



Slow Food® Gästrikland

Kära Slow Food vänner!

2020 var ett märkligt år. Ett år som vände upp och ner på mycket av det som vi har tagit för givet. Ett märkligt år på många sätt, men allt har inte varit av ondo. Vi har haft tid för eftertanke och reflektion. Tänk att vi har förmånen att få äta tre mål mat om dagen, 365 dagar per år och har tillgång till rent, välsmakande vatten att dricka. Genom kunskap och information har vi möjlighet att välja smakfull, näringsrik, varierad mat. Det är upp till oss om vi lagar maten från grunden eller väljer att köpa färdiglagat, vilka råvaror vi använder, hur vi tillreder och presenterar den och om vi värdesätter vår måltid. Ibland kan ekonomin göra att vi har begränsningar, men uttrycket ”att trolla med knäna” och ”nöden är uppfinningarnas moder” står mer för kunskap om att tillreda god mat av enkla råvaror än oändlig tillgång av pengar. Med tillgång av råvaror på extrapriser, att laga på råvaror efter säsong, minimera svinn eller ha tillgång till råvaror från naturen eller egenodlat och god kokkonst erbjuds en mångfald av goda rätter. Mat som ger våra kroppar den näring den behöver för att hålla oss starka, friska och pigga. Mat som ger oss tillfälle att sitta runt ett bord och samtala med våra nära och kära om så inte i lika hög grad som vi önskar för tillfället. Vi har tak över våra huvuden, värme och en bädd att sova i. Allt detta som oändligt många människor i vår värld saknar. Kanske vi har tagit allt detta för givet, men visst är det något att vara oändligt tacksam över.

Årsmöte 2021

Årets årsmöte kommer att genomföras den 31 mars digitalt. Vi sänder ut kallelse samt övriga årsmöteshandlingar via mail. Länk till mötet kommer att vara dig tillhanda också den via mail. Vi hoppas att så många som har möjlighet deltar för ett aktivt årsmöte. Tack på förhand.

Nytt från Slow Food International

Mat och hälsa: en månad med temahändelser

28 JANUARI 2021

En serie händelser som visar hur hemligheten för hälsa och välbefinnande (vår och vår planet) finns i maten vi äter varje dag.

Sandor Katz, David Quammen och Antonia Trichopoulos kommer att vara bland experterna på Terra Madre Salone del Gusto-plattformen.

En bra kost och en aktiv livsstil är det bästa sättet att säkerställa ett långt och hälsosamt liv. Vad mer är att välja livsmedel som tillverkas med metoder som bevarar den biologiska mångfalden och som har låg påverkan på klimatkrisen är den mest effektiva och konkreta individuella vardagliga åtgärden vi alla kan vidta för att skydda planeten.

Mat och hälsa för Slow Food

Det är de principer som Slow Food har baserat sitt arbete på att förstå och visa hur hemligheten för individer, samhället och vår planet ligger i vår vardagliga mat. Slow Food tror att det globala produktionssystemet för högt bearbetade livsmedel är orsaken till många folkhälsoproblem, som fetma och undernäring, runt om i världen. Istället är ett tillvägagångssätt baserat på ett hälsosamt, nöjesfyllt sätt att äta inte bara bra för oss, det hjälper också till att skydda det redan bräckliga tillståndet på jorden genom att bidra mindre till förlusten av biologisk mångfald och klimatkrisen.



Slow Food-nätverket har länge varit aktivt inom mat- och smakutbildning med initiativ runt om i världen som skolmatsalsprojekt, skolmatsträdgårdar och kampanjer. Slow Food arbetar hårt för att öka konsumentmedvetenheten om hälsorelaterade frågor och ändra livsmedelssystemet och livsmedelspolitiken för att säkerställa att alla kan få tillgång till god, ren och rättvis mat.

Sedan 2019 har detta arbete organiserats mer formellt och erbjuder alla som är intresserade alla verktyg de behöver för att orientera sig i ämnet, tillgängliga på olika språk och på olika djupnivåer. Artiklar, intervjuer, berättelser om Slow Food Communities, tips för en klimatvänlig diet, djupgående ämnesutforskningar, vetenskapliga studier, videor,

onlinekonferenser, podcasts: en skattkista av innehåll, resultatet av omfattande forskning på italienska och internationella nivå och bidrag från det globala nätverket, samordnat av den internationella rörelsen och möjliggjort genom stöd från Reale Mutua, en officiell anhängare av Slow Food Italy. Besök avsnittet Mat och hälsa på webbplatsen för att få reda på mer.

Slow Food lanserar onlinekampanjen "På min tallrik"

22 JANUARI 2021 NICHOLAS PANAY, MICHELA MARCHI

Kampanjen kommer att involvera 3.000 unga aktivister genom en sex veckors resa för att upptäcka matvärlden och de åtgärder vi alla kan vidta för att förbättra vårt förhållande till planeten.

