



Slow Food® Gästrikland

Kära Slow Food anhängare!

Vilket underbart år vi har haft tillsammans! Vi är så glada och ser fram emot att få dela 2023 med er alla. Under vårt sista styrelsemöte för i år planerade vi vårt program för 2023. Vi bifogar programmet med detta brev och hoppas att du ska vilja delta på våra arrangemang och att du finner programmet spännande och intressant.

Sista Slow träffen för i år 30 november på Neo Neo, Terra Madre Day



Vilken kväll det blev. Spännande smaker, vällagad mat, god och trevlig service och som vanligt ett stort och härligt gäng, denna gång 17 personer. Att få dela en sådan här rolig och trevlig upplevelse med mysigt och trivsamt sällskap är verkligen en gåva. Tack alla som kom och gjorde kvällen till en minnesvärd kväll.

Bubbel & Allvar 17 januari 18:00, Medborgarskolan, Gävle

Vi börjar året som vi brukar med Bubbel & Allvar. En kväll då vi bjuder på bubbel och litet tilltugg samtidigt som vi informerar om året som gått, programmet och tankar inför 2023 och nyheter från Slow Food International. Vi önskar naturligtvis också höra era tankar kring vår verksamhet och hur vi kan förbättra den. Inbjudan kommer i början av januari.

Årsmöte med efterföljande middag och premiering, 23 februari 18:00 -

I år hade vi verkligen planerat för att ha vårt årsmöte med middag på Slottet, men tyvärr hann Kung Carl Gustav XVI och hans hustru Drottning Silvia boka in sig samma datum så lokal samt Landshövding Per Bill är upptagna. Vi får försöka igen nästa år. I stället kommer vi, liksom förra året, träffas på Elite Hotell. Kallelse och inbjudan kommer i god tid.

Premiering 2022

Vi är så glada att få meddela att premiering 2022 går till MatVärden! När vi väl tänkt tanken så var valet så lätt! MatVärden har genom sitt enträgna, tålmodiga och skickliga arbete satt Gävleborg på matkartan nationellt. Vi har arbetat sida vid sida med dem sedan 2012. Under middagen vid årsmötet kommer vi att överlämna plakett och blommor.

Syrade grönsaker – fermentera allt från vitkål till lök

Slow Food för glada magar. Syrade grönsaker kräver inga avancerade maskiner, bara tid att mogna. Fermenteringen gör att de blir konserverade och aromatiska, som är snälla mot magen. Du kan fermentera alla möjliga grönsaker så som lök, vitkål och morötter. Under 2023 tänker vi arrangera en kväll med syrning. Hoppas att du är intresserad!

Anna Fejkmaten Vegetarisk/vegansk färdigmat soja/ärtprotein näringslös

Vi har tidigare rekommenderat Ann Fernholms bok Fejkmaten. Under en intervju i Nyhetsmorgon pratade hon om fusket med den vegetariska maten. Det är så klart naivt att tro att vegetarisk mat framställt industriellt skulle vara mer näringsrik och mindre processad än övrig mat. Hon sa att om vi ska köpa vegetariska produkter så bör vi undvika allt där det står protein. Sojaprotein, ärtprotein, bönprotein...Hon beskrev att industrin isolerar proteinet från de vegetariska råvarorna vilka är näringslösa, medan resten av råvaran tas om hand (den näringsrika delen) av industrin och säljs som djurfoder. Känns lite konstigt! Men om vi lagar allt från grunden av näringsrika, rena råvaror bör vi kunna undvika dessa fällor.

Vi måste arbeta för god, ren och rättvis mat i alla led oavsett vilken matfilosofi vi har.

Ett av våra mål

För några år sedan drog vi i styrelsen upp en strategi för hur vi ska arbeta framåt och de målsättningar som vi bestämde har vi nått sedan dess. Endast vårt mål att nå 50 medlemmar har gäckat oss. Så fort som vi närmar oss så tappar vi någon/några, men nu... är vi 50 stycken. Vi är så glada.

Du hittar oss

Vår förening nationellt och internationellt har som målsättning att nå så många som möjligt med vårt budskap om att arbeta för God, Ren och Rättvis mat på olika sätt. Vi har sedan många år en mycket informativ facebook sida, tack Lillemor ☺, och en mycket informativ hemsida, tack Flavio ☺. Nu tänker vi även skapa ett Instagram konto för att nå ut till fler och kanske även nå en yngre generation, de som ska ta över. Vår facebook sida: Slow Food Gästrikland, hemsidan: www.slowfoodgastrikland.se, och vårt Instagramkonto heter slowfood_gastrikland.

Vår medlemsavgift

Vi vill passa på att berätta lite om vår medlemsavgift. För medlem fyllda 30 år är avgiften 500 kr per år. 150 kr av dem får vår förening behålla och 350 kr går till Slow Food Internationells arbete och alla de projekt som drivs över hela världen för att öka tillgången av Ren, God och Rättvis mat. En del av de projekten informerar vi om i vårt medlemsbrev och om du är intresserad så kan du läsa mer på Slow Food Internationals hemsida; <https://www.slowfood.com/>. Vi kommer även fortsättningsvis informera om internationella projekt framöver.

Vi önskar dig en helt underbar, fin julhelg och härlig nyårsafton. Vi ses igen tredje veckan i januari.

Styrelsen Slow Food Gästrikland

