oy Ab
Lövkullantie / Lövkullavägen 92,
10900 Hanko Hangö

040 716 0981, 0400 387 490
hc@havsgardar.fi, www.havsgardar.fi

HEMBAKTA BRÖD OCH BAKVERK
KOTITEKOISET LEIVÄT JA LEIVONNAISET

11

Spannmål, potatis och släpärter från gårdens åkrar
och mycket annat gott från närregionen!
Viljat, perunat ja apposet maatilan pelloilta
ja paljon muuta hyvää lähiseudulta!

Maatilapuoti · Gårdsboden Cafe

Estbyvägen/Eestinkyläntie 316, 02480 Kyrkslätt/Kirkkonummi
09-298 2075, www.maatilapuoti.com
Öppet/Avoinna: fre/pe 14-20, lö/la 10-16, sö/su 14-20

12

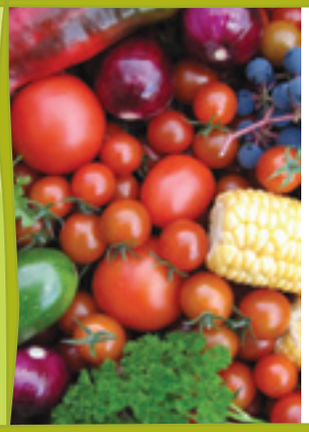
SOYA

Tofun taitaja

Oy Soya Ab on tammisaarelainen perheyritys. Olemme tuottaneet puhdasta ja laadukasta luomutofua suomalaisten ruokapöytiin jo yli 20 vuoden ajan. Yrityksen toiminta on alusta asti pohjautunut luonnonmukaiseen, mahdollisimman vähän prosessoituun tuotteeseen pyrkivään ideologiaan. Soyan omat eettisyys-, ekologisuus- ja laatuvaatimukset ovat muodostaneet yritykselle vankan pohjan jo aikoina kun kotimaisesta luomu sertifikaatista tai reilusta kaupasta ei oltu vielä kuultukaan. Kehitämme toimintaamme jatkuvasti ja tulevaisuuden tavoitteenamme onkin viljellä tofun valmistukseen tarvitsemamme raaka-aineet lähipelloillamme ja olla täysin riippumattomia ruoan maailmanmarkkinoista.

Myymme tofua myös toimipisteestämme arkisin klo 9-14 välisenä aikana. Jos asioit toimipisteessämme, otathan ensin yhteyttä numeroon 040-585 55 35 asiointisi helpottamiseksi.

Lisätietoa löydät osoitteesta
www.soya.fi



TOMATER, SOCKERMAJS... TOMAATTEJA, SOKERIMAISSIA...

13

... lök, sallat och mycket mer. Allt odlat utan bekämpningsmedel sedan 1986. Direktförsäljning från vagn vid vägen, trädgården samt i bybutiken Skafferi Ett. Beställningar levereras till Helsingforshållet torsdagar i augusti-september

... sipulia, salaattia ja paljon muuta. Torjunta-aineeton viljely vuodesta 1986. Suoramyynti vaunulta tienvarressa, tilalta sekä Skafferi Ett -kyläkaupasta. Tilauksia toimitetaan Helsingin alueelle torstaisin elo-syyskuussa.

TALLBACKA TRÄDGÅRD

Katarina & Göran Karlsson
Vättlaxvägen 476, Bromarv
tel/puh: 0400 435 442
tallbacka@tallbacka.fi • www.tallbacka.fi

BÄSTA NÄRPRODUCENT!

14

MakroBios partihandel önskar utöka sortimentet med mera högklassiga livsmedel.

Vi finns i Ekenäs sedan 25 år tillbaka och är i dag Finlands mångsidigaste partihandel för ekologiska och hållbara livsmedel.

Vi säljer produkter både när och fjärran, från gårdsbutiker till stormarketar i Finland. Vill ni sammarbeta med oss, tag kontakt!

HYVÄ LÄHITUOTTAJA!

Me MakroBioksella toivomme löytävämme tuotevalikoimaamme lisää korkealaatuisia elintarvikkeita.

Olemme toimineet Tammisaaressa jo 25 vuotta ja kasvaneet Suomen monipuolisimmaksi luonnonmukaisten ja kestävän kehityksen elintarvikkeiden tukkuliikkeeksi.

Myyntiverkostomme kattaa koko Suomen, pienistä maatilakaupoista suuriin marketteihin. Ottakaa yhteyttä, tehdään yhteistyötä!

MakroBios

Hangontie 2493b, 10600 Ekenäs / Tammisaari
Tel / puh: (019) 204 456 • info@makrobios.fi • www.makrobios.fi

EKOKVARNEN I SVARTÅ LUOMUMYLLY MUSTIOSSA

15

Malning av spelt och andra sädesslag.
Eget producerat mjöl som finns till salu i närbutiker.

Jauhamme spelttiä ja muut viljalajit.
Omat jauhot myynnissä lähikaupoissa.

Nykärrsvägen/Uudensuontie 34
Svartå/Mustio
019-348 262
ulf.bergholm@dnainternet.net

SVARTÅ KVARN 1560 MUSTION MYLLY

KÖTT FÖR EN MOGEN SMAK LIHATUOTTEITA KYPSÄÄN MAKUUN

16

Restaurangernas hovleverantör West Chark Ab erbjuder köttprodukter, framställda av de bästa råvarorna. Till exempel: nöt, gris, lamm, kyckling, kalkon, vilt. Varm/kallrökta produkter m.m.

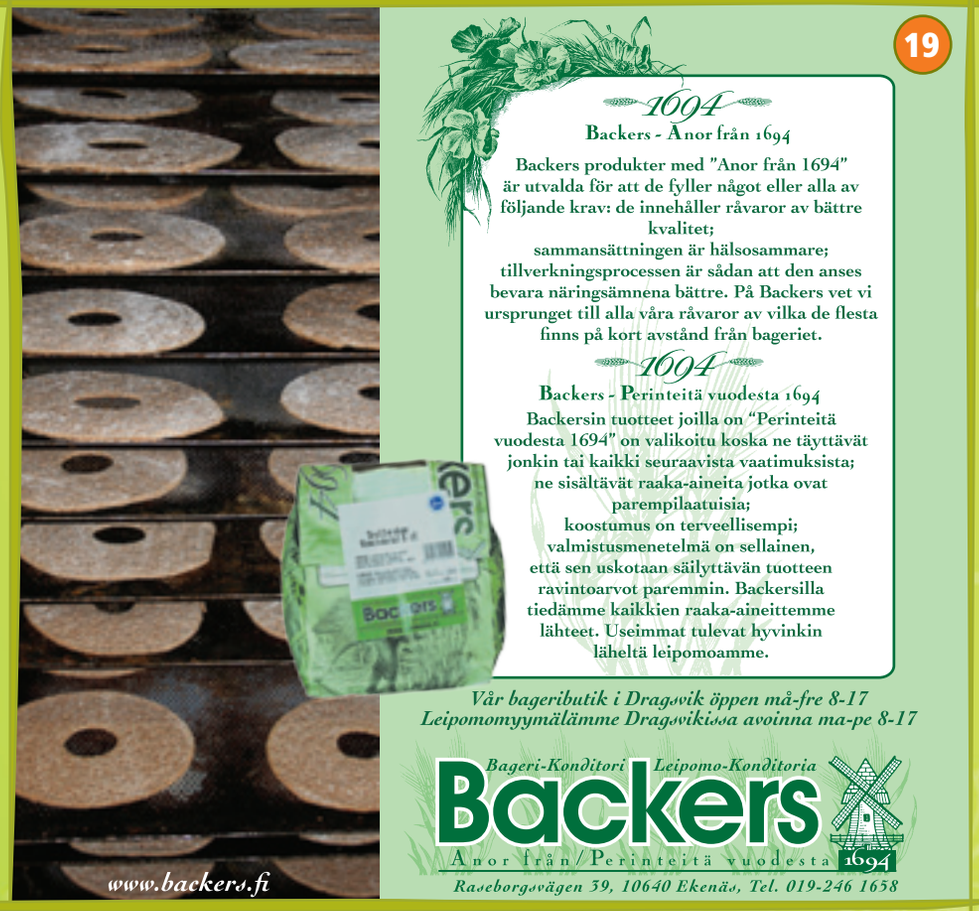
Ravintoloiden ja lounasruokailijoiden palvelutalo West Chark Oy tarjoaa monipuolisen valikoiman fileet, paistit sekä koko- ja jauhelihapihvit, samoin kuin yksilöllisesti valmistetut lammas ja riistatuotteet. ym. vaativaan makuun.

West Chark

Gamla Åbovägen 82, Skuru
Vanha Turuntie 82, Pohjankuru
019-2450 494, Fax: 019-2450 493
myynti@westchark.com • www.westchark.fi

17

M JANNE
eko . luomu
M
Janne
18
Också mycket närproducerat och ekoprodukter
Myös paljon luomu- ja lähituotteita
M JANNE
Raseborgsv./Raaseporint. 14, Ekenäs/T:saari
☎ 020 763 0810 8–21, 8–18, 12–18
Erbjudanden/tarjoukset www.mjanne.fi


19
1694
Backers - Anor från 1694
Backers produkter med "Anor från 1694" är utvalda för att de fyller något eller alla av följande krav: de innehåller råvaror av bättre kvalitet;
sammansättningen är hälsosammare;
tillverkningsprocessen är sådan att den anses bevara näringsämnena bättre. På Backers vet vi ursprunget till alla våra råvaror av vilka de flesta finns på kort avstånd från bageriet.
1694
Backers - Perinteitä vuodesta 1694
Backersin tuotteet joilla on "Perinteitä vuodesta 1694" on valikoitu koska ne täyttävät jonkin tai kaikki seuraavista vaatimuksista;
ne sisältävät raaka-aineita jotka ovat parempilaatuisia;
koostumus on terveellisempi;
valmistusmenetelmä on sellainen, että sen uskotaan säilyttävän tuotteen ravintoarvot paremmin. Backersilla tiedämme kaikkien raaka-aineittemme lähteet. Useimmat tulevat hyvinkin läheltä leipomoamme.
Vår bageributik i Dragsvik öppen må-fre 8-17
Leipomomyymälämme Dragsvikissa avoinna ma-pe 8-17
Bageri-Konditori Leipomo-Konditoria
Backers
Anor från/Perinteitä vuodesta 1694
Raseborgsvägen 39, 10640 Ekenäs, Tel. 019-246 1658
www.backers.fi

Mångsidigt tjänsteutbud nära dig
Kattava palvelutarjonta lähellä sinua
S-Etukortti
S-Förmånskort
VISA
CREDIT/DEBIT
4318 7001 2345 6789
S-Pankki
MEIKÄLÄINEN MAIJA
ALGT VARUBODEN 0163 123456
Sinulle För Dig
VARUBODEN
www.varuboden.fi

MATGLÄDJE I EKENÄS
RUOKAILOA TAMMISAARESSA

De moderna restaurangerna
med det lilla extra!

Nykyaikaiset ravintolat lisämausteilla!

20

Restaurant GH

Björknäsgatan/Koivuniemenkatu 12
Ekenäs/Tammisaari • 019-2413 200

21

GH Golf Restaurant

Lustigkullavägen/Lustigkullantie 19
Ekenäs/Tammisaari • 019-222 3204

LUNCH- OCH BESTÄLLNINGSRESTAURANG
LOUNAS- JA TILAUSRAVINTOLA

REVYY

22

TAPAS & À LA CARTE
RESTAURANT / RAVINTOLA

LA VIDA

Norra Strandgatan/Pohjoinen Rantakatu 1
Ekenäs/Tammisaari

SOMMARRESTAURANG
KESÄRAVINTOLA

23

BOSSANOVA

Ormnäsvägen/Ormnäsintie 1
Ekenäs/Tammisaari

019-239 5000

TRIVS PÅ TORPARRIAN
VIIHDY TORPARRIANILLA

24

På sommaren ordnar vi danser & privata fester. Rökbastu & badtunna (1-20 pers.) kan man njuta av året runt. A-rättigheter vid privata tillställningar. Vi serverar ekologiskt kött i olika varianter.

