

KOSTDAGARNA 2012

Cecilia Magnusson Sporre

FAMM: måltiden som helhetsupplevelse



FAMM

Måltiden som helhetsupplevelse

Kost & Näring 22 mars 2012

Cecilia Magnusson Sporre, Doktorand
Restaurang- och hotellhögskolan i Grythyttan
Örebro universitet



Cecilia Magnusson Sporre

*Kock, lärare,
doktorand i Måltidskunskap
Restaurang- och hotellhögskolan, Örebro universitet*



KOCKINNAN Måltider & Recept
Kokboks författare
Receptutvecklare
Matstyling
Köksutbildningar-Inspirationskurser

Restaurang- och hotellhögskolan

Örebro universitet
Campus Grythyttan - Måltidens hus



Campus Grythyttan ca 500 studenter – 4 program

- Kulinarisk kock och måltidskreatör
180 hp
- Sommelier och måltidskreatör
180 hp
- Hotell och värdskap 180 hp
- Måltidsekologprogrammet 180 hp



Måltidskunskap

- *Måltidskunskap och värdskap* –grundutbildningsämne
- *Måltidskunskap* - forskarutbildningsämne
- Mångvetenskaplig
- Samarbete med andra vetenskaper som beforskar måltiden ur olika perspektiv t.ex. *etnologi, sociologi, sensorik, pedagogik, företagsekonomi, näringslära, folkhälsovetenskap, livsmedelshygien, livsmedelsvetenskap* och *hushållsvetenskap*
- *Vetenskap* samt *praktisk* och *estetisk* kunskap

Tre kunskapsformer



Måltidskunskap



Vad är en måltid?



MÅLTID

- intag av mat vid mer eller mindre bestämd tidpunkt
- är de olika tillfällen vi äter på dygnet
- mat och dryck i kombination

Frukost, brunch, lunch, mellanmål, "mellis", middag, kvällsmat, vickning, nattamat, fika, cocktailparty...

Måltidsformer

- A la carte måltid
- Festvåningsmåltid
- Kantinmåltid



Måltidskunskap - FAMM

- En *helhetsyn* på måltiden som bygger på de fem aspekterna; *Rummet, Mötet, Produkten, Styrsystemet och Stämningen*
- De fem aspekter är utgångspunkten när vi formulerar våra frågor inom utbildning och forskning
- De fem aspekterna är *centrala* för måltidskunskapens identitet och gäller som utgångspunkt för ämnets och akademins verksamhet

FAMM - Five Aspects Meal Model

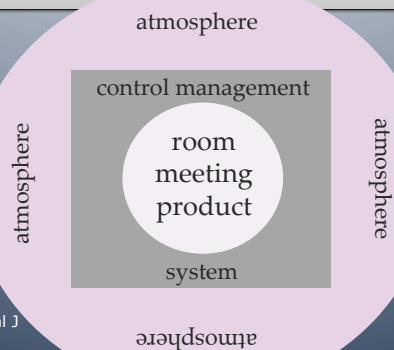
- Arbetet påbörjades av första professorn i Måltidskunskap Inga-Britt Gustafsson
- Modellen har utvecklats med den första kullen doktorander i måltidskunskap 2004-2008
- Utvecklingsarbetet fortgår alltjämt
- En internationell konferens hölls 2007 i Grythyttan med temat FAMM

Bakgrund FAMM

- Kriterier från Guide Michelin's bedömningsgrunder



Five Aspects Meal Model (FAMM)



Gustafsson et.al J
Foodservice
2006;17:84-93



De fem aspekterna

Rummet

Mötet

Stämningen

Produkten

Styrsystemet

Rummet

- Arkitektur
- Möbler
- Textiler
- Design och konst
- Blommor
- Ljus
- Färger
- Ljud



Mötet

- Mellan gäster och personal
- Mellan gästerna
- Mellan personalen
- Värdskap
- Omsorg
- Service och servicekvalité
- Social förmåga
- Vett och etikett



Produkten

- Mat
- Dryck
- Måltid- mat och dryck i kombination
- Måltidskultur
- Sensorisk analys
- Näring/Nutrition
- Gastronomiska variabler
- Matlagning/Matlagningstekniker
- Menykomponering
- Måltidsevent/sammanhang



