

Hortoillaanko ruokalehtien sivuilla? Mielikuvat villiyrteistä suomalaisissa ruokalehdissä

Pilvi Busk



Tekijä Pilvi Busk	
Koulutusohjelma Ruokatuotannon johtamisen koulutusohjelma	
Opinnäytetyön nimi Hortoillaanko ruokalehtien sivuilla? Mielikuvat villiyrteistä suomalaisissa ruokalehdissä	Sivu- ja liitesivumäärä 53 + 45
<p>Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, jonka tarkoitus on tutkia, millaisia mielikuvia villiyrteistä on luotu suomalaisissa ruokalehdissä 2010–2020 välisenä aikana. Työn toimeksiantajana toimii Hungry for Finland -ruokamatkailuhanke. Työ on toteutettu käyttämällä sisällönanalyysejä menetelmänä. Aineistoa kertyi 141 kappaletta, joka sisältää pienempiä mainintoja sekä pidempiä artikkeleita. Aineisto perustuu materiaaliin, joka on kerätty kolmesta Suomessa eniten myydyistä, kuluttajille suunnatuista ruokalehdistä sekä kahden suurimman ruokakauppaketjun lehdistä ruokaliitteineen. Opinnäytetyön tulokset vastaavat tutkimusongelmaan: millaisia mielikuvia villiyrteistä luodaan suomalaisten ruokalehtien kirjoituksissa? Työ koostuu kolmesta osasta, joista ensimmäinen käsittelee tietoperustaa, toinen tutkimuksen toteutusta ja kolmas tutkimustulosten analysoimista. Tietoperusta käsittelee ruokamatkailua, työn toimeksiantajaa, mielikuvia, ruokajournalismia sekä villiyrtejä.</p> <p>Ruokakauppojen lehdissä ei kirjoitettu villiyrteistä juuri lainkaan. Ruokalehdillä on oma asiakasprofiilinsa, joka vaikutti resepteihin. Ne olivat joko arkiruokia, juhlaruokia tai ravintolatasoisia ruokia. Kuvat noudattivat samaa kaavaa. Jutut painoutuivat villiyrteisesonkiin, eli kevääseen ja kesään. Villiyrteet olivat vain harvoin pelkkä ainesosa reseptissä. Sen sijaan niihin liitettiin vahvasti kokemuksellisuus. Villiyrteiden top 3 oli nokkonen, kuusenkerkkä ja voikukka. Mielikuvien top 3 oli luonnon puhtaus, vitamiinipommit sekä sävyyttävä makukokemus. Eniten käytetyille villiyrteille oli muodostunut omat persoonallisuudet, kuten viheliäinen nokkonen. Top kolmen ulkopuoliset villiyrteet eivät olleet yhtä omaleimaisia. Villiyrteet kuvattiin myös kaupunkilaisten ruokana, sillä niitä kasvaa urbaanissa ympäristössä. Ne koettiin terveelliseksi ruoaksi sekä ilmastoteoksi. Ne nähtiin myös erottavana tekijänä juhlatarjoitusten keskellä ja ne kuvastivat perinteitä sekä kansallisidentiteettiämme.</p> <p>Artikkelien vähyys ruokakauppojen lehdissä herätti ajatuksen siitä, että valmiita villiyrteituotteita tarvittaisiin kauppojen hyllyille. Lehtien käyttämä sanasto ja symboliikka herättää mielikuvia. Yritykset voisivat hyödyntää näitä markkinoinnissaan sekä palveluissaan. Koska villiyrteet eivät ole vielä valtavirtaa, tulisi yritysten tasapainoilla valistuksen sekä mielikuvien luomisen välillä. Tällä tavalla asiakas kiinnostuisi aiheesta, vaikka se ei ole herättänyt hänessä vielä välttämättä makumuistoa tai elämystä.</p>	
Asiasanat Villiyrteet, mielikuvat, ruokamatkailu, ruokajournalismi, kotimaanmatkailu	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Villiyrtit osana ruokamatkailua	3
2.1	Trendikäs luonto	3
2.2	Syö juo mies nainen – mitä tarjota kotimaanmatkailijalle	4
2.3	Hungry for Finland -hanke ruokamatkailua tukemassa	5
3	Näe se sielusi silmin – mitä ovat mielikuvat ja miten niillä vaikutetaan.....	8
3.1	Mitä mielikuvat ovat?	8
3.2	Mielikuvat ja ruoka	9
3.3	Mielikuvien käyttö lehdissä	10
4	Ruokajournalismi painetussa mediassa	12
4.1	Aikakauslehdet ja ruokalehdet Suomessa	12
4.2	Ruokajournalismin aihepiirit printtimediassa	13
4.3	Tarinallinen journalismi	15
4.4	Avaimet hyvän jutun tekoon – näin kirjoitat vetävän jutun	16
4.5	Kuva kertoo tuhat sanaa – ruokakuvat ja visuaalisuus lehtijutussa.....	18
4.6	Villiyrtit ruokalehdissä ammattilaisen näkökulmasta katsottuna	20
5	Sukellus villivihannesten maailmaan	22
5.1	Mikä ihmeen horta?	22
5.2	Villivihannesten kerääminen ja käyttö ruoanvalmistuksessa	24
5.3	Villiyrtit tuotteistettuna	27
6	Ruokalehtien sisällön tulkitseminen	29
6.1	Tutkimusmenetelmä.....	29
6.2	Näin toteutin tutkimuksen	32
7	Aineiston analysoiminen ja tulokset.....	34
7.1	Aineiston analysoiminen eri lehtien välillä	35
7.2	Mielikuvat ja aineiston käsitteellistäminen.....	40
8	Pohdinta ja johtopäätökset.....	43
8.1	Työn merkitys.....	43
8.2	Jatkotutkimusehdotukset ja itsearviointi	44
	Lähteet	47
	Liitteet	54
	Liite 1. Teemahaastattelun tukikysymykset	54
	Liite 2. Muutama yleinen villivihannes	55
	Liite 3. Aineisto lehdittäin kronologisessa järjestyksessä	57
	Liite 4. Aineiston analysoinnin kaava	62
	Liite 5. Aineisto värikoodattuna	63

1 Johdanto

Millaisia mielikuvia villiyrteistä herättävät sinussa? Itsessäni ne herättävät innostuksen ilmaiseen lähiruokaan sekä mielikuvan entisistä ajoista, jolloin luonnon kasveja käytettiin lääkinnällisiin sekä kauneudenhoidollisiin tarkoituksiin. Kiinnostuin muutama vuosi sitten villiyrteistä ja halusin tehdä opinnäytetyön niihin liittyen. Olen aina ollut innokas ruokalehtien selaaja, ja minua kiehoi tietää millä tavalla ne kirjoittavat villiyrteistä. Olin halukas ottamaan selvää eroaisiko lehtien sisältö villiyrteikirjallisuudesta, jossa kasvit nähdään edistävän niin fyysistä sekä henkistä terveyttä. Villiyrteitä ei ole tutkittu vielä tästä näkökulmasta aikaisemmin. Niiden käyttöön liittyy mm. logistisia ongelmia ja keruu ei ole samalla tavalla pitkälle organisoitua, kuten esimerkiksi marjojen poiminta. Aikaisempi tutkimustieto keskittyy enemmän näihin aiheisiin.

Tutkimukseni toimeksiantaja on Hungry for Finland ruokamatkailuhanke. Se auttaa toiminnallaan nostamaan suomalaisen ruokamatkailun brändiä ja yhdistämään eri toimijoita, jotta kaikki saisivat parhaan hyödyn tukemalla samalla toisiaan erilaisten verkostojen muodossa. Koronapandemia pitää matkailua otteessaan edelleen, vaikka lentoyhtiöt alkavatkin pikkuhiljaa tuoda ulkomaisia turisteja Suomeen. Tämän vuoksi kotimaanmatkailijat ovat tärkeä asiakaskunta ruokamatkailulle. Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää millaisia mielikuvia ruokalehdet ovat luoneet villiyrteistä 2010–2020 välisenä aikana. Nykypäivän ihmiset haluavat enemmän elämyksiä tuotteiden sijaan, joten tarinankerronta ja mielikuvat ovat tärkeässä roolissa palveluiden myymisessä. Työni tavoitteena on antaa ruokamatkailuhankkeelle tietoa siitä mihin villiyrteitä assosioidaan. Tällä tavalla villiyrteitä käyttävillä yrityksillä olisi valmista tietoa siitä, millä tavalla he voisivat markkinoida villiyrteituotteita ja palveluita. Olen myös aina ollut kiinnostunut suomen kielestä. Lehdissä voidaan ”myydä” resepti vain sanoja ja kuvia käyttäen. Tästä syystä niitä täytyy osata käyttää ytimekkäästi ja samalla mieleenpainuvasti. Moni yritys voisi käyttää tätä hyödykseen esimerkiksi nettisivuillaan tai lisäämällä mielikuvia herättäviä kertomuksia palveluihinsa.

Jotta pääsisin edellä kuvattuun tavoitteeseen, toteutan tutkimukseni sisällönanalyysin menetelmällä.

Työni päätutkimusongelma on:

Millaisia mielikuvia villiyrteistä luodaan suomalaisten ruokalehtien kirjoituksissa?

Alaongelmat ovat:

Mitä villiyrteistä on kirjoitettu ruokalehtien palstoilla?

Millaisia adjektiiveja ruokalehtien kirjoituksissa käytetään kuvaamaan villiyrtejä?

Millaisia reseptejä ruokalehdissä julkaistaan, joissa on käytetty villiyrtejä?

Millaisia kuvia villiyrteistä julkaistaan ruokalehtien kirjoituksissa?

Villiyrteiden keräämisen päätarkoitus on käyttää lähiluonnon kasveja, jonka vuoksi rajaan aiheen suosittuihin suomalaisiin ruokalehtiin, joiden levikki on suuri. Tutkimuksessa on mukana S-ryhmän ja K-ryhmän lehdet, sillä ne saavuttavat monet suomalaiset kotitaloudet. Rajaan ulos marjat, sillä olisi hankalaa määrittää perustelu sille, minkä kasvin marja otetaan mukaan ja minkä jätetään pois. Lehdet ovat pullollaan marjareseptejä, joten aihe olisi kasvanut liian laajaksi. Koska haluan tutkia millaisia mielikuvia luodaan potentiaalisille kotimaanmatkaajille, jätän pois ruoka-alan ammattilaisille suunnatut lehdet.

Tietoperustan alussa käsittelen ruokamatkailua sekä toimeksiantajaani. Tämän jälkeen avaamien mielikuvia ja niiden syntymistä, sitä miten ne korreloivat ruokaan sekä miten lehdet käyttävät mielikuvia omiin tarkoituksiinsa. Käsittelen myös ruokajournalismia painetussa mediassa. Avaan sitä, miten aihetta on tutkittu aikaisemmin, sekä puhun tarinallisesta journalismista, joka sopii elämysten kerrontaan täydellisesti. Kerron miten juttu rakennetaan sekä käsittelen kuvien tärkeyttä mielikuvien luomisessa. Tietoperustan lopussa puhun villiyrteistä. Kerron mitä ne ovat, mikäli aihe on sinulle uusi. Lisäksi kerron miten villiyrtejä on tähän mennessä tuotteistettu.

Villiyrteiden käyttö ruoanvalmistuksessa koskettaa monta pinnalla olevaa trendiä. Se on puhdasta lähi- ja sesonkiruokaa, reseptit voivat olla kasvispainotteisia tai täysin vegaanisia sekä luonnossa liikkuminen on hyvää liikuntaa sekä voi tuntua terapeuttiselta. Juuri siitä syystä, että sen saatavuus ei ole itsestään selvää tekee siitä erikoisuuden! Jotta yrittäjät pystyisivät valjastamaan nämä takapihojen rikkaruohot, täytyy ensin ymmärtää millä tavalla asiakaskunta kokee ne. On vaikeaa löytää kytköstä tunnetasolla ruoka-annokseen, jossa on käytetty raaka-ainetta, josta ei ole koskaan kuullutkaan, saati tietää miltä se maistuu. Tässä kohtaa yrityksen kannattaisi miettiä millä tavalla hän luo kytköksen. Haluako hän opastaa ja valistaa vai luoda jonkin tarinan, joka herättää asiakkaan kiinnostuksen. Näihin asioihin haluan tuoda lisätietoa tutkimuksellani ja toiveeni on, että tutkimustuloksista olisi mahdollisimman paljon hyötyä. Kenties myös tulevaisuudessa saamme lisää valmiita villiyrteituotteita, joiden taustalla on tarina. Näitä tuotteita voitaisiin markkinoida niin kotimaan- kuin ulkomaanmatkaajille. Suomen luonto on kuitenkin yksi maailman puhtaimmista, josta voimme olla ylpeitä.

2 Villiyrtilt osana ruokamatkailua

Hakiessani eräänä päivänä innoitusta ruuanlaittoon selailin reseptikansiotani. Törmäsin lehtiartikkeliin, jonka olin reseptin vuoksi repinyt Helsingin Sanomista. Sen mukaan Kreetalainen ruokavalio on tutkitusti terveellinen ja sen juuret palaavat kauas pronssikaudelle asti. Kreetalaiset keräävät vuorenrinteiltä villivihanneksia sekä yrtejä ja suomalaiset matkustavat Kreetalle kokemaan samaa. Tämä artikkeli oli vuodelta 1997. Artikkelin mukaan myös suomalaisten villiyrtiltien kerääminen ja niiden käytön lisääminen olisi hyvinkin mahdollista sienestyksen ja marjojen keräämisen ohella. (Toikkanen 1997, D1.) Artikkelin kirjoittamisesta on yli 20 vuotta ja meidän onneksemme villiyrtiltejä kerätään paljon enemmän sekä ne näkyvät niin televisiossa kuin lehdissä. Tänä päivänä ei siis tarvitse lähteä Kreetalle ruokamatkailemaan, sillä Suomen luonto tarjoaa puhtaita raaka-aineita läheltä, jos tunnistaa oikeat kasvit.

2.1 Trendikäs luonto

Trendi muuttaa ihmisten arvostuksen kohteita ja valintoja vaikuttamalla päätöksentekoon. Megatrendi on globaali muutosvirta, joka saattaa muodostua monesta yksittäisestä trendistä, mutta nämä kaikki trendit kulkevat samaan suuntaan. (Rubin 2004.) Kaupungistuminen on megatrendi, joka on tapahtunut suhteellisen lyhyen ajan sisällä ihmiskunnan historian aikana. Tästä syystä ihminen voi paremmin silloin, kun hän pääsee luontoon. Luonto poistaa stressiä, sillä se vaikuttaa autonomiseen hermostoomme tiedostamattomalla tasolla. (Lindemann-Matthies & Matthies 2018, 121.) Päätäntävallassa olevat voivat auttaa ihmisiä löytämään luontosuhteensa. Otin tästä esimerkiksi Euran kunnan, joka halusi lisätä asukkaidensa kotikuntaan sitoutumista korostamalla paikallisidentiteettiä. Kunnassa lähestyttiin asiaa laatimalla suunnitelma osaksi koululaisten opetusta, jonka tarkoituksena oli auttaa lapsia ja nuoria arvostamaan ja ymmärtämään lähiympäristöään. (Wahlqvist & Lääperi 2018, 3.) Suunnitelmassa tarjottiin mm. kauppayrityksen poimijakorttikoulutusta yli 15-vuotiaille sekä perehdytystä yrtiltien maailmaan esikouluikäisistä lukiolaisiin. (Wahlqvist & Lääperi 2018, 24.)

Megatrendeistä yksi kuluttajille tällä hetkellä tärkein on vastuullisuus. Se näkyy siinä, että kuluttajia kiinnostaa yritysten läpinäkyvyyden lisäksi esimerkiksi pakkausmateriaalit ja tuotantoketjut. Ihmiset arvostavat edelleen paikallisia tuotteita, sillä niiden tuotantoketju on lyhyt. Ihmisiä kiinnostaa lähituottajien takana olevat tarinat, joiden avulla tuotteet erottautuvat suurten ketjujen massatuotteista. Vastuullisuuden lisäksi terveys on trendi, joka on tullut jäädäkseen. Ihmiset haluavat vaihtoehtoja epäterveellisiksi mielletyille ruoille ja juomille, kuten sokeri ja alkoholi. Varsinkin terveysvaikutteiset eli funktionaaliset juomat ovat

suosittuja. (Makery 2020.) Tämän lisäksi kiinnostus on lisääntynyt fyysistä ja ulkoista hyvinvointia tukeviin tuotteisiin, kuten syötävään kosmetiikkaan. Mitä personoidumpi tuote tai palvelu on, sitä parempi. Suomalaiset kuluttajat ovat koko ajan tietoisempia hiilijalanjäljestä ja ruokahävikistä, joiden lisäksi he haluavat luotettavaa tietoa siitä mikä on ekologista tai terveellistä. (TEM 2019, 69.)

2.2 Syö juo mies nainen – mitä tarjota kotimaanmatkailijalle

Koronapandemian vuoksi matkailu on suurten haasteiden edessä. Kun matkustusvirrat ulkomailta ovat tyrehtyneet luodaan katse entistä enemmän kotimaanmatkailuun. Kuva 1 havainnollistaa Haaga-Helien teettämän kyselyn tulosta suomalaisten 2020 loppuvuoden top 3 lomanviettotavoista. Sen mukaan ne olivat lepo- ja rauhoittumisloma, mökkiloma sekä luontoloma iästä ja sukupuolesta riippumatta. (Haaga-Helia 2020, 14–15.) Aurinkomatkat on vastannut kysyntään ja alkoi tarjota pakettimatkoja Lappiin yli 30 vuoden tauon jälkeen. Pakettimatkat herättivät enemmän kiinnostusta kuin oli odotettu ja yksi syy tähän on pakettimatkojen vaivattomuus. (Kotala 2020.) Koska pandemia ei näytä hellittävän helpolla, Aurinkomatkat tarjoaa pakettimatkoja Lappiin myös kesäkaudelle. (Kukkonen 2020.)



Kuva 1. Suomalaisia kiinnostavat lomanviettotavat vuodelle 2020 (mukaihen Haaga-Helia 2020)

Kotimaassa matkustavankin on syötävä jossain. Kespro teki tutkimuksen siitä, miten suomalaiset käyttivät ravintolapalveluita. Tutkimus selvitti suomalaisten erilaisia tarpeita, joihin palveluntarjoajien kannattaisi panostaa. Kaikille ei kannata enää yrittää tarjota kaikkea. Käyttäjille yhteistä on se, että jopa 72 % haluaa ottaa aktiivisesti selvää etukäteen mihin ravintolaan hän haluaa rahansa viedä. Sosiaalisen median myötä muiden antamat

arviot ravintolasta vaikuttavat valintaan sekä annoskuvat ovat tärkeä asia kuluttajille. Käyttäjät jakautuvat neljään profiiliin. Runsaasti ravintolapalveluita käyttävät profiilit ovat spontaanit kokeilijat sekä laatutietoiset nautiskelijat. Käytännölliset vatsantäyttäjät käyvät ravintoloissa vain työpäivän aikana. Neljäs profiili muodostuu kotikokkaajista, jotka käyvät kyllä ravintolassa, mutta harvoin ja silloinkin harkitsevasti. (Kespro 2019, 5–6.) Naisille ja eläkeläisille tärkeää on se, että raaka-aineet ovat kotimaisia. Miehet arvostavat palvelun nopeudesta ja naisille henkilökohtaisen palvelun saaminen on tärkeää. Nuoret ja opiskelijat arvostavat hinta-laatusuhteen lisäksi myös sitä, että annoksia pystyy muokkaamaan mieleksikseen. Nuoret aikuiset (25–34-vuotiaat) haluavat kaikkea: spontaanuuutta, nopeutta sekä erikoisuutta. Kaikille ryhmille yhteistä on se, että laadun tulee olla ensiluokkaista. (Kespro 2019, 14.) Huonon ravintolakokemuksen jälkeen samaan ravintolaan ei enää palata. (Kespro 2019, 20.) Mielestäni tämä tutkimus osoittaa hyvin sen, että kuluttajat ovat nykyään todella tietoisia siitä, mitä haluavat ja palveluntarjoajien kannattaa reagoida asiakaidensa toiveisiin.

2.3 Hungry for Finland -hanke ruokamatkailua tukemassa

Opinnäytetyöni toimeksiantajana toimii Hungry for Finland -hanke. Hankkeen strategiakumppaneina toimivat Business Finland, Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahasto, Haaga-Helia ammattikorkeakoulu, Maa- ja metsätalousministeriö, Opetus- ja kulttuuriministeriö, sekä Työ- ja Elinkeinoministeriö. Hankkeen projektipäällikkönä toimii Kristiina Havas sekä tutkijana Kristiina Adamsson. Hanke on luonut ruokamatkailustrategia 2.0:n, jossa pyritään luomaan kärkituotteita, parantamaan verkostoitumista sekä ruokareittejä, jonka lisäksi siinä pyritään nostamaan suomalaisen ruokakulttuurin imagoa sekä aktivoimaan kansallista ruokamatkailuverkostoa. (Hungry for Finland 2020a.)

Ruokamatkailustrategian tarkoituksena on tarjota Suomen parhaat ruokatuotteet. Tarkoituksena on osallistaa matkailija itse kokemaan paikallisuus sekä luonto ja sen puhtaus, joista kärkituotteemme syntyvät. (Hungry for Finland 2020b, 8.) Strategian missiona on saada yhteistyö toimimaan eri toimijoiden kanssa läpi vuoden ja olen havainnollistanut hankkeen ydinviestit kuvassa 2. Niissä kiteytyvät ne asiat, joiden avulla suomalainen ruokatuote voidaan jalostaa matkailutuotteeksi. Alueellisesti erilaisia ruokatuotteita voidaan korostaa, sekä hyödyntää jokamiehen oikeuksia paremmin mm. marjastuksen ja villiyrttien keräilyn merkeissä. Voimme olla ylpeitä puhtaasta luonnostamme, ei joka paikassa voi syödä raaka-aineita suoraan puskasta! Tämän vuoksi villiruoka on suuri valttikortti matkailun saralla. Uudet ja vastuulliset ruokainnovaatiomme ovat aivanlaatuisia, ja niitä voisi hyödyntää paljon enemmän markkinoidessa omintakeista ruokakulttuuriamme. (Hungry for Finland 2020b, 27.)



Kuva 2. Ruokamatkailun ydinviestit (mukaillen Hungry for Finland 2020)

Ruokamatkailuhanke 2020–2028 haluaa kehittää Suomea ruokamatkailumaana, joka on vastuullinen ja perustuu puhtaisiin raaka-aineisiin sekä niistä saataviin elämyksiin. Tähän halutaan yhdistää niin ravintolat sekä ruokavienti, sillä ne tukevat alueellisesti toisiaan. (Hungry for Finland 2020b, 13.) Suomalainen ruoka herättää uteliaisuutta. Matkailijoita kiinnostavat erityisesti luonnosta saatavat raaka-aineet sekä tuotteet, joita niistä voidaan jalostaa. (Hungry for Finland 2020b, 15.) Hungry for Finlandin kärkituotteisiin lukeutuvat villiyrtilit, sillä ne ovat ruokamatkailua parhaimmillaan.

Haastattelin Hungry for Finland -hankkeen projektipäällikköä Kristiina Havasta. Hän kertoi kuinka villiyrtilit voivat tuoda lisäarvoa yritykselle muutenkin kuin vain lautasella. Esimerkiksi villiyrtiltejä voidaan tarjota ruuan lisäksi osana saunahoitoja. Puhuimme siitä, miten tärkeää on jättää asiakkaalle muistijälki kokemuksesta. Tähän sopivat hyvin tuotteet joita asiakas voi ostaa kotiin viemiseksi joko itselleen tai tuliaisiksi ystäville. Havaksen mukaan tarinallistaminen, oman alueen tyypillisyyden korostaminen ja alueen toimijoiden yhteistyö ovat avainasemassa menestykseen. Hän kertoi, että monessa yrityksessä on tapahtunut sukupolvenvaihdos. Tämän myötä uudet yrittäjät lähtevät helpommin mukaan projekteihin, joissa useat yrittäjät tarjoavat yhteneviä palvelupaketteja matkailijoille. (Havas 27.10.2020.) Majatalosta majataloon -retket voitti Hungry for Finland -ruokamatkailukilpailun vuonna 2015. Kyseessä on neljän Itä-Suomessa toimivan yrityksen yhteistyö, joista

Äksyt Ämmät järjestää mm. yrittiretkiä ja käyttää elämispaketeissaan villiyrtejä niin ulkoisesti kuin sisäisesti nautittuna. (Valtioneuvosto 2015.)