Torparrian
Misskärrsvägen 23
Tenala / Tenhola
info@torparrian.com
Sami Nylund tel. 0400-941 500
Annika Sjöblom tel. 040-755 6305

25

Purnus Jokilaakso

Antoisat kokoukset maaseudun rauhassa.
Ruokailut luonnon helmassa tai huvilan suojassa.

SEaction
www.seaction.com
info@seaction.com
09-256 4040

"På Kroken"

Hangöby hamn, Hangonkylän satama

26

FISKBUTIK-CAFÉ • KALAKAUPPA-KAHVILA • FISH SHOP-CAFÉ
fredag-söndag perjantai-sunnuntai Friday-Sunday 9–17

Kala- ja äyriäisravintola
Fisk- och skaldjursrestaurang
Fish and shellfish Restaurant

SKÄRGÅRDSBORD • SAARISTOLAISPÖYTÄ
TERRASSMENY • TERASSIMENYY
DAGENS SPECIAL• PÄIVÄN KALA
À LA CARTE

ÖPPET	AUKI	OPEN	
fre	pe	Fri	17-22
lö	la	Sat	12-22
sö	su	Sun	12-17

040-358 1815
www.pakroken.fi

27

UUSI RUOKARAVINTOLA KIRKKONUMMELLA

NY MATRESTAURANG I KYRKSLÄTT

Bistro Omat

Herkkuja lähiseudun raaka-aineista skandinaviseen makuun

Läckerhet av grannskapets råvaror till skandinavisk smak

Tervetuloa
VÄLKOMMEN

ÖPPEN MÅ-TO 11-22, FRE-LÖ 11-24, (SÖ 12-18)

Kirkkonummi Mono

Asemankulma 2, 02400 Kirkkonummi p. 050 433 8700
(City Marketin piha)
www.bistromat.fi

28

Idyllens, stilens
och smakernas träffpunkt – Cafe Ada

Idyllin, tyylin
ja makujen kohtauspaikka – Cafe Ada

ADA CAFE

Norra Strandgatan 7, Ekenäs
Pohj. Rantakatu 7 , Tammisaari

✆ 040 801 4444
info@ada.fi • www.ada.fi

29

SKOGEN ÄR VÅRT SKAFFERI!
METSÄN MAINIOT MAUT MEILTÄ!

Gullö krog är en beställningsrestaurang med 100 platser för fest och möte. Vi serverar vilt från gårdens egna marker: älg, vitsvanshjort, hare, duva och sjöfågel. Öppet året runt, förutom i juli.

Gullön krouvi on tilausravintola johon mahtuu 100 asiakasta juhlimaan ja kokoustamaan. Tarjoamme riistaa kartanon omilta mailta: hirveä, valkohäntäpeuraa, jänistä, kyyhkystä ja merilintua. Avoinna ympäri vuoden, paitsi heinäkuussa.

GULLÖ GÅRD & KROG

Gullövägen/Gullöntie 319
10600 Ekenäs/Tammisaari,
Raseborg Raasepori

+358(0)40 766 5340

GULLÖ
gullo.fi

DELIKATESSER FRÅN GATUKÖKET
KATUKEITTIÖHERKKUJA

30

Det mesta vi säljer gör vi själva. Välkommen och finsmaka!
Suurin osa tuotteista teemme itse. Tervetuloa herkuttelemaan!

Ti-fre/ti-pe 11-21, lö-sö/la-su 12-21
må stängt/ma suljettu

SILVER Burgers
GATUKÖK KATUKEITTIÖ

Orrgatan/Teerik. 28 (Bäljars), Karis/Karjaa
019-232 341 • www.silvers.fi

KOM TILL OSS OCH MÅ BRA!
TULE MEILLE JA VOI HYVIN!

31

- Café och konferensutrymme
- Lätt lunch på vardagar (sallader, paj och soppa)
- Festservice och uthyrning av tält, bord, stolar och porslin
- Klassisk massage, medicinsk laser och nu även **SALTRUM – NYHET!**
- Kahvila ja kokoustila
- Kevyt lounas arkisin (salaatteja, piirakka ja keitto)
- Juhlapalvelu ja telttojen, pöytien, tuolien ja posliinin vuokrausta
- Klassinen hieronta, lääketietellinen laser ja nyt myös **SUOLAHUONE – UUTUUS!**

Pyre´s
www.pyres.fi

Köpmansgatan 11, Karis
Kauppiankatu 11, Karjaa

Pia 0400-720 586
Kim 040-750 8733
info@pyres.fi

ÅMINNE GÅRDIN ARVOSETELI

32

Tervetuloa viettämään juhlia tai nauttimaan kartanon juhlava illallinen Åminne Gårdissa.

Mikäli ravintolapalveluiden hinta on **50 euro**, on setelin arvo **10 euroa.** Jos herkuttelet **100 eurolla**, etusi on **20 euroa**.

Tiedustelut ja pöytävaraukset:
hovimestari@nordcenter.com tai 019-276 6890

NORDCENTER

Åminnen Kartanon tie 4, Åminnefors
Tervetuloa seudun puhtaan valkeaan maamerkkiin!

(Seteli on voimassa 30.10.2010 asti)

33

Ett kök på landet är gårdens hjärta.
Välkommen att njuta av vårt köks goda mat och vårt lilla gårdshotells lugna miljö!

Maalaiskeittiö on koko talon sydän.
Tervetuloa nauttimaan keittiömme runsaista antimista ja pienen hotellimme rauhallisesta miljööstä!

Varmt välkommen – Lämpimästi tervetuloa!

petit HOTEL PEARL

Westerby Gård Restaurang och Gårdshotell - Ravintola ja Kartanohotelli
Västerbyvägen 95 Västerbyntie - Ingå 10210 Inkoo - N 60° 2,41′ E 24° 2,82′
(09) 295 2589 - mail@westerby.fi - www.westerby.fi

34

DEGERBY DELI

STRÖMMINGSMARKNAD
SILAKKAMARKKINAT
2.10.2010 kl. 10.00-14.00

Välkommen!
Tervetuloa!

Degerbyvägen 6 - Degerbyntie 6

35

Catering & Take away

ETT ENKLARE SÄTT ATT ORDNA FESTER

Vi tillverkar god festmat av rena färska råvaror.
Vi försöker använda närprodukter.

Väljer du **Take away** får du hämta festmaten färdigt dukad på dekorerade fat – smidigt och förmånligt.

Eller beställ vår **Catering** så ordnar vi din fest från början till slut.

HELPOMPI TAPA JÄRJESTÄÄ JUHLAT

Teemme hyvää juhlaruokaa puhtaista ja tuoreista ruoka-aineista. Suosimme lähellä tuotettua.

Jos valitset **Take away** -palveluumme teemme valitsemasi ruokalajit valmiiksi niin, että noudat ne meiltä ja kannat vain vadit pöytään..

Tai tilaa **Juhlapalveluumme** jolloin hoidamme juhlasi tarjoilun alusta loppuun saakka.

Ekström Catering

Fallvägen / Fallintie 148 A, 02580 Sjundeå / Siuntio
Köket / keittiö (09) 256 2046 • Tom Ekström 0400 470 949
Marita Ekström 040 5244 500 • Acke Ekström 040 7648 428
www.ekstromcatering.fi • ekstromcatering@kolumbus.fi

Oman kylän tuotteet: Vuoden ympäri paikallisilta toimittajilta: tomaattia, kurkkua, salaattia (esim. tammenleh- vä- jäävuori), perunat, juustoa, naudahlihaa, luomukananmunat.

Byns egna produkter: Året runt direkt från lokala producenter: tomater, gurka, sallad (t.ex. ekblads-isbergs), potatis, ost, nötkött, eko-ägg

Lähikauppapalvelua
Närbutikstjänster

- käteisnostot ja maksupalvelu/ kontantuttag och betalningstjänst
- kaasu/gas
- hevosrehu/hästfoder
- mullat, lannoitteet/mylla, gödsel

MEILTÄ TUORETTA **RIISTANLIHAA**
FÄRSKT **VILTKÖTT**

Rent Point Lapinkylä

- Pakettiauto/paketbil 9 m³
- Peräkärryt/släpkärror
- Venetraileri/båttrailer
- Henkilöauto-kuorma-auto/ person- och lastbil

K JONTTEn KYLÄKAUPPA / 's BYBUTIK

LAPINKYLÄ / LAPPBÖLE
✆ 09-8190640, fax. 09-81906411
www.jontte.fi 9-21, 9-18, 12-16

Plussa-kortilla etua jopa 5%.

37

HIIDENVEDEN Pito-mestarit

Täydenpalvelun Juhlatalo

Suussa sulavat pitopalveluherkut
kaikenlaisiin tilaisuuksiin ammattitaidolla
ja sydämellä valmistettuina.
Myös erilaisia tiloja ja erikokoisia telttoja vuokrattavissa.

Tutustu esimerkkimenuihimme
www.hiidenvedenpitomestarit.com
info@hiidenvedenpitomestarit.com

38

Restaurang
Hotell
Museum
Konferenser

Mustion Linna

Svartå Slott

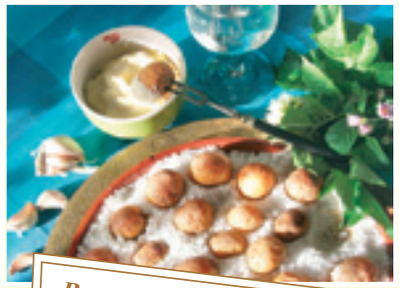
Ravintola
Hotelli
Museo
Konferenssejä

På Svartå har vi ätit gott i över 200 år!
Kom och njut av en ypperlig måltid i vår unika miljö.
Vårt kök använder de bästa lokala råvarorna Västra Nyland kan erbjuda.

Mustiolla on syöty hyvin jo 200 vuoden ajan!
Tule nauttimaan upeasta ateriasta uniikissa miljöössämme.
Keittiömme käyttää Länsi-Uudenmaan parhaimpia paikallisia raaka-aineita.

www.mustionlinna.fi

Hållsnäsvägen 89, Svartå, Raseborg myyntipalvelu@mustionlinna.fi 019-36 231



Perunaa suolapedillä

Levitä karkeaa merisuolaa uuninkestävään vuokaan. Pese pienet perunat hyvin ja paina ne suolapetiin kuorineen.
Paista uunissa 200 asteessa. Tee kastike majoneesista tai smetanasta. Voit notkistaa kastiketta kermalla. Mausta kastike esim. valkosipulilla tai chilillä.

Potatis på saltbädd

Strö grovt havssalt på ett ungsfast fat. Tvätta små potatisar noga och tryck ner dem i saltet med skalet på. Grädda i ugn ca 200°. Gör en sås av majonnäs eller smetana, rör i lite grädde så den blir lösare och färsk vitlök, lite chili gör susen.

Mangsin tila – maatila Uudenmaan sydämessä!

Mangsin tila sijaitsee Inkoon kauniissa kulttuurimaisemassa n. 50 km Helsingistä. Tule tutustumaan Mangsin tilan rauhalliseen tunnelmaan. Samoile metsässä, katsele tähtitaivasta, nauti talven rauhasta ja kesän kukkivista kummuista, niityistä ja aamukastehelmistä.

Järjestämme tapahtumia eri vuodenaikoina. Tule nauttimaan markkinoista koko perheen voimin: kesällä Jokamiehen Antiikkimarkkinat, syksyllä Perunapäivät ja Ruokamarkkinat, joulun lahjat voi ostaa Isoäidin Joulukeittiöstä... ”Butiikistamme” löydät tilan omat mehut ja hillot sekä muita ajankohtaisia herkkuja.

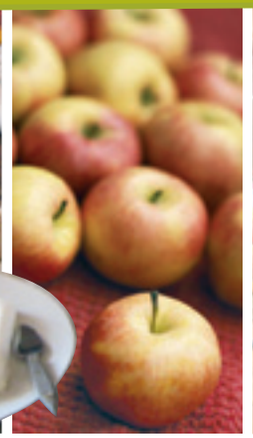
Meillä voit myös majoittua! Rauhalliset yöunet saat hotellissa tai ”omassa” Villassa. Herää tilan tuotteista tehdylle aamiaiselle. Vanhanaikainen hillo ja mehu saavat Sinut tuntemaan että olet tullut Isoäidin ja Isoisän luo.

