Det här är I Mörkret Med; Sveriges och troligen världens första podcast som spelas in i totalt mörker. Stort tack till vår samarbetspartner Svensk Skrivtolkning som gör det möjligt för fler att ta del av I Mörkret Med genom att texta våra avsnitt. Textade avsnitt hittar du på vår hemsida, imorkretmed.se .

**I Mörkret Med**

Richard Tellström



Foto: Anna Bergholtz, Richard Tellström och Ulf Nordquist

**Intro**  
Del 1: Möte med gästen  
Pausmusik  
Del 2: Samtal med gästen

Del 3: Snabbfrågor  
Avslut

------------------------------------------  
Intro  
------------------------------------------

(knackningar)

Ulf: Kommer! Halloj!

Richard: Hej!

Ulf: Hej! Välkommen!

Richard: Tack så mycket! Richard Tellström heter jag.

Ulf: Hej, Ulf.

Richard: Jag ska träffa Anna.

Ulf: Ja, det ska du göra. Stig på.

Richard: Tack.

Ulf: Du får gärna hänga av dig och om du har något det lyser om så är det inte så bra att ta in det. Som en telefon eller så, tänker jag.

Richard: Det är stängt här uppe så den kan ligga kvar här va?

Ulf: Det är bara Janne som är här.

Richard: Och han är pålitlig?

Ulf: Han är pålitlig. En hund också som bevakar dina ytterkläder. Har du varit på något sånt här ställe förut?

Richard: Nej.

Ulf: Nej, inga svartklubbar för dig?

Richard: Svartklubbar i andra betydelser har jag varit på.

Ulf: Jag förstår.

Richard: Men det är ju också en slags ljusskygg verksamhet.

Ulf: Det är riktigt.

Richard: Men inte så mycket svartklubbar nu för tiden. 80-talet var det, skulle jag säga. Idag är man så gammal att man vill gå och lägga sig när det börjar bli mörkt.

Ulf: Du får säga när du känner att du börjar bli klar och vill gå in.

Richard: Jag är klar!

Ulf: Bra, här har vi kanske inte så mycket matforskning. Men vi har släktforskning.

Richard: Okej!

Ulf: Vi har släckt lampan.

--Vinjett--

------------------------------------------  
Intro  
------------------------------------------

Anna: Hej, och tack till alla er som lyssnar på I Mörkret Med. Jag som pratar heter Anna Bergholtz och du vet väl att du kan följa och gilla oss på Facebook? Gör gärna det. Tycker du om I Mörkret Med och vill stötta vårt arbete är det bästa du kan göra att betygsätta oss i iTunes eller på vår Facebooksida. I det här avsnittet djupdyker vi i matkulturhistoria, och det tillsammans med en av Sveriges mest kunniga personer på området. Han är känd från bland annat TV:s Historieätarna och Landet brunsås. Hans matintresse började redan som barn och fick en särskild betydelse när han var mobbad. Men det var inte förrän i vuxen ålder och efter en 40-årskris som han bestämde sig för att ägna karriären åt mat. Vi pratar om allt det här och kommer in på vad svensk matkultur är. Dieter, skämsmat och hur synintrycken påverkar matupplevelsen. Och så blir det förstås mat-test och en passande låt av UIf Nordquist, ägare av Svartklubben. Ljudtekniker är Jan Dahlqvist. ”Synintrycken fördärvar min analytiska förmåga”. Det här är I Mörkret Med matkulturforskare, mathistoriker och författare Richard Tellström.

------------------------------------------  
Möte med gästen  
------------------------------------------

Ulf: Då har vi byggt här så att det är som en gång som går lite som ett C.

Richard: Okej.

Ulf: För att vi ska stänga ute ljuset utan att behöva stänga några dörrar.

Richard: Ja, juste.

Ulf: Här kommer vi in i själva matsalen.

Richard: Okej. Här har vi en ljudförändring.

Ulf: Visst är det ganska vackert?

Richard: Ja, plötsligt blir det inte att golv och sånt blir väldigt viktigt, alltså de saker som man kan iaktta.

Ulf: Nu börjar vi närma oss Anna här borta.

Richard: Okej.

Ulf: Nu ska vi se om vi styr in det här bordet här.

Anna: Hej, Richard.

Richard: Hejsan, Anna.

Anna: Välkommen.

Richard: Tack så mycket.

Ulf: En stolsrygg där.

Richard: En stol, tack så mycket. Nu måste man undersöka om det är en dyna på. Ja, det är verkligen svart här.

Ulf: Det är så.

Richard: Där var en mikrofon.

Ulf: Exakt.

Anna: Nu kommer min hand här. Du hade varma händer, jag har kalla (skrattar).

Richard: Verkligen kalla händer.

Anna: Och du kommer utifrån.

Richard: Jag har gått hit från tunnelbanan i den här vinterkylan som vi har för tillfället.

Anna: Ja, och har haft vantar på dig förmodligen? Eftersom att du var varm om händerna.

Richard: Jag är en sån där fryslort så att jag ser alltid till att ha handskar på mig eller handskar nära. Alltid. Även när andra tycker att det har blivit vår så kan jag tycka ”Nej, vi väntar nog ett tag innan handskarna helt åker av”.

Anna: Jag är precis likadan. Jag fryser alltid också. Jaha, hur känns det?

Richard: Roligt att vara här. Ser fram emot dina frågor. Det är intressant att vara i såhär komplett mörker. Jag bor ju ute på landsbygden utanför Uppsala, så att det är ju såhär på natten när man försöker orientera sig och ta sig till badrum och annat. Men jag skulle nog säga att det är tätare mörker som jag upplever nu än vad jag gör när jag är i mitt hus, så att säga. Även fast det är mitt i natten. Det är helt uppenbart att det finns ett slags ströljus från stjärnor och måne och kanske gatlyktor väldigt långt borta, som ändå ger en slags grådager. Men här är det så mörkt att jag inte kan avgöra några avstånd eller någonting. Känsel blir ju förstås jätteviktigt, men ljud också, för att orientera storlek och få någon slags information av de sinnen man har.

Anna: Får du någon känsla av hur stort det är härinne?

Richard: Det här rummet skulle kanske kunna vara 80-100 kvadrat? Lite svårt att säga men kanske 9x9 meter eller 10x10 eller någonting sånt?

Anna: Vi frågar Ulf. Är det så Ulf? Jag vet inte.

Ulf: Det är inte helt tokigt gissat. Det ligger på 75 någonstans, så när du säger 80 är det extremt nära.

Anna: Ja, men Richard, berätta vem du är!

Richard: Jag är numera matkulturforskare, mathistoriker och ägnar mig åt att på olika sätt försöka förstå varför vi människor lägger så mycket tid på vårt ätande och varför det är så viktigt att skapa maträtter och kombinationer. Det som kanske är mest intressant är varför vi tröttnar på det som vi har skapat; alltså vårt behov av nyheter i relation till vår nästan konstanta uttråkning. Jag är ju etnolog i min grundutbildning, så jag kommer ju från det antropologiska hållet. Mitt perspektiv på ätande och mat blir liksom hur vi skapar kulturella gemenskaper genom olika slags maträtter och matkulturella kombinationer.

Anna: När skulle du säga att du trivs som fisken i vattnet?

Richard: Det är när jag får svåra matkulturella frågor att försöka lösa. Att försöka hitta historiska ursprung på saker och ting, att försöka förstå varför det som verkar så uppenbart faktiskt inte är det.

Anna: När fick du senast en sån fråga som du fick grotta ner dig i?