Hungry for Finland hanke on laatinut tuotesuosituksia, jonka avulla matkailuyritykset voivat parantaa omaa ruokamatkailuelämystään erilaisilla keinoilla. Sen tarkoituksena on tuoda esille seikkoja, joiden avulla ruokailu herättää asiakkaassa makumuiston ja samalla se tuo myös yrittäjälle leivän pöytään sekä säästää kustannuksissa. (Hungry for Finland 2020c, 2.) Tuotesuosituksien keskeinen teema on tuottaa matkailijalle ruokaelämys. Elämys syntyy tarinoista, aistien huomioon ottamisesta mm. kattauksen ja vuodenaikojen keinoin sekä korostamalla suomalaisen ruoan uniikkeja piirteitä. Näitä ovat mm. kestävä kehitys villiruoka. (Hungry for Finland 2020c, 4–7.) Tuotesuosituksista sain keskeisen ajatuksen opinnäytetyöni tavoitetta varten. Halusin tutkia millä tavalla villiyrtejä kuvataan ruokalehdissä, sillä lifestyle lehdet ovat tarinankerrontaa parhaimmillaan. Halusin selvittää millaisia mielikuvia lehtien jutut luovat ja pystyisikö tutkimuksen tuloksia hyödyntämään tuotteissa tai palveluissa, joissa hyödynnetään villiyrtejä.

3 Näe se sielusi silmin – mitä ovat mielikuvat ja miten niillä vaikutaan

Pearson & Kosslyn (2013, 1) esittävät, että ihmislaji on niin kehittynyt koska meillä on kyky kuvitella asioita, jotka eivät ole sillä hetkellä käsinkosketeltavissa. Näiden mielikuvien avulla voimme palata menneisyyteen ja tehdä käytöksessämme muutoksia tulevaisuutta varten. Tämän lisäksi pystymme kuvittelemaan asioita, joita ei ole vielä edes olemassa.

3.1 Mitä mielikuvat ovat?

Ihmisellä on kyky kuvitella tilanteita, muotoja ja tapahtumia, joiden avulla hän pystyy kuvittelemaan miltä tulevaisuus näyttää ja kokemaan uudelleen menneisyyden. Näin syntyy mielikuvia. Mielikuva tietystä ruuasta voi laukaista useita erilaisia muistoja ihmisen mielessä, jotka liittyvät hyvin erilaisiin asioihin elämässä kyseisen ruuan syömisen lisäksi. (Missbach, Florach & König 2015, 1.) Jotakin tiettyä asiaa kuvitellessamme saatamme assosioida siihen muitakin aisteja, kuten tuoksua tai ääntä. Mielikuviin vaikuttavat mm. asenteemme, uskomuksemme ja se miten meidät on kasvatettu. Näiden lisäksi myös medially on vaikutusta mielikuvien syntyyn. Meillä kaikilla on erilaisia mielikuvia samaa asiaa tarkoittavista asioista. Mitä suurempi merkitys asialla on, sitä enemmän siihen kiinnitetään huomiota. Sen lisäksi mitä positiivisempaa asia koetaan, sitä useammassa yhteydessä siihen tuntuu törmäävän. Esimerkiksi villiyrteistä kiinnostunut huomaa siihen liittyvät artikkelit paljon helpommin, kuin henkilö, jolle niillä ei ole suurta painoarvoa. (Mielenterveys-talo s.a.)

Mielikuva voidaan jakaa responssimielikuvaan ja ärsykemielikuvaan. Responssimielikuva kertoo siitä mitä tuntemuksia mielikuva herättää sisälläsi. Kyseessä voi olla mielikuva metsäkävelystä, jolloin responssimielikuvassa pystyt muistamaan miltä kävely sai sinut tuntemaan. Esimerkiksi miltä metsä tuoksui ja miten raikkaalta hengitys tuntui keuhkoissa. Havaintoärsykemielikuvassa muistat saman tilanteen ulkoiset havainnot, kuten mitä sinulla oli päällä ja millainen sää oli. Responssimielikuva on vaikutukseltaan vahvempi, sillä siihen liittyy joku kehollinen muisto, kuten sydämen syke. (Liukkonen 2020, 20–23.)

Mielikuva ei kuitenkaan perustu ainoastaan menneisyyden tapahtumiin. Innovoinnissa luovalla mielikuvalla on suuri merkitys. Tulevaisuusmielikuvassa ihminen ottaa menneisyydestään opit mukaansa ja sijoittaa itsensä sielunsa silmillään tulevaisuuteen, joka kuvastaa hänen ideaalimaailmansa. (Tautila 2009, 32.) Luovia mielikuvia on kolme eri tyyppiä. Miedoimmassa vaihtoehdossa innovoidaan aikaisempien normien ja sääntöjen sisällä ja

villeimmillään keksitään koko peli uudelleen, haastaen samalla perinteiset markkinajohtajat. (Taatila 2009, 39.) Mielestäni tämä asia näkyy erinomaisesti villiyrttien kannalta katsottuna. Osassa reseptejä mennään turvallisesti vaihtamalla tuttu ja turvallinen pinaatti nokkoseen, kun taas toisissa kehitetään aivan uusia reseptejä, kuten grillattu nokkosliemi.

3.2 Mielikuvat ja ruoka

Mikä saa meidät haluamaan tiettyjä ruokia? Miksi tietyt ruuat herättävät enemmän himoja kuin toiset? Halu syömiseen voi syntyä siitä, että vatsamme on tyhjä ja aivomme alkavat lähettämään signaaleja nälän tunteesta. Tutkimukset osoittavat myös sen, että nähdesämme herkullisen kuvan ruuasta, meissä herää himo tätä ruokaa kohtaan. Tietyissä tapauksissa halu tiettyä ruokaa kohtaan syntyy pelkästään ajatuksesta siitä, miltä kuvitellaan sen maistuvan. (Tiggermann & Kemps 2005, 305–306.) Liukkonen (2020, 19) kirjoittaa aiheesta kirjassaan ja kertoo ilmiötä kutsuttavan peilisoluteoriaksi, jonka italialainen tutkimusryhmä löysi tutkiessaan makakiapinoita. Apinat näkivät tutkijan syövän banaania, jolloin tutkijat huomasivat saman sähkökäyrän aktivoituvan apinoiden aivoissa, joka aktivoitui silloin kun apina söi itse banaania.

Mielikuvilla on useita vaikutuksia siihen, miten vahvaksi mielihalut koetaan. Tutkimukseen osallistuvien ihmisten mielikuva siitä, miltä ruoka maistui aikaisemmin, herätti eniten haluja syödä sitä uudestaan. Joskus mielikuva oli niin vahva, että syödessä ruokaa se ei ollutkaan niin hyvää kuin mitä se oli ollut mielikuvissa. Tutkimus osoitti, että mitä eloisampi mielikuva ruuasta oli, sitä vahvemmin tutkittavat halusivat syödä sitä. Tämä antaakin aiheita tulkita asiaa niin, että haluamme syödä ruokia, jotka ovat meille tuttuja ja jotka tuovat meille mielihyvää. Tähän vaikuttavat kulttuurisidonnaiset seikat. Länsimaissa ruokahimojen ykkönen on suklaa, etenkin naisten keskuudessa. Se on maistuvaa mutta sitä ei ole sopivaa syödä suurissa määrin. Nämä asiat tekevät siitä herkun. Egyptissä niin ikään miehet kuin naiset pitävät himottavimpina ruokina kasvisruokia, joista osa on täytetty lihalla tai tarjotaan liharuuan kanssa. (Tiggermann & Kemps 2005, 310–311.) Tämä herättää itselläni kysymyksen siitä pystyykö ihminen kokemaan haluttavaksi syödä villivihanneksia, esimerkiksi vuohenputkea, jos hänellä ei ole makumuistoa siitä tai tietoa miltä se maistuu.

Ruoka on meille ihmisille paljon muutakin kuin pelkkää polttoainetta. Ihminen on sosiaalinen eläin ja nyky-yhteiskunnassa määritämme itseämme vahvasti ruoan kautta. Rakennamme mielikuvaa itsestämme ruoan avulla. Kerromme muille arvoistamme ja ajatuksistamme sillä mitä syömmme, sekä sillä mitä emme syö. Ruokiin liittyviä mielikuvia on hyvin paljon, mm. sukupuolten väliset erot siinä, mikä mielletään miehelle ja naiselle sopivaksi. Mielikuvat miehisestä syömisestä liitetään lihan syömiseen. Naisilla taas yhtenä suurena

teemana on mielikuva ainaisesta laihduttamisesta ja sen kautta ruoan ylisyömisestä pidättäytymiseen. (Mäkelä 2020, 54–55.) Huomioni herätti kuitenkin tekstissä mainittu taloudellinen eriarvoisuus. Mäkelän (2020, 57–58) mukaan hyvätuloisella ihmisellä sukupuolesta riippumatta on enemmän mahdollisuuksia harrastaa ruokakulttuuria sen eri muodoissa. Tämä tarkoittaa esimerkiksi ravintoloissa tai kahviloissa käymistä tai erilaisten gourmet ruokien kokkailua kotona. Villiyrtilt ovat ilmaista ruokaa, joten odotin mielenkiinnolla pääsyä tutkimaan sitä, miten tätä puolta käsitellään ruokalehdissä.

3.3 Mielikuvien käyttö lehdissä

Kun tuotetta, kuten lehteä myydään ei tärkeintä ole tuote itse, vaan se millaisen kuvan se antaa itsestään ostajalle tai siitä mitä tunteita se pystyy luomaan ostajalle. Kun esimerkiksi lehteä halutaan saada enemmän myytyä, selvitetään millaisia mielikuvia se herättää ihmisissä. Tämän jälkeen luodaan tavoitemielikuva, jonka asiakkaiden halutaan kokea lehden ostettuaan. Yritys selvittää mm. mitä tarpeita tuotteen tulisi täyttää ja miten ihmiset haluaisivat kokea tuotteen. Tämän jälkeen tuotemielikuvaa muokataan erilaisilla toimenpiteillä ja tutkitaan, onko tavoitteet saavutettu. (Liukkonen 2020, 145.) Useimmilla lehdillä onkin nykyään tarkka konsepti ja niillä on tarkka lukijaprofiili. Lassila-Merisalonen (2020, 63–64) mukaan konseptoinnin ongelmaksi voi muodostua se, että juttuja aletaan sovittamaan väkisin lehden lukijaprofiilille sopivaksi. Tämän seurauksena spontaanien jutunaiheiden löytäminen voi vaikeutua tai hyvästä jutusta ei voidakaan tehdä artikkelia, sillä se ei ”sovi” lehteen.

Lehdet pystyvät vaikuttamaan mielikuviin vain näköaistimme kautta. Näemme kuvia ja luemme sanoja, jotka herättävät meissä tunteita ja mielikuvia. Kuvilla ja sanoilla on paljon suurempi vaikutus meihin kuin miltä päällepäin saattaisi näyttää. Missbach ym. (2015, 1–2) saivat selville tutkimuksessaan, että kuvat jogurttiannoksesta, jossa lusikka oli lautasen oikealla puolella, herättivät enemmän halua ostaa kyseistä jogurttia oikeakätisten osallistujien kesken. Tämän lisäksi kuvien värit tuottivat erilaisia tuloksia. Tummempi keltainen väri appelsiinimehua esittävässä kuvassa vähensi huomattavasti sitä, miten paljon siitä pidettiin. Sanoilla ja tekstin sisällöllä on paljon vaikutuksia siihen, millaisia mielikuvia ruoasta ja sitä esittävistä kuvista voidaan tuottaa ihmisten mielissä. Eläväinen ruokakuva herättää impulsiivisia tunteita ja lisää ostohalukkuutta, mutta mikäli ihminen ajattelee syitä siihen, miksi hän joko söisi tätä ruokaa tai ei, impulsiivisuus vähenee. Itselläni tämä herättää ajatuksia siitä, miten herkullisella ruokakuvalla ja kirjoituksella siitä, miten se voi edistää terveyttä, voitaisiin vaikuttaa ihmisten halukkuuteen syödä terveellisesti silloinkin, kun heillä herää himo syödä jotain herkullista mutta joka ei ole terveellistä.

Lehdet sisältävät usein mainoksia. Kansallinen mediatutkimus (KMT 2020, 32) teetti tutkimuksen siitä, miten suomalaiset suhtautuvat lehtimainontaan. Sen mukaan yli 15-vuotiaista lukijoista 62 % kokeilevat aikakauslehtien mainoksien vinkkejä ja ohjeita, sillä reseptit aktivoivat lukijoita. Liukkonen (2020, 11) on tutkinut tätä asiaa ja hänen mukaansa viestijän halutessa vaikuttaa vastaanottajaan muuttaakseen hänen käsityksiään, hän käyttää suggestiota. Suggestio on verbaalinen tai nonverbaalinen viesti, joka rakentuu yleensä visuaalisesta mielikuvasta. Yhtenä esimerkkinä suggestiosta voidaan pitää mainosta. Se miten vahvasti ihminen reagoi suggestioon vaihtelee paljon. Silloin kun joku tuntee syyllisyyttä siitä, ettei osta mitään Tupperware -kutsuilla, toinen saattaa olla hyvinkin kriittinen ja miettiä tarvitseeko oikeasti tätä myytävää tuotetta. Yksi vahva keino vaikuttaa kuluttajaan on käyttää auktoriteettia. (Liukkonen 2020, 146.) Tästä on esimerkkinä mainoksia, joissa alan ammattilainen tai julkisuuden henkilö suosittelee jotakin tuotetta. Minua alkoi kiinnostaa se, että käytetäänkö ruokalehtien jutuissa auktoriteetteina ammattilaiskokeja tai luonnonyrtteihin perehtyneitä ihmisiä.

Ruokalehdillä ja niiden sisällöllä on vaikutus siihen, mitä kuluttajat laittavat ostoskärryihinsä kaupassa ja kokkaavat kotona. Colen (2014, 288–289) mukaan haastateltavat naiset uudistivat ruokailutottumuksiaan sen mukaan, mitä lehdissä sanottiin olevan terveellistä ja ravinteikasta ruokaa. Osa heistä oli pitänyt ruuasta ja ruuanlaitosta jo pidempään, mutta tietyt elämänmuutokset kuten avioliitto ja raskauden tuoma äitiys saivat heidät haluamaan lukea enemmän terveellisistä ruuista ja oppia valmistamaan niitä.

4 Ruokajournalismi painetussa mediassa

Ruuasta puhutaan ja kirjoitetaan koko ajan enemmän. Niin kuluttajat kuin kirjoittajatkin joutuvat miettimään mihin tietoon voi luottaa ja mihin ei. Valitettavasti jotkut saattavat kirjoittaa perättömiä tai valheellisia juttuja puolustaessaan omia tarkoitusperiään. Tämä syö pohjaa pois uskottavalta medialta. Printtimedia taistelee olemassaolostaan internetin kanssa, jossa kuka vain voi kirjoittaa blogiinsa mitä vain haluaa. Yhtenä keinona taistella tätä vastaan on aito, luotettava ja helposti saatavilla oleva tieto. Tulevaisuuden näkymissä ihmisiä kiinnostaa tietää ruuan alkuperästä, vaihtoehtoisista ruuista sekä läpinäkyvistä toimitusketjuista. He haluavat lukea kirjoituksia, joissa kerrotaan kiehtovalla tavalla kulttuurista sekä erilaisista makukokemuksista visuaalisella tyyllillä toteutettuna. (Economist 2020.) Suomessa elintarvikevirasto säättää, ettei mm. lehdissä saa julkaista väitteitä ruuasta tai luoda mielikuvaa, joiden mukaan ruualla olisi terveysvaikutuksia, ellei tätä ole tieteellisesti todistettu. Tämä lisää painetun sanan uskottavuutta ja kuluttajan ruokaturvaa. (Ruokavirasto 2019, 5.)

4.1 Aikakauslehdet ja ruokalehdet Suomessa

Ruokalehdet ovat aikakauslehtien yksi osa-alue. Aikakauslehti on säännöllisesti, vähintään neljä kertaa vuodessa ilmestyvä lehti, joka sisältää artikkeleita joko yleiseltä tai erikoistuneelta elämän alueelta. (Tilastokeskus 2020). Ruokalehtien kirjo on laaja. Monesti jokaisella lehdellä on jokin tietty näkökulma, jolla se erottuu muista. Lehdet sisältävät annoskuvia, reseptejä, artikkeleita sekä mainoksia. Ruokalehdet voivat olla osa isompaa lehtikonsernia tai ne voivat olla yksittäisten ihmisten tekemiä. (Rao 2018.) Nykyään todella moni lehti sisältää ruokajuttuja ja reseptejä, vaikkei se niiden pääasiallinen aihepiiri olisi-kaan. Näin ei kuitenkaan aina ole ollut. Suomessa 70- ja 80-luvulla aikakauslehdet olivat yleisaikakauslehtiä, joissa ruokajutut olivat opettavaisempia. Valittua aihetta, kuvattiin hyvin syvällisesti, käyden läpi kaikki mitä siitä tiedettiin. Lehtien visuaalisuus oli pienemmässä arvossa verrattuna nykypäivään. (Aikakausmedia 2013.)

Hanitzsch & Hanusch (2013, 943–951) määrittelevät ruokalehdet yhdeksi elämäntapajournalismin alalajiksi. Elämäntapajournalismia on tutkittu melko vähän, vaikka sen avulla voidaan vaikuttaa lukijoiden itseilmaisuuksiin, käytökseen ja ostokäyttäytymiseen. Tutkimuksen mukaan elämäntapajournalismi antaa käytännön vinkkejä ja esimerkkejä erilaisista elämäntyylyistä, jotka reflektivat maailmassa tapahtuviin muutoksiin. Lehdet antavat inspiraatiota lukijoilleen, jonka seurauksena ne muokkaavat heidän identiteettiään.

Kansallinen mediatutkimus (KMT) tutkii, kuinka monta tuhatta lukijaa lehden keskimääräisellä numerolla on. (Media Audit Finland Oy 2020a.) Sen mukaan suomalaisia ruokalehtiä ovat Glorian Ruoka & Viini, Maku sekä Viini. (Media Audit Finland Oy 2020b.) Maku-lehden lukijapiiri koostuu aktiivisista kotikokkaajista ja Maku-lehti tarjoaa tietoa ruuanlaitosta ja leivonnasta, joka on tätä päivää. (Mediakortit 2020a.) Glorian Ruoka & Viini -lehden mukaan (Sanoma Media Finland Oy 2019) ”lukijat ovat ostovoimaisia, uteliaita ja keilunhaluisia ruokaharrastajia ja lifestylen suurkuluttajia. Glorian Ruoka & Viini tavoittaa ylivoimaisesti parhaiten vaikuttajakuluttajat eli foodrunnerit.” Viinilehti on painottunut selkeästi nimensä mukaisesti viineihin, mutta se kirjoittaa juttuja lukijoilleen myös ruuasta, kiinnostavista ihmisistä ja ilmiöistä. ”Viinilehden lukijoista 66 % on kiinnostunut ruuanlaitosta, leivonnasta ja resepteistä.” (Viinilehti 2020.)

Ruokakauppojemme kaksi suurinta ovat S-ryhmä ja K-ryhmä. Kuluttajat, jotka omistavat kahden suurimman ruokakauppanne etukortin saavat kotiinsa Yhteishyvän (S-ryhmä) ja Pirkan (K-ryhmä). Lehdet sisältävät reseptejä, ruokaan liittyviä juttuja sekä tukevat lukijoihin ostopäätösten tekemisessä. Yhteishyvän painettu versio tavoittaa lähes kaksi miljoonaa lukijaa (Mediakortit 2020b.) Pirkan lehden välissä on syyskuusta 2020 lähtien tullut myös ruokiin keskittynyt lehti nimeltä K-ruoka, joka kertoo ruokatrendeistä ja antaa vinkkejä siihen mitä kaupasta voisi ostaa ja kokata. (Mediakortit 2020c.) Tätä ennen K-ruoka -lehti lähetettiin vain niille asiakkaille, joilla oli tullut tietty ostoraja täyteen. (K-ruoka.fi 2021.)

4.2 Ruokajournalismin aihepiirit printtimediassa

Suhteemme ruokaan on muuttunut ajan saatossa. Sitä ei nähdä enää pelkästään asiana, joka saa meidät jaksamaan. Siitä on tullut samanlainen osa kulttuuriamme kuin teatterista tai taiteesta ja tämä heijastuu myös siihen, miten ruoasta kirjoitetaan. Ruoka-aiheiset kirjoitukset sanomalehdissä ovat lähteneet resepteistä ja ravintola-arvosteluista, mutta tänä päivänä gastronomiaan liittyvät jutut voivat saada paljonkin palstatilaa lehtien sivuilla. (Fusté-Fornéa & Masipa 2018, 14–16.)

Tässä luvussa kerron tutkimuksesta, jonka analysoi ruokajournalismia printtimediassa, erityisesti sanomalehdissä. Sen tuloksena on metodologinen ehdotus eri aihepiireistä, joiden avulla ruoka-aiheista sisältöä voidaan tutkia ja kategorisoida. Tutkimus toteutettiin käyttämällä aineistolähtöistä sisällönanalyysiä, joka on usein käytetty tutkimusmenetelmä journalismia tutkiessa. (Fusté-Fornéa & Masipa 2018, 14.)

Fusté-Fornéa & Masipa (2018, 16) saivat selville, että sisältö voidaan jakaa kolmeen pääluokkaan: tuotantoon, jakeluun sekä ruoan ja yhteiskunnan välisiin suhteisiin. Näiden pääluokkien alla on erilaisia alaluokkia (taulukko 1). Asia ei kuitenkaan ole niin yksinkertainen, sillä yhdessä artikkelissa saatetaan sivuta montaa eri alaluokkaa. Tutkijoiden mukaan on tärkeää osata löytää jutusta pääteema, jonka mukaan aineisto luokitellaan. Tähän tarvitaan tarpeeksi perehtyneisyyttä aiheeseen kokonaisuutena.

Taulukko 1. Ruokajournalismin pääluokat ja niiden alaluokat (mukaiillen Fusté-Fornéa & Masipa 2018)

Pääluokat	Alaluokat
Tuotanto	Raaka-aineet Annokset Keittiömestarit
Jakelu	Ravintolat Muut ruokaa myyvät paikat Ruokaan liittyvät juhlallisuudet
Ruoan ja yhteiskunnan väliset suhteet	Gastronomia ja taiteet Gastronomia sosiaalisena faktana Ravitsemus Ruoka ja turismi Gastronomia ja media

Tuotannon alaluokat ovat raaka-aineet, annokset ja keittiömestarit. Raaka-aineisiin viitattaessa tarkoitetaan jokaista askelta niiden matkalla pellolta pöytään. Annoksista puhuttaessa tarkoitetaan annoksen komponentteja sekä miten niitä on työstetty. Keittiömestareista puhuttaessa lasketaan mukaan keittiömestarit sekä julkkiskeittiömestarit. Tällaisissa henkilöjutuissa viitataan usein heidän ravintoloihinsa, ajatusmaailmaansa, työskentelymetodeihinsa tai tapahtumiin, joissa he ovat mukana. Jotta artikkeli lasketaan tähän alaluokkaan, tulee keittiömestarin olla jutun pääroolissa. Muuten luokittelu saattaa vääristyä, kuten mainitsin jo aikaisemmin. (Fusté-Fornéa & Masipa 2018, 16–17.)

Ravintolat, muut ruokaa myyvät paikat sekä ruokaan liittyvät juhlallisuudet kuuluvat jakelu-nimisen pääluokan alle. Ravintolat ovat tutkimuksen mukaan nimekkäitä, jotta pääsevät lehtien sivuille. Puhuttaessa muista ruokaa myyvistä paikoista tarkoitetaan mm. kauppakeskuksia, kahviloita ja drinkkibaareja. Ruokaan liittyviä juhlallisuuksia ovat mm. ruokafestivaalit ja gastronomiaan keskittyneen yrityksen tai killan vuosijuhlat. (Fusté-Fornéa & Masipa 2018, 16–17.)