Toivotamme tervetulleiksi: *Harriet & Thore*
Aime, Ludvig, Rasmus & Elina ja lapsenlapset sekä Pirre ja Findus

Mangs Gård Päivöläntie 667, 10140 Päivölä
www.mangsgard.fi 040-546 4786

Porkkalan Marja ja Vihannes 050-320 9582
Billskog, Inkoo: Degerbyntie 408, 10160 Degerby
Porkkala, Kirkkonummi:
Porkkalantie 800A, 02480 Kirkkonummi

Tervetuloa - Välkommen - Teretulemast - Welcome!



Mangs Gård – en bondgård i hjärtat av Nyland!

Mangs Gård ligger i Ingås naturskön kulturlandskap ca 50 km från Helsingfors. Det lönar sig att komma och bekanta dig med Mangs Gårds lugna atmosfär. Ströva i skogen, beundra stjärnhimlen, njut av vinterns lugn och sommarens blomsterång med morgondagg.

Vi ordnar evenemang under olika årstider. Kom hela familjen och njut av marknaderna. På sommaren Varmans Antikmarknad, på hösten Potatisdagar och matmarknad. Julgåvor kan köpas i Farmors Julkök. I vår Butik hittar man gårdens egna produkter, saft, sylt, samt delikatesser enligt säsong.

Man kan även övernatta hos oss! Efter en lugn natt på Hotellet eller i ”egen” Villa kan Du vakna upp till en frukost bestående av gårdens egna produkter. Med gammaldags sylt och saft känns det att Du har kommit till Farmor och Farfar.

Vi hälsar er välkomna: *Harriet & Thore*
Aime, Ludvig, Rasmus & Elina och barnbarnen samt Pirre och Findus

Mangs Gård Solbergsvägen 667, 10140 Solberg
www.mangsgard.fi 040-546 4786

Porkala Bär och Grönsaker 050-320 9582
Billskog, Ingå: Degerbyvägen 408, 10160 Degerby
Porkala: Porkalavägen 800A, 02480 Kyrkslätt

ÄT HÄLSOSAMT. TÄNK EKOLOGISKT.
SYÖ TERVEELLISESTI.
AJATTELE EKOLOGISESTI.

Vi bör äta mera hälsosam mat som vi tillverkar själv av fina råvaror från våra närområden. Det och mycket annat kan du läsa om i denna högaktuella kokbok.

Meidän pitää syödä enemmän terveellistä, hienoista raaka-aineista itse tehtyä lähiruokaa. Enemmän aiheesta ja paljon muuta löydät tästä ajankohtaisesta keittokirjasta.

FINNS I VÄLFÖRSEDDA BOKHANDLAR.
SAATAVILLA HYVIN VARUSTETUISSA KIRJAKAUPOISSA.

LÄTTLAGAT & FÄRGSTARKT

Inspirerande kokbok med 70 lättlagade recept för alla tillfällen, dukningstips och mängder av läckra matfotografier! Info om hur du beställer och var kokboken finns att köpa på **karinlindroos.com/kokbok.**

Kokbok av Magnus Lindström och Karin Lindroos, som även driver matbloggen Spontana smaker på mat.blogg.hbl.fi

CHARLOTTA BOUCHT

Sik, blåbär, apelsinfjäril
Siikaa, seljankukkaa, sitruunankuorta

En personlig kokbok med svindlande vackra bilder.

Ystävien seurassa vuosien saatossa hioutuneet suosikkireseptit.

PIA-MARIA LEHTOLA & TOMI PARKKONEN

*Vinterdrömmar * Talviunelmia*
utkommer/*ilmestyy 10/2010*

Inredningstips för den som gillar villaliv och recept för vinterns högtider och fester.

Sisustusvinkkejä huvila-tyyliin ihastuneille ja reseptejä talven kohokohtiin.

SCHILDTS www.schildts.fi

Mary Kuusisto
Djungelgurka, isört
Ca 32,90 e

”Med en avslappnad inställning till trädgård och ett stort intresse för att prova på nya arter tar hon läsaren med på odlingsäventyr. ... och många läckra rätter ...”
Mary-Ann Bäcksbacka, Västra Nyland

Gunilla Donner m.fl.
Hur fint som helst!
Framnäs kokbok
ca 30,50 e

”Man behöver inte vara gourmetkock för att laga dessa rätter och ändå få till stånd festliga, läckra och mättande måltider för tjugo personer eller fler.”
Laura Lodenius, NyTid

MEDSTRÖMS MOTSTRÖMS **Söderströms**
PB 870, 00101 H:fors
tfn 09 – 6841 860
www.soderstrom.fi

EKOLOGISK RÅG OCH HAVRE FRÅN BRUSABY!

LUOMURUISTA- JA KAURAA BRUSABYSTÄ!

leila.waren-backstrom@axxell.fi

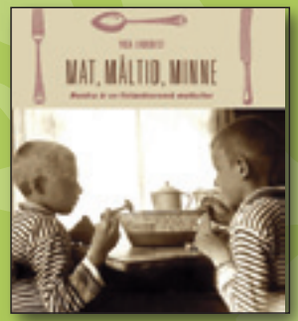
AXXELL WWW.AXXELL.FI

YRKESHÖGSKOLAN NOVIA

Yrkeshögskolan Novia
Campus Raseborg

www.novia.fi

SVENSKA LITTERATURSÄLLSKAPET I FINLAND



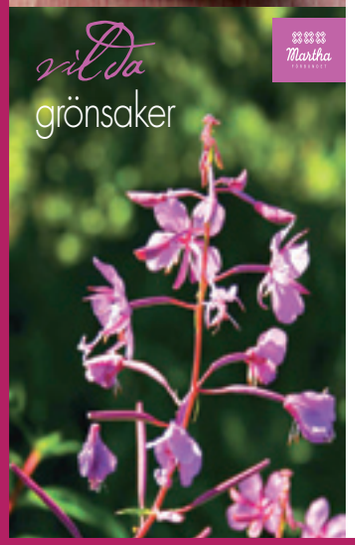
YRSA LINDQVIST

Mat, måltid, minne

Hundra år av finlandssvensk matkultur

Hur har vår syn på mat och matproduktion förändrats under 1900-talet? Vad har globaliseringen för inverkan på våra matvanor?

Pris: **34,00 €**



SMARTH MATVISION À LA *Martha*

S törre andel vegetabilier
M indre tomma kalorier
A ndelen ekologiskt utökas
R ejält gott
T ransportsnålt
H emlagat

Martha SATSAR PÅ

Säsongbetonat
Närproducerat och ekologiskt
Att undvika onödigt förpackningsmaterial
Basvaror
Begränsa tillsatsämnen

KONTAKTA *Martha*

www.martha.fi, kansliet@martha.fi

Hushåll: tfn 010 279 7279 (ti-to kl. 13-15)
Ekologi: tfn 044 735 4975
Ekonomi: tfn 043 820 0073

Finlands svenska Marthaförbund
Lönnrotsg. 3 A 7, 00120 Helsingfors

Karin Lindroos

Slow Food är en ideell, eko-gastronomisk organisation, som upprätthålls av sina medlemmar.

Slow Foodrörelsen grundades år 1989 som motvikt till snabbmaten och den snabba livsstilen, förlusten av lokala mattraditioner och mänskors minskande intresse för maten de äter, var den kommer ifrån, hur den smakar och hur våra val av mat påverkar resten av världen. Slow Food kombinerar nöje med ansvar och gör dem oskiljaktiga. Idag har vi mer än 100 000 medlemmar i 132 länder.

Vårt uppdrag: Slow Food arbetar för att bevara den biologiska mångfalden i vår matförsörjning, sprida smakfostran och sammanföra producenter av högklassiga matvaror med samproducenter, genom att arrangera evenemang och ta initiativ. Slow Food är god, ren och rättvis mat. Vi vill att maten vi äter skall smaka gott, produceras rent så att miljön, djurens välbefinnande och vår hälsa inte skadas och att matproducenterna skall få en rättvis ersättning för sitt arbete.

Vi ser oss själva som medproducenter, inte som konsumenter. Genom att vi har kunskap om hur den mat vi äter produceras och genom att aktivt understöda dem som producerar den, blir vi en del av och en partner i produktionsprocessen.

Slow Food on ei-kaupallinen jäseniensä ylläpitämä eko-gastronominen liike. Kansainvälinen Slow Food-liike perustettiin vuonna 1989 vastapainona pikaruoalle, kiireiselle elämäntyylille ja paikallisten ruokatapojen katoamiselle. Lisäksi perustaminen oli vastapainoa ihmisten vähentyneelle kiinnostukselle syömäänsä ruokaa kohtaan ja vähentyneelle kiinnostukselle sitä kohtaan, mistä ruoka on peräisin, miltä ruoka maistuu tai miten ruokavalintamme vaikuttavat muihin maailmassa. Slow Food-liike yhdistää nautinnon ja vastuun ja tekee niistä erottamattomat. Tällä hetkellä jäseniä on yli 100 000 kaikkiaan 132 maassa.

Toiminta-ajatuksemme: Slow Food edistää biologisen monimuotoisuuden säilymistä ruokahuollossamme, levittää makukasvatusta ja kokoaa yhteen korkealuokkaisten ruokatuotteiden tuottajia sekä yhteistyötahoja järjestämällä tapahtumia ja laatimalla aloitteita. Slow Food tarkoittaa hyvää, puhdasta ja reilua ruokaa. Uskomme, että ruoan, jota syömme, tulee maistua hyvältä, tulee olla tuotettua siten, että ympäristö, eläinten hyvinvointi ja terveytemme ei vahingoitu, ja että ruoantuottajien tulee saada oikeudenmukainen korvaus työstään.

Pidämme itseämme yhteistyökumppanina, emmekä kuluttajina. Koska meillä on tietoa siitä, miten syömämme ruoka tuotetaan, ja koska aktiivisesti tuemme ruoantuottajia, olemme yksi lenkki tuotantoketjussa.

Slow Food is a non-profit, eco-gastronomic member-supported organization that was founded in 1989 to counteract fast food and fast life, the disappearance of local food traditions and people's dwindling interest in the food they eat, where it comes from, how it tastes and how our food choices affect the rest of the world.To do that, Slow Food brings together pleasure and responsibility, and makes them inseparable. Today, we have over 100,000 members in 132 countries.

Our mission: Slow Food works to defend biodiversity in our food supply, spread taste education and connect producers of excellent foods with co-producers through events and initiatives. Slow Food is good, clean and fair food. We believe that the food we eat should taste good; that it should be produced in a clean way that does not harm the environment, animal welfare or our health; and that food producers should receive fair compensation for their work.

We consider ourselves co-producers, not consumers, because by being informed about how our food is produced and actively supporting those who produce it, we become a part of and a partner in the production process.

Olle Lindholm

Mary Kuusisto

MARY KUUSISTO

är författare, konstnär och mästare i att fylla krukor, rabatter och sin trädgård utanför Ekenäs med ätbara växter från alla världens hörn.

MAT ÄR FANTASI

När maten är färggrann föreställer vi oss också att den smakar gott. Om rätten därtill doftar och vi pratar lyriskt om den, då har vi påverkat flera sinnen och kan börja njuta av måltiden.

MAT BAKOM DÖRREN

Nästan var du än bor kan du ha grönsaksland i stora krukor, vid köksingången, på gården eller på balkongen. Isört, persilja och perilla trivs tillsammans. Djungelgurkan klänger iväg vart den vill. Vanlig plocksallat är vacker med vattenpeppar och ätlig chrysanthemum. Av några stora krukor får man otroligt stor skörd och bara i förbifarten plockar man händerna fulla.

Kom ihåg att odla åtminstone smörgåskrasse vintertid.