Richard: Jag fick faktiskt en fråga för bara två veckor sen, och det var om kokosens betydelse i svensk matkultur och kokosens roll i vårt matlagande. Intressant fråga som jag aldrig hade tänkt på – det är ett sånt där livsmedel som man kan bortse ifrån. Men när frågan då ställs måste man ju gå till botten med det och försöka utreda vad det är för någonting och försöka kunna hitta dels när den har kommit in i vår matkultur och dels varför. Varför just då när den kom?

Anna: Vad kom du fram till, då?

Richard: Kokosen hänger ihop med industrialismen. Det är det sena 1800-talet, eller egentligen kanske tidiga 1900-talet, och då kommer kokosolja/kokosfett - det är det som vi äter när vi gör ischoklad till julbordet – men också den rivna kokosen. De här kokostopparna som vi ibland kan äta på konditori eller hemma är en datering på ungefär 1920-talet. Men sen kommer då kokosmjölken som vi använder i thailändskt orienterad mat.

Anna: Som jag senast använde igår när jag lagade mat.

Richard: Och då kan man datera det till 1980-tal. Sen är det ju lite spännande med kokosen då den uppfattas som hälsosam idag. Det finns mycket kokosflingor och kokosbitar i muesli och liknande, och så glömmer man bort att det är ett mättat fett. Så det är ungefär som att ha smör på maten.

Anna: Så det är inte så bra?

Richard: Nej, åtminstone inte att överdosera. Alltid när det gäller matlagning och sånt så ska man tänka att det är en dosfråga. Det är ingen fara att äta vitt socker, men man kan inte leva på vitt socker. Det är ingen fara att dricka sprit heller, men man kan inte bara dricka sprit. Det är lite spännande att se hur kokosen har fått den här auran eller nimbusen av att vara hälsosam, och där tror jag att det spelar roll att vi förknippar den med paradiset – alltså kokosnötens söderhavskoppling. Det som kommer från paradiset och som är vegetabiliskt kan, per definition, inte vara ont. Det måste vara bra och gott. Men så är det inte.

Anna: Men om vi backar tillbaks i tiden till din barndom. Du är uppvuxen i Sollefteå.

Richard: Ja, en liten stad i Ångermanland. Jag föddes på ett av stadens regementen, I21. Min pappa var militärmusiker.

Anna: Vad innebär det att vara militärmusiker?

Richard: På 50- och 60-talet och kanske tillbaks till 30- och 40-tal så har vi oerhört mycket militärorkestrar i Sverige. Varje regemente har i princip sitt eget militära band som spelar figurativ musik, som man marscherar och går till, men sen är det också olika typer av musikunderhållning. Det här är alltså före TV:n har slagit igenom. Så de var en viktig del av musiklivet i de militära garnisonsstäderna. Min pappa var flöjtist och pianist och familjen hamnade där genom att de blev, som militärer brukar bli, placerade där de behövs. Men min familj och släkt kommer från Skåne sen många århundraden.

Anna: Som jag. Men hur var det att växa upp på ett regemente?

Richard: Jag bodde på regementet i tre år, så att när jag var tre år togs alla tjänstebostäderna bort och då bor vi i en vanlig lägenhet i stan. Men det är intressant att växa upp i en liten stad, när man ser tillbaks på det nu när man har bott på andra ställen. Jag var ganska klar, redan när jag var liten, ”När jag går ut grundskolan kommer jag flytta härifrån”. Och det gjorde jag också.

Anna: Vad var det som gjorde att du kände så?

Richard: Framför allt skulle jag säga kulturellt sätt. En liten stad med mycket begränsad kulturverksamhet och intellektuell kulturalism, eller vad man ska säga, människor som är intresserade av kultur. Jag ville bo i ett större sammanhang och vara en del av en större gemenskap som en storstad är. Sen flyttade vi ner till Helsingborg, så där går jag gymnasiet. Sen gör jag min värnplikt i Hässleholm och sen flyttar jag till Stockholm och sedermera till Uppsala där jag bor nu.

Anna: När du växte upp i Sollefteå, var det så på den tiden att man inom regementet också tränade ledarhundar? Kommer du ihåg det? Du träffade kanske min ledarhund här utanför.

Richard: I Sollefteå låg ju då Statens hundskola, och den var mycket stor och utbildade inte bara ledarhundar utan också minhundar och tjänstehundar. Jag bodde bara ett stenkast från järnvägsstationen, så vi var ju ofta och tittade på när hundarna kom i godsvagnar. Varje vecka kom det nya hundar och så skickades utbildade hundar iväg i speciella hundboxar. Jag själv har inte varit på hundskolan annat än på studiebesök, men det var en viktig verksamhet i staden.

Anna: Ja, för det är många som frågar mig idag när jag kommer med min hund ”Är den tränad uppe i Sollefteå?”, men så är det ju inte längre.

Richard: Det som jag kommer ihåg från min uppväxt, från 1960- och 70-talet, var ju att när de utbildade ledarhundarna så gjordes ju det nere i Sollefteås citykärna, i stan. Så att de var ju ute och gick på gatorna och över övergångsställen och sånt, så på något sätt blev man ju nära den utbildningen. Trots att man bara var ett barn då.

Anna: Men hur skulle du beskriva dig själv som barn?

Richard: Jag tror nog att jag tillhörde de lite mer tillbakadragna barnen. Jag var ganska mobbad i skolan, så det bidrog kanske också till min känsla av att vilja flytta därifrån så fort jag bara kunde.

Anna: Vad var du mobbad för?

Richard: Det är svårt att veta. Det är ju mobbarna som bestämmer vem de behöver för att få sin livsluft och bli av med sina demoner, att slippa fajtas med det som stressar dem och kanalisera det utanför. Men jag kan nog tänka mig att min intellektualism, mitt kulturintresse… Att mina föräldrar var skilda var väldigt konstigt i Sollefteå.

Anna: Det var ovanligt då kanske.

Richard: Ja, det var väldigt konstigt och det gjorde familjen till konstig i staden, och lite hotfull. I och med att min mamma – jag växte upp med mamma och har två syskon – inte var gift så var hon ju farlig för andra män i staden. Hon kunde ju då vara förförerskan och den som kunde locka och förstöra de stabila familjerna. Jag kan tänka mig att mobbningen som mina klass- och skolkamrater utförde kanske inte nödvändigtvis hade hittats på av dem själva, utan kom kanske hemma från köksbordet.

Anna: Men när du sen kom till Skåne så upphörde mobbningen?

Richard: Absolut, i samma ögonblick som jag flyttade dit. Eftersom Helsingborg är en så mycket större stad kunde man inte ha den här sociala kollen på vem som var frånskild och inte frånskild, och andra typer av saker som kunde vara grund för mobbning. Jag gick på en skola som var väldigt kulturellt och litterärt orienterad, så där fick jag plötsligt livsluft för första gången och kunde börja andas. Så det var fantastiskt skönt.

Anna: Vi ska släppa in Ulf lite.

Ulf: Här får du ett glas.

Richard: Tack så mycket.

Ulf: Och så får Anna ett glas. Och så får du en flaska, och så får Anna en flaska. Och så för du en öppnare.

Richard: Tack.

Ulf: Då är det ganska bra att försöka ta av korken och försöka få ner det som är i flaskan i glaset.

Richard: Flaskan vet jag ju hur den ser ut, eftersom vi har standardflaskor i Sverige. Glasen är skäligen stora också, men öppnare finns det ju många av. Så det gäller att komma på det här för en öppnare.

(Ljud av kapsyl som öppnas)

Anna: Där lät det bra i alla fall.

Richard: Där lät det bra.

Anna: Det är lite lurigt, för ibland svänger folk på den så att man öppnar med handtaget.