Kolmas pääluokka keskittyy ruoan ja yhteiskunnan välisiin suhteisiin. Sen alaluokkiin kuuluvat gastronomia ja taiteet, gastronomia sosiaalisena faktana, ravitsemus, ruoka ja turismi sekä gastronomia ja media. (Fusté-Fornéa & Masipa 2018, 16.) Taiteesta puhuttaessa ruokakirjoituksissa viitataan nimekkääseen kirjallisuuteen, musiikkiin tai elokuvaan. Gastronomia sosiaalisena faktana on laaja aihealue. Kirjoituksissa viitataan sekä traditioihin että trendeihin. Esimerkiksi juttu poptähdestä, joka on lanseerannut sarjan vegaanisia ruokia, kuuluu tähän kategoriaan. Tässä kategoriassa gastronomia yhdistyy joko maallikkoon tai julkisuuden henkilöön, joka ei ammattinsa puolesta ole pääsääntöisesti ruoan kanssa tekemisissä. Ravitsemukseen liittyvät jutut liittyvät dieetteihin sekä ravintoaineisiin ja nämä kirjoitukset ovat tyyliltään selittäviä, antaen vastauksia kysymyksiin. Ne eivät sisällä tarinankerrontaa vaan tieteellistä faktaa. Ruoka ja turismi korostaa gastronomiamaantieteellisestä näkökulmasta, esimerkiksi kertomalla eri alueiden ruokakulttuurista tai raaka-aineista. Gastronomia ja media yhdistyvät esimerkiksi jutussa, jossa viitataan television ruokaohjelmaan. (Fusté-Fornéa & Masipa 2018, 17–18.)

4.3 Tarinallinen journalismi

Tarinallista journalismia tutkineen Lassila-Merisalonen (2020, 61–62) mukaan sen juuret juontavat aikaan, jolloin kirjailijat kuten Eino Leino ansaitsivat rahaa tekemällä juttuja lehtiin kirjailijauransa ohessa. Suomessa on ollut kuitenkin pitkään vallalla ajatus siitä, että jutun tulee olla mahdollisimman neutraali. Tarinallisella journalismilla ei ole yhtä tiettyä määritelmää, sen alle lukeutuvat mm. featuret, sunnuntaijutut ja tarinat. Toimittajat ovatkin tehneet sitä hyvin itseoppineesti kautta aikain.

Tarinallinen journalismi noudattaa samoja lainalaisuuksia kuin uutisjuttukin. Sen tulee perustua faktaan ja käsitellä asiaa tasapuolisesti. Lähdekriittisyys on tärkeä osa toimittajan työtä ja faktat tulee tarkistaa. Uutisjuttu on informatiivinen ja ytimekäs. Uutisjutussa on päätetty etukäteen mikä asiassa on tärkeintä ja se kerrotaan napakasti lukijalle. (Lassila-Merisalo 2020, 2–6.) Tarinallisessa journalismissa ei yritetä kertoa asioita uutismaisina to- tuuksina, vaan jostain tietystä näkökulmasta. Lukija muodostaa lukemastaan oman tarinansa, joka perustuu hänen maailmankuvaansa. Tällä tavalla juttu saa yhtä monta muotoa kuin sillä on lukijoita. (Lassila-Merisalo 2020, 13–14.) Lassila-Merisalo (2020, 26) kuitenkin muistuttaa, että toimittajalta odotetaan hänen puhuvan totta. Tarinankerronnan tuoksinassa ei voi alkaa sepittelemään juttuja. Toimittaja toimii ikään kuin tarinan kertojana ja antaa estradin jutun päähenkilölle. Toimittajan tulee kiinnittää huomiota myös omiin sanavalintoihinsa. Esimerkiksi johtoverbien käyttö kuvastaa toimittajan tulkintoja siitä, miten haastateltava asiansa esittää. Lassila-Merisalonen (2020, 28–29) mukaan sanavalinnoilla voidaan ylläpitää stereotyyppioita. Hän kertoo esimerkistä, jossa naispuolinen

professori mm. ”kihertää” ja ”nurisee mukamas vakavissaan” Helsingin Sanomien Nyt-liitteen haastattelussa. Nämä sanavalinnat ovat haastattelijan tulkintoja siitä, miten professori on asiat esittänyt.

Kun tarinallisuus journalismissa yleistyy se voi muuttua kaavamaiseksi. Lukija haluaa mielellään kuulla selviytymistarinoita, mutta jos juttuja kirjoitetaan vain tästä mielekkästä näkökulmasta se voi vääristää ihmisten ajatusmaailmaa. Vaikeuksien kautta voittoon on mahtava draaman kaari, mutta kaikkien elämä ei mene aina niin kuin Strömsössä. Mikäli vain tällaisista tarinoista tehdään juttuja, ihmiset voivat alkaa kuvittelemaan kaikkien muiden elämän menevän loppujen lopuksi oikeille raiteille, oman elämän ollessa hyvin toisenlaista. Toinen haaste on se, että henkilöjuttuja tehdessä nykyään kaikilla on oikeus omiin tunteuksiinsa, kukaan ei ole väärässä eikä kenenkään sanomisia saa kiistää. Tämä ei kuitenkaan ole kriittistä journalismia, vaan lehden sivuille auki kirjoitettu haastattelunauha. Lähdekritiikki onkin tärkeä osa tarinallista journalismia, sillä sen avulla kirjoittaja suojaa niin itseään kuin lähdeään. Samalla se luo uskottavuutta ja luotettavuutta tekstin aitouden sekä erottaa kirjoituksen fiktiivisestä tarinasta. (Lassila-Merisalo 2020, 67–73.)

Futuristi Perttu Pölösen (2020, 90–91) mukaan tarinankerronnalla on mahdollista muuttaa maailmaa, esimerkiksi pysäyttää ilmastonmuutos. Globaalissa maailmassamme kaikki on mahdollista saavuttaa parin hiirenklikkauksen avulla. Sen seurauksena paikallinen ja pieni kulttuuri alkaa viehättämään ja ihmiset alkavat enenemässä määrin kiinnostua omasta alkuperästään ja identiteetistään. Tästä on varmasti yhtä mieltä myös Euran kunta, jonka mainitsin jo aikaisemmin, halutessaan korostaa kotikuntansa paikallisidentiteettiä. Tarinankerronta toimii motivaattorina, kun halutaan muuttaa ihmisten käyttäytymistä, sillä sen avulla eri taustaiset ihmiset pystyvät samaistumaan samoihin asioihin. Tästä hyvänä esimerkkinä on yksi lempitarinoistani Saiturin joulu, jossa Charles Dickens ottaa kantaa viktorianaisen ajan pakkotyölaitoksiin. Hänen antamat mielikuvat siitä, miten pakkotyölaitokset eivät ole ihmisarvolle sopivia paikkoja auttoi muovaamaan yleistä mielipidettä siihen suuntaan, että ne myöhemmin lakkautettiin. (Farjeon 1987, 9.)

4.4 Avaimet hyvän jutun tekoon – näin kirjoitat vetävän jutun

Lehtijutun päämäärä on kirjoittaa juttuja lukijoita kiinnostavasta asiasta, jotta lehti myy. Tarkoituksena on kirjoittaa juttu, jolla on jonkinlaista uutuusarvoa ja joka innostaa lukijaa jatkamaan lukemista. Lukija on kiinnostunut kirjoittajan motiiveista ja siitä onko juttu kirjoitettu puolueettomasti. (Jyväskylän yliopisto s.a.a) Lehtijutussa kiinnitetään huomiota seitsemään asiaan, jotka on havainnollistettu kuvassa 3. Aloitus on jutun tärkein osa, jotta lukija haluaa käyttää kallista aikaansa ja ottaa koko jutun luettavakseen. (Lassila-Merisalo

2020, 39.) Monesti aloituksessa käytetään kuvausta, jolla luodaan jutun tunnelma. Kuvauksen tulisi kuitenkin liittyä itse tarinaan ja haastateltavaan, muuten se tuntuu irralliselta ja kuluneelta tavalta aloittaa juttu. Väliotsikot toimivat parhaiten silloin kun teksti sisältää monta eri aihetta. Ne tiivistävät tekstiä. Jutun tarinaa kuljetettaessa ei kannata lyödä lukijalle kaikkia kortteja heti pöytään. Sen sijaan tiedonjyviä kannattaa antaa pikkuhiljaa. Näin lukijan kiinnostus säilyy jutun loppuun asti. (Lassila-Merisalo 2020, 48–49.) Tekstin lopetus kokoaa jutun sisällön yhteen ja määrittelee millainen maku jutusta lukijalle jää. Lopetus voi olla esimerkiksi onnellinen, avoin, rohkaiseva tai ärsyttävä. (Lassila-Merisalo 2020, 50–51.)



Kuva 3. Lehtijutun 7 osa-aluetta (mukaillen Jyväskylän yliopisto s.a.b)

4.5 Kuva kertoo tuhat sanaa – ruokakuvat ja visuaalisuus lehtijutussa

Elämäntilanne, ikä, sukupuoli ja koulutustausta ovat vain muutama esimerkki niistä asioista, jotka vaikuttavat siihen, miten havainnoimme maailmaa ympärillämme. Kiinnostuksen kohteemme vaikuttavat siihen, miten vahvasti koemme jonkin visuaalisen kuvan. Toisinaan kuva voi herättää mielikuvia ja tunteita myös tiedostamattomalla tasolla, jonka vuoksi ihmiset tulkitsevat kuvia eri tavoin. (Aalto-yliopisto 2002.) Kuvaa voidaan tulkita mm. tunnetasolla, mutta sen lisäksi kuvan rakennetta voidaan tulkita analyyttisesti (kuva 4).



Kuva 4. Visuaalisen informaation tulkintatasoja (mukailien Aalto-yliopisto 2002)

Rantasen (2007, 20) mukaan ”tekstiä pitää ajatella, kuvan tuntee.” Lehden visuaalisuus on ensimmäinen asia, jonka lehdessä näemme. Se muodostaa mielikuvan jutusta, jonka jälkeen keskitymme tekstiin ja sen sisältöön. Visuaalisuus tukee tekstiä ja tekee jutusta helpommin lähestyttävää. Lehden visuaalinen suunnittelija (käytetään myös nimitystä art director) vastaa sisällön suunnittelusta. Hän miettii visuaalisuuden näkökulmasta keinoja siihen, miten lehti on mahdollisimman myyvä ja sisältö tukee tarinankerrontaa.

Kuvan koko kertoo, kuinka suuri merkitys sillä on jutun suhteen. Kuvan tunnelma luo mielikuvia siitä, millaisesta jutusta on kyse. (Rantanen 2007, 139.) Laadukas kuva on teknisesti hyvä, mutta myös samalla sen sisältö kertoo tarinaa sen sijaan, että se olisi vain rajattu kuva aiheeseen liittyvästä kohteesta. Jutun avauskuva tiivistää artikkelin ydinsano-

man. (Rantanen 2007, 137.) Kontrastit kuvan sisällä rakentavat vastakohtaisuutta ja luovat mielikuvia (kuva 5). Erilaiset kuvat lehden sisällä rakentavat vastakohtaisuutta, joka auttaa lukijaa jäsentämään ja eriyttämään eri artikkelien tunnelmat ja sisällöt.



Kuva 5. Kuvan kontrastit (mukaillen Rantanen 2007)

Rantanen (2007, 174–175) kuvailee sitä, miten väreillä voidaan vaikuttaa mielikuviiin. Väriin voimakkuus kertoo sen tärkeydestä. Haalea ja pieni väripinta on vähemmän tärkeä, kuin tumma ja suuri. Ihmiset kokevat eri värit eri tavoin, riippuen heidän taustastaan. Kuitenkin on olemassa tiettyjä yleisiä käsitteitä ja ilmiöitä, joihin monet meistä yhdistävät jonkin tietyn värin. Esimerkiksi punainen väri kuvaa intohimoa sekä vaaraa ja vihreä väri luontoa ja nuoruutta.

Ruokatoimittaja Outi Väisäsen (2011, 77–78) mukaan ruokakuvan taustalla on maku ja ulkonäkö. Urbaanit legendat 1980-luvulta kertovat kuinka kuvissa saatettiin käyttää partavaahtoa kermavaahdon sijaan, sillä se ei lässähtänyt pitkissäkään kuvauksissa. Nykyään kuitenkin näin ei toimita, vaan tuotteen tulee olla syömäkelpoista vielä kuvausten loputtuakin. Väisänen miettii lehden ruokakuvaa neljältä kannalta. Ruoan tulee olla herkullista, vaivatonta valmistaa, houkuttelevaa sekä ilahduttaa samalla tavalla myös kotona kokkaamisen jälkeen, kuin se ilahdutti lehden sivulla. Ruokakuvaa suunnitellessa tulee pohtia värejä. Halutaanko annoksen erottuvan vaaleaa taustaa vasten vai halutaanko luoda lautasen ja annoksen välille värikontrastia? Luonnonvalo on paras, mutta ylivalottunut kuva ei tuo parhaita puolia annoksesta esiin. Kuvakulma esimerkiksi pasta-annoksessa on yleensä suoraan ylhäältä tai yliviistosta kuvattu, jolloin se näyttää parhaalta.

4.6 Villiyrtit ruokalehdissä ammattilaisen näkökulmasta katsottuna

Haastattelin Kaisa Torkkeliä (27.8.2020), joka on kirjoittanut artikkeleita sekä A-lehdet Oy:lle että Sanoma Magazines Oy:lle. Sain häneltä arvokasta tietoa siitä, miten villiyrteistä on kirjoitettu lehdissä ja hän avasi minulle tarkemmin mitä kaikkea printtilehtien artikkeleissa ja kuvissa tulee ottaa huomioon. Kokonaisuuden tulee olla tehokas, käytännöllinen ja erottuva. Aikakauslehden ero nettijulkaisuihin verrattuna kulminoituu lehden sivujen määrään ja kokoon. Nettijulkaisussa sanamäärä on vapaampi, joten lehdessä jouduttiin miettimään tarkasti, miten saadaan mahdollisimman paljon pieneen tilaan.

Torkkelin mukaan lehdet haluavat julkaista juttuja, joita lukiessa ihmiset pystyvät tarttumaan aiheeseen ja tunnistamaan itsensä ja oman elämänsä siitä. Hän kertoi, etteivät villiyrteijutut saaneet suurta suosiota, sillä kovin moni ei kuitenkaan omassa arjessaan lähtenyt keräämään yrtejä työpäivänsä jälkeen. Suosituimmat jutut liittyvät aiheisiin, joita lukijat voivat hyödyntää heti omassa elämässään. Ruokalehdet ovat hyvin sesonkiluonteisia ja useat lehdet julkaisevat tiettyyn aiheeseen liittyviä lehtiä kuten jouluun liittyvän erikoisnumeron. Torkkelin mukaan villiyrteistä voisi tehdä samanlaisen erikoisnumeron, mutta haasteeksi tulee saada tarpeeksi mainostajia, jotta lehti saadaan julkaistua.

Torkkeli kertoi, että lähiruoka alkoi kiinnostaa kuluttajia 2000-luvun alussa vastapainona sille, kun ihmiset olivat noin kymmenen vuotta aikaisemmin hullaantuneet kaikista erikoisista ruuista, joita Suomeen voitiin tuoda EU:hun liittymisen jälkeen. Alkoi uudelleen puhe satokausiajattelusta ja keskustelu painottui kevääseen. Ensimmäiset artikkelit suomalaisista luonnonkasveista koskivatkin lähinnä vain nokkosta ja vuohenputkea. Torkkelin mukaan nämä olivat artikkeleita, joissa päästiin käsittelemään suomalaisia luonnonkasveja juurevalla tavalla. Osa artikkeleista keskittyi yrittäjiin, jotka mm. keräsivät nokkosta, kuivativat sitä ja laittoivat myyntiin. Kyseessä oli reportaasi, joka avasi villiyrteiden maailmaa yrittäjyyden kautta silloin, kun kauppayrteiden poimijakortti -koulutus oli melko uusi asia. Saadaksesen artikkeleille taustatietoa villiyrteiden käytöstä, tietoa haettiin Välimeren ruokakulttuurista. Villikasvien puolestapuhujana tunnettu Sami Tallberg toi oman tietoutensa Englannista Suomeen 2010-luvulla ja Torkkeli kertoi kuinka paljon laajemmin eri kasveja, kuten voikukan nappuja alettiin käyttämään eri resepteissä. Tallbergin tyyli tehdä annoksista enemmän ravintolaruokamaisia teki kotikokkaajalle aiheen hieman kiinnostavammaksi. Erilaisten kasvien käytön myötä käsite villikasvit on tullut käyttöön, sillä kasveja alettiin käyttämään enemmän kuin mausteenomaisesti resepteissä.

Tein haastattelun käyttäen teemahaastattelun mallia, jossa kävimme läpi aihealuetta, jota olin tutkinut etukäteen, mutta josta Kaisa Torkkelilla oli henkilökohtaista kokemusta. Koin saavani Torkkelilta syvällisempää ymmärrystä siitä, millaista on kirjoittaa villivihanneksista aikakauslehtiin, kuin etsimällä tietoa kirjallisuudesta tai netistä. Teemahaastattelussa jotkut aiheeseen liittyvät teemat ja haastattelukysymykset toimivat tukikysymyksinä, mutta keskustelu menee eteenpäin haastateltavan tulkintana. (Puusa & Juuti 2011, 81–83.) Lähetin Torkkelille etukäteen sähköpostitse aihealueeseen liittyviä teemoja, joista saimme kiinnostavan keskustelun aikaiseksi (Liite 1).

5 Sukellus villivihannesten maailmaan

Menneisyydessä yrttien käyttö ja niiden vaikutukset olivat yleistietoa, mutta edellisellä vuosisadalla niiden päivittäinen käyttö väheni. (Harding 2004, 8.) Åhlberg kertoi inspiroituneensa luettuuan Sinikka Piipon kirjan villiyrteistä. Hänen mukaansa Piippo kertoi äitinsä sairastuneen Alzheimerin tautiin ja kuinka samoin oli käynyt hänen omalle siskolleen. He kumpikin halusivat löytää keinon välttääkseen saman kohtalon. (Åhlberg 2019, 10.) Pystyn myös itse samaistumaan tähän, sillä kiinnostuin terveellisestä ruoasta ja villiyrteistä isäni sairastuttua syöpään. Villiruokaharrastukseen liittyy olennaisesti tietämys kerättyjen yrttien käyttötarkoituksesta, liikkumisesta luonnossa sekä taidosta nähdä tutut ympäristöt uusin silmin. (Hannus, Nyman, Toivanen, Huotari & Victorzon 2017, 7–9.) Tässä kappaleessa kerron tarkemmin villiyrteistä, sekä siitä miten niitä kuvataan alaan perehtyneessä kirjallisuudessa. Tällä tavalla pystyin vertailemaan tutkimuksessani lehtijuttujen sisällön tyyliä villiyrteiden kirjallisuuden ajatusmaailmaan ja löytämään sekä samankaltaisuuksia että eroavaisuuksia.

5.1 Mikä ihmeen horta?

Horta on kreikkaa ja tarkoittaa kaikkea villiä, vihreää syötävää, jota löytyy luonnosta. Marjat, hedelmät ja sienet eivät kuulu hortaan. (Åhlberg 2019, 8.) Horta-nimikettä on alettu käyttämään koska yrtti mielletään pelkästään ruuan maustajana. Villivihannekset, villiyrteet ja horta; kaikkia näitä sanoja käytetään kuvaamaan niitä suomalaisia luonnonkasveja, joita voidaan kerätä, syödä ja säilöä. (Kivimetsä & Kivimetsä 2019, 10–11.) Tästä syystä omassakin tekstissäni vilisee eri nimikkeitä ja selvennyksen vuoksi kuvassa 6 on havainnollistettu asiaa.



Kuva 6. Villiyrteisyronyymejä (mukaillen Kivimetsä & Kivimetsä 2019)

Villiyrtti on kasvi, mutta kaikki luonnossa kasvavat kasvit eivät ole yrtejä. Yrteiksi luetaan sellaiset kasvit, joilla on mahdollisuuksia aiheuttaa muutoksia elimistön toiminnoissa. Ne ovat usein aromaattisia, jotka joko nostattavat mielialaa tai vaikuttavat fyysisesti elimistöön. Niitä käytetään maustamaan tiettyjä ruokia, sillä ne korostavat ruokalajin muita makuja ja samalla ne tuovat helpotusta esimerkiksi ruuansulatukseen. Monilla yrteillä ja mausteilla on myös antibakteerisia vaikutuksia. (Harding 2004, 10–11.) Kuvailin tarkemmin tietoutta muutamasta yleisestä villivihanneksesta (Liite 2), josta näkee millä tavalla asiaan vihkiytyneet kirjat kuvaavat villiyrttejä. Niissä kerrotaan aina kasvupaikat, millaisiin ruokiin ne soveltuvat, säilömistävät, terveyttä edistävät ainesosat sekä mahdolliset varoitukset.

Vaikka marjastaminen ja sienestäminen on yleistä, villivihanneksia on historiassamme syöty pääosin hätäravintona. 1860-luvulla kansa kärsi nälkävuosista, jolloin Lönnot muisutti luonnonkasveista ja siitä, kuinka ne voivat ehkäistä keripukilta. Sodanjälkeisenä aikana Toivo Rautavaara (1976, 5–6) ohjeisti kansaa käyttämään kasvejamme, kun ruuasta oli pula. Sodan vuoksi tuotteita ei saatu ulkomailta, jonka vuoksi ihmiset käyttivät kotimaisia raaka-aineita korvikkeina. Sodan jälkeen heräsi vastareaktio, eikä korvikkeista haluttu kuulla puhuttavankaan. Villikasvien käyttö alkoi kuitenkin nostaa päätään 1980-luvulla, kun Hyötykasviyhdistys, erätaitajat ja kotitalousihmiset ottivat ne mukaan kurssitoimintansa tarjontaan sienestyksen ja marjastuksen lisäksi. Tässä vaiheessa kyseessä oli ruuan maustaminen tai survival-ruoka, ei niinkään pääraaka-aineena käyttäminen. Internetin myötä tuli Luontoportti.com, jonka kautta kasvien tunnistaminen tuli helpommaksi. 2010-luvulla innostuttiin superfoodeista ja lähiruuasta. Tässä vaiheessa mukaan kuvioihin tulivat keittiömestarit, jotka loihitivat gourmet reseptejä lähiluonnon antimista villiyrtti-nimikettä käyttäen. (Kivimetsä & Kivimetsä 2019, 10–12.)

Ravintoloista hyvänä esimerkkinä toimii Helsingissä sijaitseva ravintola Grön. Ravintolan takana ovat Toni Kostian sekä Lauri Kähkönen. He käyttävät ruoissaan lähiruokaa ja nimenomaan aineksia, jotka ovat sesongissa. Heille villiruuan käyttö on tärkeä osa kestävästä kehitystä ja heidän ideologiaansa. (Grön 2021.) ELO – suomalaisen ruokakulttuurin edistämissäatiö sekä Ravintolakoulu Perho ovat halunneet vakiinnuttaa niin kestävästä gastronomian kuin villiruuan käytön tulevaisuuden ravintoloitsijoille. Kiinnostusta kentällä löytyy paljon, mutta tietoutta ei vielä tarpeeksi. Tämän myötä ELO-säätiö on nimittänyt rautaisia ammattilaisia villiruuan puolestapuhujiksi myöntämällä heille villiruokamestarin tittelin. (ELO-säätiö 2017.)

Villiyrttikirjallisuuden tärkeä osa on kasvien terveellisyden todistaminen. Kyseessä ei ole vain vanhan kansan uskomukset, vaan väitteille on haettu tieteellistä pohjaa. Piippo

(2016, 11–13) toteaa, että viljeltyjen vihannesten geneettinen monimuotoisuus on pienentynyt. Tämän lisäksi niitä lannoitetaan lähinnä pelkäästäan tyypellä ja fosforilla. Ravintosisältöön vaikuttaa heikentävästi edellisten asioiden lisäksi myös se, että ne kasvatetaan nopeasti ja kasvin syötävä osa on suuri. Luomuviljely parantaa tilannetta, mutta nykyinen ruokavaliomme sisältää arviolta 80–90 % vähemmän terveydelle hyödyllisiä aineita, kuin mitä saimme kasveista 50–100 vuotta sitten. Olemme tottuneet tästä syystä hyvin miedon makuisiin vihanneksiin. Tästä syystä villivihannesten makuun täytyy totutella pikkuhiljaa. Voimakas maku on merkki hyödyllisten aineiden suuresta määrästä. Villivihannesten syömisellä on useita terveysvaikutuksia. Stressi vähenee, suolisto toimii paremmin, verensockeri pysyy tasaisempana, ne tehostavat nesteidenpoistoa ja hoitavat ihoa.

