

VIT OYÐSLA OV NÓGV

Vit verða alsamt meir tilvitað um mat, og hvønn týðning hann hevur fyri heilsu og vælveru okkara, men eisini hvussu umhvørvið verður ávirkað av framleiðsluni av mati. Í Føroyum er kostnaðarmikið at keypa mat, og hjá nógvum familjum er størsti posturin á fíggjarætlanini settur av til mat. Hvussu liva vit heilsugott, umframt at vit hugsa um umhvørvið og pengarnar? Sum samfelag oyðsla vit nógv við mati, og tað er kostnaðarmikið, sigur Marjun Egholm Højgaard, sum er ein av trimum kvinnum, vit hava tosað við um evnið.

ANNIKA KUNOY IM

annika@sosialurin.fo

Hugsa vit nóg gjølla um matin?

Flest okkara hava tankar um matin, sum vit velja at borðreiða heima. Hvørt tankarnir eru tilvitaðir ella ikki, er ymiskt frá einum persóni til annan. Summi hugsa nógv um, hvaðani maturin kemur, umframt hvussu hann ávirkar kroppin.

Marjun Egholm Højgaard greiðir frá, at heima hjá teimum hugsa tey nógv um ta etisku síðuna av mati. Tey velja aloftast at keypa vistfrøðiligt og lokalt, tí tá er størri møguleiki fyri, at maturin hevur minni gift og minni óneyðug evni.

Marjun og familjan fluttu heim aftur til Føroya síðsta summer eftir at hava búð nógv ár í Danmark, og hon heldur, at tankarnir um mat eru sprotnir úr tí umhvørvinum, tey hava búð og ferðast í niðri.

Marjun Egholm Højgaard leggur afturat, at tey eisini royna at minka um inntøkuna av kjóti, tí framleiðsla av kjóti ofta dálkar náttúruna, inniheldur gift og kostar nógv. Hon velur heldur at hugsa um góðskuna, tá hon keypir kjót og tí keypa minni mongdir.

Ístaðin etur familjan nógv grønmæti, og ger máltíðinar soleiðis, at kjótið ikki altíð er miðpunkt. Sum dømi kann man gott eta bakaði epli til nátturða, heldur hon.

Marjun sigur, at tey sum familja hugsa grønt og skynsamt. Tí skal onki av tí, sum hon keypir, fara í rusk.

– Sum samfelag oyðsla vit nógv við mati, og tað er kostnaðarmikið, sigur hon.

Gunnhild Dahl Niclasen hugsar eisini nógv um umhvørvið, tann sosiala partin og um at maturin tey eta er vistfrøðiligt og heilsugóður. Spurningar so sum um maturin er burðardugt framleiddur, hvør hevur framleitt hann og hvussu hann er framleiddur fylla nógv, tá hon tekur avgerðir um, hvat hon keypir og etur. Eisini er umráðandi at flutningurin av vøruni ikki er langur, tí tað dálkar umhvørvið.

– Eg keypi ikki hópframleitt kjót, tí tað er nógv dult spill í tí. Tað skal í miðal 8-10 kilo av grønmæti til 1 kilo av neytakjóti. Um vit ótu minni kjót, so var meir matur til onnur, og so høvdu vit ikki ovurnýtt markirnar. Fólk ganga svong, tí djórini, sum vit skulu eta, skulu fórdast, sigur hon.

Gunnhild greiðir frá, at foreldur hennara altíð hava verið tilvitað um mat, hóast man ikki fekk nógv vistfrøðiliga vøru í Føroyum fyrr. Sjálf er hon farin at hugsa meir um hetta, nú hon er blivin eldri, og serliga eftir at hava lisið á universitetinum í Lund í Svøríki.

Hugsa vit nóg gjølla um at vera skynsom?

Tað er skjótt at brúka ein 1000

krónuseðil, tá tú fert at keypa inn, uttan í veruleikanum at vita um peningurin varð væl brúktur, ella um tú kundi spart nakrar hundrað krónur, um tú raðfesti annarleiðis.

Gunnhild Dahl Niclasen hugsar tó ikki fyrst um peningin, tá hon keypir mat. Hon velur at brúka pengarnar upp á vøru, sum hon veit er í tráð við virðini hon hevur, og so velur hon heldur at spara á øðrum postum. Hon keypir Fair Trade heldur enn eina biligari vøru, og epli heldur enn rís, tí framleiðslan av rísi ofta dálkar, um tað er ikki framleitt í náttúrligum klíma.