(Ljud av porlande mineralvatten)

Richard: Jag förstår.

Anna: Det känns likadant. Det lät bra när du hällde.

Richard: Ja, absolut. Det känns som att det mesta är i glaset också.

Ulf: Här kommer nu två skålar också.

Richard: Okej, tack så mycket.

Ulf: Vi får se om du kanske ska undersöka dem. De står framför dig där.

Richard: Ja, tack.

Anna: Då ska jag instruera dig lite här, Richard. Vi brukar låta våra gäster testa något ätbart. Nu har du två skålar där och det är två olika saker. Du ska få testa och se om du kan gissa vad det här är för någonting. Jag kan ge dig en ledtråd som så mycket att de här smakbitarna ska smaka som klassiska glassar. Och de är inslagna i papper där.

(prasslande ljud)

Richard: Det känner jag. Och då öppnar jag. Det känns som en liten godisförpackning med en rivremsa.

Anna: Hittar du rivremsan? Det känns tror jag, även om man inte ser det?

Richard: Absolut. Det känns som ett chokladhölje, eller åtminstone ett fetthölje. Det skulle kunna vara yoghurt eller någonting annat.

Anna: Är det ett speciellt papper för att behålla fettet eller?

Richard: Ja, framför allt att förhindra att det härsknar. Det är ju det som fett alltid utsätts för av luften.

Anna: Jag tar också en. En klassisk glass som har funnits väldigt länge.

Richard: Ja, det är ju jättesvårt. Men då har jag ju behövt hjälp av mina mathistoriska kunskaper, och klassiska glassar som har funnits länge i smaker är inte så många. Jordgubb, pistasch och vanilj förstås. Jag får en marsipan-känsla i konsistens och smak. En slags mandelnötighet. Jag gissar på pistasch då.

Anna: Nej. (skrattar) Munnen full här.

Richard: Det är lite fransk nougat över det hela.

Anna: Ja, nu börjar du närma dig. Det här är en klassisk glassort som kan gå och köpa i kiosken på sommaren. Året runt köper man ju egentligen glass numer. Men nougat stämmer. Är det någon glass du kommer ihåg som fanns med nougat, och som har funnits länge?

Richard: Nougatglassar skulle jag nog säga tillhör 1970- och 80-talen.

Anna: Den här fanns när jag var liten och jag är född -77.

Richard: Det var en 80-talsglass. Jag kan inte komma ihåg, men det fanns någon glass som hade nougat i sig. Sen kom ju Daimglass och sånt där som ju också är nougat.

Anna: Nogger.

Richard: Nogger är det, ja! Den kommer jag ihåg.

Anna: Sen har du en till. En annan glassort i den andra. Kan kanske nästan vara lite lättare att gissa den. Du får se.

Richard: Det som var svårgissat med Nogger var att nougatsmaken är så pass intensiv, medan när man åt den i Noggerglassen så är det ju så mycket vaniljglass som dämpar smaken. Nu har jag fått upp nummer två och den har en lite skrovlig yta. Jag skulle säga att den har en kokosyta, alltså en choklad som är doppad i kokos.

Anna: Ja, du får se när du stoppar i munnen.

Richard: Ja, jag provar. Ja, du.

Anna: Var det kokos då?

Richard: Den är ju lite kola-aktig i konsistensen. Skulle kunna vara. Det är jättesvårt att avgöra. Sötman blir ju väldigt påtaglig i båda de här proven, och jag kan känna hur jag störs i mitt smakande av att det är så sött. Jag skulle vilja ta bort en betydande del av sockret i den här produkten för att kunna svara på din fråga, ”Vad är det här för någonting?”. Nej, jag går nog bet på det. Lite lakritssmak är det ju i det, kan jag tycka.

Anna: Intressant. Det är också en klassisk gammal glass.

Richard: Lite Bounty-känsla får jag också med kokosen.

Anna: Jag tror inte att det är kokos. För det är…

Richard: Strössel på kanske?

Anna: Ja! Det är mer åt det hållet. Ska jag säga?

Richard: Ja, gärna.

Anna: En 88:a.

Richard: Mhm! Det är ju min favorit!

Anna: (skrattar) Men kan du känna igen dig då, när du får reda på det?

Richard: Nej, den här sötman överraskar mig. Den är så oerhört påtaglig och hur den stör. Jag har ju jobbat med att ta fram smakord på potatis, och det var verkligen ett pilotprojekt eftersom att syftet var att helt enkelt svara på grundfrågan ”Smakar potatis någonting, förutom att det smakar potatis?”. Då hade vi just den här frågan när vi satte igång, ”Ska vi äta potatis som har kokats i saltat vatten eller osaltat vatten?”. Då gjorde vi en provning av King Edward-potatis och Bintje-potatis - alltså en mjölig potatissort och en fast sort – och så kokade vi den ena med mycket salt och den andra utan salt. Det som händer när man kokar med salt är att man saltar bort smak, så du känner inte de olika smakerna i potatisen. Det störs bort av sälta.

Anna: Och det är samma här nu med sockret, att det blir för mycket?

Richard: Det är för mycket socker här, ja. Jag vet inte om det är något som du reflekterar över, som är mer van att inte se den mat som du äter. Att du kan störas i smakupplevelsen av för mycket salt/för mycket socker?

Anna: Jag har inte alls mycket salt på min mat vet jag i alla fall. Jag tycker att många gånger när mina vänner ska ha extra salt så har inte jag det. Men det har hänt intressanta saker med mat. Jag pluggade journalistik för många år sedan på en folkhögskola, och vi skulle äta lunch allihopa. Det var morotssoppa till lunch och jag tyckte att den där soppan var fantastiskt god, och mina klasskamrater bara tittade på mig och sa ”Alltså Anna, du måste vara glad att du inte ser det där, för då hade du nog inte tyckt att den var så god”. Det är intressant.

Richard: Det visuella är ju en väsentlig del av smakupplevelse. Färg på maten.

Anna: Ja, då kan man ju undra vad som hade hänt om vi alla hade ätit den där soppan i totalt mörker istället.

Richard: Ja, synintrycket blir plötsligt då betydelselöst. Om man ser på hur sensorik fungerar, och smakapparaten, så uppfattas till exempel röd mat som mycket godare och läckrare än mat som är brun, trots att det är samma typ av mat. Man kan göra försök med apelsinjuice och så kan man tillsätta rött färgämne i den gula apelsinjuicen och säga att det är blodapelsinjuice. Då kan försökspersonerna verkligen känna att det är blodapelsin, trots att det enda som har skett är att man har tillsatt rött färgämne. De tycker att det smakar blodapelsin. Jag skulle säga att färg är en smakgivare också.

Anna: Jag läste också att om man har en buffet så ska man ha många olika färger på maten, för då äter folk mer.

Richard: Så är det. Och är maten brun så äter man mindre.

Anna: Och så äter vi väl fortfarande mycket brunsås i det här landet, eller?

Richard: Jag skulle tro att den är mindre viktig idag, åtminstone bland den yngre generationen. Brunsåsen är så intimt förknippad med kött och potatis, och i takt med att potatisätandet har sjunkit så misstänker jag att också brunsåsätandet har minskat. Jag vet inte om man fortfarande kan köpa brunt färgämne i butiken för att ha i såsen, det fanns åtminstone för tio år sedan. Jag vet inte om det finns fortfarande.

Anna: Jag tyckte att jag kunde göra såsen utan den där, men det tyckte min mamma såg äckligt ut, så då var hon tvungen att hälla i det där.

Richard: Och det är bara sockerkulör då, så det är ingen smakgivande soja eller någonting sånt. Ögat är ett bedrägligt lurendrejeriorgan, det ska man vara klar över.