5.2 Villivihannesten kerääminen ja käyttö ruoanvalmistuksessa

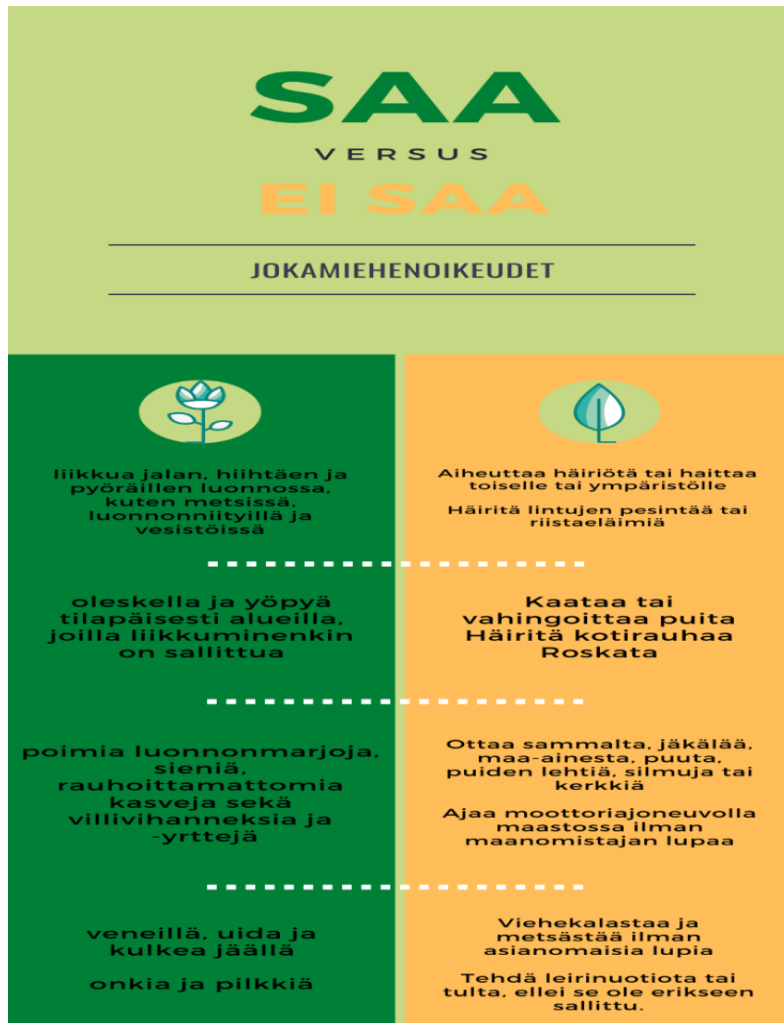
Mikäli metsään meneminen ja nollasta aloittaminen jännittää, villiyrkkikursseja järjestetään todella paljon ja monella paikkakunnalla, sekä niitä voi suorittaa etänä. Suomessa on mahdollista suorittaa kauppayrtingpoimijakoulutus. Koulutuksen tavoitteena on mahdollistaa luonnonyrttien käyttö ravintolatoiminnassa niin, että yrttien laatu on priimaa ja tuotetta on turvallista käyttää. Koulutus tarjoaa mahdollisuuden tehdä luonnonyrttien keräämisestä ja suoraan myymisestä tai niiden jatkojalostuksesta kannattavaa liiketoimintaa. Koulutus kattaa keräämiseen liittyvien asioiden lisäksi myös lainsäädännön sekä poimijan aseman. Opetushallitus on julkaissut Arktiset Aromit ry toiminnanjohtajan Simo Moision toimittaman Luonnonyrttioppaan, jonka Evira on hyväksynyt Hyvän käytännön ohjeeksi. (Jaakkola 2020.) Koillis-Suomen kehittämissyhtiö Naturpolis Oy ja Pudasjärven kaupunki toteuttivat hankkeen, jonka tarkoituksena oli kehittää villiruuan saatavuutta Koillismaalla. ”Hankkeen yleisenä tavoitteena oli vahvistaa Koillismaan paikallisen villiruuan alkutuotantoa ja raaka-aineen saatavuutta jalostajille, kauppiaille, ravintoloille ja kuluttajille.” (Naturpolis Oy 2018, 2.) Syy siihen miksi raaka-ainetta ei ole aina saatavilla johtuu keräämisen harrastusluonteisuuteen. Hankkeen tarkoituksena oli lisätä keräämisen ammattimaisuutta, kehittää laatua sekä vahvistaa brändiä. Hankkeessa kaikenikäisille lapsille ja nuorille tarjottiin kesätyömahdollisuutena hankkia rahaa keräämällä villikasveja (Naturpolis Oy 2018, 2–5.)

Mitä sitten saa kerätä huolettomasti ja mitä ei? Turunen & Soininen (2017, 113–118) neuvovat, että jokamiehenoikeuksiin kuuluu pyytää maanomistajan lupa aina kun haluaa kerätä puiden antimia. Lupa tarvitaan esimerkiksi kuusenkerkkien ja koivun lehtien keräämiseen. Kasvit jaetaan puu- ja ruohovartiin. Puuvartisista kasveista esimerkkinä voidaan käyttää mustikkaa. Sen marjoja saa kerätä, mutta koko kasvia ei saa kaivaa ilman lupaa ylös. Ruohovartisten kasvien kerääminen on sallittua. Ne voidaan tunnistaa siitä, että tal-

ven tullessa kasvin maanpäällinen osa kuolee pois. Rauhoitettuja lajeja eikä niiden siemeniä saa kerätä lainkaan. Villivihannesten keruu kannattaa aloittaa muutamalla kasvilla. Tämä auttaa löytämään kasvit, joiden mausta pitää ja niiden kanssa tulee sinuiksi, kun alkaa käyttää niitä ruuanvalmistuksessa. Ne maistuvat parhaimmilla nuorina kasveina ja usein paras keruu-aika onkin Etelä- ja Keski-Suomessa ohi juhannuksen tienoilla.

Suomen luonnossa on enemmän myrkyllisiä kasveja kuin myrkyllisiä sieniä. Tästä syystä on äärettömän tärkeää tietää mitä kerää. On myös syytä muistaa, että omatessaan allergioita, voivat jotkut luonnonkasvit aiheuttaa oireita, vaikka ne eivät olisi myrkyllisiä. (Turunen & Soininen 2017, 114–115.) Hovi (2017, 14) muistuttaakin, että raskaana ollessa tulisi aina keskustella luonnonyrttien käytöstä lääkärin kanssa. Kannattaa harkita tarkkaan kasvien pitkäjaksoista ja runsasta käyttöä, mikäli omaa jonkin perussairauden. Pihamaan yrttien pitoisuudet vaihtelevat kasvuympäristön, -paikan ja käsittelytavan mukaan. Kaksi vierekkäistä kasvia saattavat erota pitoisuuksiltaan. Elimistölle ei tee hyvää vastaanottaa suuria pitoisuuksia samaa yrttiä pitkäjaksoisesti. Elimistö tottuu tiettyyn yrttiin ja mikäli määrää lisätään runsaasti, saattaa sen vaikutus muuttua käänteiseksi elimistöä vastaan. Jopa mietojen yrttien kohdalla kannattaa pitää kerran vuodessa kahden viikon yhtäjaksoinen tauko.

Entäpä säännöt siihen mistä saa kerätä? Jokamiehenoikeudet ja -velvollisuudet takaavat sen, että kaikilla on mahdollisuus käyttää luontoa (kuva 7). Laki kuitenkin suojaa kodin ja pihapiirin, niiltä ei ilman lupaa saa kerätä mitään. Metsästyslaki sanoo, että on pidettävä vähintään 150 metrin välimatka asuttuun taloon ja moni noudattaa samaa sääntöä myös kerätessään luonnon antimia koriinsa. Turunen & Soininen (2017, 105–107) esittävät nyrkkisäännöksi sen, että mikäli näet ikkunaverhojen kuviot tai jos saat selvää mitä pihalla olevat ihmiset puhuvat – olet liian lähellä. Keruumatkalle lähtiessä kannattaa pukeutua peittävästi, jotta suojaa itsensä punkeilta. Käsineet on hyvä ottaa mukaan, mikäli kerää nokkosia tai käsissä on haavoja. Poimi vain kasveja, jotka tunnistat 100 %:n varmuudella, yksi kasvi kerrallaan. Muun muassa syötävät ja myrkylliset kortteet sekoittuvat toisiinsa helposti. (Hovi 2017, 6–7.)



Kuva 7. Jokamiehen oikeudet (mukaillen Luontoon.fi s.a.)

Mikäli kerää korkealla olevia kasvin osia, kuten vadelman tai ruusun kärkiversoja, voi ne laittaa melko huolettomasti suoraan salaattiin. Kun taas kerää kasveja maanpinnan läheltä, kannattaa olla varovaisempi. Eläinten jätökset voivat sisältää ihmisille haitallisia loisia, jotka eivät poistu kasvista pelkästään huuhtomalla. Jotta mahdolliset taudin aiheuttajat kuolevat, kasvit tulee keittää tai paistaa, jolloin valkuaisaineet hyytyvät. (Åhlberg 2019, 32.) Turunen & Soininen 2017, 119) neuvovat tarkistamaan kuitenkin aina kasvin kunnon, sillä käpristyneet, reikäiset tai poikkeavan väriset lehdet ovat merkki kirvoista tai muista kasvin nesteitä imevistä hyönteisistä. Kasvualueen tulee olla puhdas. Suomen suvi on lyhyt, joten on hyvä säilöä kasveja, jotta niiden terveysvaikutuksista ja mausta pääsee nauttimaan myös talvella. Koska villivihannekset sisältävät niin paljon enemmän hyötyaineita, voidaan niiden käyttöä pitää rohtokäyttönä ruokakäytön rinnalla. Säilöminen ei poista kaikkia hyötyaineita. Esimerkiksi fenolit kestävät kuumennusta ja kuivausta. (Piippo 2017, 196.) Säilömistapoja ovat mm. suolaan, sokeriin, öljyyn tai viinietikkaan säilöminen. Ruuan ravintoarvot ja vitamiinit säilyvät kuitenkin parhaiten hapattamalla maitohappokäymisen avulla. (Hovi 2017, 66–67.)

Villivihanneksia voi pakastaa, varsinkin sellaisia, joita käytetään pääraaka-aineena ruoanvalmistuksessa. Pakastamisen seurauksena vitamiinipitoisuus vähenee, varsinkin jos tuote (esim. nokkonen) ryöpätään ennen pakastamista. Tuoreita yrttejä voi silputa pakasterasiaan, josta ne otetaan käyttöön. Hyvänä esimerkkinä on vuohenputki, joka soveltuu erinomaisesti tällä tavalla säilöttäväksi. Pakastaminen ei tapa bakteereja, mutta säilöö jääkaappia paremmin kasvit myöhempää käyttöä varten. Pakastaminen säilyttää laadun paremmin muihin säilöntämenetelmiin verrattuna ja lisää polyfenolien määrää soluseinien rikkoutumisen vuoksi. (Hovi 2017, 71; Åhlberg 2019, 33.) Kuivaaminen on yleinen säilöntämenetelmä, jolla voidaan säilöä kasvin kaikki osat juuresta marjaan. Oikeaoppisella kuivaamisella ja hyvällä säilytyksellä kasvit voivat säilyä käyttökelpoisina ja ravinnepitoisena jopa kymmenen vuotta. Tällöin on tärkeää kuivattaa kasvi kokonaisuutena. Mikäli valmistaa viherjauhetta saksimalla yrttisaksilla lehtiä, kuivaamalla ne ja murskaamalla kuivat lehdet jauheeksi, tulee tuote käyttää parin vuoden sisällä. (Hovi 2017, 62–63.)

5.3 Villiyrtit tuotteistettuna

Ristiojan raportin mukaan villiyrttien hyödyntäminen kaupallisessa tarkoituksessa on pieni-muotoista. Käyttö rajoittuu enimmäkseen ravintolisiin, luontaistuotteisiin ja kosmetiikkaan ja käytettävät määrät näissä ovat pieniä. Ruokatuotteissa tuotteet ovat lähinnä tee- ja maustesekoituksia. Muuten aineksia löytyy suomalaisissa tuotteissa lähinnä kosmetiikassa pesuaineiden ainesosina kuten shampoossa ja kylpysekoituksissa, sekä tuoksupusseissa. Tämän lisäksi villiyrttejä kerätään pienissä määrissä tuoreena ravintoloille. (Ristioja 2015, 32.) Galambosin (2012) mukaan yrttituotteisiin liitetään perusolettamuksena se, että ne toimivat lääkkeenä erilaisiin vaivoihin. Suomalaisia tee- ja maustesekoitustuotteita markkinoidaankin antamalla niille nimiä, jotka kuvaavat sitä mihin vaivaan ne vaikuttavat, mutta samalla nimet ovat hyvin kekseliäitä kuten Linnanherran lihamauste, Lemminkäisen äidin terva-pihkasalva tai Kylmänroppi-yrttiuute. Nimet leikittelevät kulttuuriperinteillämme ja tuovat lisämausteen tuotteiden markkinointiin. Itse pohdin asiaa ja kenties lisäämällä luonnonkasveja kauppojen hyllyille, lisääntyisi niiden käyttö myös kotiruuanvalmistuksessa. Tästä esimerkkinä kuva 8, jonka otin nähdessäni lähikauppani hyllyllä kuusenkerkkä- ja nokkospestoja. Kyseessä on villipesto, jota tuottaa vuonna 2009 perustettu yritys nimeltä Lapin Maria. He valmistavat villipestojen lisäksi luomuglögejä sekä smoothieita. (Villipesto 2020.) Yritys osallistui Suomalainen menestysresepti 2020 ohjelmaan, jossa se tuli toiselle sijalle ja pääsi S-ryhmän kauppojen hyllylle. (Yhteishyvä 2019.)



Kuva 8. Kuusenkerkkä- ja nokkospesto (Pilvi Busk 2020)

6 Ruokalehtien sisällön tulkitseminen

Rakastan ruokalehtien selailua! Se teki tutkimustyöstä mielekästä, jopa silloin kun edessä oli kasoittain lehtiä. Jotta tutkimus olisi luotettava, ei lehtiä voinut suin päin selailta sieltä täältä. Tarvitsin suunnitelman ja tässä luvussa kuvaan miten toteutin tutkimukseni.

6.1 Tutkimusmenetelmä

Valitsin tutkimusmenetelmäksi aineistolähtöisen sisällönanalyysin, jota tarkennan kuvassa 9. Sen avulla on mahdollista kuvata objektiivisesti tarkasti rajattua ilmiötä tiivistetyssä muodossa, käyttäen hyödyksi valittua aineistoa. (Tuomi & Sarajärvi 2018,117.) Ensimmäiseksi määritellään analyysiyksikkö, jota ohjaa tutkimusongelma sekä alaongelmat. Oma analyysiyksikköni on ajatuksellinen kokonaisuus (taulukko 2), jonka eri osa-alueet muodostavat kuvan siitä, millaista mielikuvaa lehtien kirjoitukset luovat villiyrteistä. Seitamaa-Hakkarainen (s.a.) toteaa, että analyysiyksikkö voi muuttua tutkimuksen edetessä. Näin kävi myös minulle omassa tutkimuksessani. Hän kuvaa kuinka alussa luokitus saattaa olla epätarkka, mutta kirkastuu ja tarkentuu tutkimusta tehdessä. Tämä tarkoittaa kuitenkin sitä, että aineisto on käytävä moneen kertaan läpi, mikäli analyysiyksikköä muutetaan kesken kaiken. Tämä varmistaa sen, että loppujen lopuksi koko aineisto on tulkittu samalla tarkkuudella.

Taulukko 2. Analyysiyksikkö (mukaillen Tuomi & Sarajärvi 2018)

Analyysiyksikkö	
Ajallinen ulottuvuus	juhla tai ravintolaruokaa ts. arjesta poikkeava sesonki/vuodenajan mukaan
Artikkelin tyyli	informatiivinen kokemuksellisuus neutraali pelkkä resepti
Henkilöt	asiantuntija ravintola-alan yrittäjä reseptin kirjoittaja yrittäjä
Kuvat	annoskuva henkilökuva kansikuva lajin tunnistaminen
Mielikuvien luominen	adjektiivit, joilla villiyrtejä kuvataan artikkelissa. suorat lainaukset tekstistä, joissa kiteytyy tekstin sanoma villiyrteiden suhteen. Johtoverbit henkilöjutuissa

Reseptit	juoma makea suolainen säilöntä
Villiyrtit	erikoinen raaka-aine huomion herättäminen muissa lähiruoka luonto terveys: funktionaalinen ruoka, mielen hoitaminen

Aineisto käsitellään kolmivaiheisesti. Ensin aineisto redusoidaan eli pelkistetään lukemalla aineistoa, josta poimitaan omaan tutkimusasetelmaan liittyvät ilmaisut. Ne kirjataan pelkistetyssä muodossa, mutta niiden sisältö ei saa muuttua millään tavalla. Seuraavassa vaiheessa aineisto klusteroidaan eli ryhmitellään, jonka avulla aineisto saadaan tiivistetymppään muotoon. Tällä tarkoitetaan sitä, että aineistoa käydään läpi huolellisesti ja siitä etsitään käsitteitä, jotka kuvaavat ilmiön samankaltaisuuksia tai eroavuuksia. Näistä muodostetaan alaluokkia, joiden alle yhdistävät käsitteet on kerätty ja ne nimetään kuvaamaan sisältöään.

Seuraavaksi alaluokista muodostetaan yläluokkia, joista muodostetaan pääluokkia, joista muodostetaan tutkimusongelmaan verrattava yhdistävä luokka. Tämä prosessi on jo osa aineiston käsittelyn seuraavaa vaihetta, abstrahointia eli käsitteellistämistä. Tässä vaiheessa aineistosta otetaan tutkimusongelmaan olennaisesti liittyvä tieto, josta muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Sen tarkoituksena on muodostaa alkuperäisaineiston kielelliset ilmaisut teoreettisiksi käsitteiksi ja johtopäätöksiksi. Kuvassa 9 olen havainnollistanut menetelmän etenemistä. Tutkijan tulee pitää huoli siitä, ettei analyysi ”lähde laukalle”, vaan sitä pystyy peilaamaan koko ajan alkuperäiseen aineistoon. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122–127.)

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi sopii tutkimusasetelmaan, sillä tavoitteena oli ymmärtää ilmiötä syvemmin, ei pelkästään luettelemalla esimerkiksi kuinka monta artikkelia aiheesta on kirjoitettu. Usein aiheet, joita tutkitaan laadullisella menetelmällä ovat vähän tutkittuja ja mikäli niiden sisällöstä tehdään kvantitatiivisia johtopäätöksiä, niiden käyttöarvo on marginaalista. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 137.) Toisaalta määrällinen analyysi auttaa tutkijaa pysymään kriittisenä. Tutkijalla saattaa nimittäin olla tietty olettaus aiheesta, mutta aineistoa tulkitessaan hän huomaakin, että kyseinen asia esiintyy aineistossa vain kerran. Tällä tavalla hän huomaa ja todistaa, ettei hänen olettamuksensa asiasta ollutkaan niin merkityksellinen, kuin mitä hän kuvitteli. (Weselius 2016.) Itselleni kävi tutkimusta tehdessä juuri tällä tavalla. Olin käyttänyt tietoperustassani Colen (2014, 288–289) tutkimusta, jossa oli

saatu selville, että ruokalehdillä oli vaikutusta siihen, miten perheelliset naiset käyttäytyivät kauppareissuillaan. Tämän journal-artikkelin vuoksi suunnittelin Meidän Perhe -lehden otamista yhdeksi analysoitavaksi lehdeksi. Tajusin kuitenkin jonkun ajan päästä, ettei kyseinen lehti sovi aiheeni rajaukseen, sillä se ei ole ruokalehti. Omat mielikuvani olivat vain lähteneet marginaalisempaan suuntaan ja tajusin asian tehdessäni enemmän tutkimustyötä.



Kuva 9. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen (mukaillen Tuomi & Sarajärvi 2018)

Työni päätutkimusongelma on:

Millaisia mielikuvia villiyrteistä luodaan suomalaisten ruokalehtien kirjoituksissa?

Alaongelmat ovat:

Mitä villiyrteistä on kirjoitettu ruokalehtien palstoilla?

Millaisia adjektiiveja ruokalehtien kirjoituksissa käytetään kuvaamaan villiyrteitä?

Millaisia reseptejä ruokalehdissä julkaistaan, joissa on käytetty villiyrteitä?

Millaisia kuvia villiyrteistä julkaistaan ruokalehtien kirjoituksissa?

6.2 Näin toteutin tutkimuksen

Laadullisessa tutkimuksessa kokonaisuus määrittää sen, miten laadukas ja luotettava tutkimus on. Sen tulee olla objektiivinen, joten ennakkokäsitykset täytyy jättää sivuun työtä tehdessä. Aineiston tulee olla luotettava, joten sen keräämiseen täytyy käyttää huolellisuutta. Tähän vaikuttaa ajankäyttö. Työtä ei tule tehdä hätiköiden, sillä mitä paremmin on kerännyt ymmärrystä aiheesta, sitä varmemmalla pohjalla tutkija on työtä tehdessään. Yksityiskohtaisesti kuvattu tutkimus voi olla toistettavissa, joka lisää sen luotettavuutta. Tutkimuksen eettisyyttä lisää se, etten ole saanut sen tekemiseen rahaa miltään taholta. En myöskään edusta mitään lehtitaloa, joten tutkimus ei ole senkään vuoksi puolueellinen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 163–179.)

Koska villiyrteet ovat marginaalinen aihe, otin mukaan kaikki maininnat villiyrteistä, jotka vain löysin. Mielestäni tällä tavalla sain paremman kuvan siitä, missä yhteyksissä niistä kirjoitetaan lehtien palstoilla. Jos olisin ottanut vain ne jutut, jotka selkeästi painottuivat villiyrteihin, olisi keräämäni aineisto jäänyt suppeaksi. Monessa yhteydessä jutun juoni saattoi olla esimerkiksi kevään juhlissa ja villiyrteiresepti oli yksi muiden perinteisten reseptien joukossa. Halusin ottaa nämä yksittäiset reseptit mukaan, sillä jutun kirjoittaja oli selkeästi halunnut tuoda tietyn villiyrteireseptin tähän menuun. Selkeyden vuoksi laitoin kaikki jutut lehdittäin kronologiseen järjestykseen. Tummensin ne juttujen nimet, jotka selkeästi keskittyivät villiyrteihin ja olivat useamman sivun pituisia juttuja (liite 3).

Koronatilanteen vuoksi kartoitin ensin mitä lehtiä minulla oli mahdollisuus lukea sähköisesti. Kävin nämä lehdet läpi ja otin kuvakaappaukset niistä sivuista, joissa mainittiin villiyrteet. Lähes kaikki lehtien reseptit on siirretty sähköiseen muotoon. Tarkistin Meillä kotona.fi sivustolta (Maku -lehden reseptit), Soppa365.fi sivustolta (Glorian Ruoka & Viini -

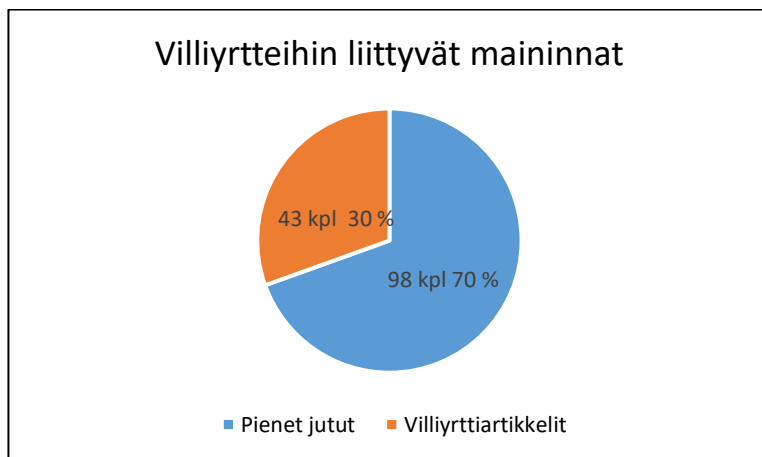
lehden reseptit) sekä Viinilehti.fi -sivustolta (Viinilehden reseptit) reseptit, jotka liittyivät villiyrteihin. Tästä oli hyötyä, sillä jossain vaiheessa muistin jonkun tietyn reseptin nettisivulta, mutta en löytänyt sitä analysoiduista jutuista. Tarkistin uudestaan lehden ja huomasin, että olin jättänyt sen vahingossa analysoimatta. Tällä tavalla pystyin tarkistamaan tuoplasti sen, että aineisto oli varmasti käyty läpi huolellisesti.