Styrsystemet

- Affärsredovisning
- Ekonomi/budget
- Organisation
- Ledarskap
- Lagar
- Logistik
- Livsmedelshygien
- Hotell- och restaurang-säkerhet



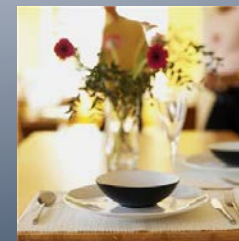
Stämningen

- En kombination av alla aspekter
- En *känsla/stämning* som uppstår i ett *rum*, i ett *möte* med en *produkt*
- Effekten av *Styrsystemet*
- *Stämningen* är i fokus i en måltid



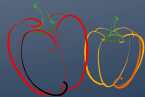
Användningsområden FAMM

- Planeringsverktyg
- Analysredskap
- Utveckling
- Forskningsfrågor
- Undervisning

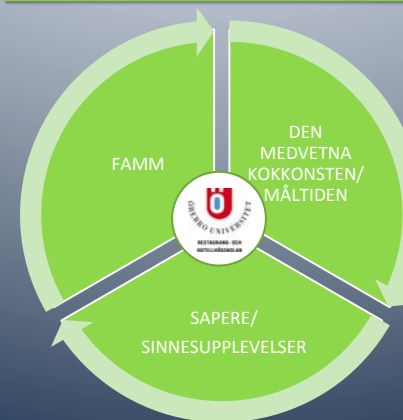


Avhandlingsarbete Cecilia Magnusson Sporre Den medvetna måltiden

1. Pedagogiskt material - Alla har rätt till sin egen smak
2. Sinnesupplevelser kopplat till måltider i handikappomsorgen
3. Måltidsupplevelser– gastronomiska variabler
4. Den medvetna måltiden som begrepp
5. Metodutveckling - forskningscirklar med måltider

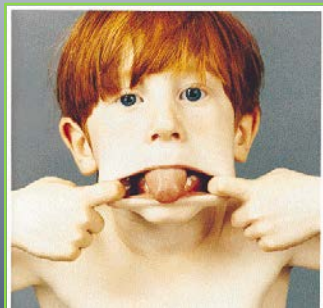


Den medvetna måltiden



Våra sinnen

- Syn
- Smak
- Doft
- Hörsel
- Känsel



Syftet med SAPERE-metoden

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



Det medvetna köket

- Inga-Britt Gustafsson & Örjan Klein
- *Akademiens kokbok – 35 st kloka festmenyer (1989)*
- "mat som skall tillfredsställa både gastronomiska och hälsomässiga behov"
- "en kokkonst präglad av kunskap, finesse och punktlighet förenad med ett klokt val av råvaror och en bra sammansättning av måltiden"
- Förebygger ohälsa och övervikt
- Följer målen för SNR:s rekommendationer



Den medvetna kokkonsten

- *Den medvetna kokkonsten (1996)*
- "En kokkonst som bygger på både vetenskap och beprövad erfarenhet"
- Vill lyfta fram kokkonstens stora betydelse för en fulländad måltid, njutbar för både kropp och själ
- Recept, menyer, matlagningsteknik, råvaror och näringsaspekter



Den medvetna måltiden

- *Avhandlingsarbete (2012-)*
- Smak
- Näring
- Estetik
- Ekologi/Etik



Gastronomiska variabler

1. SMAK
2. DOFT
3. TEMPERATUR
4. KONSISTENS
5. FÄRG
6. FORM
7. NÄRING OCH MÄNGDBALANS



Vad gör en maträtt god? Kulinariska "succéfaktorer"

- Namn/presentation
- Aptitretande doft
- Balans av smaker
- Förekomst av umami
- Hög intensitet av smaker
- Kontraster mellan mjukt och hårt



(Klosse et al 2004, Food Service Technology, 4, 107-115)

Fastän det är förfärligt gott att äta honung, så finns det ett ögonblick alldeles innan man börjar äta den, som är nästan ännu bättre.



- Källa: [Nalle Puh](#)