Anna: Hur började ditt intresse för mat?

Richard: Jag har nog alltid varit matintresserad, jag lagade mat redan som femåring. Mamma var inte förtjust när jag gick upp klockan fyra på morgonen och kokade gröt och satte på spisen och sånt. Jag var förbjuden att göra det, men det hade liten effekt.

Anna: Kommer du ihåg vad det var som du tyckte var kul med det?

Richard: Jag tror det är känslan av att kunna föda sig själv; ett oberoende. Kan jag laga mat så kan jag ta hand om mig själv, alltså en självständighet. Är man ett mobbat och utsatt barn så måste man öva väldigt mycket på hur det är att ta hand om sig själv. Man kan inte förlita sig på lärare - på den tiden fick man verkligen inget stöd från någon skola i de här frågorna. Man kan inte förlita sig på kamrater eftersom att de är bedrägliga. Och lever man i en konstant bedräglig tillvaro, så att säga, så är ju det här omhändertagandet av sig själv ändå en nyckel till att kunna hantera allt det man utsätts för.

Anna: Men tyckte du att det var kul att experimentera med mat också?

Richard: Jag skulle säga att det handlade mer om att klara sig själv. Jag har aldrig varit någon matexperimenterande människa. Jag är inte särskilt förtjust, även idag, i nya recept. Jag har inga behov av att laga ny mat då jag inte tröttnar eller blir uttråkad på samma sätt som andra människor blir.

Anna: Ja, för du sa det här i början att vi idag vill ha något nytt hela tiden.

Richard: Ja, det är ett hyllande av att ständigt utsättas för nya impulser, nya affekter. Och det är något som kännetecknar vår tid. I historien har man inte ägnat sig åt att hålla på och byta maträtter. Man åt i hög grad samma mat varje dag, eller likadan mat kanske man ska säga. Man hade ett mycket mer begränsat urval av varor att välja på när man är självproducerande.

Anna: Vad är det då som gör att många av oss idag vill testa nytt hela tiden?

Richard: Jag skulle säga att det är viktigt att kunna kommunicera med andra vad man har smakat och upplevt. Så egentligen är det att förse sig själv med ett extra språk, att man skapar dialog med andra människor, ”Jag har provat den här rätten”, eller också att man frågar varandra ”Kan inte jag få ditt recept på den här kakan eller maträtten”, och så vidare. Och det är då för att bygga gemenskaper.

Anna: För egentligen skulle vi väl rent krasst kunna äta någon form av pellets, som djur gör, för att överleva?

Richard: Absolut! Det skulle säkert vara en mycket bra produkt för många människor, men den funkar inte socialt eftersom att mat och dryck i hög grad är ett språk och ett sätt att uttrycka vilken gemenskap man tillhör.

Anna: Jag tycker nästan att vi ska ropa hit Ulf, för att här pratas det ju en hel del mat…

(Gitarr och munspel)

**:::: ANNONS ::::**

Anna: Nu ett kort avbrott för att möta vår samarbetspartner, Svensk Skrivtolkning, som textar våra avsnitt som du hittar på vår hemsida imorkretmed.se .

Mohammed: Jag heter Mohammed Shakrah och jag är grundare och VD av företaget Svensk Skrivtolkning AB. Vi jobbar med simultantextning av tal, och sen jobbar vi också med undertextning och transkribering. Tanken är helt enkelt att göra tal tillgängligt för fler via text.

Anna: Om man är i behov av skrivtolkning, hur gör man då?

Mohammed: Varje landsting har en tolkcentral för personer med hörselnedsättning, och då ringer man helt enkelt till sitt landstings tolkcentral och berättar att man antingen själv har en hörselnedsättning och skulle vara behjälpt av att få tal direkttextat, eller att man ska träffa någon som har en hörselnedsättning som är behjälpt av att få tal direkttextat. Tolkcentralen ringer man om man behöver ha skrivtolk antingen på fritiden eller i kontakt med myndigheter, men om man vill ha skrivtolk i arbetet är det Arbetsförmedlingen man ska ringa.

Anna: Kostar skrivtolkningstjänsten någonting för personer som behöver det?

Mohammed: Nej, personen som är i behov av skrivtolkning behöver aldrig bekosta sin egen skrivtolkning själv. Anledningen till det är helt enkelt en idé som säger att alla svenska medborgare har lika rätt att kunna ta del av information och det som händer i samhället. Så det är staten som bekostar skrivtolkning för användare.

Anna: Vill du veta mer? Gå in på skrivtolkning.se

**:::: ANNONS ::::**

(Gitarr och munspel)

Anna: På kvällarna, eller hur Ulf? För folk får ju inte veta vad det är de äter.

Ulf: Nej, så är det. Här har vi en överraskningsmeny varenda kväll, och sen presenterar vi maten först efter att alla har ätit klart. Många tycker det är en spännande resa att försöka identifiera och prata om det. Sen finns det de som är lite skraja.

Richard: Jo, det kan ju vara läskigt också. Man överlämnar ju sig själv i någon annans händer. Det är väldigt spännande att inte se det man äter, och framför allt hur det förändrar smaken. Jag är lite överraskad över det.

Anna: Är du det?

Richard: Ja, jag är överraskad att sötman i de här två chokladglassbitarna tar bort så mycket smak att jag i hög grad inte smakar det som jag äter, utan använder andra sinnen för att identifiera det. Och det är lite intressant att jag gör det, och jag har faktiskt aldrig tänkt på det. Det blir väldigt tydligt nu att mat kan vara översöt fast man inte tror att det är det.

Anna: Tror du att det hade varit mindre sött om du hade sett de då?

Richard: Förmodligen. Jag tror det. Därför att då hade jag bestämt mig i förväg att ”Det här är nu en 88-glass som kommer”, och då vet jag hur en 88-glass smakar. Det är känt, när det gäller demenspatienter, att man förlorar smakkänsligheten till följd av sjukdomen. Men man kan rekonstruera smakminnet om man serverar maten på samma sätt som det såg ut när man fick sitt smakminne. Då kan man alltså minnas smaken som man objektivt inte känner.

Ulf: Det här är väldigt intressant också, för det är ju många som beskriver att de tycker att det smakar mer i mörkret, men sen är det också en betydande mängd folk som tycker precis tvärtom. Precis som du säger är de vana vid att använda ögonen till att smaka, och plötsligt när det inte finns så blir de förvirrade över att inte kunna se.

Richard: Nej, juste. Ögat är ju ett väldigt potent organ som samlar in enorma mängder information, så givetvis är det väldigt väsentligt för oss. Tar man då bort det sinnet och så ska man - framför allt som otränad - kompensera med andra sinnen, så blir det plötsligt påtagligt vad synen gör för upplevelsen av mat och dryck. Och det är mycket lärorikt kan jag säga. Väldigt intressant.

Anna: Vi hade Annika Lantz här precis innan jul och vi lät henne dricka julmust.

Richard: Juste.

Anna: Och hon gissade inte att det var julmust, hon gissade att det var Pommac. Både du och jag, Ulf, blev ganska förvånade över det.

Ulf: Hon satte ju kakorna som ingenting.

Anna: Det gjorde hon verkligen. Hon kunde sina kakor.