Tilasin puuttuvat lehdet Varastokirjastosta, Porvoon kirjastosta sekä Haaga-Helian Haagan kampuksen kirjastosta. Kävin läpi lehdet vuosikerta kerrallaan, sivu sivulta. Tarkistin myös lehtien kannet, josko niissä olisi mainintaa villiyrteistä. Tarkistin lehtien artikkelit sisällysluettelosta sekä kävin läpi listan resepteistä. Tämän lisäksi silmäilin muut jutut, jotka esiintyivät lehdissä säännöllisesti, mutta niiden sisältö vaihtui joka kerta. Näitä olivat mm. kirja-arvostelut, lukijoiden palautteet, ajankohtaiset uutiset sekä pääkirjoitus. Kaiken tämän tarkoituksena oli varmistaa, ettei yksikään juttu menisi ohi silmien. Mikäli löysin villiyrteistä maininnan tai jutun otin sivuista kuvat puhelimellani, jotka siirsin myöhemmin tietokoneelleni. Merkitsin vihkoon lehden vuosikerran ja lehden numeron. Tämän jälkeen kirjoitin ylös sivunumeron, jutun nimen sekä miten se liittyi villiyrteihin. Siirrettyäni kuvat koneelle, merkitsin kuvaan lehden nimen, vuoden, lehden numeron, sivunumeron sekä jutun nimen. Luin artikkelit moneen kertaan, jonka jälkeen kirjoitin word-tiedostoon ne tiedot, jotka vastasivat analyysiyksikköni osa-alueisiin (liite 4). Tämän jälkeen koodasin tiedot eri väreillä, jotta niitä olisi helpompaa jäsenellä ja tulkita (liite 5).

Tarkoitukseni tässä vertailussa oli selvittää millä eri tavoilla lehdet ovat kuvailleet villiyrtejä. Jotta aineisto olisi helpommin silmäiltävissä, listasin artikkelien nimet lehdittäin ja aikajärjestyksessä, jotka voi lukea liitteestä 3. Tein taulukoita, joista pystyi näkemään numeerisesti sen, miten eri asiat painoutuivat eri lehdissä. Näiden yksinkertaisesti laskettavien taulukoiden jälkeen keskityin mielikuviin. Analysoin juttujen kuvat, joista löysin lehtien välisiä eroja. Lopuksi poimin artikkelien ydinsanomien, jotka yhdistin alaluokista yläluokiksi. Näistä johdin pääkäsitteitä ja tutkimuksen kaikkia tuloksia esittelen seuraavassa luvussa.

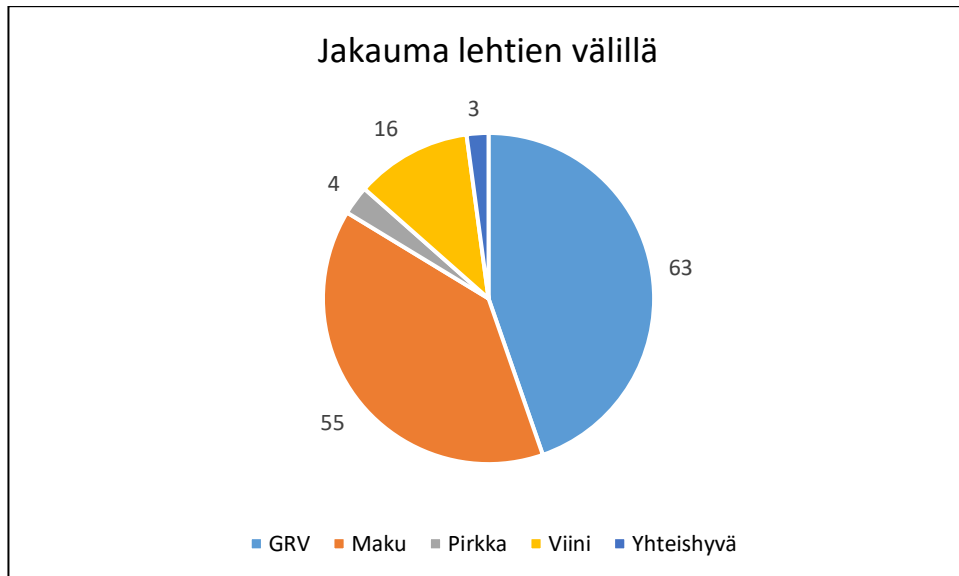
7 Aineiston analysoiminen ja tulokset

Villiyrtteihin liittyviä pitkiä artikkeleita oli 43 kappaletta. Lyhyempiä kirjoituksia oli 98 kappaletta. Kaikkien villiyrtteihin liittyviä mainintoja löytyi siis 141 kappaletta (kuvio 1). Halusin ottaa mukaan tulkintaan kaikki maininnat. Tämä johtui siitä, että villiyrtit ei ole aiheena valtavirtaa enkä halunnut aineiston jäävän liian suppeaksi tästä johtuen. Toinen syy oli se, että lehden tekijät miettivät tarkkaan mitä lehtiinsä laittavat. Tästä syystä he varmasti ajattelevat lukijoiden olevan kiinnostuneita aiheesta, mikäli he mainitsevat pienemmissäkin jutuissa aiheen.



Kuvio 1. Villiyrtteihin liittyvien mainintojen määrät lehdissä yhteensä (n= 141)

Mainintojen määrä vaihteli suuresti eri lehtien välillä, kuten kuviosta 2 voidaan todeta. Eniten villiyrtteistä kirjoitti Glorian Ruoka & Viini -lehti, johon viitattaessa käytän tästä eteenpäin lyhennettä GRV. Pidempiä artikkeleita sekä mainintoja GRV-lehdessä tarkastelujakson sisällä oli yhteensä 63 kpl. Toiseksi eniten artikkeleita ja mainintoja oli Maku -lehdessä 55 kpl. Kolmantena Viinilehdessä 16 kpl, joista lähes kaikki olivat useamman sivun mittaisia artikkeleita. Vähiten juttuja oli Pirkka (4 kpl) ja Yhteishyvä (3 kpl) -lehdissä, mukaan lukien lehtien ruokaliitteet. Yhteishyvässä oli yksi useamman sivun pituinen artikkeli, kun taas Pirkka lehdessä oli vain neljä pientä mainintaa. Näin vähäisistä tuloksista ei pystynyt tekemään luotettavaa vertailua, joten analyysi kuvaa parhaiten GRV, Maku ja Viini lehtien sisältöä villiyrtteihin liittyen.

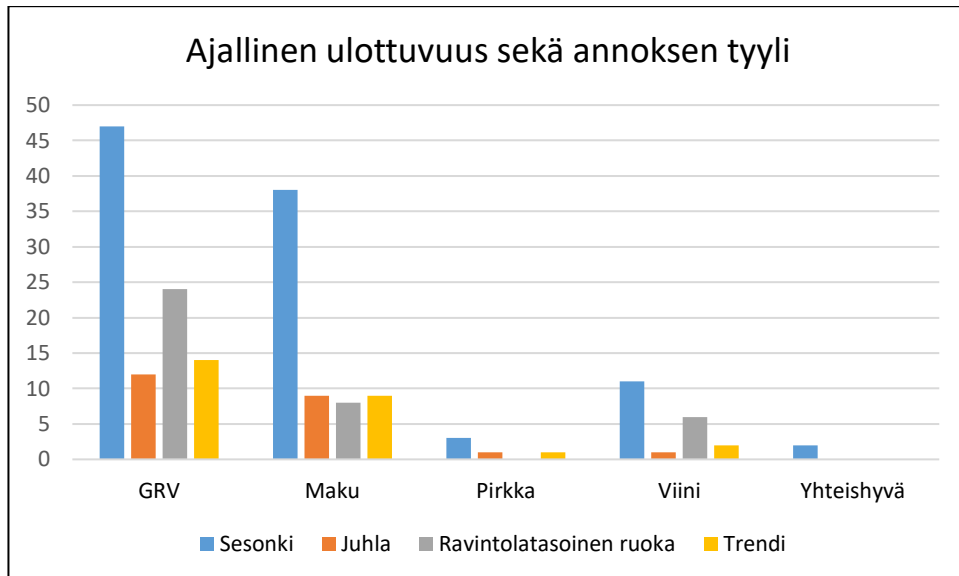


Kuvio 2. Villiyrteihin liittyvien mainintojen ja artikkelien määrät eri lehdissä (n= 141)

7.1 Aineiston analysoiminen eri lehtien välillä

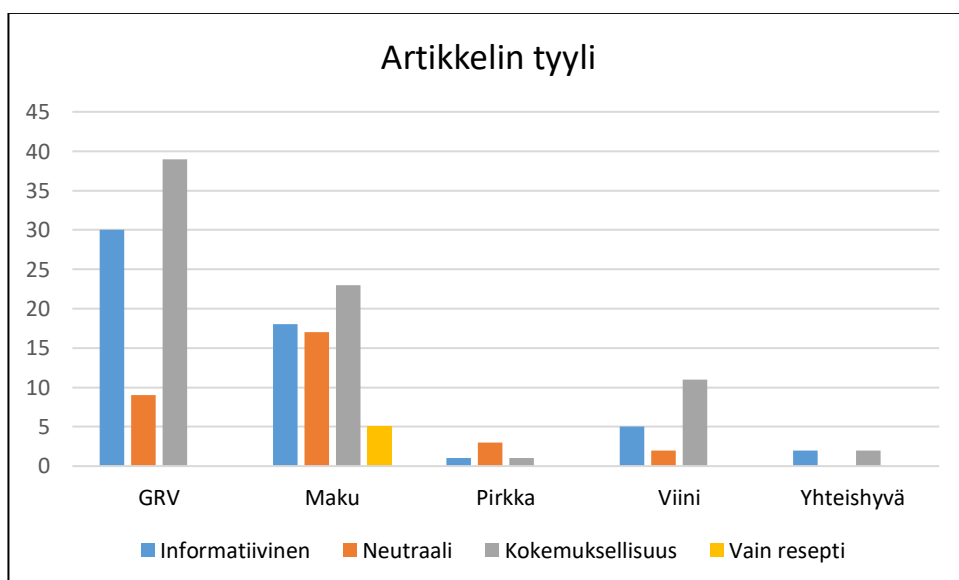
Seuraavaksi kerron ja havainnollistan mistä asioista eri lehdet kirjoittivat analyysiyksiköön perustuen. Analysoinnissa otin huomioon sen, miten eri määrä juttuja oli kaiken kaikkiaan lehtien välillä. Juttujen määrästä huolimatta löysin sekä yhtäläisyyksiä, että eroavaisuuksia lehtien kirjoitus- ja kuvaustavan tyyleissä.

Ajallinen ulottuvuus kuvasi siis sitä, miten sesonkiluonteista kirjoittaminen on sekä ovatko reseptit enemmän kotiruokaa, ravintolatasoisia annoksia vai tarkoitettu juhlien tarjottaviksi. Kuvio 3 osoittaa, että villiyrteistä kirjoitettiin eniten sesonkiluonteisesti kevään ja kesän lehdissä. GRV ja Viinilehti yhdistivät villiyrtejä ravintolatasoiseen ruokaan, kun taas Maku korosti hieman enemmän villiyrtejä kesän juhlien raaka-aineina. GRV ja Maku mainitsivat eniten kaikista villiyrteistä trendikkäänä asiana, mutta tätä sanaa alettiin yhdistämään villiyrteihin vasta vuodesta 2017 eteenpäin. Samaan aikaan Instagram ja sen kuvauksellisuus sekä erottautuminen nousivat juttujen aiheiksi. Jutuissa nostettiin esiin villiyrteiden kukat, jotka vastasivat vaatimukseen parhaiten kauneudellaan ja omintakeisuudellaan.



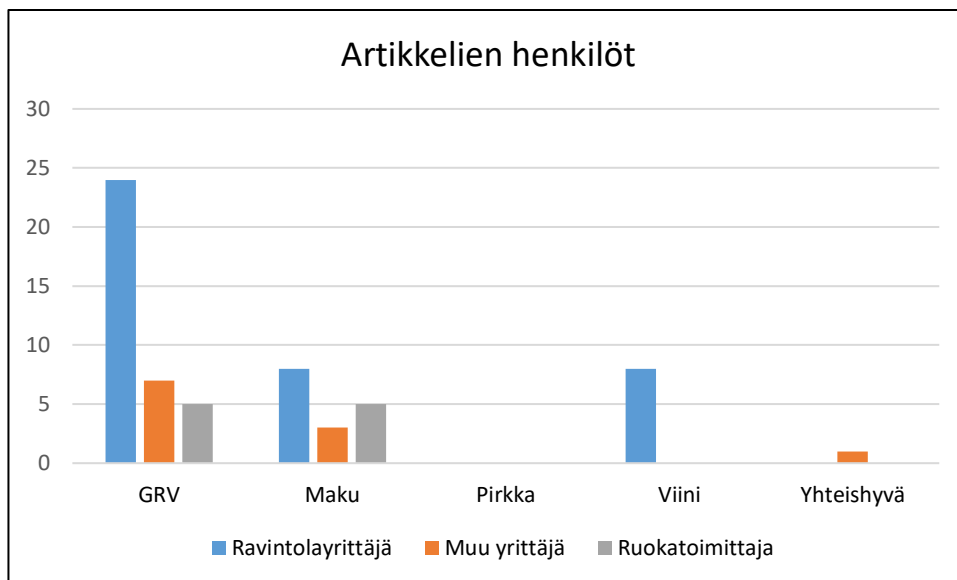
Kuvio 3. Villiyrtilt eri lehdissä vuodenajan ja annoksen tyylin mukaan (n=188)

Tarinoiden tyyli eri lehdissä vaihteli myös lehtien välillä (kuvio 4). Lähes kaikissa pidemmissä artikkeleissa oli mainittu informatiiviset asiat mm. keruupaikoista, vinkeistä miten jatkojalostaa tuotetta sekä jokamiehenoikeuksiin liittyvistä asioista. Kokemuksellisuus ja neutraaliuus olivat juttujen ja reseptien ääripäät. GRV kuvasi eniten eri adjektiiveilla villiyrtiltejä ja korosti kokemuksellisuutta villiyrtiltien keräämisen suhteen. Maku lehdessä sen sijaan oli eniten reseptejä, joissa villiyrtilti kuten nokkonen oli vain pelkkä ainesosa, eikä sitä pohjustettu tai nostettu esille millään tavalla mm. adjektiiveja käyttäen. Viinilehdessä kokemuksellisuus oli nostettu isoksi osaksi, mutta kuten mainitsin, Viinilehdissä ruokajuttu on aina yksi isompi kokonaisuus, jossa on monta sivua. Tämän vuoksi kirjoitustakin on enemmän, verrattuna pieneen mainintaan joissain toisessa lehdessä.



Kuvio 4. Artikkelin tyyli eri lehdissä (n=168)

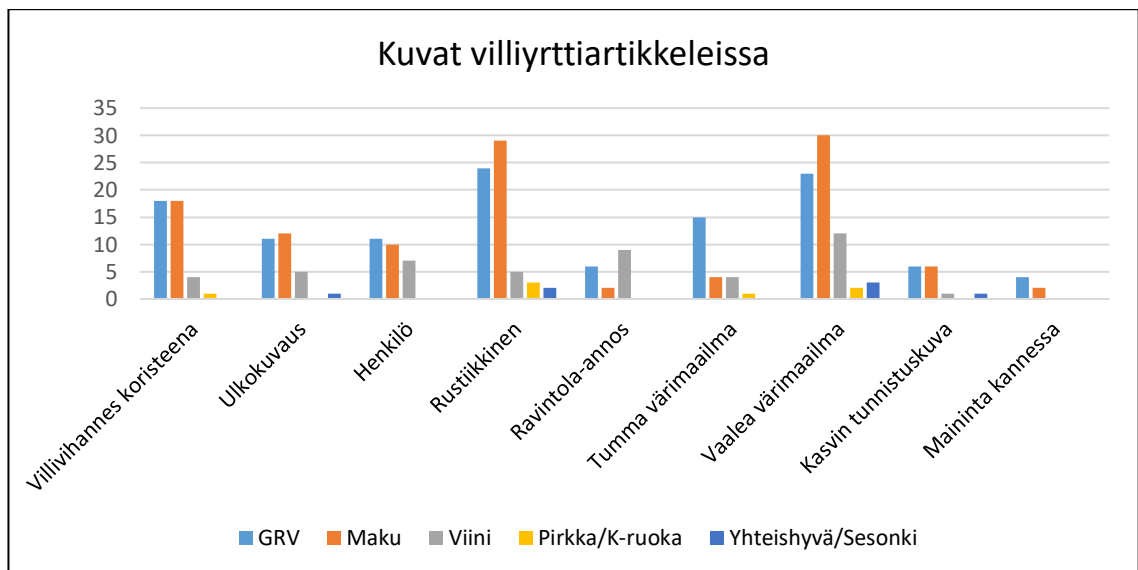
Analyysiyksikön henkilöissä minua kiinnosti tietää, minkälaisia ihmisiä lehtiin otetaan kertomaan villiyrteistä. Kuten kuvioista 5 voi nähdä, GRV sekä Viinilehti olivat ottaneet eniten juttuihin ravintolayrittäjiä, kuten esimerkiksi keittiömestareita. He olivat laatineet menun ja kertoivat samalla ruoanlaittofilosofiastaan. Toisinaan jutussa keittiömestari saattoi samalla mainostaa juuri painosta tullutta kirjaansa. Muu yrittäjä tässä kohtaa tarkoittaa henkilöä, joka käyttää villiyrtejä työssään. Esimerkiksi asetin yrityksen, joka tekee nokkossuolaa tähän kategoriaan. Toinen esimerkki tästä on yrittäjä, joka vetää villiyrteikkursseja. Huomasin myös, että ruokatoimittajilla oli suuri merkitys siinä, miten paljon resepteissä käytettiin villiyrtejä. Tietyt ruokatoimittajat olivat selkeästi kiinnostuneet aiheesta enemmän ja sen myötä heidän reseptinsä olivat myös hieman tavanomaisista poikkeavampia ja innovatiivisempia perinteisen nokkoskeiton sijaan. Tämä sama ilmiö toistui koko tarkastelujakson aikana. Lassila-Merisalo puhui omassa tutkimuksessaan johtoverbeistä ja siitä, miten tärkeää on olla liittämättä stereotyyppioita henkilöihin, joista kirjoittaa juttua. Käydessäni läpi kaikki tekstit tätä asiaa silmällä pitäen havaitsin, että kaikki artikkelit oli kirjoitettu asianmukaisesti. En havainnut, että haastateltuja ihmisiä tai heidän sanomisiaan olisi kuvailtu millään tavalla johdattelevasti.



Kuvio 5. Henkilöt villiyrteijutuissa (n=57)

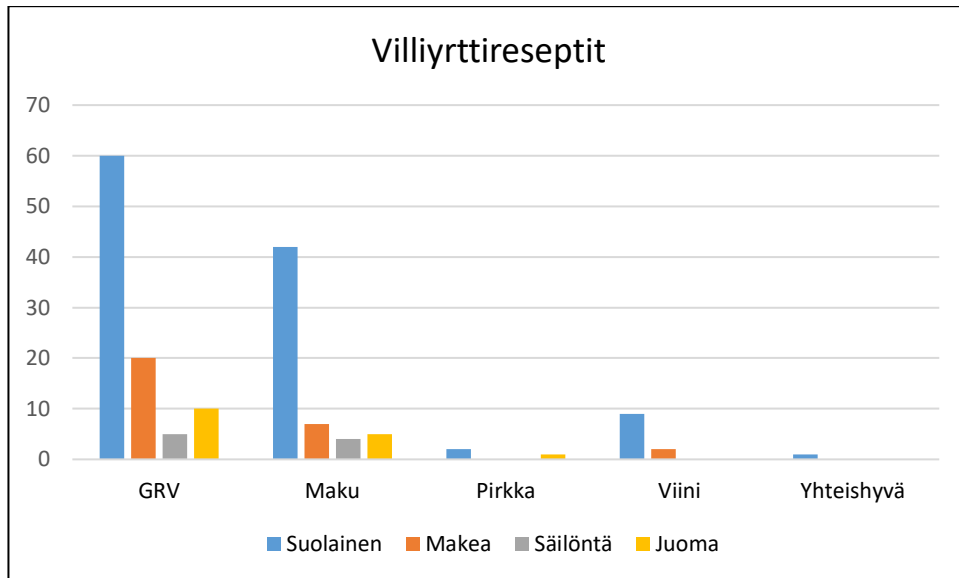
Kuvien analysoiminen oli myös mielenkiintoista. Lehdillä oli selkeä tyyli asetella ruoat esille kuvien kautta koko kymmenen vuoden tarkastelujakson. Kuviossa 6 näkee, miten eri lehdillä on selkeä näkemys ja tyyli ja miten ne eroavat toisistaan. Maku lehden jutuissa villiyrtejä oli enimmäkseen kuvattu ulkona, värimaailma oli vaalea ja rustiikkinen. Rustiikkisella tarkoitan kuvia, joissa kattaus on luonnonläheistä, pöytien pinnat käsittelemätöntä puuta tai rosoista betonia ja astiat sekalaista sarjaa sekä sellaisia kattausvälineitä, joita löytyy

usein tavallisista kodeista. GRV käytti kuvissaan tummaa värimaailmaa sekä ravintola-annoksia. Myös Viinilehden annoskuvat olivat ravintola-annoksia, joissa annoksen asettelun oli käytetty aikaa ja annokset olivat kooltaan pienempiä. Näissä kuvissa myös lautasilla ja kattausvälineillä haluttiin sanoa jotain ja ne olivat tavanomaisista peruslautasista ja ruokailuvälineistä poikkeavia. Itse kasvien tunnistuskuvia ei ollut montaa, kuten villiyrttikirjoissa yleensä on. Kuitenkin GRV ja Maku lehti käyttivät villivihannesta usein koristeena, josta näki kasvin ulkonäön. Kansikuvaan villiyrtit eivät kuitenkaan vielä kovin montaa kertaa päässeet 2010-luvulla. Kuten Rantanen puhui kuvan ”tuntemisesta”, tuntuu järkeenkäyvältä, että ruokalehdessä keskitytään annosten herkullisuuteen ja runsauteen sen sijaan, että palstatilaa annettaisiin kasvien tunnistuskuville. Osa juttujen kuvista toistivat samaa kaavaa vaaleine pellavaliinoineen ja mummolan astiastoineen, mutta osassa artikkeleista kuvilla oli keskitytty luomaan tunnelmaa käytännöllisyyden sijasta. Näissä kuvissa ruokaa oli tarjottimilla, kattaustarpeita sikin sokin ja yleisesti katseen vangitsijoita oli runsaasti, joka herätti tunnetta yltäkylläisyydestä.