– Eg hugsi ikki um ta biligastu vøruna, men tað merkir ikki at eg brúki nógv pengar. Eg keypi til dømis mest brúkt klæðir til mín og børnini, og brúki ikki pengar til hár ella nýggja tøkni. Hetta ger tað møgulegt hjá mær, at brúka meir pening til mat, sigur hon.

– Eg kann taka hesar avgerðirnar, og tí velji eg at gera tað. Eg veit at summi noyðast at keypa biligar vørur av fíggjarligum orsökum, men tá eg kann so velji eg at gera tað, og brúki minni pengar á øðrum økjum, sigur Gunnhild Dahl Niclasen.

– Vit keypa eisini mat, sum er á markinum at ganga út, og ofta velja vit tann “ljóta” matin, so sum ein buglaðan pakka ella skøvað frukt og grønt, tí tann vøran ofta fer í rusk, sigur hon.

Familjan leggur seg eisini eftir at keypa vøru, sum er minni pakkað

inn, tí so fer minni í rusk, hetta er tó ikki altíð møgulegt, greiðir hon frá.

Marjun Egholm Højgaard heldur, at tað er av stórum týðningi, at hugsa um hvat peningurin verður brúktur til. Hon greiðir frá, at av tí at tey hava búð niðri og fingið studning í so mong ár, so hava tey royndir í at liva skynsamt.

– Eg royni at hyggja at tilboðum, niðursettum vørum og vørum, sum eru við at ganga út, sigur hon.

Eisini er tað týðningarmikið, at leggja røttu virðini í børnini, soleiðis at tey vita hvar peningur kemur frá, og hvat tað kostar at liva

– Tey vita at man má arbeiða fyri peningin, og at tá tú keypir okkurt, so hevur tú brúkt tað tú tjenti. Eisini mást tú gjalda fyri at búa í einum húsum og ganga í barnagarði, sigur Marjun Egholm Højgaard.

– Vit liva í einum forbrúks-samfelagi, har vit kunnu keypa tað vit ynskja okkum. Ta tú fert til handils er nógv spennandi at fáa, men hvat hevur man veruliga brúk fyri, spyr Marjun, og leggur afturat, at hóast hesi virðini eru umráðandi, so sleppa børnini sjálvsagt eisini at velja sær okkurt lekkurt av og á.

Gunnhild Dahl Niclasen greiðir frá, at hon eisini er tilvitað um, hvat børnini eta.

– Eg vil at børnini fáa ordiligan mat, og at tey virða matin. Vit hava eina eplaveltu, og tí vita tey, millum annað, hvat arbeiði skal til fyri at fáa epli, og tí oyðslar man ikki við teimum, sigur hon.

At fáa matin at strekkja longri

Tað er dýrt at keypa inn, og ofta fer nógv av matinum, sum vit keypa í rusk. Ikki tí vit ætlaðu tað soleiðis, men tí vit ofta ikki eru nóg til at síggja møguleikarnar

Fyri at fáa matin at halda longri brúkar Marjun hann ofta á annarleiðis hátt.

– Eg brúki breyðrestir til alt møgulegt. Ofta skeri eg tær í álar og steiki tær á pannuni við salti omaná. Eisini geri eg ofta grønmæti-issúpan. Har koyri eg alt grønmæti, sum eg havi inni í eina grýtu, kóki tað og blendi til súpan, sigur Marjun Egholm Højgaard.

Gunnhild Dahl Niclasen brúkar eisini breyðrestinar og grønmæti á sama hátt

– Børnini elska breyðrestinar tá, og eta tað sum bomm, sigur hon.

Kvalitet framum kvantitet

Føroyingar hava altíð liva av náttúruni. Hetta, at innflyta vørur úr útlandum er eitt lutfalsliga nýtt fyribrigdi. Hóast tað, so er tað næstan radikalt, at tosa um at eta etiskt, vistfrøðiligt og lokalt; nakað, sum liggur okkum føroyingum so nær, og tó so fjar.

– Fleiri velja at í dag at hugsa um umhvørvið og at eta vistfrøðiligt. Eisini eru nú fleiri matstovur í Føroyum, sum veita henda møguleikan, og tað ger tað alsamt lættari at liva grønt, sigur Marjun Egholm Højgaard.