SYÖDÄÄN MIELIKUVIA

Kun ruoka on värikästä, me kuvittelemme sitä myös hyvän makuiseksi. Jos annos lisäksi tuoksuu ja puhumme siitä lyyrisesti, niin olemme jo vaikuttaneet moneen aistiimme ja voimme alkaa nauttia ateriastamme.

RUOKAA OVEN TAKANA

Asut melkein missä tahansa niin isoissa ruukuissa voi olla vihannesmaa lähettyvillä, pihalla parvekkeella tai sisäänkäynnin vieressä. Sulassa sovussa kasvaa jääruohoa, persiljaa ja perillaa. Viidakkokurkku köynnöstelee mihin haluaa. Tavallinen lehtisalaatti on kaunis vesipippurin ja vihanneskrysantemin kanssa. Muutamasta ruukusta saa uskomattoman ison sadon ja ohimennen tulee napattua ruokaa lautaselle.

Muista talvella kasvattaa ainakin voileipäkrassia sisällä.

ALLTFÖR SÄKER MAT

I mitten på augusti presenterade det brittiska riskanalysföretaget Maplecroft en jämförelse över livsmedelssäkerheten i världen som minsann smickrar oss finländare. Undersökningen placerar nämligen Finland högst i världen. Bland de kriterier som Maplecroft använt finns bland annat folkhälsan och risker för naturkatastrofer, men också kriterier som logistiken för livsmedel och förvaltningens effektivitet.

Vackert så, det är viktigt att vi alla kan känna oss trygga med de livsmedel vi äter, men ibland känns det som om tryggheten gått lite för långt.

Effektiva distributionsnät för livsmedel och effektiva myndigheter, som lyfte oss i Maplecrofts undersökning, kan göra det svårt för små livsmedelsproducenter. För att få sina produkter i butikshyllorna via de stora handelskedjorna måste de små producenterna tillverka rätt stora mängder – och helst i jämn takt under hela året. Dessutom måste producenterna ansluta sig till handelns logistiksystem, vilket kan vara både kostsamt och krångligt.

Värre är det kanske ändå för de små livsmedelsproducenterna att fylla myndigheternas alla krav. Som exempel kan nämnas den nya livsmedelslagen som orsakat problem för många små och medelstora livsmedelsproducenter. För att fylla lagens krav krävs ofta investeringar på tusentals eller tiotusentals euro, vilket blir för dyrt. Företagarna väljer istället att lägga ner verksamheten och nya företagare blir avskräckta från att ens försöka komma igång.

Från myndighetshåll har det sagts att företagarna skall använda bondförnuft då de bygger sina små mejerier, slakterier eller andra livsmedelsanläggningar. Jag vill kasta bollen tillbaka och säga att myndigheterna borde använda bondförnuft då de granskar och godkänner anläggningarna.

Samma bestämmelser gäller nämligen för stora matfabriker med tusentals anställda och för små företag där kanske bara en person arbetar med livsmedlen. Det verkar inte riktigt skäligt. Matfabrikerna tillverkar mat för tiotusentals människor, småföretagaren för några tiotal. Riskerna är annorlunda. Småföretagarna har inte heller råd att skrämma bort sina kunder med dålig kvalitet. Företagaren vill kunna se sina kunder rakt i ögonen även nästa dag.

Myndigheterna säger ofta att reglerna kommer från EU och att vi inte kan påverka dem. Men det handlar inte om själva reglerna utan om hur de skall tolkas. I många andra EU-länder finns större förståelse för de små livsmedelsföretagens vardag. En förståelse för att småskalig livsmedelsförädling inte bara är byråkratiska regler utan ett hantverk som måste kunna leva.

Tur nog har konsumenterna hos oss nu fått upp ögonen för småskaligt mathantverk. Fördelen är smak och kvalitet som den storskaliga livsmedelsindustrin inte kan leverera. Utan onödiga tillsatsämnen. Istället med riktig smak och riktiga råvaror. Mathantverk gör dessutom att produkterna kan spåras tillbaka till ursprunget, konsumenterna kan på riktigt ta reda på vet vad de äter.

Vi får hoppas att framtiden ger nya möjligheter för de små livsmedelsföretagen. Kunderna finns redan. Hoppeligen finns det också myndigheter med förståelse för att det behövs annat än skinande ytor av rostfritt stål för att åstadkomma smakliga och fräscha livsmedel.

MIKAEL JERN
agronom och jordbrukare

LIIAN TURVALLISTA RUOKAA

Elokuun 2010 puolivälissä brittiläinen riskianalyysiyritys Maplecroft julkisti elintarvikkeiden turvallisuudesta maailmanlaajuisen vertailun, joka on varsin imarteleva suomalaisille. Tuon tutkimuksen perusteella Suomi nimittäin sijoittuu maailman ykköseksi. Maplecroftin soveltamiin muuttujiin kuuluvat mm. kansanterveys sekä luonnonkatastrofien uhka, mutta myös esimerkiksi elintarvikelogistiikan tehokkuus ja hallintotoimien vaikuttavuus.

Hyvä näin – onhan tärkeää, että voimme kaikki tuntea olomme turvalliseksi käyttäessämme elintarvikkeita. Mutta joskus kyllä tuntuu, että turvallisuudesta pidetään huolta aivan liikaakin.

Elintarvikkeiden jakeluverkostojen tehokkuus ja viranomaistoimien perusteellisuus, jotka osatekijät siis nostivat sijoitustamme Maplecroftin tutkimuksessa, voivat hankaloittaa pienten elintarviketuottajieen toimintaa. Saadakseen tuotteensa suurten kauppaketjujen myyntitiskeille pientuottajien täytyy valmistaa tuotteitaan varsin mittavissa määrissä – ja mieluiten tasatahtia kautta vuoden. Sen lisäksi näidenkin tuottajien on liityttävä kaupan logistiikkajärjestelmään, joka voi sekä tulla kalliiksi että olla hankalaa.

Kuitenkin kenties suurimman pulman pientuottajille muodostaa kaikkien viranomaisvaatimusten täyttäminen. Mainittakoon vaikkapa uusi elintarvikelaki, joka on aiheuttanut ongelmia monille pienille ja keskisuurille elintarviketuottajille. Säädösten noudattaminen vaatii usein kohtuuttomia, tuhansien tai kymmenien tuhansien eurojen sijoittamista. Niinpä yrittäjät päättävät investointien asemesta lopettaa toimintansa eivätkä yrittäjyyttä vasta harkitsevat uskalla käynnistää uutta yritystä.

Viranomaistaholta on todettu, että yrittäjien tulisi käyttää maalaisjärkeä rakentaessaan pieniä meijereitään, teurastamoitaan tai muita elintarvikeyrityksiä. Haluaisin heittää pallon takaisin ja väitän, että viranomaisten itsensä tulisi soveltaa maalaisjärkeä pientuotantolaitoksia tarkastaessaan ja hyväksyessään. Samaa säädöstä sovelletaan yhtälailla niin suuriin, tuhansien työntekijöiden ruokatehtaisiin kuin ehkä vain yhden elintarviketyöntekijän tarvitsevaan pienyritykseen. Tämä ei tunnu kovinkaan kohtuulliselta. Ruokatehtaat valmistavat ruokaa kymmenille tuhansille ihmisille, pienyritykset muutamille kymmenille. Riskit ovat eri luokkaa. Pienyrittäjillä ei liioin ole varaa karkottaa asiakkaitaan laadun kehnoudella: hehän haluavat kyetä katsomaan asiakkaitaan silmiin vielä seuraavanakin päivänä!

Viranomaiset sanovat usein, että säännökset tulevat EUsta eikä heillä ole mahdollisuutta vaikuttaa niihin. Mutta kysymys ei ole säännöksistä sinänsä, vain siitä kuinka niitä tulkitaan. Monissa muissa EU-jäsenvaltioissa liikenee enemmän ymmärrystä pienten elintarvikeyritysten toimintaolosuhteita kohtaan. Siis sen oivaltamista, että elintarvikkeiden pienimuotoisessa jalostamisessa ei ole kysymys vain virkavaltaisten säännöksien täyttymisestä, vaan käsityönä toteutettavasta ruoan tuottamisesta pienessä mittakaavassa. Tuotettavan ruoan valtteina ovat sellainen maku ja laatu, joita massiivinen elintarviketeollisuus ei pysty tuottamaan. Lisäaineet käyvät tarpeettomiksi, kun tuoreet raaka-aineet takaavat aidon maun. Sitä paitsi ruokakäsityön kyseessä ollen tuotteiden alkuperä kyetään jäljittämään eli kuluttajien on todella mahdollista selvittää, mitä he syövät.

Rohkenemme toivoa, että tulevaisuus avaa uusia mahdollisuuksia pienille elintarvikeyrityksille. Asiakkaat ovat jo odottamassa. Toivon mukaan on myös sen oivaltavia viranomaisia, että hyvänmakuisten ja tuoreiden elintarvikkeiden tuottamiseen tarvitaan muutakin kuin ruostumattomasta teräksestä valmistettuja hohtavia pintoja.

MIKAEL JERN
agronomi ja maanviljelijä

Karin Lindroos

MATENS MAGI

”Vill ni komma över på lite vin?”, sa hyresvärden när vi träffade henne första gången för att få nyckeln till lägenheten vi skulle hyra två veckor i Montmartre, i Paris. ”Ja, visst”, sa vi överraskat och såg fram emot att få träffa parisare, så där på riktigt hemma i deras kök. När dagen väl var kommen och vi stod omklädda och klara för att ge oss av blev vi dock osäkra på vad som gällde för kvällen. Skulle vi få en stor middag eller bara lite vin och ost? Vi var hungriga och hoppades på den första gissningen, men hur skulle vi veta? Hur gör man i Paris? Säger man ”lite vin” och menar mycket mat?. ”Vi äter en halv avocado nu och om det inte doftar mat när vi kommer in i hallen säger vi att vi har planer för kvällen och bara kan stanna en stund”, föreslog Karin. Och så blev det. Vi åt avokado med olivolja och vinäger för att skjuta upp hungern.

Hos hyresvärden mottogs vi med stora leenden och kindpussar, som fick mig att tappa konceptet totalt. Jag kallade Matto för Matias vilket aldrig tidigare hade hänt. Vi leddes ut till en härlig balkong och tittade fascinerat på utsikten över en innergård. Jag hade inte en tanke på att känna om det doftade mat när vi passerade köket.

På det stora balkongbordet dukades blinier, körsbärstomater och olika röror upp. Vi mumsade i oss av godsakerna och småpratade om sevärdheter i Paris och om våra bakgrunder. Efter en timme dukades bordet av och hyresvärden frågade om vi ville äta middag med dem. Karin, Matto och jag förstod varandras blickar. Vi tackade ja och förundrades i det tysta över hur annorlunda situationen var jämfört med det vi var vana vid från Norden. Här reder vi ut i förväg vilken typ av tillställning vi bjuder in till. Vi vet om man ska komma hungrig eller inte. Men där på balkongen i Paris hade vi ingen aning om vad som var på gång. Värdarna körde stenhårt på sin egen etikett, vi fick finna oss i kindpussar och bara hänga med. Det var ovant men oerhört gemytligt.

Vi borde bli mer så. Vi ska säga till trevligt folk vi råkar på att de är välkomna på middag och våga låta dem ta oss som vi är, se vem vi är. Och vi borde ha som motto att bjuda in oss själva till minst ett hem när vi är på nya platser? Jag tror att det kan vara lösningen på våra konflikter och kränkningar.

För när vi sitter ner vid varandras matbord och äter lär vi oss vem den andra är. Det vi tidigare tyckt är konstigt börjar vi förstå. I stället för att fördöma så förundras vi och det som varit märkligt blir magiskt.

ANNA LINDHOLM

Pedagog med interkulturell profil.