Richard: Jag kan förstå att julmust skulle kunna gå som Pommac, och jag kan gissa att det är det stora kolsyreinnehållet. Julmust har nämligen väldigt mycket kolsyra i sig, och den är väldigt söt. Pommac har också väldigt mycket av både sötma och kolsyra. När vi känner smak så har vi ju grundsmakerna: sött, salt, surt, beskt och umami. Men en väsentlig del av upplevelsen av smak är faktiskt det som man brukar kalla för munkänsla. Hela munhålan är fylld med receptorer som avgör konsistenser, och de påverkar smakupplevelsen i hög grad. Sötman, till exempel den här söta chokladen som jag ätit, ger ju dels den söta smaken men också en konsistens. Sötma är egentligen både en smak och en konsistensgivare.

Anna: Väldigt intressant. Ulf, ska vi köra lite musik?

Ulf: Det tycker jag. Jag har ju under mina år som krögare – jag har ju varit krögare sedan 2012 - haft med kockar att göra på daglig basis, och då har jag ju ett sätt som vi måste ha här på Svartklubben; att folk måste ange vad de har för allergier eller vad det är de inte tål eller absolut inte vill äta. Så vi har ju alltid en lista över det, vår specialkostlista. Den här specialkostlistan och kockarnas reaktioner på den har fått mig att skriva följande sång.

------------------------------------------  
Pausmusik  
------------------------------------------

(Gitarrspel och sång)

*Matlagning, det är en ädelkonst*

*Tro mig, mitt yrke är kock*

*Det hade vart enkelt om gästerna*

*Inte var galna och*

*Världen är full utav veggisar, lakto-ovo, ja ja*

*De påstår att de bara äter grönt*

*Men ägg och mjölk går visst bra*

*Värre än så är veganerna*

*Av de blir jag helt rabiat*

*Inget kött, ingen fisk*

*Bara grönt, grönt, grönt*

*Och sådant ska kallas för mat*

*Sen har vi flexitarianerna*

*Kyckling, ägg, fisk och laktos*

*Stockholmsvegetarianer är ett annat namn på samma diagnos*

*Jag står här i köket och sliter*

*Har förberett mig i flera dar*

*En lista med all specialkost*

*Och inget, just inget, blir kvar*

*Somliga påstår de inte tål*

*Grädde och mjölk, vilket fjant*

*Till glassen och osten säg adjö*

*Det kallas laktosintolerans*

*Värre än så är allergiker*

*Det är nåt slags fel på kemin*

*Olja ska ersätta allting gott*

*Väck med allt mjölkprotein*

*Någon ska ha det helt fritt från nöt*

*Glöm nöten du åt till din öl*

*En annan ska ha det helt glutenfritt*

*Morsning, goodbye vetemjöl*

*Gravida, och nu ska vi läsa*

*En lista så lång, vilket skämt*

*Den ändras dessutom varannan dag*

*Som socialstyrelsen bestämt*

*Sex glutisar, fem veganer*

*Och tre av de kan äta fisk*

*Tre glutisar, två laktosisar*

*Och en är hyperallergisk*

*Inte rött kött, inte fyra ben*

*LCHF, GI och 5:2*

*Inget fläsk, inga kärnfrukter, stjärnfrukter*

*Gud så tröttsamt, nu måste jag gå*

*Matlagning, det är en ädelkonst*

*Tro mig, och jag har fått nog*

*Nu tänker jag resa någon annanstans*

*Och aldrig mer jobba på krog*

*Goodbye*

------------------------------------------  
Samtal med gästen  
------------------------------------------

Anna: Tack, Ulf.

Richard: Tack så mycket.

(applåder)

Anna: Ja, Richard, vad tänker du när du hör den här texten?

Richard: Väldigt samtida. Olle Adolphson tänkte jag också på. Underfundig text. Men det här är ju någonting som utmärker vår tid, att ha sin egen diet och göra sitt eget ställningstagande om världen i stort genom det som är på tallriken.

Anna: Hur har det blivit så?

Richard: Det här börjar slå igenom på 90-talets andra halva, mycket individuella dieter och så vidare. Man kan dela upp det här med dieter och kostavvikelser i de som är medicinska, där vi till exempel har celiaki eller glutenintolerans och laktosintolerans, alltså såna som är diagnostiserbara rent medicinskt. De har förstås funnits i alla tider. Sen har vi då de som är ideologiska och kulturella, och det är ju att vara till exempel vegetarian av ideologiska skäl, eller ha andra idéer om att man ska äta på ett visst sätt för att uppnå vissa bestämda kulturella eller politiska saker. Till de här hör också de som är träningsätare, därför att man då vill äta på ett visst sätt för att få ut optimalt av sin träning, och det optimala är aldrig det kulturella utan det rent kroppsliga. Man ska bygga muskler eller bli av med sin muffinsmage, eller någonting liknande. Det är den stora genren, om man tittar på de ideologiska dieterna. De kan man säga kan bara komma till när vi har så god ekonomi att du kan börja handla specialiserade livsmedel, eller kan leva på livsmedel som är ganska dyrbara. Om vi tar till exempel att kunna äta gröna grönsaker, det har vi aldrig kunnat göra här uppe i norra Europa och Sverige historiskt sett, eftersom att det inte är någonting som växer vintertid. Det blir möjligt först när vi får ett livsmedelssystem som kan förse oss med varor som normalt inte växer här. Det som händer i det sena 1900-talet är ju både flygimport och lastbilsimporten av produkter som verkligen inte finns vintertid. Det innebär då att det här är produkter som vi aldrig har haft tidigare i historien, utan en förutsättning för att kunna överleva här i norra Europa har varit att man lägger sommarens överskott i förråd, för att sedan äta den förrådshållna varan. Det har varit vår idé. Vi har aldrig ägnat oss åt att äta färskmat, så att säga, utan man har alltid ätit den äldsta maten först. Vi har aldrig ätit i säsong heller i vårt land förrän på 1900-talet. Alltså äta när det finns som mest av en råvara.

Anna: Och nu är det mer att man gärna ska äta det som finns just nu?

Richard: Juste. Och det beror på att vi aldrig behöver oroa oss för om det finns mat nästa vecka. Vi vet att det kommer mer, så vi behöver inte bry oss om det. Jag gör lite studier och frågar människor ibland i olika sammanhang, och då kan man se att människor som är under 45 år har mycket dieter och kostavvikelser, medan de som är äldre inte har det. Skälet är just att de som är äldre är uppvuxna under de ganska knappa omständigheterna som var i 1900-talets mitt. De har inte idén om att säga nej till mat, medan de yngre är uppväxta under överflödet. Framför allt kommer det stora överflödet 1995 när vi går med i Europeiska Unionen, för då faller matpriserna med nästan 50 procent. Man kan säga att de dieter som vi har igång idag beror på att maten aldrig har kostat så lite som den gör idag.

Anna: Vi backar tillbaks till ditt liv igen, tänkte jag. När du var 40 år gammal så förändrades ju ditt liv, för till dess hade du ju gjort något helt annat; jobbat med att skriva politiska mediaanalyser.

Richard: Ja, jag arbetade som analytiker på olika konsultföretag, och analyserade svensk inrikespolitik. Jag jobbade framför allt med livsmedelspolitik och försvarspolitik. Så det höll jag på med från att jag var dryga 20 tills jag var 40.

Anna: Vad hände när du var 40 då?

Richard: Då kom den här 40-årskrisen som man kan få, det vill säga att man börjar ifrågasätta, ”Vad håller jag på med i mitt liv och vad är meningen med allt? Ska jag ägna mig åt det här nu tills jag går i pension?”. Framför allt började jag fundera på vad jag skulle göra efter pensionen. Jag hade inte några intressen av att åka och spela golf när jag blev pensionär, utan jag ville ha någonting som jag kunde jobba med även efter pensionen. Så jag bestämde mig för att återuppta mina gamla studier i etnologi, och så beslöt jag mig för att börja fördjupa mig i matkultur.