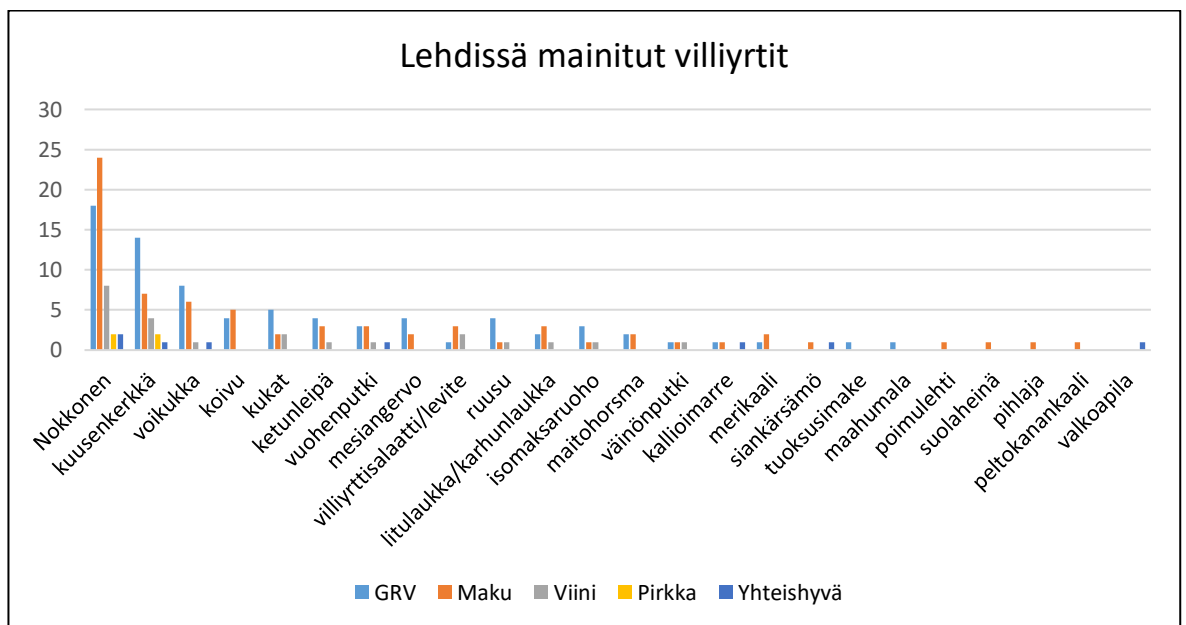
Kuvio 6. Kuvat villiyrttiartikkeleissa (n=292)

Käydessäni reseptejä läpi sain selville, että villiyrttireseptit olivat pääsääntöisesti suolaisia reseptejä kaikissa lehdissä (kuvio 7). Itselleni tuli yllätyksenä juomareseptien määrä ja lisäinkin juomat analyysiyksikköni analysoinnin varhaisessa vaiheessa.



Kuvio 7. Villiyrttiresepit (n=168)

Halusin selvittää mitä eri villiyrttejä resepteissä käytetään ja nouseeko niistä jotkut eniten käytettyjen listalle. Villiyrttien selkeä voittaja oli nokkonen, kuusenkerkkä toisena ja voikukka kolmannella sijalla (kuvio 8). Nokkonen mainittiin tarkastelujakson alussa usein aineksena, jolla voidaan korvata pinaatti. Mitä lähemmäs tultiin 2020-lukua, sitä useammin nokkonen oli pääraaka-aine. Tästä esimerkkinä GRV-lehdessä vuonna 2017 ilmestynyt artikkeli nimeltä ”Rikkaruohojen kuningas”.



Kuvio 8. Lehdissä mainitut villiyrtit (n=183)

7.2 Mielikuvat ja aineiston käsitteellistäminen

Mielikuvia tulkitessa keskityin siihen, mikä oli tarinan avainsisältö. Poimin adjektiiveja ja lausahduksia ja nämä auttoivat muistamaan, mistä kyseisessä jutussa oli kyse käydessäni aineistoa läpi. Niputin yhteen tarinat, joissa oli sama johtoajatus. Tein sanapilven siitä, millaisia mielikuvia villiyrteistä käytettiin, joka on nähtävissä kuvassa 10. Mielikuvien top 3 olivat luonnon puhtaus, vitamiinipommit sekä sävyyttävä makukokemus.



Kuva 10. Villiyrteistä käytetyt mielikuvat (Busk 2021)

Viimeiseksi käsitteellistin koko aineiston. Yhdistin artikkeleiden lausahduksista alaluokat, jotka kuvasivat samaa aihepiiriä. Näistä eri aihepiiriin lausahduksista muodostin yläluokkia. Yläluokista johdin pääkäsitteitä, jotka vastaavat tutkimusongelmaan (kuva 11). Kuva 12 osoittaa käsitteellistämisen prosessin. Kolmea yleisintä villiyrttiä kuvailtiin ekspressiivisillä sanoilla ja ilmaisuilla, jotka herättävät tunteita. Muut villiyrteet kuvailtiin maksimissaan sillä, mitä muuta tuttua makua (kuten anis) ne saattavat muistuttaa eniten, mutta niillä ei ole samanlaista ”persoonallisuutta”, kuin top 3:lla. Villiyrteihin perehtyneet ruokavaikuttajat halusivat levittää ilosanomaa villiyrteistä. He yrittivät myydä ajatusta itse kerätyistä kasveista käyttämällä mielikuvia. Tästä esimerkkinä vuonna 2011 GRV -lehdessä ilmestyneen Sami Tallbergin artikkelin otsikko ”Makuja saunapolun varrelta”. Nämä villiyrteiden asiantuntijat halusivat lisätä villikasvien tunnettavuutta, sillä tällä hetkellä kasvit jäävät luontoon ja kauppojen valmiiksi pussitettujen salaattien varjoon.

Mäkelän mainitsema taloudellinen eriarvoisuus ruokaharrastuksessa oli käännetty positiiviseksi ominaisuudeksi villiyrttiartikkeleissa. Mielikuva ilmaisesta luksuksesta liitettiin moneen kertaan villiyrteihin, varsinkin tarkastelujakson alkuvuosina. Kuten mainitsin tietoperustassa, Mäkelän mukaan ruoka on myös sukupuolisidonnaista ja miehille tyyppinen

ruoka on liharuoka, kun taas naisille laihduttaminen ja ruoasta pidättäytyminen on tyypillistä. Huomasin käydessäni läpi lehtien lukijapostia, että miehet olivat myös kommentoineet ja kiitelleet villiyrtiliresepteistä ja jutuista. Osa villiyrtilartikkeleista liittyi myös metsästykseen, joten riistaruoerien lisänä oli villiyrtilireseptejä, kuten ketunlevillä ryyditetty sinappi. Villiyrtilit eivät ole siis tämän perusteella sukupuoleen sidottu, vaan niistä valmistetut reseptit kiinnostavat sekä miehiä, että naisia.

Lehdissä pyrittiin osoittamaan se, että villiyrteistä voidaan päästä nauttimaan, vaikka asuikin kaupungissa. Valmiit tuotteet olisivat hyvä valinta silloin, kun halutaan päästä nauttimaan trendikkästä tuotteesta, mutta kenties vuodenaika on väärä, eikä luontoon voida mennä keräämään nokkosta. Villiyrtilit kuvattiin terveellisenä vaihtoehtona, joka ei ainoastaan maistu hyvältä, vaan luonnossa liikkuminen tekee hyvää myös mielelle. Lähiruoan suosiminen ja itse kerääminen kuvattiin ilmastotekona, jolloin olet hyvä ihminen, mikäli torjut ilmastonmuutosta omilla valinnoillasi.

Juhlaruoissa luotiin mielikuvaa siitä, miten voit erottautua muista tarjoamalla villiyrteistä valmistettua ruokaa. Kellä onkaan mahdollisuus tai taito hyödyntää näitä kasveja? Hänen täytyy olla yli-ihminen, mikäli hän kerkeää siivoamisen ja laittamisen lomassa kerätä vielä itse raaka-aineet. Monet ruokavaikuttajat ilmaisivat halunsa osata hyödyntää villiyrtejä paremmin. Heidänkin pitää pysyä menossa mukana, joka kertoo siitä, että villiyrtilit eivät ole vain ohimenevä villitys. Villiyrteihin liitetyissä mielikuvissa ne nähtiin myös usein jonain sellaisena ruokana, jota sai omassa lapsuudessaan. Myös jutuissa ja resepteissä, joissa juhlittiin 100-vuotiaasta Suomea, käytettiin villiyrtejä tuomaan autenttista Suomi-makua.

Top 3 villiyrteille muodostuneet omat "persoonat"

Aika on rahaa - Olet rikas ajallisesti kun kerkeät keräämään

Olet hyvä ihminen, jos käytät villiyrtejä

Tarjotaan helppoa ratkaisua, jos ei jaksa tai pääse keräämään itse

Hukattu mahdollisuus. Kannattaa kokeilla omassa ruoanlaitossa

Osa kansallisidentiteettiämme

FOMO eli Fear of missing out.

Itsestään huolta pitäminen ruoan avulla

Eriarvoisuuden vähentäminen

Kuva 11. Aineistosta kerätyt pääkäsitteet (Busk 2021)



Kuva 12. Aineiston käsitteellistäminen (Busk 2021)

Verrattaessa kuvaa 12 Fusté-Fornéan ja Masipan tutkimukseen, on tutkimustulosten samankaltaisuus hyvin nähtävissä. Suomalainen ruokajournalismi käyttää samoja pää- ja alaluokkia kirjoittaessaan villiyrtteistä. Eroavuutta löytyi kuitenkin siinä, että Fusté-Fornéan ja Masipan tutkimustuloksissa lehtien sivuille päätyivät vain nimekkäät ravintolat. Omassa tutkimustuloksessani mukana oli kaikenlaisia ravintoloita ja kahviloita. Olettamukseni on se, että tähän löytyy syy Suomen pienuudesta, jossa jokainen uusi ravintola on potentiaalinen uutuuksaihe, josta kirjoittaa. Ulkomailla tarjontaa on oletettavasti paljon enemmän, joka vaikuttaa varmasti siihen, mikä ravintola pääsee lehden sivuille ja mikä ei.

8 Pohdinta ja johtopäätökset

”Makuja saunapolun varrelta”. Tämä otsikko jäi pyörimään päähän pitkäksi aikaa ja vei aina ajatukseni kesään ja perheen mökille. Mahtava mielikuva, johon on latautunut monelle ihmiselle paljon tunteita. Tämän takia työni on ajankohtainen. Lähiruoka, elämys sekä tarina elämyksen tukena ovat koko ajan tärkeämpiä asioita niin kotimaisille kuin ulkomaisille asiakkaille. Villiyrteillä on edelleen marginaalisessa asemassa, sillä niiden saatu vuokratuloille ja ruokakaupoille ei ole taattu. Tämän vuoksi villiyrtejä käyttäessä ne kannattaa tuoda rohkeasti etualalle ja kertoa tarina niiden kerääjien ja taustan takana. Niihin voi lisätä myös ripauksen tarinaa, joka tekee tuotteesta moniulotteisemman ja kiinnostavamman. Jo pelkästään käyttämällä villiyrtejä yritys kertoo paljon omista arvoistaan. Tämä voidaan tuoda esille voimavarana, sillä kuten tietoperustassa kerroin, ihmiset haluavat nähdä yritykseltä vastuullista toimintaa.

Olen itse ollut kiinnostunut villiyrteistä jo pidempään ja tutustunut niihin liittyvään kirjallisuuteen. Tutkimuksen tulokset erosivat kirjallisuudesta, joka jälkikäteen tuntuu järjestyneeltä. Kirjallisuudessa painotetaan terveellisyyttä ja yrttien rohdosvaikutuksia. Lehdissä taas suurimmaksi osaksi painotetaan kokemuksellisuutta. Villiyrteillä nähdään erikoisuutena ja niiden kerääminen koetaan jo kokemukseksi. Olin myös positiivisesti yllätynyt siitä, miten kaupungissa asuvat ihmiset oli otettu huomioon ja joissain jutuissa oli havainnollistettu, miten urbaanissakin asuinympäristössä voidaan hyödyntää villikasveja. Tietoperustassa mainitsin kiinnostukseni siihen, miten ilmainen villiruoka otettiin huomioon lehtijutuissa. ”Ilmainen luksus” toistui eri nimillä, mutta samalla sanomalla useamman kerran. Mielikuva ilmaisesta villiruoosta ei kuulostanut pula-ajan ruoalta, vaan lähiruoalta, joka olisi kaikkien saavutettavissa, mikäli ihmisillä olisi parempaa tietoutta, miten ja mistä kerätä niitä. Tähän viittaa myös artikkelin nimi ”Luonnon vihannestiskillä”. Aterian ainesosat vain odottavat tietäväistä kerääjää.

8.1 Työn merkitys

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli pohtia millaisia mielikuvia ruokalehdet luovat lukijoilleen. Halusin auttaa työlläni suomalaista ruokamatkailua, jotta yritykset voisivat ammentaa paremmin tarinankerrontaa villiyrteiden osalta sekä nostaa tietoisuutta siitä, millaisia reseptejä ja mielikuvia ruokalehdet ovat viimeisen kymmenen vuoden ajan tarjoilleet lukijoilleen.

Lehtien eroavaisuuksia tulkitessa esiin nousi muutama erilainen tapa tarjota villiyrtejä. Rustiikkinen kotiruoka, jossa tuttuja reseptejä on muokattu niin, että niissä on käytetty jo-

takin villiyrttiä pääraaka-aineena. Toinen tapa oli ravintola-annos, joka oli tuotu kotikeittiöön. Siinä käytettiin villiyrttiä sekä pääraaka-aineena, sekä pienenä jujuna, joka toi uutta näkökulmaa tuttuun annokseen. Näissä ravintola-annoksissa imitoitiin trendiä, joka ravintoloissa oli sillä hetkellä pinnalla. Kolmas tapa oli kesäiset juhlat. Villiyrtit olivat sesongissa olevaa ruokaa ja toivat erilaisen twistin juhlatarjottaviin. Suomalaiset yritykset, jotka joko tarjoavat villiyrteistä valmistettua ruokaa tai valmista tuotetta voisivat hyödyntää näitä teemoja omassa markkinoinnissaan. Samoin taulukkoa 5 sekä kuvaa 10, joissa avaan mielikuvia sekä käsitteitä, joita suomalaisten villiyrttien ympärille on luotu. Villiyrtit kuvastavat suomalaisuutta, puhtautta, terveyttä, lähiruokaa, sekä ne ovat trendikkäitä. Lehtien jutut ravintoloista, joissa kokit itse keräävät annosten raaka-aineita kuvastaa sitä, miten paljon he välittävät asiakkaasta ja arvostavat laittamaansa ruokaa. Olen kuullut myös sanonnan siitä, ettei kukaan ole kuuluisa ennen kuin hänellä on vihaajia. Tämä tuli mieleeni lukiesani vuoden 2017 GRV lehden tekemää juttua Hans Välimäestä, joka oli nostamassa Palacea uuteen kukoistukseen. Hänen mukaansa ”Palaceen ei tule mitään takapihalta kerättyä ruohoa. Keittotaito on ihan eri asia kuin hortonomin työ.” Tässä kohtaa mietin, että villiyrtit ovat selkeästi lyöneet itsensä läpi ja vuosikymmenen loppupuolen resepteissä olikin jo enemmän vaihtelua niin eri villiyrttien käytön kuin reseptien mielikuvituksellisuuden suhteen. Villiyrteillä oli pääraaka-aineen sija sen sijaan, että ehdotettaisiin vaihtamaan pinaattinokkoseen.

Lehtien kuvien tulkinnan perusteella villiyrtit kuvattiin joko ulkona, jossa kasveista tehdyt ruoat kuvattiin lähellä niiden kasvuympäristöään. Kuvissa käytettiin paljon luonnon elementtejä ja annoskuvat oli kuvattu kauniisti ja ammattimaisesti. Olen nähnyt paljon annoskuvia nettisivuilla sekä somessa, joiden kuvaajat eivät ole olleet ammattivalokuvaajia. Mielestäni panostus annoskuvan sommitteluun sekä valaistukseen tekisi monesta kuvasta herkullisemmän ja houkuttelevamman kokeilemaan reseptiä. Usein villiyrttien käyttöön ja keruuseen perustuvat sivustot painottavat vihannesten terveysvaikutuksia, joten annoksen ulkonäkö ei välttämättä ole ykkössijalla. Nykymaailmassa kuitenkin ns. ”instakelpoisuus” on tärkeä osa ja uskoisin sommiteltujen kuvien herättävän enemmän kiinnostusta annosten kokeiluun myös sellaisten ihmisten keskuudessa, jotka eivät välitä niin paljon terveysvaikutuksista. Kespron tekemää tutkimukseen nojaten uskon, että herkulliset kuvat ja tarinat olisivat avainasemassa niin kotimaan- kuin ulkomaanmatkailijoiden keskuudessa, jotka tutkivat etukäteen nettisivuja ja ovat ruoasta kiinnostuneita.

8.2 Jatkotutkimusehdotukset ja itsearviointi

Analysointia tehdessä tajusin, että Yhteishyvä ja Pirkka laativat reseptejä aineksista, joita voi ostaa heidän kaupoistaan. Kenties tämä oli yksi syy siihen, miksi villiyrtejä ei näkynyt

resepteissä tai artikkeleissa tämän enempää. Olisi hyvä saada enemmän valmiita tuotteita, kuten villipesto ja nokkosuola kauppojen hyllyille. Tällä tavalla ne pääsisivät Pirkan ja Yhteishyvän resepteihin ja villiyrteiden tunnettavuus ja käytettävyys mahdollisesti lisäntyisi kotikeittiöissä. Tällaiset tuotteet auttaisivat myös villiyrteireseptien käyttöä ympärivuotisesti, eikä kyseessä olisi enää vain sesonkiruoka.

Toisaalta suomalaiset odottavat uusia perunoita kuin kuuta taivaalta, joten kenties jotkut raaka-aineet ovat juuri siksi niin hohdokkaita, koska niitä saa vain tietynä vuodenaikana. Tämä asia voisi olla hyvä jatkotutkimusaihe. Villiyrtejä voisi tutkia kuluttajan näkökulmasta ja tutkia millaisia mielikuvia matkailijoilla on niistä. Kiinnostava jatkotutkimusaihe olisi myös tutkia sitä, miten kuluttajat suhtautuisivat valmiisiin tuotteisiin, joissa on käytetty villiyrtejä. Nämä tuotteet olisivat kaikkien ulottuvilla kaupoissa ja niiden taustalla olisi terveellisyys ja kasvisruoka. Nokkosta voitaisiin myydä pinaatin tapaan pakastealtaassa tai valmiissa vihersmoothiessa. Olisi myös kiinnostavaa tutkia miten kuluttajat ottaisivat villiyrteitä vastaan valmisruoissa, esimerkiksi Saarioisten nokkoskeitossa. Reseptien suhteen jatkotutkimuksena voitaisiin kehittää enemmän säilöttyjä tuotteita, joita voisi käyttää ympäri vuoden. Myös makeiden reseptien määrää voisi laajentaa. Reseptejä voisi hyödyntää esimerkiksi kesähäissä tai yritysten tilaisuuksissa. Terveystietoisille ihmisille voisi kertoa kasvien terveysvaikutuksista ja kehittää detox tyyliä tuotteita. Kuten aikaisemmin totesin, villivihanneksista vain kolmella on taskussaan tunnettavuus myös niiden ihmisten kohdalla, jotka eivät ole perehtyneet villivihannesten keräämiseen ja käyttämiseen. Tästä syystä valmiit tuotteet hyötyisivät pohjustuksesta ja tarinasta taustaksi.

Palaan edelleen makuihin saunapolun varrella. Yritys, joka tarjoaa palveluita ja ruokaa voisi luoda tuotteen, jonka asiakas saisi kotiin ja joka muistuttaisi häntä elämästä. Tämän tuotteen ei tarvitsisi olla kallis ja suuri, esimerkiksi villiyrteitä kuivattuna säilyvät pitkään eivätkä paina paljoa matkailijan kassissa. Tähän pieneen lahjaan sidottu tarina vahvistaisi muistoa matkasta ja saattaisi asiakkaan haluta palata takaisin saunapolun varteen, elämään muistot uudelleen. Kotimaanmatkailijalle sekä ulkomaanmatkailijalle tämä muisto voisi linkittyä terveellisyteen, suomalaisuuteen, suomalaisen luonnon puhtauteen ja hiljaisuuteen.

Saavutin tavoitteet ja ne vastaavat tutkimusongelmaan. Koin saaneeni parhaan tuloksen valitsemalla sisällönanalyysin tutkimustavaksi. Pääsin sen avulla syvälle aiheeseen, joka auttoi löytämään merkityksiä ja luomaan käsitteitä. Mielestäni saadut tulokset ovat luotettavia, sillä tein työn perinpohjaisesti sekä huolellisesti. Tutkimustuloksen luotettavuutta lisää myös se, että olin tutkijana neutraali. Vertailin ruokalehtiä puolueettomasti, jotta saisin yleiskuvan siitä, miten villiyrtejä kuvattiin eri ruokalehdissä.

Jokainen opinnäytetyön osa oli omalla tavalla haastava, mutta haasteellisimmaksi koin tietoperustan kirjoittamisen. Luotettavien lähteiden etsiminen ei ollut itselleni hankalaa, mutta oikeiden aiheiden löytäminen sen sijaan oli. Käytin hyväkseni Haaga-Helian kirjaston tietokantaa ja lukiessani eri journal-artikkeleita aiheeni lähti ”herkästi laukalle” ja huomasin lukenevani kiinnostavaa tekstiä, joka ei kuitenkaan enää liittynyt aiheeni rajaukseen mitenkään. Käytin opinnäytetyöni tekemiseen yli vuoden, mutta en aktiivisesti kirjoittanut tekstiä koko ajan. Kuitenkin joka kerta, kun palasin opinnäytetyön pariin innostuin siitä uudelleen! Aihe pyöri mielessäni jatkuvasti ja osin siitä syystä opinnäytetyö alkoi paisua liikaakin. Löysin punaisen langan, kun pohdin millä tavalla toimeksiantajani voisi hyödyntää työtäni parhaalla mahdollisella tavalla. Kävin myös opinnäytetyön valmentavan kurssin, jonka jälkeen palaset loksahdivat kohdalleen ja työni alkoi hahmottua paremmin. Kaikki paneutumisen aiheeseen teki tutkimuksen analysoimisen helpoksi, sillä minulla oli tässä vaiheessa syvempi ymmärrys aiheesta. Huomasin, kuinka tärkeää on esittää asiat tiiviissä muodossa, joten käytin työssäni paljon infografiikkaa sekä kuvia, jotka tekevät lukemisesta miellyttävämpää ja isojakin asioita pystyy sisäistämään helpommin kuvaa silmäilemällä. Käytin apuna Canvaa, joka oli helppokäyttöinen ja johon olin perehtynyt opiskellessani visuaalisen markkinoinnin opiskelijoiden kanssa. Opinnäytetyöprosessi opetti myös olemaan järjestelmällisempi. Oma, hieman boheemi tyylini pienine lippu lappusineen aiheutti tuskaa tulosten kirjaamisvaiheessa. Työtäni katsellessa tunnen iloa siitä, että sain luotua kaiken tämän tyhjästä!

Lähteet

Aalto-yliopisto 2002. Johdatus kuvalliseen viestintään. Luettavissa:

<http://www.uiah.fi/virtu/materiaalit/kuvaviestinta/johdatus.html>. Luettu: 13.10.2020.

Aikakausmedia 2013. Artikkel: Miten lehtien ruokajutut ovat muuttuneet? Luettavissa:

<https://www.mynewsdesk.com/fi/aikakausmedia/pressreleases/artikkeli-miten-lehtien-ruokajutut-ovat-muuttuneet-874113>. Luettu: 22.10.2020.

Cole, J. 2015. Making over practice: Using food magazines to make over food consumption practices. *International Journal of Cultural Studies*, 18, 3, s. 287-290.

Economist 2020. The future of food journalism: the world on a plate. Luettavissa:

<https://foodsustainability.eiu.com/future-food-journalism-world-plate/>. Luettu: 18.8.2020.

ELO – Suomalaisen ruokakulttuurin edistämissäatiö sr. 2017. Villiinny keväästä - villiyrtti-
viikko venyy kuukaudeksi Luettavissa: <https://www.sttinfo.fi/tiedote/villiinny-kevaasta---villiyrttiviikko-venyy-kuukaudeksi?publisherId=4016&releaseId=60033579>. Luettu:
22.10.2020.

Farjeon, E. 1987. Introduction. Heron Books. London.

Fusté-Fornéa, F. & Masipa, P. 2018. Food in journalistic narratives: A methodological design for the study of food-based contents in daily newspapers. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 14, s. 14–19.

Galambosi, B. 2012. Runolliset yrttituotteet. Luettavissa: <https://www.kielikello.fi/-/runolliset-yrttituotteet>. Luettu: 23.8.2020.

Grön 2021. About us. Luettavissa: <https://www.restaurantgron.com/about>. Luettu: 11.1.2021.

Gustawson, M. 2017. Villivihanneskeittokirja. Minerva Kustannus Oy.

Haaga-Helia amk. 2020. Koronaepidemian vaikutus suomalaisten matkailuun. Luettavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/344306/koronaepidemian_vaikutus_suomalaisten_matkailuun_5_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Luettu: 29.10.2020.