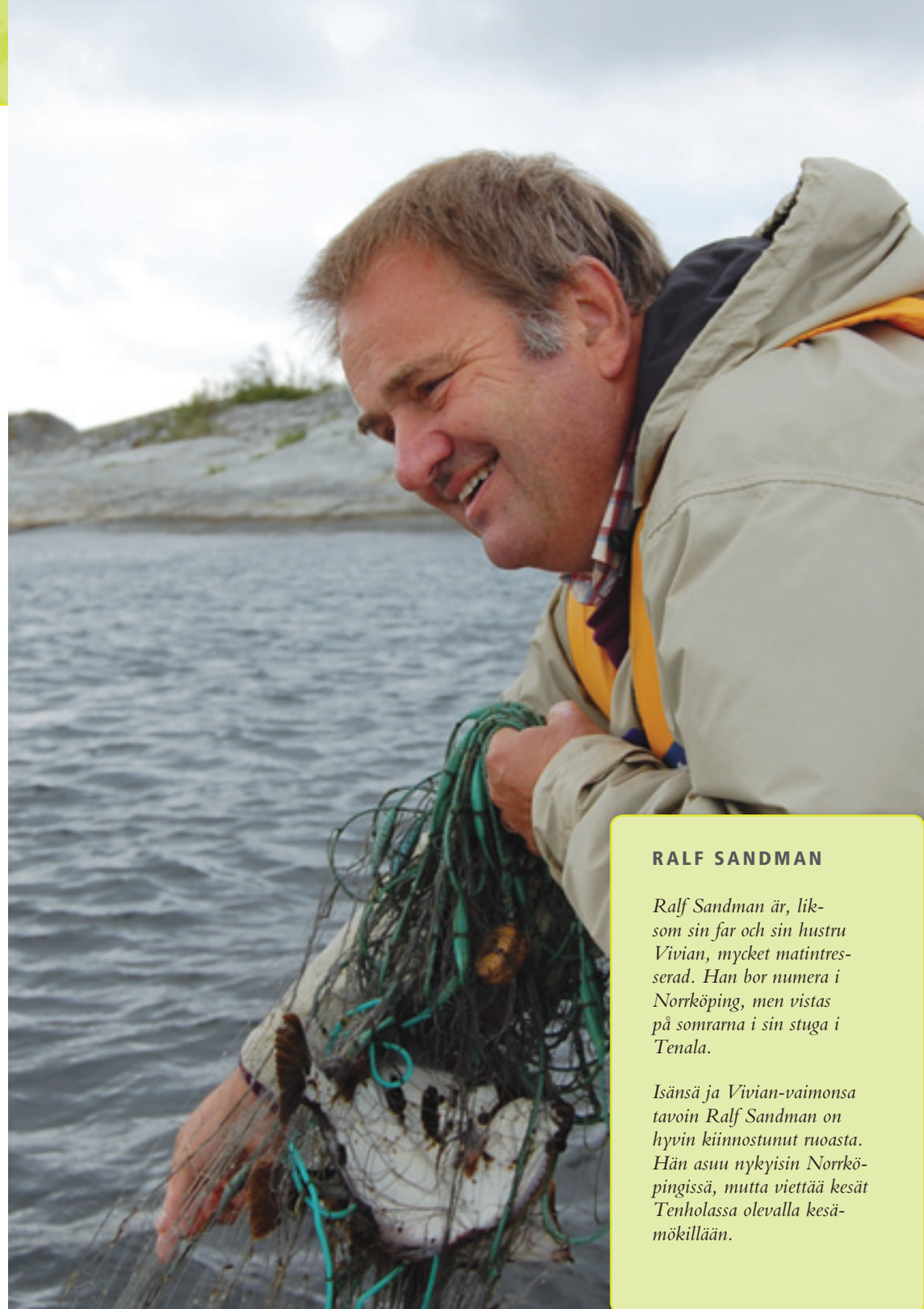
FÄRSK FISK UR VÄSTNYLÄNDSKA VATTEN

Fiske är en sport med många ansikten. Men alla har gemensamma nämnare. Frisk luft, spänning och förhoppningsvis något gott att äta, även om bortkastade drag och sönderrivna nät väl i viss mån påverkar kilopriset för den fångade fisken. Vi har prövat ismete, men med klent resultat, så vintertid blir det mest fisk över disk. Men när våren kommer, öppnar sig möjligheterna. Att meta strömming med tackel i maj-juni, är en hisnande upplevelse, om man lyckas komma in i ett stim. Det är fantastiskt att få så mycket fisk att det både räcker till nystekta strömmingar, flundror och goda inläggningar, t.ex ett från Sverige inlånat recept, Brantevikssströmming*). Under sommaren fiskar vi med kastspö och nät. Familjens minsta metar. I vårt hus filear vi all gädda, gös och abborre. Även de minsta fiskarna, eftersom vi alltid har haft principen att all fisk som tas upp, skall ätas. Gäddan äts antingen som Gädda á la Nothamn (recept här bredvid), eller liksom gös och abborre, panerad och stekt med någon god kall sås. Att vi har lärt oss byxa abborr- och gösfiléerna förhöjer njutningen, men är till visst förfång för familjens unga. Vi har nämligen lärt dem att äta fisk genom att erbjuda en liten slant för varje ben. På väggen i köket hänger varje sommar ett protokoll med namn på alla barnen. Benen bokförs med ett streck på listan. Vid sommarens slut delas sedan gratifikationer ut. Tack vare gäddorna, blir det ändå en slant. Man blir förvånad över hur mycket fisk små barn kan sätta i sig! I näten får man ibland karpfiskar, som t ex braxen och faren. Familjen kallar dem nålbrev, men de ger god smak åt soppan och kan med fördel användas i en numera ganska bortglömd rätt, nämligen aladåb. (Iskall aladåb med pepparrotsgrädde, eller romsås och nypotatis är en trevlig sommarrätt.) Att lägga en stor braxen på långpanna i ugn och ösa den med vitt vin, tills den blir knaprig på utsidan och innanmätet faller sönder är inte heller fy skam. För att inte tala om den fantastiska såsen man kan laga på skyn. För många år sedan inhandlade vi en röklåda, men den är i dag mest använd för inköpta laxfiskar, eftersom nyfångad fisk kan tillredas på så många andra trevliga sätt. När säsongen är slut, bukar vi avrunda med att besöka någon höstmarknad, ofta den i Ekenäs. Där kan vi fylla lagren med lingonen vi inte har hunnit plocka och med spännande inläggningar. I min barndom var det mest salt strömming och ansjoviskryddning, men nu sätter fantasin inga gränser. En av de nya, intressanta bekantskaperna har varit Tandoorikryddad strömming. Så blir det vinter och vi är tillbaka till köpefisken. Men också där finns det en höjdpunkt: Laken med sin underbara rom!

ETT 80-ÅRIGT GÄDDRECEPT

Nothamns naturskyddsområde ligger i Snappertuna, utanför Box. Det består av ungefär 1500 ha vatten och 350 ha öar. Naturskyddsområdet grundades år 1913 av Rolf Palm-

*) Googla på ”Brantevikssill” så hittar du receptet



RALF SANDMAN

Ralf Sandman är, liksom sin far och sin hustru Vivian, mycket matintresserad. Han bor numera i Norrköping, men vistas på somrarna i sin stuga i Tenala.

Isänsä ja Vivian-vaimonsa tavoin Ralf Sandman on hyvin kiinnostunut ruoasta. Hän asuu nykyisin Norrköpingissä, mutta viettää kesät Tenholassa olevalla kesämökillään.

gren och J A Palmén, verksamma på Zoologiska stationen i Tvärminne. Min pappa besökte Nothamn redan på 30-talet och sedan dess har vår familj besökt Nothamn ganska regelbundet. Före kriget, lärde sig min pappa av den dåvarande värdinnan på Nothamn att tillreda gädda enligt ett recept som vi fortfarande använder. Min pappa var mycket matintresserad och när han kom hem från sina fisketurer vankades det oftast Gädda á la Nothamn.

Receptet vann första pris i Hufvudstadsbladets tävling om bästa finlandssvenska maträtt 1987 och serverades på Skansen i Stockholm under den Finlandssvenska Veckan senare samma sommar.

RALF SANDMAN

GÄDDA Á LA NOTHAMN

(4 pers)

Tider och mått är ungefärliga, bl a stekpannans storlek påverkar. Tillagningstid ca 20 min.

Ingredienser
600 g gäddfilé
1 liter helmjök (byt eventuellt ut en del av mjölken mot 1 dl grädde)
2 msk smör
Salt och vitpeppar

Gör så här
Skär gäddfiléerna i lämpliga portionsbitar, salta och peppra. Stek bitarna i en stor stekpanna, tills de har fått färg, men inte har blivit mjuka. Vänd dem sedan och låt andra sidan få färg. Häll sedan på mjölken i små mängder åt gången runt fiskbitarna. Rör sedan försiktigt runt i mjölken med en smal stekspade, men försök undvika att flytta fisken. Känn bara efter att den inte brinner fast. Den tillförda mjölkmängden får aldrig bli så stor att kokningen upphör. När så all mjölk är tillsatt och har kokat in så att den har en tjock såskonsistens och nätt och jämnt når upp till filébitarnas överkant, är maträtten klar. Smaka av och krydda extra vid behov. Såsen skall ha en tydlig smak av salt och vitpeppar. Observera att risken i allmänhet är att kryddsmaken blir för stark. Om det händer, tillsätt mer mjölk.
Servera med kokt potatis, grönsallad bestänkt med en lag gjord på ättika, socker och vatten.

TUORETTA KALAA LÄNSI-UUDENMAAN VESISTÄ

Kalastus on varsin monimuotoinen urheilulaji. Kalastuksen yhteisiä nimittäjiä ovat raitis ilma ja jännitys sekä palkinto eli makupala. Saaliin kilohinta tosin saattaa riippua uistinten uppoamisesta tai verkkojen vaurioitumisesta. Koska perheemme pilkkimisyritykset ovat tuottaneet heikkoa tulosta, hankimme kalan talvisaikaan enimmäkseen myyntitiskiltä. Mutta kevät tuo mukanaan mahdollisuuksien kirjon! Touko-kesäkuulla silakan nosto on valtava elämys, kun paikalle osuu kalaparvi. On todella mahtavaa saada sellainen silakkasaalis, että siitä riittää paistettavaksi, rapusilakoiksi ja mausteliemeen säilöttäviksi, vaikkapa ruotsinmaalaisittain Brantevikin silakoiksi.*)

Kesällä kalastamme virverillä ja verkoilla. Perheen pienimmät pyytävät mato-ongella. Taloudessamme kaikki osaavat fileoida haukea, kuhaa ja ahventa. Pienimmätkin kalat syödään, koska mielestämme kaikki pyydetty saalis on käytettävä. Hauki syödään joko Nothamnin haukena (ohje alla) tai, kuten kuha ja ahven, paneroituna ja paistettuna makoisan kylmäkastikkeen kera. Nautintoa lisää vielä se, että olemme oppineet käsittelemään ahven- ja kuhafileet perheen pienimpiä silmälläpitäen. Heitä on kannustettu syömään kalaa lupaamalla palkkio jokaisesta löytyvästä ruodosta. Keittiön seinälle ripustetaan kesäisin kaikkien lasten nimet käsittävä lista, johon itse kunkin löytämät ruodot merkitään tukkimiehen kirjanpidolla. Kesän lopulla jaetaan asianomaiset palkkiot. Haukien ansiosta jokaiselle heruu jokunen kolikko.