Från och med den 18 januari 2021 guidar Slow Food 3.000 unga aktivister från hela världen genom en sex veckors resa " On My Plate " och utforskar den dolda världen vår mat reser för att nå våra tallrikar och erbjuder åtgärder som vi alla kan ta för att förbättra vår relation med vår mat, vår planet, vår framtid. Tillsammans med dem alla kommer Slow Food att främja god, ren och rättvis mat för alla. I processen kommer det att vara möjligt att lära oss hur vi kan förbättra våra matvanor och få en positiv, varaktig inverkan på världen. Läs mer under:

<https://www.slowfood.com/slow-food-launches-the-online-campaign-on-my-plate/>

European Green Deal kämpar för att reducera bekämpningsmedel och byta till agroekologi

1 FEBRUARI 2021

Den betydande nedgången för bin och pollinerare i Europa och världen, tillsammans med den bredare kollaps av biologisk mångfald som vi för närvarande bevittnar, har med rätta väckt oro i vetenskapssamhället och allmänheten. Experter har förklarat att "business as usual" inte kan förbli ett alternativ. Det är nu äntligen allmänt accepterat att vår livsmedelsproduktionsmodell är en viktig drivkraft för denna ekologiska kollaps, till stor del på grund av den massiva användningen av syntetiska bekämpningsmedel som den litar på [...]. Läs mer under: <https://www.slowfood.com/european-green-deal-needs-to-cut-pesticides-and-switch-to-agroecology/>

Nya trendbegrepp

Det är verkligen härligt med matinfluenser. Det händer hela tiden något nytt och ibland är det lite svårt att hänga med, men vi gör vårt bästa, eller hur! Här kommer några nya begrepp.

Think twice – omtanke kring råvaran och miljön. Kompostering och inget matsvinn.

Dumpstring – containerdykning. I Danmark är det tillåtet att leta mat i containrar utanför affärer och restauranger om inte containern är på privat mark eller låst. Ej tillåtet i Sverige.

Wildfooding – Laga mat på råvaror från naturen.

Lohas

Hur blir man en vinaktivist? Jo, man startar ett projekt likt det som Pepe Raventos och Chelsea Hoff står bakom – LOHAS Viñedos! Namnet är en initialförkortning för Lifestyle of Health and Sustainability, ett begrepp som varit med ett par decennier men som i och med att medvetandegraden ökar vad gäller miljö, hållbarhet och hälsa, nu når en bredare massa som vill leva ett njutningsfullt, hälsosamt och spännande liv, men inte på någon annans bekostnad. Pepe och Chelsea har fört in detta i sitt vin som nu även nått vårt systembolag.

Etiketten på Lohas Viñedos berättar vad det hela handlar om – inte bara innehållet i flaskan men alla steg på vägen dit för att skapa världens mest hållbara vin. Detta kan bara uppnås genom att sätta press på hela produktionscykeln och att eftersträva cirkuläritet. Så förutom att druvorna är ekologiskt odlade, växer utan konstbevattning och skördas för hand, vad mer gör man? Jo, man använder exempelvis lättviktsflaskor för att reducera koldioxidutsläppen, lämnar fullständig transparens vilket innebär en kemisk analys på etiketten, använder endast lokalt producerat, oblekt FSC-certifierat papper, använder endast certifierade, självhäftande etiketter, utesluter aluminiumkapslar över korken och annat onödigt material på flaskorna, kompenserar för de utsläpp de inte kan eliminera och kräver att logistikpartners och importörer använder de bästa tillgängliga transportlösningarna som finns att tillgå och fortfarande efter det kompenserar.

Om man bortser från hållbarhetstänket en stund och blott fokuserar på vinet så är det faktiskt ett riktigt gott sådant med en hel del personlighet. Här handlar det nästan uteslutande om tempranillo uppbackad av mindre mängder monastrell och bobal. Doften är skönt omfamnande, närmast blommig med nyanser av färska hallon och körsbär. Bäst dricks det kylt mer mot 14 C.

Den romantiska matnördens boktips

Hjärtats skafferi - Författare Ruth Reichl

Hjärtats skafferi är en färgstark roman som tar med läsaren på en delikat resa genom New York och Amerikas historia. En historia om mod och kärlek som får det att vattnas i munnen. Författaren har skrivit boken till sin vän den amerikanska matförfattaren Marion Cunningham. Hon var författare till The Breakfast Book, The Supper Book och Cooking with Children etc.

Ett år i Provence och Alltid Provence - Författare Peter Mayle

Vem har inte drömt om ett hus i Provence med tjocka stenväggar, en blomstrande trädgård och en bit bort, byar med vänliga krogar där det serveras den läckraste mat och flödande vin? För de flesta stannar det vid en dröm, men engelsmannen Peter Mayle och hans hustru tog sina tre hundar och gjorde vad andra pratar om. Hans bok Livets överflöd har filmats.

Varma vinterhälsningar

Gertrud pua styrelsen Slow Food Gästrikland