Hanitzsch, T. & Hanusch, F. 2013. Mediating orientation and self-expression in the world of consumption: Australian and German lifestyle journalists' professional views. *Media, Culture & Society*, 35, 8, s. 943–959.

Hannus, A., Nyman, A., Toivanen, P., Huotari, A. & Victorzon, N. 2017. *Villiyrtit: hyvinvointia kotikulmilta*. WSOY. Helsinki.

Harding, J. 2004. *The Herb Bible: A Complete Guide to Growing and Using Herbs*. Marks and Spencer. Chester.

Havas, K. 27.10.2020. Projektipäällikkö. Hungry for Finland. Zoom haastattelu.

Hovi, S. 2017. *Luonnonyrtyt*. Readme.fi. Helsinki.

Hungry for Finland 2020a. Hungry for Finland – ruoka elämykselliseksi ja ostettavaksi osaksi suomen matkailua vastuullisesti. Luettavissa: <http://hungryforfinland.fi/>. Luettu: 18.9.2020.

Hungry for Finland 2020b. Suomen ruokamatkailustrategia 2020–2028 - Yhdessä tekoja luonnosta ammentaen toimenpiteet 2020–2023. Luettavissa: <http://www.hungryforfinland.fi/sites/hungryforfinland.fi/files/Ruokamatkailustrategia-2020-2028.pdf>. Luettu: 21.9.2020.

Hungry for Finland 2020c. Ruokamatkailun tuotesuosituksset 2020. Luettavissa: http://hungryforfinland.fi/sites/hungryforfinland.fi/files/VISIT_FINLAND_ruokamatkailun_tuotesuosituksset_2020.pdf. Luettu: 22.10.2020.

Jaakkola, T. 2020. Kauppayrtingpimijakoulutus. Luettavissa: <http://www.vihreatasut.fi/kauppayrtingpimijakoulutus/>. Luettu: 18.9.2020.

Jyväskylän yliopisto s.a.a. Lehtijuttu: Mistä, mihin ja kenelle kirjoitan jutun? Luettavissa: https://kielikompassi.jyu.fi/opetus/kirjoitus/kirjoituskurssi/tied_lehtijuttu_mita.shtml. Luettu: 21.10.2020.

Jyväskylän yliopisto s.a.b. Lehtijuttu: Lehtijutun osat. Luettavissa: https://kielikompassi.jyu.fi/opetus/kirjoitus/kirjoituskurssi/tied_lehtijuttu_osat.shtml. Luettu: 21.10.2020.

- Kespro 2019. Suomalaisten odotukset ravintoloille 2020. Luettavissa: <https://mb.cision.com/Public/13061/2908471/81e6d9bcec9dbefc.pdf>. Luettu: 29.10.2020.
- Kivimetsä, R. & Kivimetsä, J. 2019. Hulluna hortaan: hyvinvointia ja herkkuja villivihanneksista. Saimatext Oy. Helsinki.
- KMT 2020. Kansallinen mediatutkimus. Mainontaan suhtautuminen. Luettavissa: http://www.aikakausmedia.fi/media/2869/aikakausmedia_mainontaan_suhtautuminen_kmt_2020.pdf. Luettu: 26.10.2020.
- Kotala, K. 2020. Aurinkomatkojen tunturikohteista kaksi ylitse muiden – osa suosituimmista lähdoistä jo loppuunmyyty. Luettavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-11578781>. Luettu: 13.4.2021.
- Kukkonen, L. 2020. Aurinkomatkat järjestää pakettimatkoja Lappiin myös kesällä. Luettavissa: <https://www.hs.fi/talous/art-2000007837181.html>. Luettu: 14.4.2021.
- K-ruoka.fi. 2021. Pirkka-lehti saatavilla ilmaiseksi K-kaupoista. Luettavissa: <https://www.k-ruoka.fi/artikkelit/k-kaupassa/plussa-kortilla-pirkka-lehti>. Luettu: 6.5.2021.
- Lassila-Merisalo, M. 2020. Tarinallinen journalismi. Vastapaino. Tampere.
- Lindemann-Matthies, P. & Matthies, D. 2018. The influence of plant species richness on stress recovery of humans. *Web Ecology*, 18, 2, s. 121–128.
- Liukkonen, J. 2020. Kuka hallitsee mieltäsi? Tuuma-kustannus. Jyväskylä. Luettavissa: <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523700086>. Luettu: 26.10.2020.
- Makery 2020. Kokonaisvaltaista hyvinvointia, alkoholittomuutta, fuusioruokaa – ruokatrendit 2020. Luettavissa: <https://makery.fi/makeryn-ruokatrendit-2020/>. Luettu: 9.6.2020.
- Media Audit Finland Oy 2020a. KMT. Luettavissa: <https://mediaauditfinland.fi/tutkimukset-ja-tarkastukset/lukijamaarat/>. Luettu: 15.9.2020.
- Media Audit Finland Oy 2020b. KMT 2019 Lukijamäärät ja kokonaistavoittavuudet. Luettavissa: <https://mediaauditfinland.fi/wp-content/uploads/2020/03/Lukijamaarat2019.pdf>. Luettu: 15.9.2020.

Mediakortit 2020a. Maku. Luettavissa: <https://www.mediakortit.fi/mediakortit/maku/593/?year=2021#kmt-profiles>. Luettu: 15.9.2020.

Mediakortit 2020b. Yhteishyvä. Luettavissa: <https://www.mediakortit.fi/mediakortit/yhteishyva/293/#kmt-profiles>. Luettu: 25.10.2020.

Mediakortit 2020c. K-ruoka. Luettavissa: <https://www.mediakortit.fi/mediakortit/k-ruoka/1153/>. Luettu: 25.10.2020.

Mielenterveystalo. Mitä voin tehdä? Luettavissa: https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/seksuaalinen-kiinnostus-lapsiin/Pages/osio_2.aspx. Luettu: 21.10.2020.

Missbach, B., Florach, A. & König, J. 2015. Mental imagery and food consumption. *Frontiers in Psychiatry*, 6, s. 1–4.

Mäkelä, M. 2020. In search for totemic foods – Exploring discursive foodscapes online in Finnish, English and French. Luettavissa: https://westminsterresearch.westminster.ac.uk/download/3044453d40b4032868329b358ae6ee965a575d64c123f905ed716301a9849e4d4/2429048/M%C3%A4kel%C3%A4%20Marjaana_PhD_August_2020_Updated%20final.pdf. Luettu: 4.5.2021.

Naturpolis Oy 2018. Villiriuuan saatavuuden kehittäminen Koillismaalla. Luettavissa: https://www.naturpolis.fi/files/7015/5170/4171/Villiriuuan_saatavuuden_kehittaminen_Koillismaalla_loppuraportti.pdf. Luettu: 18.9.2020.

Pearson, J. & Kosslyn, S. 2013. Mental imagery. *Frontiers in Psychiatry*, 4, s. 1.

Piippo, S. 2016. Villivihannekset: terveyttä ja hyvinvointia pihoilta, niityiltä ja metsistä. Minerva Kustannus Oy. Helsinki.

Puusa, A. & Juuti, P. 2011. Menetelmäviidakon raivaajat: perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. JTO. Helsinki.

Pölonen, P. 2020. Tulevaisuuden lukujärjestys. Kustannusosakeyhtiö Otava. Keuruu.

Rantanen, L. 2007. Mistä on hyvät lehdet tehty? Hill and Knowlton Finland Oy. Helsinki.

Rao, T. 2018. A New Generation of Food Magazines Thinks Small, and in Ink. Luettavissa: <https://www.nytimes.com/2018/03/27/dining/food-magazines.html>. Luettu: 18.8.2020.

Rautavaara, T. 1976. Mihin kasvimme kelpaavat. WSOY: graafiset laitokset. Juva.

Ristioja, A. 2015. Luonnontuoteala. Työ- ja elinkeinoministeriö. Luettavissa: http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79847/Luonnontuoteala_1_2015.pdf. Luettu: 23.8.2020.

Rubin, A. 2004. Tulevaisuudentutkimus tiedonalana. TOPI – Tulevaisuudentutkimuksen oppimateriaalit. Tulevaisuuden tutkimuskeskus, Turun yliopisto. Luettavissa: <https://tulevaisuus.fi/metodit/toimintaympariston-muutosten-tarkastelu/trendianalyysi-tulevaisuudentutkimuksen-menetelmana/>. Luettu: 7.1.2021.

Ruokavirasto 2019. Ravitsemus- ja terveystieteen valvontaohje. Luettavissa: https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/yritykset/elintarvikeala/valmistus/elintarvikkeista-annettavat-tiedot/ravitsemus--ja-terveysvaimteet/vaitteiden-valvontaohje_ruokaviraston-ohje-17060_2.pdf. Luettu: 23.8.2020.

Sanoma Media Finland Oy 2019. Glorian ruoka & viini juhlii! Hyvän ruuan puolella jo 20 vuotta. Luettavissa: <https://media.sanoma.fi/ajankohtaista/2019-03-18-glorian-ruoka-viini-juhlii-hyvan-ruuan-puolella-jo-20-vuotta>. Luettu: 15.9.2020.

Seitamaa-Hakkarainen, P. s.a. Kvalitatiivinen sisällönanalyysi: sisällön analyysin keskeisiä piirteitä. Luettavissa: <https://metodix.fi/2014/05/19/seitamaa-hakkarainen-kvalitatiivinen-sisallon-analyysi/>. Luettu: 13.4.2021.

Tautila, V. 2009. Innovaatioiden lähteillä. Luettavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/114716/Laurea%20julkaisut%20A68.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu: 21.10.2020.

TEM 2019. Työ- ja elinkeinoministeriö. 365 ruoan päivää. Elintarviketeollisuuden toimiala-raportti. Työ- ja elinkeinoministeriö. Helsinki. Luettavissa: http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161910/TEM_2019_61.pdf. Luettu: 23.8.2020.

- Tiggermann, M. & Kemps, E. 2005. The phenomenology of food cravings: The role of mental imagery. *Appetite*, 45, 3, s. 305–313.
- Tilastokeskus 2020. Käsitteet: aikakauslehti. Luettavissa: <https://www.stat.fi/meta/kas/aikakauslehti.html>. Luettu: 20.8.2020.
- Toikkanen, P. 1997. Kreetan ruuilla elää pitkään ja terveellisesti. *Helsingin Sanomat*, osa D, s. 1.
- Torkkeli, K. 27.8.2020. Väitöskirjan tekijä. Helsingin yliopisto. Zoom haastattelu.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Turunen, M. & Soininen, K. 2017. Retkeily ja keräily: jokamiehenoikeuksien käyttöopas. Kustannusosakeyhtiö Aula & Co. Helsinki.
- Valtioneuvosto 2015. Majatalosta majataloon retket valittu Suomen parhaaksi ruokamatkailutuotteeksi. Luettavissa: <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/majatalosta-majataloon-retket-valittu-suomen-parhaaksi-ruokamatkailutuotteeksi>. Luettu: 9.2.2021.
- Viinilehti. 2020. Mediatiedot 2020. Luettavissa: <https://viinilehti.fi/wp-content/uploads/2019/12/Viinilehti-mediakortti-2020.pdf>. Luettu: 24.2.2021.
- Villipesto. 2020. Lapin Maria. Luettavissa: <https://www.villipesto.fi/lapinmaria>. Luettu: 25.10.2020.
- Väisänen, O. 2011. Silmänruokaa. *Glorian Ruoka & Viini*, 4, s. 76–78.
- Wahlqvist, S & Lääperi, M. 2018. Helminauha 2: Euran kulttuurikasvatussuunnitelma 2018–2019. Luettavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/266140/Helminauha2_2018_2019.pdf;jsessionid=59734C7139C7A4EC92F24D793510DC41?sequence=3. Luettu: 18.9. 2020.
- Weselius, H. 2016. Sisällön analyysi ja laadullisen aineiston koodaaminen. Luettavissa: <https://docplayer.fi/25404527-Sisallon-analyysi-ja-laadullisen-aineiston-koodaaminen-tutkimusmenetelmat-hanna-weselius-2016.html>. Luettu: 28.9.2020.

Yhteishyvä 2019. Kaikki Suomalainen Menestysresepti 2020 -kisan tuotteet pääsivät S-kauppoihin – Rostis nousi voittajaksi. Luettavissa: <https://yhteishyva.fi/artikkeli/kaikki-suomalainen-menestysresepti-2020-kisan-tuot/2gnphF5bvD1vDlpQGUNHoa>. Luettu: 6.1.2021.

Åhlberg, M. K. 2019. Totuus syötävistä luonnonkasveista eli miksi uskallan syödä lähi-luonnon kasveista kestävästi keräämääni ruokaa. OSA 1, tieteellisiä perusteita käytännön-läheisesti. Eeppinen Oy. Helsinki.

Liitteet

Liite 1. Teemahaastattelun tukikysymykset

1. Miten mielikuvia luodaan lehdissä?
2. Miten sinun mielestäsi villiyrtyt kuvataan lehdissä? Miten se on muuttunut vuosien saatossa?
3. Miten lehdet valitsevat sen mistä kirjoittavat? (megatrendit, vaikuttajat)
4. Miten sesongit vaikuttavat artikkelien sisältöön?
5. Ruokakuvien merkitys ruokalehdissä?
6. Ruokalehtien tulevaisuus (nettilehtien, blogien suosion kasvaessa)?

Liite 2. Muutama yleinen villivihannes

Nokkonen:

Suomessa yleisimmät nokkoslajikkeet ovat nokkonen (*Urtica dioica*) ja rautanokkonen (*Urtica urens*). Ne kasvavat pihalla, rannoilla, tien- ja ojanvarsilla sekä lantaloiden ja tunkkioiden lähistöillä. Kahden viimeisenä mainittujen alueiden nokkosia ei kannata kerätä, sillä nokkonen sitoo itseensä ihmiselle haitallista nitraattia, mikäli sitä kertyy elimistöön suuria määriä. Muussa tapauksessa nokkonen onkin luonnonkasvien kuningatar. Sitä kerätessä kannattaa varustautua kumihanskoilla ja saksilla. Nokkonen kannattaa kerätä kasvun ollessa nuori, silloin se on herkullisimmillaan. Vanhemmasta kasvista kannattaa käyttää vain latvasta 7 cm alaspäin oleva osa nokkosta. Sitä on helppo säilöä kuivaamalla ja pakastamalla, kunhan ensin ryöppää pakastamiseen tarkoitettua nokkosia. Nokkonen sisältää viisi kertaa enemmän rautaa pinaattiin verrattuna. (Kivimetsä & Kivimetsä 2019, 88–92.)

Nokkonen voi alentaa verenpainetta, sillä se vapauttaa typpioksidia verisoluista sekä avaa kaliumkanavia. Se sisältää glykokinoneja, jotka alentavat verensokeria hieman. Se rauhoittaa keskushermostoa ja koska se sisältää runsaasti magnesiumia, se lievittää reumaattisia kipuja, iskiasta ja kihtiä. Nokkonen poistaa nesteitä ja säätelee verensokeria, minkä vuoksi se on hyvä apu painonhallinnassa. Vaikka nokkosen käytölle on runsain mitoin terveyttä tukevia perusteluita, ei sitäkään tule käyttää liiallisesti. Tällöin on vaarana, että sokeritautiin, verenpaineen ja keskushermostoon vaikuttavien lääkkeiden vaikutus häiriintyy. (Piippo 2016, 112–113.)

Nokkosen käyttö keittiössä on monipuolista. Nokkospesto, nokkoskeitto ja nokkosletut ovat monelle tuttuja reseptejä. Näiden lisäksi kuivatusta nokkosjauheesta voi valmistaa helppoja keksejä, jotka ovat maistuvia herkkuja teen kanssa nautittaviksi tai keiton kanssa. (Gustawson 2017, 40.)

Voikukka:

Voikukka on kaikille tuttu kasvi (*Taraxacum* suku). Sen löytää pihalta, niityltä, pellon- ja tienvarsilta sekä rannoilta. Talvea varten säilöminen tapahtuu samalla tavalla kuin nokkosen säilöminen. Voikukasta voi käyttää kaikki osat juuresta kukkaan. Lehdistä kannattaa käyttää vain sileälehtiset, sahalaitaiset lehdet ovat maultaan kitkeriä, joka ei poistu ruuanvalmistuksessa. (Kivimetsä & Kivimetsä 2019, 64–66.)

Voikukka sisältää kolme kertaa enemmän ravinteita muihin salaattikasveihin verrattuna. Eniten ravinteita sisältävät kevään ja loppukesän kasvit. Kitkerimmät voikukat sisältävät eniten C-vitamiinia ja kitkeruus korostuu lehtiruodissa, jonka voi poistaa ruuanvalmistuksen yhteydessä. Juurien inuliini edesauttaa hyvien suolistobakteereiden kasvua. Voikukka helpottaa PMS-oireisiin liittyvää turvotusta. Se parantaa myös maksan toimintaa ja toimii diureettina. Kasvi kuitenkin kerää raskasmetalleja itseensä, joten keräämispaikan valintaan tulee kiinnittää huomiota. Voikukkaa ei tule käyttää, mikäli kärsii sappitiehyen tai suoliston tukkeumista. Suurina määrinä nautittuna se saattaa aiheuttaa pahoinvointia ja ripulia. (Piippo 2016, 171–175.)

Voikukkaa voi käyttää monella tapaa. Salaatinlehtinä, viherjauheena, piiraissa muhennoksissa, mielikuvitus on vain rajana. Nappuja voi paistaa tai valmistaa ”kaprista” laittamalla nuput etikkaliemeen marinoitumaan. Juurista voi tehdä raakaraastetta ja kuivattuja juuria voi lisätä talvella keittoihin ja patoihin. (Piippo 2016 172–173.)

Maitohorsma:

Vilkaasti leviävä Maitohorsma (*Epilobium angustifolium*) saapui Suomeen maailmasotien jälkeen. Se kasvaa hakkuuaukioilla ja kulojen polttamilla alueilla. Etelä-Suomessa sato-kausi alkaa huhtikuun paikkeilla ja jatkuu syyskuulle. Nuoret, violetin sävyiset versot maistuvat samalta kuin parsat ja niitä voi kypsentää höyryttämällä tai paistamalla. Nuoret lehdet sopivat salaatteihin ja erilaisiin ruokiin paistettuina, kuten munakkaaseen tai gratiiniin. Kaalit ja munakoiso ovat maitohorsman makupareja. Säilöminen tapahtuu samalla tavalla kuin edellisissä esimerkeissä, mutta maitohorsman vihreä väri katoaa kuumentaessa. Maakuun se ei kuitenkaan vaikuta millään tavalla. (Kivimetsä & Kivimetsä 2019, 94–97.)

Maitohorsman lehdistä, varsissa ja juurissa on paljon antioksidantteja. Eniten niitä on lehdistä. Kasvin edellä mainitut osat supistavat limakalvoja, lievittävät tulehduksia ja kipuja sekä niillä on haavoja puhdistava vaikutus. Maitohorsma myös alentaa LDL-kolesterolia. Siitä valmistettua teetä käytetään vatsan ongelmien hoitoon, kuten ripuliin ja paksusuolen tulehdukseen. Sitä nautitaan myös unettomuuteen ja päänsärkyyn sekä sen sisältämien ellagitanniinien vuoksi eturauhasvaivoihin, jotka auttavat torjumaan tulehduksia, bakteereja ja viruksia. (Piippo 2016, 98–99.)

Liite 3. Aineisto lehdittäin kronologisessa järjestyksessä

Glorian ruoka & Viini

2010

Nokkosen ja vehnän lämmin ystävyys

Ravintola Juuren sapas

Villinä kasveista

Sipsejä metsän reunasta

Hämäläiset härkäjuhlat

2011

Päästä pyrstöön Sami Tallberg osa 1

Ilmiöt -> Metsä(stys)

Makuja saunapolun varrelta Sami Tallberg osa 3

Villiä, vihanneksia ilmaiseksi Sami Tallberg osa 4

Luovuuskaan ei rajana

2012

Jokamiehen iloinen etuoikeus

Limoncelloa ja fenkolipikkelsiä

Missä nautit parasta kasvisruokaa Sasu Laukkonen?

Alkupalat – mistä puhutaan nyt

Kirjat -osio

Toimitus tykkää

Havuja lasissa

Jäkälälle kiitos!

Vuoden parhaat – Keittiösana Metsä

Kohti kokkien voittoa

2013

Taikinataivas -osio. Juhlaleipuri pistää polkaksi

Toimitus tykkää

Kirjat -osio

Kirjat -osio

Säilöntäkilpailu: Aasialaisia kurkkuja & mustaa marmeladia

2014

Menneiden vuosien ruokatrendit

Toimitus tykkää

Kesärakkaat

Jyvää Suomesta

Vuoden parhaat – keittiösana pikkelointi

2015

Koivunlehdillä savustettu lohi

Parsa, papu ja pizza

Alkupalat

Huvilan himotut

Kaatuu

2016

Urbaanit villit

Toimitus kertoo

Tarjotaan kylmänä

Vuoden parhaat – vuoden tulokas Wildfoods

Absalon, Absalon

2017

Alkupalat- Pihkassa puujäätelöön

Kerkkä ei maistu puulta

Villit bileet

Rikkaruohojen kuningas nokkonen

Alkupalat - Luonnollista taikapölyä

RRV ihastui - kerkkäjauhe

Vuoden parhaat 2017 Metsä ja vuoden sana

Kokkaa kuin kokki

Jättiläisen paluu

Perinteisellä tyylillä

2018

Alkupalat - Tuoksuva superjäätelö

Täyttä laukkaa

Tarjoilija, keitossani on kesä!

2019

Kukka kielellä

Alkupalat – Kellarin himotuimmat pullot

Sesongin maku: Maku mesiangervosta

Vegen viemää

Suomi-matcha

2020

Hyvää metsästä

Ruusubooli

Pikamatka suveen

3 x hauduke

Ravintola Grön

Maku

1010

Luonnon vihannestiskillä

Suomalaista superruokaa

Keittokirjat maistelussa

2011

Salaattibaari on auki

2012

Aurinkoiset kevätkarkelot

Päätoimittajalta - Helpota hellejanoa

Rentoa juhannusta!

Terälehtikimara

Viikon ruokalista – Nokkosmuhennos ja paistetut ahvenet

Turistina Helsingissä

Luomun ylistys

2013

Aamiainen nurmikolla

Ravintopuntari – Villiyrtilt

2014

Kappale kauneinta Ruotsia

Kesäjuhlat puutarhassa

2 viikon ruokalista – sienitäytteiset nokkosletut

Perinneruokaa, prkl!

2015

Nyt kiinnostaa

Uunituoreet – hurahda hortoiluun

Uunituoreet – Minä <3 ruoka

2016

Sekaisin luonnosta

Nokkonen & pinaatti

Ostoskorissa – yrtit ja versot

5 x sima

Uunituoreet – nokkonen on villien ykkönen

Keittokirjat

Villit ja vapaat

Meillä kokataan – Samuli Karjula

2017

Uunituoreet – Makkaraa ja molekyylejä

Meillä kokataan – Sikke Sumari

Uunituoreet – Kuumimmat keittokirjauutuudet

Villi kevät

Meillä kokataan – Mysi Lahtinen

Keittiössä kukkii

Ravitsemus nyt – Näe vihreää

Yöttömän yön kalapöytä

Meillä kokataan – Anikó Lehtinen

Grillauksen uudet kujeet

2018

Uunituoreet – Vegaaniruokaa ja kotisirkkoja

Vaihtamalla paranee

Meillä kokataan – Toni Kostian

Valmista 30 minuutissa

Keittiöviisautta

2019

Lukupiiri

Koko päivän aamiaista

Silkin pehmeää

Valmista 30 minuutissa

Kemujen keskipiste

Näin meillä

Uunituoreet – Tuoksuja ja terälehtiä

Akseli Herlevi kokkaa

2020

Meillä kokataan – Kati Pohja

Täydelliset lettukestit

Meillä kotona.fi

Uunituoreet – Viinibaari metsässä

Pirkka ja K-ruoka

2017

Suomalaisten makujen juhlaa

2018

Näistä puhutaan

2019

Kaikkien rakastama

Kuusenkerkkälätte

Viini

2012

Sesongin parhaat – Sasu Laukkonen

2013

Oolannin kesään

2014

Aperitiivi – Kira Weckmanin kesä alkaa raparperista

Myötätulessa

Syystuoksuja tupaan

2015

Syö hyvin!

Kokki & kalamies

Saisiko olla nokkosteetä?