Täytyy hämmästellä, miten paljon kalaa pienet lapset pystyvät ahtamaan itseensä! Verkkoihin osuu joskus karppikaloja kuten lahnaa ja sulkavaa. Näitä perhe sanoo neulatyynyiksi, mutta keitolle ne antavat hyvän maun ja niitä voi hyödyntää sellaisessa nyttemmin melko lailla unholaan jääneessä ruokalajissa kuin kalahyytelössä (aladoobissa). (Jääkylmä kalahyytelö piparjuurikerman, mätikastikkeen tai uusien perunoiden kanssa on oivallista kesäruokaa.) Uunipannussa valkoviinihauteessa valmistettu suuri lahna, joka on päältä rapea ja sisältä muhentunut, ei sekään maistu hullummalta, puhumattakaan haudutusliemeen tehdystä erinomaisesta kastikkeesta. Vuosia sitten tulimme hankkineeksi savustuslaatikon, mutta nykyisin sitä käytetään enimmäkseen ostettujen lohikalojen valmistamiseen, koska juuri pyydystetty kalahan voidaan valmistaa niin monella muullakin tavalla. Kalastuskauden lopettajaisiksi käymme tavallisesti syysmarkkinoilla, useinkin Tammisaaressa. Siellä voimme täydentää varastoja esim. puolukoilla, jos emme ole ehtineet poimia niitä itse, sekä jännittävillä säilykekaloilla. Lapsuudessani säilötty kala tarkoitti enimmäkseen suolasilakkaa ja maustekalaa, mutta nykyisin säilöjän mielikuvitus ei tunne rajoja. Yksi mielenkiintoinen uusi tuttavuus on tandoorisilakka. Talven myötä siirrymme ostokalaan. Ja talvikauden odotettu kohokohta on tietenkin made ja sen herkullinen mäti!

*) Ruotsinkielinen resepti löytyy Googlesta hakusanalla ”Brantevikssill”

HAUENVALMISTUSOHJE 80 VUODEN TAKAA

Nothamnin luonnonsuojelualue sijaitsee Boxin edustalla Snappertunassa. Alueesta noin 1500 ha on vettä ja 350 ha saaria. Suojelualueen perustivat vuonna 1913 Rolf Palmgren ja J. A. Palmén, jotka toimivat Tvärminnen eläintieteellisellä asemalla. Isäni oli Nothamnissa jo 1930-luvulla, ja siitä lähtien perheemme on käynyt siellä varsin säännöllisesti. Ennen sotia isäni oppi Nothamnin silloiselta emännältä valmistamaan haukea alla kerrotun reseptin mukaan, jota meillä käytetään jatkuvasti. Isäni oli hyvin kiinnostunut ruoasta, ja hänen palattuaan kotiin kalaretkiltään oli useimmiten tarjolla Nothamnin haukea.

Sama resepti voitti vuonna 1987 ensimmäisen palkinnon Hufvudstadsbladetin kilpailussa parhaasta suomenruotsalaisesta ruokalajista. Myöhemmin samana kesänä tätä ruokalajia tarjottiin vietettäessä Suomenruotsalaista viikkoa Skansenilla Tukholmassa.

RALF SANDMAN
Käännös: Marjatta Donner

NOTHAMNIN HAUKI

(4 henkilölle)

Valmistusaikaa ja ainesmääriä koskevat ohjeet ovat suuntaa-antavia, sillä esim. paistinpannun koko vaikuttaa niihin. Valmistusaika on n. 20 minuuttia.

Ainekset
600 g haukifileitä
1 litra täysmaitoa (haluttaessa osan voi korvata 1 desilitralla kermaa)
2 rkl voita
suolaa ja valkopippuria

Valmistus
Leikkaa haukifileet sopivan kokoisiksi annospaloiksi ja mausta ne suolalla ja pippurilla. Paista paloja suuressa paistinpannussa, kunnes ne ovat sopivan ruskeita, mutta eivät vielä ole pehmenneet. Käännä kalapalat ja ruskista ne toiseltakin puolen. Kaada sitten maito pannulle kalapalojen ympärille pienissä erissä. Hämmennä maitoa varovasti kapealla paistolastalla koskematta kalaan. Pidä kuitenkin huoli siitä, ettei kala tartu kiinni pohjaan. Maitoa lisätään niin pienissä erissä, että kiehuminen ei keskeydy. Kun koko maitomäärä on lisätty pannuun ja se on saonnut kastikkeeksi, joka juuri ja juuri ulottuu kalapalojen tasolle, ruoka on valmis. Tarkasta maku ja mausta tarvittaessa. Suolan ja valkopippurin tulee maistua kastikkeessa, mutta kannattaa muistaa, että mausteisuus voi herkästi lipsahtaa liian voimakkaaksi. Jos näin käy, lisää vielä maitoa.
Tarjoile kalan kanssa keitettyjä perunoita sekä vihersalaattia, joka on kostutettu etikasta, sokerista ja vedestä valmistetulla mausteliemellä.

Heidi Backman

Sebastian Nurmi

OPERATION SKOLMAT

I kommun efter kommun avvecklar man i sparivern de enskilda skolornas kök och kunniga kökspersonal. Centralkök och storskaligare upphandling sparar några cent per måltid och elev. Massproducerad industrimat med smakförstärkare och andra tillsatser och långa transporter ersätter närproducerad och hälsosam mat, som innehåller det den ger sig ut för att vara. Och när matproduktionen centraliseras, förlorar skolan sin roll som förmedlare av goda och sunda matvanor. Vet våra kommunpolitiker vad det kostar att spara på skolmaten?

LAGA SKOLMAT MED RESPEKT FÖR RÅVARORNA OCH FÖR BARNEN SOM SKALL ÄTA DEN!

Finlandssvenska barn äter för lite grönsaker och fibrer. Det kom fram i en undersökning som Folkhälsan gjorde och gav avstamp till Finlands Svenska Marthaförbunds projekt ”Operation skolmat”. Målet är förstås bättre mat åt barnen och fostran till sunda kostvanor. Fyra skolor deltar i projektet, i Västnyland Sjundeå svenska skola.

Harriet Strandvik, projektledare, berättar:

Projeket har fyra delmål.

Fortbildning av kökspersonalen. Vi arrangerar en grönsaksbuffévecka, som komplement till den vanliga skolmaten. Då bjuder vi på eko-odlade och närproducerade grönsaker, rotfrukter, linser, bönor och färskt bröd. Svarfvars gård försåg skolan i Sjundeå med goda råvaror.

”Sapere”– smakskola i tio lektioner och handledning av lärarna. Denna del avslutas med en stor festmåltid.

Föräldrarna! De måste tas med för att få en förändring. Därför ordnar vi matlagningskurser för dem, kring temat ”förnya grönsaksrecepten”. Och barnen skall vara med så att maten lagas tillsammans. Kurserna har varit populära, med över 80 deltagare. Vi har också gett kostinfo på föräldramötena. Argumentet ”vi hinner inte” bemöts med uppmaningen att ta barnen med i köket, låt dem skära upp och lära sig hur grönsaker ser ut. Det är ett bra sätt att vara tillsammans.

Politikerna har inbjudits till kockduell och lagen fick tävla mot varandra med lokala råvaror, i Sjundeå bl.a. honung och rökt fisk. Också om kvällen går i den lättsamma underhållningens tecken, får politikerna , om de kan, svara på frågor om vad rätter, som serveras skolbarnen, egentligen innehåller. T.ex. Chicken nuggets *). Som vägkost hem får de fundera över om de verkligen vill ha det så här?

I många kommuner är det personer som saknar kunskap om matlagning och matkultur, som fattar avgörande beslut om matinköp, berättar Harriet. Undra på att det då blir andra faktorer som väger tungt.

Maten skall inte bara produceras nära, den skall också tillredas nära!

Den offentliga måltiden har blivit allt viktigare. Tänk om kommunen skulle skapa en matoas, där man serverar måltider tillredda av närproducerade råvaror åt skolbarn, pensionärer och kanske andra . Den kunde drivas av en entreprenör, men med klara riktlinjer från kommunen. Sådana förslag har kastats fram, men ännu har har ingen kommun nappat. I stället fortsätter utvecklingen mot mera centralisering och pressade priser. I Sverige har trenden börjat gå åt andra hållet. Kommunerna Tyresö och Örebro har beslutat stänga centralköket och bygga tillbaka de små köken.

Dyrt? 5 – 10 cent per elev och dag räcker till för att få med grönsaker på menyn. I Sjundeå åt man under projektveckan fem gånger mera grönsaker och hälften mindre

*) Hälften skorpsmulor, hälften maskinbenad broiler, natriumglutamat, kryddblandning...

industrimat. I Korsholm, som också deltar i Operation skolmat, håller man fast vid grönsaksbuffén även om maten då kostar lite mera. Men till det gamla återgår man inte! I stället får man mättare, gladare barn som orkar. Under projektveckan syntes inga elever till vid grillen.

Operation skolmat tar slut när året är slut. Vad som händer sedan är öppet. Men modeller finns och det är bara att ta tag i stafettpinnen, göra upp en tydlig och konkret strategi: Det här vill vi och så här gör vi!

VAD ÄR SAPERE?

SAPERE är en pedagogisk, mångsidig metod som kan integreras i flera av skolans ämnen. Ordet Sapere är latin och står för smaka, lukta, att ha smak, uppfatta smak med sinnena. I bildlig betydelse, ha förstånd, vara vis, (tillhörande adjektivet sapiens).

SYFTET MED SAPERE-METODEN:

- att lära känna sina sinnen och sin egen smak
- att träna sin förmåga att uttrycka sig verbalt
- att utvecklas till en medveten konsument
- att våga prova nya produkter och rätter
- att öka variationen i det man äter.

ULRICA CRONSTRÖM

OPERAATIO KOULURUOKA

Kunta kunnan jälkeen lakkauttaa suuressa säästöinnossaan yksittäisten koulujen keittiöitä ja osaavaa keittiöhenkilöstöä. Keskuskeittiö ja suuret leikkaukset säästävät muutaman sentin per oppilas ja ruokailu. Tämä tarkoittaa myös massatuotettua teollisuusruokaa makua vahvistavien ja muiden lisäaineiden kera. Lähituotetun – jonka alkuperä ja valmistus ovat helposti tiedossa – ja terveellisen ruoan sijaan tuotteita kuljetetaan myös pitkiä matkoja.

Kun ruoka valmistetaan suuremmissa yksiköissä koulu menettää roolinsa hyvien ja terveellisten ruokatottumusten välittäjänä. Tietävätkö kuntamme poliitikot mitä kouluruoalla säästäminen lopulta maksaa?

Valmistakaa kouluruokaa kunnioittaen raaka-aineita ja lapsia, jotka sen syövät!

Suomenruotsalaiset lapset syövät liian vähän vihanneksia ja kuituja. Kun tämä tuli esiin Folkhälsanin tekemässä tutkimuksessa antoi se alkusysäyksen Suomenruotsalaisen Marttaliiton projektille ”Operaatio kouluruoka”. Tavoitteena tietenkin parempi ruoka lapsille ja kasvatus terveellisempiin ruokailutottumuksiin. Neljä koulua osallistuu projektiin, joista Länsi-Uudellamaalla Siuntion ruotsalainen koulu.

Projektinjohtaja **Harriet Strandvik** kertoo:

Projektilla on neljä osatavoitetta

Keittiöhenkilöstön jatkokoulutus. Järjestämme vihannesbuffeviikon täydennyksenä kouluruoalle. Silloin tarjoamme luomu- ja lähituotettuja vihanneksia, juureksia, linssejä, papuja ja tuoretta leipää. Svarfvarsin tila toimitti Siuntion kouluun hyviä raaka-aineita.

”SAPERE” – 10 oppitunnin makukoulu opettajien opastuksella. Tämän osuuden päättää yhteinen iso juhla-ateria.

Vanhemmat mukaan! Järjestämme vanhemmille ruoanlaittokursseja teeman ”uudista vihannesreseptit” ympärillä. Ja lapset osallistuvat ruoanlaittoon. Kurssit ovatkin olleet suosittuja, osallistujia yli 80. Peruste ”ei me ehditä” kohdataan kehotuksella ottaa lapset mukaan keittiöön kotonakin, leikkelemään vihanneksia ja oppimaan miltä ne näyttävät. Vanhemmille on annettu myös vanhempienkokouksissa ravintotietoa.

Poliitikot tietoisiksi. Poliitikot on kutsuttu ”kokkitaistoihin”. Siuntiossa joukkueet saivat kisata toisiaan vastaan käyttäen paikallisia raaka-aineita, mm. hunajaa ja savustettua kalaa. Vaikka illat sujuvat kevyemmän viihteen merkeissä saavat poliitikot vastailla kysymyksiin tietävätkö he mitä lapsille tarjoiltava kouluruoka sisältää. Esimerkiksi mitä Chicken nuggetit itse asiassa ovat *). Jatkossa he voivat miettiä jos he todellakin haluavat asioiden olevan näin.