Anna: Men hur var det beslutet att ta? Att som 40-åring byta karriär?

Richard: Både lätt och svårt. Det lätta är att jag kom fram till att ”Jag kan inte fortsätta såhär. Jag kommer gå under rent själsligt. Jag måste byta.”.

Anna: Så du mådde dåligt då, eller?

Richard: Ja, och det som jag mådde dåligt av var att jag inte kände att jag gjorde ett bra jobb. Jag fick inga kickar av mina analyser och mitt arbete. Jag ljög för mig själv, och jag har kommit fram till att jag har ett väldigt stort behov av att få intellektuella kickar av mina analyser. Jag måste ha en hög svårighetsgrad, och det jag jobbar med måste hela tiden vara intellektuellt utmanande. Är det inte det så blir jag uttråkad. Och det blev jag av den politiska analysen. Det var det lätta beslutet. Det svåra beslutet är ju det ekonomiska. Som konsult flöt pengarna in i strida strömmar, så att pengar var ingen trång sektor. Då är det frågan om att byta karriär och börja läsa in sig på ämnet, och inte heller veta om man får något jobb i ett nytt yrke. Det kan ju vara roligt att läsa in ett ämne, men man vet ju inte om man kommer tjäna några pengar. Man måste ju leva också. Så att då tog jag en diskussion med min man och pratade igenom det här, och då sa han ”För vår relations skull så är det extremt viktigt att du mår bra, så det innebär att vi får leva på min lön och så får vi vara två på den istället. Annars kommer du gå under”. Och så blev det. Med hans ekonomiska välsignelse bytte jag då karriär och gjorde klart mina grundstudier och min magister i etnologi, och sen hade jag då turen att jag blev industridoktorand och finansierades av Lantbrukarnas Riksförbund, och disputerade sen i ämnet måltidskunskap.

Anna: Men för din del har du det då framför allt varit måltidskulturen som du har forskat kring?

Richard: Ja, idéerna bakom vårt ätande och hur vi skapar gemenskaper med mat och dryck.

Anna: Var det självklart att det var det du ville ge dig in på när du bytte karriär?

Richard: Ja, det var det. Det var lite oklart först hur jag skulle göra det, men jag hade turen att få en industridoktorandtjänst. Det var rena turen och flaxen, och man måste ha lite sånt också. Då svängde min karriär till en som skulle hålla fram till pension, men också bortom pension. Jag vill kunna vara en tänkande människa ända in i kaklet.

Anna: Och det har ju gått fantastiskt bra för dig. Du har ju fått göra mycket sånt som jag kan tänka mig att du inte ens hade kunnat drömma om. Jag tänker Historieätarna, Landet brunsås…

Richard: Det är en annan flax.

Anna: Du har ju också blivit känd för svenska folket för att du forskar och pratar och kan de här frågorna.

Richard: Ja, och det är nästa tursamma steg som jag själv inte har hittat på eller framkallat sådär direkt. Jag har haft turen att möta människor som är intresserade av vad jag kan bidra med. Jag hade turen att Lotta Lundgren ringde mig för 10 år sen, och vårt första samtal varade i två timmar. Då pratade vi om matkultur, människors ätande och vad det var för någonting, och det var det som sen blev grunden för vårt första tv-samarbete med Landet brunsås. En viktig katalysator i det här arbetet är förstås då producenten Karin af Klintberg, som har en sällsynt och alldeles fantastisk förmåga att locka fram det bästa ur alla människor som ingår i hennes team. Dessutom har hon en vana vid att se vad man kan göra med folkbildning och göra det tillgängligt och berörande, och som också arbetar med skrattet och humorn.

Anna: Det var ju så väldigt nytt grepp att äta sig genom historien.

Richard: Ja, det hade aldrig gjorts tidigare i Sverige. Dock bygger den svenska serien Historieätarna på en brittisk förlaga. Det är en serie som heter Supersizers Go, så att vi gjorde då en svensk variant på detta, men med en liten egen tvist. Det blev mer framgångsrikt än vad vi hade trott.

Anna: Varför blev det så framgångsrikt då, tror du?

Richard: Jag tror att det är det stora matintresset som finns. Det finns också ett stort historiskt intresse. Vi människor tycker om att titta på när andra människor gör saker. Det är ett sätt att bli en del av gemenskaper.

Anna: Hur har det varit då att gå tillbaks och forska när det gäller måltid, och gå tillbaks i tiden?

Richard: Det är jättesvårt, och anledningen till att det är jättesvårt är att vi inte har några universitet i Sverige som sysslar med matkulturhistoria. Så det finns helt enkelt ofta inte någonting att ta reda på.

Anna: Hur har ni gjort då?

Richard: Ett skäl till att vi inte gjorde något program före 1500 är helt enkelt att det inte finns någon historisk fakta att bygga på. Vi började på 1500-talets början och när jag har gjort den här researchen och jobbat fram det vi kan ta upp har jag haft en väldigt god användning av att ha jobbat som politisk researcher i femton år innan. Jag är van vid att leta information där den eventuellt kan finnas, och att prova vägar som man inte har tänkt på.

Anna: Till exempel vadå?

Richard: Det här med kokos, till exempel. Det är ju ingen som har skrivit något arbete i Sverige om kokos, utan du måste jobba i databaser, alltså tidningsdatabaser framför allt. Det innebär att digitaliseringen av arkiv och sånt där hjälper väldigt mycket. Sen att också jobba med språket, ”Hur gammalt är själva ordet kokos och varför har det ordet kommit in i svenskan?”. Det är förstås därför att det har funnits kokosprodukter, annars finns det ingen anledning att ha ordet. Då kan du alltså använda språket som väg för att hitta mathistoria. Då har jag alltså jobbat mycket med att titta på språk, läsa tidningstext, läsa dagböcker där folk kan ha skrivit om vad de äter och liknande. Men sen är det ju så att vi generellt sett vet mer om annat och mindre om en del. Vi vet till exempel allra minst om vad människor som lever i utanförskap har ätit. Det har vi ingen aning om före 1990 kanske.

Anna: Oj! Så sent?

Richard: Ja, därför att det är ingen som har intresserat sig för vad minoriteter, uteliggare och backstugusittare äter. Så det finns inte dokumenterat, medan vi vet ganska väl vad medelklassen äter på 1900-talet. Det är dokumenterat i undersökningar, de har svarat på enkäter. Vi vet också vad de som har haft kokböcker – det vill säga högre samhällsklasser – kan ha ätit, då vi via den typen av material kan förstå det. Man ska komma ihåg att kokböcker inte visar på vad folk äter utan vad de skulle kunna äta. Som alla vet lagar man kanske ett eller två recept ur en kokbok, men de flesta lagar man inte. Så kokböcker är en källa till maträtter, men inte till matvanor. Det här gör då att man får kombinera källor för att söka sig tillbaka.

Anna: Om man tittar lite på dagens måltider: frukost, lunch och middag. Kan du säga någonting om hur det har sett ut över tid?

Richard: Man kan väl säga att i den svenska matkulturen har vi idag den här tredelade ätrytmen över dygnet. Går vi tillbaks 150 år, vilket i historiska sammanhang räknas som nyss, så bygger man ofta istället på två måltider, åtminstone vintertid. Sommartid äter man kanske sex måltider om dygnet, och det hänger ju ihop med att man arbetade mycket mer på sommaren före el-ljuset. När el-ljuset kommer kan vi egentligen ha samma måltidsrytm på sommaren som på vintern. Sen är ju en stor förändring det som äger rum på 1930-talet i Sverige, och det är när vi får den typ av frukostmat som vi har idag. Alltså müsli, flingor, smörgås, mjölk – alltså den särskilda frukostmaten. Generellt sett har man ätit samma mat till frukost som man äter till lunch och middag.

Anna: Som man gör i många länder, som man slås av när man är ute och reser i världen.

Richard: Ja, precis. Det som händer är att vi på global nivå börjar få industriella frukostlivsmedel under 10- och 20-talet. Frukostflingorna, cornflakes är kanske de första som kommer. Då börjar också propagandan för att man ska äta frukost, och de är framför allt driva av livsmedelsindustrin. Om man till exempel hävdar att frukosten är dagens viktigaste måltid…

Anna: Ja, det hör man ju alltid!

Richard: Det är en reklamslogan från Kellogg’s som gör cornflakes. Den har verkligen satt sig.

Anna: Ja, för när du är ute och föreläser så är det ju inte så många i publiken som faktiskt äter frukost. Eller hur?

Richard: Jag brukar ibland ställa frågan till mina föreläsargrupper, ”Hur många är det som tycker att frukosten är dagens viktigaste måltid?”. Då räcker alla upp handen, alla tycker att det är viktigaste målet på dagen. Sen brukar jag vrida på frågan och fråga ”Hur många av er själva äter frukost?”. Då är det kanske bara 70% som äter frukost själva. 30-20% tycker direkt illa om att äta frukost.

Anna: Jag själv är 41 nu och minns tillbaks till när tacosen kom, som ju är fredagsmysmat idag. Det var ju väldigt nytt då när jag var liten och jag tänker att vi har fått väldigt mycket influenser från andra länder. Det är mycket asiatisk mat, sushi… Vad skulle du säga är svensk matkultur idag?

Richard: Jag håller faktiskt på med en studie nu där jag tittar på mat på flyktingboenden, och då kan det ibland uppstå matklagomål. Inte för att man är otacksam, utan för att man tycker att maten är konstig och har svårt att äta den. Då ger det, för mig, en unik möjlighet att få reda på vad svensk mat är. Det här kan väl också gå in under avdelningen märkliga källor, som man som researcher kan använda när man ska undersöka svensk matkultur, och det är de som tycker att svensk matkultur är konstig. Då kan man se att vi i Sverige äter väldigt sött bröd, det är svensk matkultur. Svensk matkultur är också att vi saltar maten väldigt mycket. Svensk matkultur är också att vi har naken fisk.

Anna: Är det panerat på andra ställen då eller?

Richard: Precis. Och det hänger ihop med att vi har haft politiska kostråd om att vi ska minska fettätandet, och paneringen suger upp mycket fett, och då ska man inte äta panerad fisk utan naken fisk. Så naken fisk är ett kännetecken för svensk matkultur. Sen har vi mycket dill. Vi tycker framför allt om grön dill i maten. Sen också att vi äter en enda rätt i måltiden, och inte tre-fyra rätter annat än till fest. Jag är ju då uppväxt på 60-talet, och du är uppväxt på 80-talet förstår jag. Då antar jag att du inte fick efterrätt varje dag.

Anna: Nej.

Richard: Men det fick jag. Och då kommer jag ändå från knappa omständigheter. Vi hade efterrätt varje dag, och det var för att en svensk måltid fram till 1970-talets andra halva var tvådelad: varmrätt och efterrätt. Varje dag. Efterrätterna var då inte några märkvärdiga historier eller någonting sånt. Glass fick man kanske någon gång om året, utan det var oerhörda mängder kräm. Jag har ätit hur många olika slags kräm som helst. På 70-talet kom ju då, åtminstone i vår familj, de första färdiga pulvren. Chokladpuddingspulver, till exempel. Det var ju en fest när det kunde vara någonting sånt. Sen på 80- och 90-talen när du växer upp så är det borta. Så det är också en stor förändring i vår matkultur, och det hänger ihop med att man tycker att det är onödigt och tar för lång tid. Vi tillhör ju de folk i världen som sitter nästan kortast tid vid matbordet.

Anna: Idag ska det också gå så himla fort. Man köper matkasse där mycket helst ska vara förberett också.

Richard: Ja, precis. Man kan säga att maten förr kännetecknades av att den var betydligt enklare, men det var betydligt mer gemenskap vid bordet. Man satt längre.

Anna: Om vi tittar på framtiden då – det pratas ju mycket om att vi ska ta varo på miljön bättre och att vi kommer äta larver och skalbaggar. Vad tror du om det?

Richard: Man kan väl säga att introduktionen av nya livsmedel är ganska svårt. Det är alltså svårt att introducera något som människor inte redan äter, som till exempel larver, maskar och liknande, eftersom att det då inte finns i vår matkultur. Det som finns i vår matkultur är ju att äta köttprotein. Därför borde det vara betydligt enklare att få människor att äta hästkött eller kaniner, då det är väldigt lätt att laga maträtter som vi redan äter. Det talar då för att insekter och odlat kött och sånt förmodligen är mera utopiska science-fictiondiskussioner för att få människor att börja tänka lång tid framåt. Jag tror inte att vi kommer äta det som humanföda under min livstid, men sen kan man ju alltid ge insekter som foder till djur och så vidare.

Anna: Du ska få en liten present av mig här. Det är en liten påse där och i påsen finns det en grej där.

Richard: Trevligt. Då ska vi se. (prasslande ljud) Något som prasslar. En förpackning.

Anna: Kan du gissa vad det är för någonting?

Richard: Kan det vara en påse Polly?

Anna: (skrattar) Ja. Och varför får du en påse Polly, Richard?

Richard: Därför att Polly är min skämsmat.

Anna: Vad är skämsmat? Berätta.

Richard: Skämsmat är ett begrepp för sån mat som vi människor äter, men som vi inte berättar för andra att vi gör. Skälen kan vara att vi skäms över maten, den kan vara för fet, för söt, den stämmer inte med den image vi vill ge andra. Därför äter vi då den här i lönndom. Det kan faktiskt också vara mat som man ger till sina barn, men som man inte berättar att man ger till sina barn. Jag var med och gjorde en undersökning huvudsakligen bland äldre kvinnor, och de fick då frågan i den här undersökningen vad som var deras skämsmat. En del berättade att det kunde vara pizza eller liknande, men så var det också en som skrev ”Det är när jag ger mina barn färdiglagad mat. Då skäms jag över det, och jag berättar det inte för mina väninnor”. Så det är också ett exempel på skämsmat. Gällande Pollyn så har ju jag och min man ett sånt här kundkort i butiken, och då är det ju så att det som man köper mycket av får man ju också rabattkuponger på. Så vi hade en diskussion hemma när rabattkupongerna kom hem med posten då han började fråga ”Varför får vi rabattkuponger på Polly?”. Han hade aldrig sett en Polly-påse hemma i vårt hushåll, och det stämmer för de finns nämligen i min bil. Eftersom att jag är ute och föreläser och åker mycket så brukar jag handla Polly och ha det som tröstgodis. När jag inte får vara hemma på flera dagar känner jag att jag kan unna mig.

Anna: Vi har en gemensam nämnare där, för Polly kallade jag för mitt plugg-godis när jag gick på gymnasiet. Det innebar att jag brukade be min mamma köpa en sån där när hon var på väg hem från jobbet, och så åt jag det när jag satt och pluggade, för det var ju lite jobbigt att sitta och plugga.

Richard: Juste, lite tröstmat.

Anna: Lite tröstmat, ja.

Richard: Mat har en fantastisk förmåga att just kunna trösta, så tack så mycket för Pollyn.

Anna: (skrattar) Nu behöver du ju inte skämmas, för den där har du ju fått av mig.