Usein kunnanvirkailijat vähäisellä ruoanlaitto-osaamisella ja ruokakulttuurin tuntemuksella päättävät ruoan sisäänostot, kertoo Harriet. Ei tarvitse ihmetellä että muut asiat, esim. hinta ja logistiikka voivat vaikuttaa ratkaisevasti päätöksiin.

Ruokaa ei ainoastaan pitäisi tuottaa vaan se pitäisi myös valmistaa lähellä!

Julkinen ruokailu on tullut yhä tärkeämmäksi. Jospa kunta loisi ruokakeitaan, jossa tarjottaisiin lapsille, eläkeläisille ja ehkä muillekin lähituotetuista raaka-aineista valmistettuja aterioita! Yrittäjä pitäisi yllä toimintaa kunnan ohjeiden mukaisesti. Tällaisia ideoita on esitetty minkään kunnan kuitenkaan vielä innostumatta asiasta. Sen sijaan olemme menossa enemmän keskitettyihin yksiköihin ja alas ajettuihin hintoihin. Ruotsissa taas trendi on alkanut kääntyä toiseen suuntaan ja esim. Tyresön ja Örebron kunnat ovat päättäneet sulkea keskuskeittiöt ja rakentaa pienet lähikeittiöt uudelleen.

*) Puolet korppujauhoja, puolet koneperattua broileria, natriumglutamaattia, maustesekoitusta…

Kallista? 5 – 10 senttiä per oppilas ja päivä riittää saadaksemme vihanneksia ruokalistalle. Siuntiossa syötiin projektiviikon aikana viisi kertaa enemmän vihanneksia ja puolta vähemmän teollisuusruokaa. Mukana projektissa olevassa Mustasaaren koulussa pidetään yhä kiinni vihannespöydästä vaikkakin ruoka maksaa hieman enemmän. Takaisin vanhaan ei mennä! Sen sijaan saadaan kylläisempiä, iloisempia, jaksavia lapsia. Projektiviikon aikana teini-ikäisten vierailut paikallisella grillillä loppuivat kokonaan.

Operaatio Kouluruoka kestää vuoden 2010 loppuun. Mitä sen jälkeen tapahtuu on vielä avoinna. Malleja kyllä on kun vain tartutaan kapulaan ja laaditaan selkeä ja kouriintuntuva strategia: Näin me tahdomme ja näin me teemme!

MITÄ ON SAPERE?

Sapere on pedagoginen, monipuolinen metodi jonka voi sisällyttää moniin kouluaineisiin. Sana Sapere on latinaa ja tarkoittaa maistamista, haistamista, että makua on, käsittää makuja aistien avuin. Kuvaannollisessa tarkoituksessa taas omata järkeä, olla viisas (kuuluen adjektiiviin Sapiens)

SAPERE –METODIN TARKOITUS

- Oppia tuntemaan aistinsa ja oman makunsa
- Harjoittaa ja kehittää itseilmaisua sanallisesti
- Kehittyä tiedostavaksi kuluttajaksi
- Uskaltaa kokeilla uusia tuotteita ja ruokalajeja
- Lisätä vaihtelua ruokavalioon.

ULRICA CRONSTRÖM

Käännös: Rita Kurkinen

Karin Lindroos

MERA ÄN BARA MAT

Till den globala ekonomins egendomligheter hör bl.a. fenomenet att vi betalar mindre för produkter som kommer långt ifrån, inte är rättvist producerade och saknar miljömärkning. Däremot betalar vi mera för lokalt producerade livsmedel och produkter där man beaktat sociala faktorer och miljömässiga krav.

Man reflekterar inte alltid över att kostnader för produktion och livsmedelstransporter är en del av produktens slutgiltiga pris men att samhället och miljön får stå för de sociala och miljömässiga kostnaderna. Att äta lokalt och att äta säsongvaror minskar kostnaderna för miljön samtidigt som det förstärker det lokala jordbruket och den lokala livsmedelsproduktionen och även växelverkan mellan stad och landsbygd.

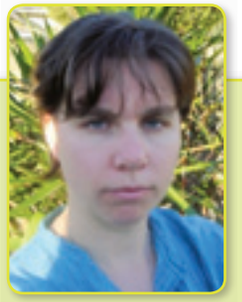
Då man köper mat köper man en del av ett produktionssystem. Som ett exempel kan nämnas köttproduktionen. Att föda upp köttdjur är som de flesta vet mycket kostsamt för miljön. Globalt bidrar verksamheten till utsläpp av växthusgaser, omvandling av regnskogar till betesmarker vilka inom några år blir obrukbara och bidrar till högre kostnader för vissa grödor. Transport av levande djur väcker obekväma etiska spörsmål. Det pris som uppfödarna får motsvarar många gånger inte ens produktionskostnaderna.

Uppfödningen av boskap Europa har i stor utsträckning varit baserad på bete av naturliga gräsmarker. Numera har man frångått bete av gräsmarker och för att restaurera dessa krävs stora insatser. Finland är ett klassiskt exempel, landet har förlorat 99 % av sina betade ängsmarker och skogsbeten under de senaste 100 åren.

Dessa kulturlandskap är grunden för en biologisk mångfald som saknar motsvarighet i andra biotoper i Finland. Ekosystemtjänster är den nytta som människor har av naturen. Ekosystemtjänsterna omfattar allt från mat och virke till vattenfiltrering, insektpollinering och estetiska njutningar som är viktiga för livskvaliteten och turismen. När ängar och skogsbeten växer igen eller omvandlas för annan markanvändning förlorar vi en del av ekosystemtjänsterna och landskapets mångfald.

Lantbrukarna försöker hitta nya sätt att nå konsumenterna för att sälja inte enbart en slutprodukt utan även värderingarna och de produktionssystem som är kopplade till produkten. Även konsumenterna har blivit mera intresserade av de sociala och miljömässiga värderingar som är kopplade till produkterna man köper. Direktförsäljning från gårdar och ”gårdsbranding” bidrar till att producenterna får ett bättre pris för sina produkter vilket i sin tur gör det möjligt för dem att upprätthålla ängar och skogsbeten samt andra viktiga biotoper.

Då man väljer direktförsäljning eller lokalt producerade varor i affärer, restauranger och köpcentra hjälper man lantbrukarna att fortsätta sin verksamhet för att upprätthålla de ekosystemtjänster som vi alla har nytta av och som för oss närmare bra, rena och rättvist producerade livsmedel.



TRACI BIRGE

är doktorand vid forsknings- och utvecklingsinstitutet Aronia och undersöker ekosystemtjänster i kulturlanskap.

ENEMMÄN KUIN RUOKAA

Eräs globaalin talousjärjestelmän suurimpia kummallisuuksia on se, että toiselta puolelta maapalloa ruokapöytäämme matkaavat, ekologisesti kestämättömällä tavalla ja huonoissa työ- ja elinolosuhteissa tuotetut ruokatavarat maksavat vähemmän, kuin meitä lähellä sosiaalisesti ja ekologisesti kestävämmällä tavalla tuotettu ruoka.

Ravinnontuotannon ja kuljetuksen kustannukset eivät välttämättä aina näy kuluttajan maksamassa hinnassa, mutta lankeavat kuitenkin paikallisen ympäristön ja yhteiskunnan maksettavaksi. Paikallisesti ja vuodenaikojen vaihtelua seuraillen tuotetun ravinnon käyttäminen vähentää ympäristöön kohdistuvaa painetta ja vahvistaa paikallista ruuantuotantoa, sekä luo yhteyksiä maaseudun ja kaupungin välille.

Kun ostamme ruokaa, ostamme palan maataloustuotantojärjestelmää. Lihatuotanto on tästä hyvä esimerkki. Lihakarjan kasvattaminen on tunnetusti raskaasti ympäristöä kuormittavaa toimintaa. Maailmanlaajuisesti karjankasvatus tuottaa kasvihuonekaasuja, aiheuttaa sademetsien hakkuuta laidunmaiksi ja suuren rehuntuotannon takia nostaa joidenkin viljasatojen hintaa. Lisäksi lihakarjan kuljetus pitkiä matkoja on eettisesti arveluttavaa. Maanviljelijän saama korvaus tuotteestaan ei välttämättä kata edes tuotantokustannuksia.

Euroopan eläintentuotanto perustui ennen laajasti luonnonniittyjen laiduntamiseen. Nykyään monet laidunmaat ovat hylättyjä ja näiden perinnemaisemien takaisin saamiseksi tarvitaan erityisiä suojelukeinoja. Suomi on tästä hyvä esimerkki. Sadassa vuodessa 99 % maamme laidunniityistä ja metsälaitumista on hävinnyt.

Perinnemaisemat ovat erityislaatuisia elinympäristöjä siitä syystä, että niitä ei kynnetä eikä lannoiteta. Perinnemaisemat ylläpitävät luonnon monimuotoisuutta, mutta tuottavat myös tiettyjä tarpeellisia ekosysteemipalveluja. Ekosysteemipalvelut ovat hyötyjä, joita ihmiset saavat luonnosta, kuten puhdas vesi, ruoka ja polttopuut, hyönteisten pölytys, tai elämänlaadulle ja turismille tärkeä esteettinen maisema. Nämä ekosysteemipalvelut menetämme maiseman monimuotoisuuden ohessa, jos laitumet kasvavat umpeen tai niiden käyttötarkoitus muuttuu.

Maanviljelijät yrittävät löytää yhteyttä kuluttajaan myydäkseen paitsi tuotteitaan, myös koko tuotantotapaa ja arvoja joita tuotteeseen liittyy. Myös kuluttajat ovat alkaneet olla enemmän kiinnostuneita ostamiensa tuotteiden alkuperästä. Suoramyynti ja maatilan nimen tunnettavuus auttavat viljelijöitä saamaan paremman hinnan tuotteistaan ja näin mahdollistavat myös niittyjen, metsälaidunten ja hakamaiden laiduntamisen sekä maiseman monimuotoisuuden ylläpitämisen.

Valitsemalla tällaisia tuotteita kaupoissa, ravintoloissa, torilla sekä suoraan maatiloilla, autamme maanviljelijöitä jatkamaan ammattinsa harjoittamista. Se taas luo ekosysteemipalveluja meille kaikille ja tuo meidät lähemmäksi hyvää, puhdasta ja reilua ruokaa.

TRACI BIRGE

MORE THAN JUST FOOD

The peculiarities of the global economic system have created a scenario where we tend to pay less for products that come from far and have less social and natural capital and more for locally produced goods and products invested with social and environmental values (like “fair trade” for social capital and “organic”, “shade-grown” for more environmentally friendly production).

The costs of production and transportation of food may not be reflected in the final price of a product, but the environmental and social costs are borne by communities and environments. Eating locally and seasonally helps to reduce the environmental costs of food production while strengthening local farming and food production and increasing linkages between rural and urban communities.

Buying food is like buying a piece of an agricultural production system. Take meat production as an example. Raising animals for meat is notoriously costly on the environment. Globally, it contributes to greenhouse gas emissions, conversion of rainforest to pasturelands that degrade within a few years, and contributes to higher costs of some crops. Transportation of live animals and other issues raise uncomfortable ethical questions. The price farmers receive for products may not even cover the cost of production.

Europe’s animal production used to be based on extensive grazing of grasslands. Nowadays, much of the grasslands have been abandoned, and special conservation efforts are in place to try to bring grasslands back into agricultural production. Finland is a classic case, having lost 99% of its grazed meadow and grazed woodland biotopes since the end of the 1900s.

Those traditional rural biotopes support a lot of biodiversity not found elsewhere in Finland, but they also support particular ecosystem services from which we benefit. Ecosystem services are the benefits people get from nature. These include everything from food and wood to water filtration, pollination by insects, and aesthetic enjoyment important for quality of life and tourism. As the meadows and grazed woodlands get overgrown or converted to other land uses, we lose some of these ecosystem services and the diversity of our landscape.

Farmers are trying to find ways to connect with consumers and sell them, not only the final product, but also the values and production system embedded in the product. Consumers, too, are becoming more interested in the social and natural capital of the products they purchase. Direct sales and farm name-recognition help farmers access better prices for their products and enable them to continue managing grazed meadows and woodlands and other important biotopes.

Choosing these products in shops, restaurants, markets and directly from the farm helps farmers continue agricultural practices that provide ecosystem services from which we all benefit and brings us closer to achieving good, clean and fair food.

TRACI BIRGE

42 **BRASSERIE** Oy Bouquet garni Ab ..... Köpmansgatan/Kauppiaankatu 3, Karis/Karjaa
RESTAURANT, CAFÉ, LUNCH, À LA CARTE, TAKE AWAY, CATERING
019-230290, 040-823 1887, 040-584 1782 ..... info@brasserie.fi • www.brasserie.fi

43 **ERIKSGÅRD** ..... Eriksgårdsvägen 155, Veikkola
JORDGUBBAR OCH ÄRTER. PS. Dom är goda
0400-489 907 ..... k.aberg@agrolink.fi • www.eerikinkartano.fi

44 **HENRIK'S GARDEN** ..... Sommarövägen 76, Ekenäs
Ekologiska **GRÖNSAKER, BÄR OCH SOMMARBLOMMOR** på sommartorg & direktförs.
040-820 6041 .... Förfrågn. & beställningar: henrik.nordstrom@surfnet.fi • www.HenriksGarden.com

45 **HOLMQVISTS TRÄDGÅRD** ..... Koskisvägen 885 B 25560 Koski as.
SÄSONGENS GRÖNSAKER PÅ TENALA SOMMARTORG LÖ 8-12
040-510 1441 ..... bjorn.holmqvist@pp.inet.fi

46 **HENRIK KEVIN** ..... Lindsbyvägen/Lindsbyntie 17, Tenala/Tenhola
NYPOTATIS OCH VINTERPOTATIS / UUDET PERUNAT JA TALVIPERUNAT
040-511 6975 ..... henrik.kevin@2me.fi

KIVEN SÄÄSTÖPOSSU ..... Tilateurastamo
LUOMULIHAA SUORAAN MAATILALTA
09-2256 819, 040-506 3012 ..... reetta.kivi@elisanet.fi • www.luomupossu.fi

47 **MARY KUUSISTO** ..... Pargasvägen 25, Ekenäs/Tammisaari
SPECIALPLANTOR UNDER VÅRSÄSONGEN / ERIKOISTAIMET KEVÄISIN
044-550 5075 ..... marykuu@yahoo.se

48 **F:MA STEFAN LINDHOLM** ..... Smedstået/Sepänraitti 18 B, Tenala/Tenhola
JORDGUBBSFÖRSÄLJNING OCH SJÄLVPLOCK
050-524 1385 ..... stefan.lindholm2@pp.inet.fi

49 **MELLANGÅRD HONUNG** ..... Svedjavägen/Svedjantie 65, Tenala/Tenhola
HONUNGSBODEN öppen må-fr 9-16 / **HUNAJAPUOTI** avoinna ma-pe 9-16
019-2450 345 ..... info@mellangard.com • www.mellangard.com

50 **MÖRBY GÅRD** ..... Mörby gårds vägen 80, 10620 Ekenäs
GÅRDSBUTIK, FÖRSÄLJNING AV EGNA EKOLOGISKA PRODUKTER
019-205 090, 040-725 8090 ..... morby@morby.fi • www.morby.fi

NYBY GÅRD / NYBYN KARTANO ..... Karis/Karjaa
BIFFKÖTTPRODUKTER enligt förhandsbeställn. / **PIHVILIHATUOTTEET** ennakkotilauksesta
..... www.nyby.fi

51 **MATS NYMAN** ..... Ovanmalmsvägen 131 A, Tenala/Tenhola
EKOLOGISKA GRÖNSAKER OCH PRODUKTER
044-299 4598

52 **RAVINTOLA ORIGO** ..... Satamakatu 7, 10900 Hanko/Hangö
À LA CARTE, SAARISTOLAISPÖYTÄ, LÄHIRUOKAA
019-2485 023, 040 551 6317 ..... info@restaurant-origo.com • www.restaurant-origo.com

53 **PARGAS GÅRD** ..... Pargasvägen 101 A, 10600 Ekenäs
DIREKTFÖRSÄLJNING AV EKOL. BIFFKÖTT/ LUOMU PIHVILIHAN SUORAMYYNTIÄ
040-530 5953, best./til.: 0400-127 174 mathias.weckstrom@pargasgard.fi • www.pargasgard.fi

54 **PICKALA GÅRD /PIKKALAN KARTANO** ... Pickala gård/Pikkalan kartano 1, Siuntio/Sjundeå
SOKERIMAISSI / SOCKERMAJS • SUORAMYYNTI / DIREKTFÖRSÄLJNING
Minna och Thure Lindeberg, 0400-700 868 ..... www.maissia.fi

55 **PORKKALAN MARJA JA VIHANNES - PORKALA BÄR OCH GRÖNSAKER**
MANSIKOITA Y.M. / JORDGUBBAR M.M.
050-320 9582 Elina Kontti ..... Billskog: Degerbyntie 408 10160, Degerby

56 **PORKKALAN MARJA JA VIHANNES - PORKALA BÄR OCH GRÖNSAKER**
MANSIKOITA Y.M. / JORDGUBBAR M.M.
050-320 9582 Elina Kontti ..... Porkkala: Porkkalantie 800A 02480 Kirkkonummi

57 **SÄLLVIK GÅRD** ..... Ekenäs/Tammisaari
Ekologiskt och Demeter-märkt **LAMM-, FÅR- OCH NÖTKÖTT**
019-2412503 ..... Förfrågningar och beställningar helst per email: info@sallvik.fi • www.sallvik.fi

58 **TITTIS KORGAR** ..... Åsgatan/Harjukatu 15 A, Ekenäs/Tammisaari
MARMELADER, KORGAR, ÖRTER / MARMELADEJA, KOREJA JA YRTTIÄ
0440-231 047 ..... christina.hardh@pp.inet.fi • www.tittiskorgar.fi

59 **INGRID TRÄSKMAN** ..... Damsvägen/Damsintie 53, Ingå st./Inkoon as.
GRÖNSAKER PÅ FRILAND / AVOMAAN VIHANNEKSET
0400-998 682 ..... ingrid.traskman@icon.fi

60 **TYRIS GÅRD** ..... Solbergsvägen/Päivöläntie 633, Solberg/Päivölä
JORDGUBBAR, OCKSÅ SJÄLVPLOCK / MANSIKAT, MYÖS ITSEPOIMINTA
0500-850 825

61 **UKKOLAN VUOHITILA** ..... Puusentie 71, Karjaa
TILALLA VALMISTETTUJA SÄILÖNTÄAINEETTOMIA VUOHENMAITOTUOTTEITA
044-992 1067 ..... ukkolanvuohet@luukku.com • www.ukkolanvuohitila.com

62 **VÄSTRA NYLANDS MARTHADISTRIKT** ..... Ystadsgatan 14, Ekenäs
ordnar **MATMÄSSA** lördag 9.10 kl. 10-13 under temat **VILDA VÄXTER, ÖRTER OCH KÅL**
..... FRITT INTRÄDE

63 **JAN WESTERHOLM** ..... Kamparholmsvägen 116 B, Box, Ekenäs/Tammisaari
FÖRSÄLJNING AV FÄRSK FISK / TUOREEN KALAN MYYNTI
0400-762 861

Sebastian Nurmi

VÄSTNYLANDS NÄRMATSKATALOG 2010-2011

LÄNSI-UUDENMAAN LÄHIRUOANLUETTELO 2010-2011

UTGIVARE / JULKAISIJA
Slow Food Västnyland r.f.

LAYOUT & OMBRYTNING / TAITTO
Mikael Rehn, Leo Graphics Ltd

TRYCK / PAINO
Oy Nord Print Ab, Helsingfors 2010

Nästa års Närmatskatalog utkommer inför Matmarknaden i Fiskars 1-2.10.2011.
Boka redan nu annonsplats.
Annonsstop 31.8.2011.

Ensi vuoden Lähiruoanluettelo ilmestyy Fiskarsin Ruokamarkkino 1.-2.10.2011.
Varaa ilmoituspaikkasi 31.8.2011 mennessä.

KONTAKT / YHTEYDENOTTO
styrelsen@slowfoodvastnyland.org
www.slowfoodvastnyland.org

FISKARSIN RUUKKI
FISKARS BRUK

Fiskars Wärdshus

Vuodesta 1836 toiminut majatalo Fiskars Wärdshus – ystävien kesken Wärssy – tunnetaan tasokkaasta keittiöstään ja mutkattomasta tunnelmastaan.

Grundades år 1836 och har drivits oavbrutet sedan dess. Wärdshuset – även kallat Wärssy – är känt för sitt goda kök och sin trivsamma stämning.

puh/tel (019) 276 6510
www.wardshus.fi

Ravintola Kuparipaja
Restaurang Kuparipaja

Ravintola Kuparipajassa tiivistyy Fiskarsin Ruukin henki: puitteet ovat perinteiset, mutta tyyli tätä päivää.

Förtätad bruksanda i Restaurang Kopparsmedjan: dagsaktuellt koncept i traditionell Fiskarsmiljö.

puh/tel (019) 237 045
www.kuparipaja.fi

FISKARSIN RUUKKI

Vuonna 1649 perustettu Fiskarsin ruukki on ainutlaatuinen paikka, jossa on läsnä sekä historia että nykyaika. Eheä historiallinen miljöö yhdessä jokilaakson luonnon kanssa luo tunnelman, jota ei muualta löydä. Rautateollisuuden väistyttyä on ruukista muodostunut luovien ihmisten asuin- ja työpaikka, suomalaisen taiteen ja muotoilun keskus.

FISKARS BRUK

grundades år 1649 och är i dag en unik blandning av historia och nutid. En enastående historisk miljö i en naturskön ådal skapar en stämning som man inte kan hitta på annat håll. Efter att järnindustrin flyttade från orten har bruket blivit hem och arbetsplats för kreativa människor, ett centrum för finländsk konst och design.

www.fiskarsvillage.fi

1. Björkåsa Fårfarm
2. Ekenäs Rökeri
3. Brödtorp
4. Norrby Gård
5. Svarfvars
6. Hinders fårgård /Hindersin lammastila
7. NSP r.f.
8. Äppelmusteri / Tuoremehuasema
9. Hulta Gård / Hultan tila
10. Havsgårdar
11. Gårdsboden / Maatilapuoti
12. Oy Soya Ab
13. Tallbacka trädgård
14. MakroBios
15. Svartå Kvarn
16. West Chark
17. Nya Wi-Box Bageri
18. M Janne
19. Backers Baker
20. Restaurant GH
21. GH Golf Restaurant
22. Revy – La Vida
23. Bossa Nova
24. Torparrian
25. Purnus Jokilaakso – SE action
26. På Kroken
27. Bistro O mat
28. Café Ada
29. Gullö Gård & Krog
30. Silver Burgers Gatukök – Katukeittiö
31. Pyre´s
32. Nordcenter
33. Westerby Gård
34. Degerby Deli
35. Ekströms Catering
36. Jontte's bybutik / Jontten kyläkauppa
37. Hiidenveden Pitomestarit
38. Svartå Slott / Mustion Linna
39. Mangs Gård / Mangsin tila
42. Brasserie
43. Eriksgård
44. Henrik's Garden
45. Holmqvist Trädgård
46. Henrik Kevin
47. Mary Kuusisto
48. F:ma Stefan Lindholm
49. Mellangård Honung
50. Mörby Gård
51. Mats Nyman
52. Ravintola Origo
53. Pargas Gård
54. Pickala Gård / Pikkalan Kartano
55. Porkkalan marja ja vihannes, Billskog
56. Porkkalan marja ja vihannes, Porkala
57. Sällvik Gård
58. Tittis Korgar
59. Ingrid Träskman
60. Tyris Gård
61. Ukkolan Vuohitila
62. Västra Nylands Marthadistrikt
63. Jan Westerholm