Richard: Juste, nu är den officiell. Nu måste jag hitta en ny skämsmat, och tro mig, det finns mer.

Anna: Vad finns det mer då?

Richard: Det kan man inte berätta, för då är det ingen skämsmat längre.

Anna: Vad har du på gång nu då, Richard? Vad händer mer än att du forskar kring flyktingboenden och svensk matkultur?

Richard: Det här året har jag försökt sätta mig in i hållbarhetsfrågan, alltså vad det innebär att äta hållbart och vad det får för effekter på bordsgemenskap. Så det håller jag på att läsa in mig på, och försöker tänka och förstå. Sen ska jag väl också tänka ut ett nytt bokprojekt.

Anna: Vet du vad du vill skriva om då?

Richard: Nej, jag vet faktiskt inte, men det är väldigt roligt att vara i den här fasen så jag vill försöka dra ut på den litegrann. Sen har jag en gastronomisk bokcirkel som jag driver i Uppsala på V-Dala nation, för studenterna där. Det är också väldigt roligt att möta den unga generationen. Det är ju någonting helt annat än vad jag är uppväxt med, och som matkulturforskare så behöver jag ju hela tiden utmana mig själv. Jag får inte fastna i min egen uppväxt eller min egen matkultur, utan måste ha ett öppet öga för det som händer och sker oavsett vad jag tycker om det. Jag brukar inte ha så mycket synpunkter på vad folk ska äta och inte äta, utan det får folk sköta själva, men jag behöver ha reda på folks idéer.

Anna: En fråga till dig nu också innan vi ska köra snabbfrågor här. Vad är din favoritmat, Richard?

Richard: Fläsk med löksås.

Anna: Klassisk gammal rätt.

Richard: Japp. Det är världens godaste maträtt objektivt sett. Det finns ingenting som är godare än fläsk med löksås.

Anna: (skrattar) Och vad är din haträtt som du absolut inte äter? Har du någon sån?

Richard: Ja, sallad.

Anna: Sallad?

Richard: Jag tycker att sallad är en styggelse och mänsklighetens förfall. För mig är det obegripligt hur man kan vilja äta kall, rå mat.

Anna: Det finns ju så mycket rolig sallad idag!

Richard: Nej, det gör det faktiskt inte.

Anna: (skrattar) Lite snabbfrågor nu.

------------------------------------------  
Snabbfrågor  
------------------------------------------

Anna: Te eller kaffe?

Richard: Te.

Anna: Chips eller smågodis?

Richard: Chips.

Anna: Spara eller spendera?

Richard: Spara.

Anna: Hemmakväll eller utekväll?

Richard: Hemmakväll.

Anna: Prata eller lyssna?

Richard: Lyssna.

Anna: Globetrotter, alltså resa runt, eller sommarställe?

Richard: Sommarställe på landet. Jag bor ju ute på landet så man kan säga att vårt hus är en sportstuga på vintern, för då åker man ju skidor och sånt där, och på sommaren har man ju sin trädgård. Så på sommaren är ju huset så att säga en sommarstuga.

Anna: TV-program: Debatt eller Idol?

Richard: Debatt.

Anna: Kött eller vegetariskt?

Richard: Kött.

Anna: Barn eller vuxna?

Richard: Barn eller vuxna… Barn tror jag.

Anna: Varför det då?

Richard: Det är så fantastiskt med barn, för de är fördomsfria när de är småbarn. De har en förmåga att kunna upptäcka och se saker i världen innan man har bestämt vad saker och ting är, och det fascineras jag av som analytiker som hela tiden dras med problemet att jag ser saker och ting på det sätt som jag har vant mig vid att se dem.

Anna: Katt eller hund?

Richard: Ingetdera.

Anna: Det får man säga.

Richard: Jag är allergisk, så jag tror att båda två faller bort. Dock tycker jag om att titta på båda två.

Anna: Skriva eller läsa? Den är svår.

Richard: Ja, den är svår. Läsa skulle jag säga, därför att man måste ju sen skriva ner det man kommer fram till, men själva läsandet - när synapserna kastar sig från höger till vänster hjärnhalva - är det roligaste. När man får en insikt om någonting som man inte har sett förut. Det är kicken i mitt jobb och i mitt liv.

Anna: Händig eller tummen mitt i handen?

Richard: Händig, om det gäller praktiska saker. Är det händig vad det gäller elektronik så är det tummen mitt i handen.

Anna: Ljus eller mörker?

Richard: Ljus för att jag har vanan av det. Men frågan är om inte mörker ger mig större tankereflektion.

Anna: Nu har vi suttit här…

Richard: Ja, nu har vi suttit här och jag kan känna att när jag svarar på dina frågor i den här intervjun så svarar jag på ett påtagligt annat sätt än vad jag gör när jag har ljus och ser.

Anna: Vad är skillnaden då?

Richard: Jag kan vara mycket mer eftertänksam. Jag kan hålla mycket längre trådar igång i mitt huvud. Jag kommer ihåg vad jag har sagt.

Anna: Varför är det så då, tror du?

Richard: Jag tror det är för att ögonen bombarderas av intryck och jag gissar att hjärnan har prioritet på synintrycken. Synintrycken liksom fördärvar min analytiska förmåga, och det är en viktig insikt som jag tar med mig från vårt samtal här idag. För att bli en bättre analytiker – och det har jag försökt jobba med i hela mitt liv och måste fortsätta ända in i kaklet – så skulle mörkertänkande, eller vad man ska kalla det, kunna vara ett bra sätt för mig att just få ett bättre fokus och se det oväntade, eftersom att jag har ett behov av att se det oväntade.

Anna: Det kanske är någonting att sätta sig i ett mörklagt rum ibland och reflektera?

Richard: Ja, och ibland kan jag gå och lägga mig tidigare bara för att jag ska kunna ligga i sängen och tänka, och eftersom att jag bor ute på landsbygden så är det ju mörkt. Jag kan just göra det för att om jag har ett komplext problem som jag ska tänka på så vill jag bli av med intrycken från ögonen, för de stör. Det går inte att värja sig mot de heller, är inte det lite intressant?

Anna: Jätteintressant, Richard. Du ska få skriva en liten signatur och vad du vill egentligen i vår gästbok som du har framför dig nu. Nu ska vi se här. Känner du där?

Richard: Nu fastnade jag i en sladd här.

Anna: Där har du…

Richard: Åh, dina kalla händer!

Anna: Ja, jag är jättekall (skrattar).

Richard: Och här är en bok.

Anna: Ja, och så har du pennan där. Känner du där? På den sidan där det sitter ett gem kan du skriva.

Richard: Då ser ju jag inte om någon annan har skrivit där, men jag kanske har hela sidan för mig själv?

Anna: Du har sidan för dig själv.

Richard: Jag skriver här.

Anna: Vad skriver du då?

Richard: Varmt tack för mycket tankeväckande intervju. Och så ska jag skriva Richard Tellström.

Anna: Tack.

Richard: Tack snälla.

Anna: Tusen, tusen tack Richard, för att du kom hit.

Richard: Tack för att jag fick komma.

Anna: Jag har ju jättemånga fler frågor, men vi får prata vidare en annan gång. Ulf hjälper dig ut. Glöm inte din Polly! (skrattar)

Richard: Nu ska jag komma ihåg min Polly!

------------------------------------------

Avslut  
------------------------------------------

Anna: Tack för att du lyssnat, och hör gärna av dig till oss. Det gör du på e-post [hej@imorkretmed.se](mailto:hej@imorkretmed.se) , och vi har också en Facebooksida som du kan följa och gilla. Vår hemsida är imorkretmed.se och vi hörs igen om fyra veckor.