2016

Viileä vege

Aperitiivi – Villiyrtilt lasissa

Oi, Suomi maista!

2017

Villit maut

Aperitiivi – Tähtiä jahtaamassa?

2019

Aperitiivi – Kesäjuomat

Suoraan mettästä

2020

Nokkosjahtiin

Yhteishyvä ja Sesonki

2015

Villimakuja metsästä

2016

Voimaa vihreästä

2020

Kerkkäpesto-lohitartar

Liite 4. Aineiston analysoinnin kaava

Lähdin lukemaan artikkeleita seuraavalla tavalla:

1. reseptit: millaisia reseptejä artikkeli sisältää
2. villiyrtilt: miten niitä kuvataan. Onko artikkeli kirjoitettu niin, että kasvit ovat vain aineksia vai liittyykö niihin terveysvaikutteita jne.
3. henkilöt: onko kyseessä ravintolayrittäjä, muu villiyrtilteihin liittyvä yrittäjä vai reseptin takana oleva kirjoittaja
4. ajallinen ulottuvuus: onko artikkeli kirjoitettu suurimman sesongin aikaan eli kevät, kesä, vai onko artikkelissa käytetty kasveja, jotka kasvavat esimerkiksi talvella. Onko kyseessä tuote, jota saa ostettua ympäri vuoden
5. kuvat: kansikuva, henkilökuva, lajin tunnistaminen (informatiivisuuden lisäämiseksi) vai ruokakuva
6. artikkelin tyyli, millä tavalla villiyrtilteistä puhutaan artikkelissa.

Värikoodit yläotsikko perusväreillä ja niiden eri alalajit värien eri sävyillä

Uudet analyysiyksikön osat, jotka huomasin analysoinnin varrella, on merkattu punaisella.

1. **Reseptit:** suolainen, makea, säilöntä, JUOMA
2. **villiyrtilt:** terveys, lähiruoka, luonto, huomion herättäminen ERIKOISUUS
3. **henkilöt:** ravintolayrittäjä, muu yrittäjä, reseptin kirjoittaja
4. **ajallinen ulottuvuus:** sesonki juhlan tms. arjen yläpuolella olevan ajan resepti TRENDI
5. **kuvat:**
6. **artikkelin tyyli:** informatiivinen, neutraali, kokemuksellisuus VAIN RESEPTI
7. **adjektiivit ja millä tavalla villiyrtiltejä kuvaillaan**
8. **johtoverbi**

Liite 5. Aineisto värikoodattuna

Glorian Ruoka & Viini

Gloria 4/10

Nokkosen ja vehnän lämmin ystävyys

1. Nokkosleipä
2. terveys, lähiruoka (pientareet tarjoavat pisteliäitä hyötykasveja.)
3. –
4. sesonki
5. peltileipä leivinpaperin päällä, rustiikkinen kolhiintunut litran mitta täynnä nokkosia, tausta valkoinen
6. informatiivinen (tietoa terveellisyydestä ja miten kerätään)
7. nokkoset, nuo takapihan viheliäiset valloittajat, vihreät vitamiinipommit, luonnonläheisen yrttisen maun

Ravintola Juuren sapas hevostartar, nokkosmajoneesi ja retiisinekku

1. nokkosmajoneesi
2. annos ravintola Juuren listalla satunnaisesti enemmän keskitytty hevosenlihan saatavuuteen/korvaamiseen.
3. Ravintola Juuren keittiömestari Perttu Paulasto
4. ravintolaruokaa, arjesta poikkeava
5. annoskuva tumman rusehtava kuva, ruskealla lautasella hevostartar, jonka päällä nokkosmajoneesia ja retiisinekku.
6. – ei nokkosesta erikseen mainintaa.
7. sapas eli suomalaisuus nousee annoksessa esiin.

Villinä kasveista s.86

1. ei sinäänsä reseptejä, mutta vinkkejä miltä mikäkin villivihannes maistuu ja millä tutummalla sen voi korvata. Osan ihan suoraan pääraaka-aineena ja osa tuomaan makua.
2. Villiyrtilt on kuvattu hukattuna mahdollisuutena (eli erikoisuus vielä). Keittiömestari puhuu myös siitä miten hyvää ilmaista ja hiilijalanjäljetöntä lähiruokaa se olisi, mutta jakeluketju ja kerääjät sekä pakkaajat puuttuvat.
3. Sami Tallberg villiyrtiltikeittokirjan kirjoittaja ja keittiömestari
4. Kirja tullut ulos
5. Henkilokuva istumassa puun juurella sekä villiyrtiltettä kulhossa.
6. informatiivinen, kokemuksellisuus
7. pitää ymmärtää villikasvien monikäyttöisyys ja sisällyttää ne osaksi omaa ruokakulttuuriamme. vahvoja makuja ja erilaisia tekstuureja. valmiiksi pakattu villiyrtiltisa-laatti olisi menestystuote.

Gloria 5/10

Kansikuva ja sivu 17 Nokkossipsit (kannessa lukee Yllätysherkkua! Nokkossipsit)

1. Nokkossipsit
2. villikasvikurssi sekä Sami Tallbergin valmistama lounas Lähiruoka
3. Sami Tallberg (mainittu) sekä loppilaisen Pappilanpuiston tilan isäntien vetämä keuruurssi
4. sesonki, juhlavaa ruokaa
5. nokkonen
6. kokemuksellisuus

7. yllättäjänä tuiki tavallinen voikukka, jonka kitkeryyden sinihomejuusto kesyttää. paistetut voikukkannuput ovat juhlava lisäke kalalle. maailman terveellisimmät sipsit eli nokkossipsit, jonka jälkeen ei kukaan enää niitä nokkosiaan.

Hämäläiset härkäjuhlat s. 42

1. Ketunleipä-suolaheinäsalaatti
2. hereford-järjestön juhlit, jossa lähiruoka on pääosassa.
3. ravintolayrittäjä ja muu yrittäjä
4. juhlaillallinen
5. annoskuva, jossa pihvi ja lisuke, vihreä salaatti etuosassa
6. informatiivinen (kerrotaan mistä ei kannata poimia ketunleipiä) kokemuksellisuus lähiruokan kautta.
7. herkuttelu villiyrteillä ryyditetyllä vihersalaatilla, (maininta isännän itse pyytämistä kaloista) selkeästi ollaan ylpeitä siitä mitä laitetaan pöytään ja tiedetään mistä se ruoka on tullut.

Gloria 3/11

Päästä pyrstöön Sami Tallbergin osa 1

1. Mesiangervojäätelöä ja mehiläisten keräämää siitepölyä säilötystä mesiangervosta
2. sesongin mukaan käytettävä ruoka, luuresta kukkaan ajattelutapa (sama kuin head to tale) huomion herättäminen ja erikoisuus menua suunniteltaessa
3. ravintolayrittäjä Sami Tallberg
4. sesonki (säilötynä), ravintola-annos
5. lusikassa mesiangervojäätelöä ja siitepölyä
6. informatiivinen, kokemuksellisuus (tarinallistaminen aina Tallbergin jutuissa)
7. ainutlaatuisuus, laatu, yllättävä, maku paranee kuivattaessa, joka on harvinaista. sävyttävä, uusi makukokemus

Gloria 2/11

Ilmiöt -> Metsä(stys)

1. -
2. lähiruoka, ilmainen ruoka
3. ravintola Noman keittiömestari René Redzepi mainittu
4. sesonki, erikoisruoka kun maailman parhaassa ravintolassakin käydään keräämässä
5. -
6. informatiivinen, kokemuksellisuus
7. nouseva ruokatrendi, Noman edelläkävijyys kun he käyvät keräämässä sammalta, mahlaa, yrttejä, marjoja kukkia ja sieniä ja sitten entisajan tapaan säilövät ne talven varalle.

Gloria 3/11

Makuja saunapolun varrelta Sami Tallberg osa 3

1. Jäähdytetty koivunlehtikeitto, deluxe-pannukakku ja tuoksusimakekastike
2. lähiruoka, luonto, huomion herättäminen
3. Sami Tallberg
4. sesonki, ravintolatasoista ruokaa
5. vihreä keitto kattilassa, tausta tumman sininen ja jääkuutioita pöydällä. pannarin päällä vaaleaa kastiketta ja kuivia aroheiniä
6. informatiivinen, kokemuksellisuus

7. supisuomalainen kevään merkki hiirenkorvalla oleva koivunlehti. lähiruoka suomen brändilähettiläs. Yksinkertaiset maut, kevään lupaus uudesta alusta, keittoa voi varioida kesän edetessä muilla villiyrteillä, ilmainen luksus, heinäpientareen paikallistaminen silkkaa nautintoa

Gloria 4/11

Villiä, vihanneksia ilmaiseksi Tallberg osa 4

1. Villiyrteisalaatti, kukonpoikaa ja rapsinlehti-korvasienipaistos, väinönputkivanukas
2. lähiruoka, luonto, terveys (piristää)
3. Sami Tallberg
4. sesonki
5. annoskuvia, Tallberg keräämässä,
6. informatiivinen (keruuvinkkejä, miltä maistuu, jaoteltu erilaisiin ryhmiin (salaatit, aromikkaat, pääraaka-aineet, mausteyrtin tapaan käytettävät) kokemuksellisuus
7. ilmainen, aromikas, maulta ja ulkonäöltä ainutlaatuisia.

Gloria 5/11

Luovuuskaan ei rajana s. 69

1. Nokkospuustit
2. erikoisuus
3. Glorian uusi avustaja Luomon keittiömestari Jouni Toivanen
4. sesonki
5. annoskuva leivonta käynnissä ja korissa valmiita puusteja vähän nokkosen vihreää lehteä kulmissa, henkilökuvaa
6. neutraali, mutta samalla kokemuksellisuus kun käytetään erikoista nokkosta
7. edullista ja niin hyvää! luovaa

Gloria 3/12

Jokamiehen iloinen etuoikeus s. 46

1. Kolmen sipulin korvasienipasta (koivunmahla), nokkossipsit, kuhafileet korvasieni-koivunmahlakastikkeessa.
2. Kevään ilmaista luksusta ERIKOISUUS
3. Sami Tallberg keittiömestari
4. Sesonki
5. Henkilökuvaa, Tallberg metsässä keräämässä, korissa nokkosia
6. informatiivinen (miten nokkosia kerätä ja miten saa mahlaa valuttaa luvalla) koke-
muksellisuus
7. Ilmaista hyvää, mahtavaa naposteltavaa, kevään tyylikkään pikkuperkku

Gloria 4/12

Kannessa mainittu ruusu-mansikkahillo

Limoncelloa ja fenkolipikkelsiä s. 67

1. Ruusu-mansikkahillo, ruusuviinietikka, mesiangervolikööri
2. kesäsäilöjän ei tarvitse hukkia tuntikausia keittiössä, tuotteet valmistuvat nopeasti (paitsi mesiangervolikööri 2kk lähiruoka)
3. -
4. sesonki
5. ruusuhillo purkissa, etikka purkissa ja siinä ruusu päällä, mesiangervolikööri lasipullossa rustiikkisen puiden pöydän päällä.
6. informatiivinen, mistä kerätä, välttää myrkyjä. Myös neuvottu minkä ruokien kanssa etikka sopii.

7. heleänpunaiset ruusun terälehdet -> upea etikka

Missä nautit Parasta kasvisruokaa Sasu Laukkonen? Osiossa nimeltä Ravintolassa

1. –
2. Sasu Laukkonen kertoo missä ravintoloissa haluaa käydä syömässä. lähiruoka
3. Sasu Laukkonen, ravintoloitsija. Hän mainitsee Tertin kartanon jossa kerätään luonnosta yrtejä joita yhdistetään itse kasvatettuihin vihanneksiin. Tämän lisäksi hän mainitsee Kämp Signé:n keittiömestari Sami Tallberg, joka käyttää annoksisaan villiyrtejä rustiikkisella tavalla.
4. Sesonki (kesä)
5. Henkilökuva
6. Informatiivinen ”mainosmainen” Laukkonen puhuu siitä missä ravintoloissa itse haluaa käydä.
7. Ihmettelee, miksi parhaassa sesongissa käytetään pussitettuja salaatteja.

Gloria 5/12

Alkupalat – osio: Säilöntä - Mistä puhutaan nyt s. 11

1. ei sinäänsä reseptiä, mutta puhutaan voikukkien säilömisestä. Toisessa kohdassa puhutaan Noman keittiömestarista joka vie kokkinsa keräämään metsien antimia, joita he hyödyntävät talvella menussa.
2. Villiyrteiden säilöminen lähiruoka, erikoisuus (NOMA)
3. Mainitaan Sami Tallberg ja Noman keittiömestari Reneé Redzepi
4. sesonki
5. kuva voikukista
6. informatiivinen
7. eettisesti ja ekologisesti kestävä gastronominen ratkaisu.

Kirjat -osio Grilliruokaa, villiyrtejä ja kakkuja s.52

1. ei reseptejä, mutta kirjasta mainitaan kuusenkerkkämajoneesi ja koivunmahlaan tehty maa-artisokkakeitto.
2. Koetaan ehkäpä erikoisuutena, sillä kirja on perinteinen keittokirja villiyrttioppaan sijaan.
3. Kirjan kirjoittaja Sami Tallberg
4. sesonki (kirja tullut ulos)
5. Kirjan kansikuva, jossa koivun runko.
6. informatiivinen
7. Artikkelin kirjoittaja on pettynyt, sillä kyseessä on pelkkä keittokirja, ei villiyrttiopas. Mutta kuvia ja reseptejä hehkutetaan.

Gloria 6/12

Toimitus tykkää -osiossa Jouni Toivanen kokki ja ravintolayrittäjä, joka paljastaa lehdessä täydellisen tattirisoton salaisuuden.

1. ei reseptejä
2. Jouni Toivanen kertoo karkaavansa vapaapäivänä lasten kanssa metsään keräämään sieniä, marjoja ja villiyrtejä. Luonto Mielenterveys
3. Jouni Toivanen, kokki ja ravintolayrittäjä.
4. sesonki
5. henkilökuva
6. kokemuksellisuus
7. Toivanen tuntee pääsevänsä lomalle, kun hän pääsee kuumasta keittiöstä luontoon lastensa kanssa.

Havuja lasissa s. 72

1. Ei reseptiä, mutta kuusiflush -juoma mainitaan.
2. ERIKOISUUS
3. Pure Bistro -yritys
4. sesonki, ravintolatasoista ruokaa/juomaa
5. kuusenkerkät
6. informatiivinen, kokemuksellisuus
7. raikas, omaperäinen suomalainen juoma, jonka voi esitellä ulkomaalaisille vieraille.

Gloria 7/12

Lindgrenin palsta – Jäkälälle kiitos! s. 18

1. –
2. lähiruoka, huomion herättäminen, ERIKOISUUS
3. Lindgren joka on kirjoittanut artikkelin. Mainitsee Noman keittiömestarin René Repezin ja Tamperealaisen ravintola C:n.
4. ravintolaruokaa
5. Henkilökuva
6. kokemuksellisuus
7. paljon kuvailevia sanoja siitä, miten Suomen luonto on niin puhdasta, että maasta kerätyn tuotteen voi laittaa suoraan suuhun. Jäkälä lautasella muistuttaa meitä miten tärkeää on vaalia suhdettamme puhtaaseen luontoon.

Vuoden parhaat Keittiösana Metsä s. 45

1. –
2. lähiruoka, luonto
3. –
4. sesonki, trendi
5. kuva metsästä
6. kokemuksellisuus
7. villien keruu on laadun määre keittiössä, helpottaa tarvetta saada lähiruokaa sillä se on ilmaista luksusta.

Kohti kokkien voittoa s. 95

1. –
2. lähiruoka, ERIKOISUUS
3. Keittiömestari Mika Palonen, joka harjoittelee Bocuse d'Or kokkikisoja varten. Mainitaan myös vadin suunnittelija Harri Koskinen, kilpailun Suomen tuomarina toimiva Pekka Terävä sekä Michael Björklund ja Henri Tikkanen jotka kisasivat aikaisemmin ja ovat nyt sparraamassa.
4. arjen yläpuolella oleva kilpailu
5. miehet keittiössä
6. neutraali
7. kisassa saa kyseisenä vuonna pisteitä kansallisista erityispiirteistä. Raaka-aineita on haasteellista saada kisan ajankohtana, mutta tarkoituksena on käyttää katajaa savuefektinä sekä vadin koristelussa.

Gloria 3/13

Taikinataivas -osio. Juhlaleipuri pistää polkaksi s. 73

1. Nokkos-savulohitorttu
2. lähiruoka, Huomion herättäminen (juhlaruokaa kevään juhliin)
3. –

4. sesonki, juhla (valmistujaiset)
5. kuva suorakaiteen muotoisesta valmiista piirakasta
6. kokemus vieraille, sillä nokkonen on kerätty kotipihasta.
7. saahan santsata -> kannattaa tehdä kerralla enemmän muhkean makuista piirasta.

Gloria 5/13

Toimitus tykkää osio- Pirjo Toikkanen kertoo omasta matkastaan mausteiden parissa. s. 9

1. –
2. Erikoisuus, huomion herättäminen EHKÄ Toikkaselle kuitenkin lähiruokaa.
3. Pirjo Toikkanen laatinut monta yrttistä reseptiä lehteen, mutta niissä ei ole mitään villiyrteistä.
4. sesonki
5. –
6. kokemuksellisuus
7. Toikkanen kertoo kuinka onnekas on siitä, että hänen yrttipolkunsa varrelle on osunut niin monta yrtin taitajaa (niin viljeltyjen kuin villienkin). Hän tekee shisosta näppiruokaa (joka oli hyvin trendikästä tähän aikaan vuosikymmenestä kun luin lehtiä.)

Kirjat – uudet löydöt s. 44

1. –
2. lähiruoka
3. Sasu Laukkonen, Mariaana Nelimarkka, (mainitaan myös kirjan idean isä Christer Lindgren) Kirjan nimi on Vihreä pöytä – oivaltavia kasvisruokia kaskinauriista karviaiseen.
4. sesonki (kirja tullut ulos)
5. kirjan kansikuva
6. neutraali
7. ”Idea on innostaa ihmisiä syömään runsaammin kasviksia ja villivihanneksia.”

Gloria 6/13

Kotibistro- osio Pihlajanmarjahyytelö PITÄISIKÖ JÄTTÄÄ POIS MARJAT KOKONAAN

Kirjat – uudet löydöt Villiyrtejä ja tex mexiä s. 54

1. ei reseptejä mutta mainittu kirjan päättäjä tammenterhokahvi ja mitä yrtejä kerkeää vielä keräämään ennen talvea.
2. lähiruoka, luonto
3. Michelin kokki Jouni Toivanen joka tekee ruokia myös lehdelle. Kirjan nimi on Viettelevät villiyrtejä - Luonnon herkkuja arkeen ja juhlaan.
4. sesonki (kirja tullut ulos)
5. kirjan kansikuva valkoisella lautasella vihreää ja valkoista annoksena
6. kokemuksellisuus, neutraali
7. vie lapset villiyrtejähtiin, yrtit sesongeittain ja niille kekseliäät reseptit, eri tasoille kokkaajille ja luonnossa liikkujille. Isolla ensimmäisenä ja oranssilla kirjoitettu sana: ILMAISTA

Säilöntäkilpailu Aasialaisia kurkkuja ja mustaa marmeladia s. 33

1. Notkea voikukkasiirappi
2. ERIKOISUUS, huomion herättäminen
3. Ohjeen keksijä Anna Pulliainen, Oulusta

4. sesonki

5. –

6. kokemuksellisuus (niin innostuneita tuotteesta) informatiivinen säilönnän suhteen
7. ensi kevään hittituote, vegaanin hunaja, kekseliäs kastike, sopii mihin vaan hunajan tilalle käytettäväksi.

Gloria 3/14

100:s numero jonka takia listattu menneiden vuosien ruokatrendit. 2012 Villiyrteitä viljitsevät, taas. s. 26

1. –

2. ERIKOISUUS

3. Edelliset toimittajat Kaisa Torkkeli ja Anna-Maija Tantu intoilivat villiyrteistä (nokkonen, vuohenputki ja voikukat) vuonna 2005 ja 2009. Sami Tallberg antoi loistovinkin voikukan nuppujen kaprismaisesta käytöstä vuonna 2012.

4. –

5. –

6. neutraali

7. ei mitään erikoista

Gloria 4/14

Toimitus tykkää juuri nyt Sasu Laukkonen s. 12

1. –

2. lähiruoka, luonto

3. Sasu Laukkonen, keittiömestari joka tekee reseptejä lehden vegevallankumous - osioon.

4. sesonki

5. kuva kulhosta jossa on erilaisia vihreitä villiyrteitä, henkilökuvaa

6. informatiivinen (kertoo miltä isomaksaruoho maistuu ja kuinka kaikkea ei pidä keittää, sillä se on myös perhosen ruokaa.)

7. Isomaksaruoho on parasta ihan sellaisenaan, vaikka salaatisissa. Tykkään villikasveista nyt ja aina.

Kesärakkaat s. 40

1. Nokkospyöre

2. lähiruoka

3. Sasu Laukkonen tekee omat versiot ranskalaiskokki Michel Bras'n kuuluisasta kasvisannoksesta Le Gargouillou, jossa on loihdittu suupalan kokoisia kasvismakuparit.

4. sesonki, ravintolatasoinen ruoka

5. kuva nokkospyreestä jonka päällä on puolikas sipuli ja versoava valkosipulin kynsi. Muitakin kasvismakupareja sivulla.

6. kokemuksellisuus

7. pääraaka-aine nokkonen löytyy parhaassa tapauksessa kotipihalta.

Gloria 6/14

Jyvää Suomesta s. 38-45 (s. 84 Havuriista)

1. havuriista

2. lähiruoka, erikoisuus

3. –

4. sesonki

5. kuva hirvipadasta valkoisella lautasella, sammaleen päällä luonnossa.

6. **kokemuksellisuus**, **informatiivisuus** (maanomistajan lupa pyydetty))
7. juttu jyivistä, joten hirvipadan uhataan jäädä kakkoseksi kasvis/rukiijyvä-annoksen kanssa. ”Onneksi senkin makumaailmassa on kiehtovia sävyjä, mäntyä ja katajaa.”

Gloria 7/14

Vuoden parhaat – Keittiösana: pikkelointi s. 48

1. –
2. **ERIKOISUUS**, valtavirta
3. kaikki kokkaajat
4. trendi
5. kuva pikkeloidyistä pihlajanmarjoista lasipurkissa ”pohjolan kapris”
6. **informatiivisuus**
7. mitä katu-uskottavampi kokki, sitä varmemmin säilöö varsinkin nopeasti, eli pikkelöi, mummonkurkut valtavirtaa, **pikapikkeloityt kuusenkerkät** innostavat kokkeja meillä ja maailmalla.

Gloria 4/15

Koivunlehdillä savustettu lohi

1. Koivunlehdillä savustettu lohi
2. **ERIKOISUUS**
3. –
4. **sesonki**
5. –
6. **kokemuksellisuus**
7. –

Parsa, papu ja pizza

1. Nokkospizza Libanonilaisittain, mainitaan myös mantelivoi-parsapastan kohdalla, että parsan voi korvata maitohorsman versoilla.
2. **lähiruoka**
3. **Vegekokki Anu Brask** kokkaa erilaisia kasvisruokia
4. **sesonki**
5. annoskuva jossa pizzapaloja rypistetyn valkoisen leivinpaperin päällä jonkilaisen vaalean sinertävä/harmaan betonimaisen pinnan päällä.
6. **informatiivisuus, kokemuksellisuus** (kerää nokkosia talvea varten pakkaseen, nokkosten ryöppäämiseen erikseen ohje)
7. kesäistä pikaruokaa parhaimmillaan, kevätkunkku

Gloria 5/15

Alkupalat -osiossa Uusi kirja, uusi elämä s. 16

1. ei reseptejä, mutta kirjasta poimittu **nokkossima**, **-pesto**, **kääryleet** sekä toisessa kirjassa **kuusenkerkkäsilli** sekä **friteeratut voikukat** raparperikiisselin seurassa.
2. **lähiruoka**, **luonto**, **terveys**
3. Rune Kalf-Hansen ja Lisen Sundgren: Villikeittiö – ruokaa luonnosta vuoden ympäri. Katariina Vuori: Nokkonen – herkkuja ja hyvinvointia suomalaisesta superkasvista.
4. **sesonki** (kirjat tulleet ulos)
5. kuvat kirjoista
6. **informatiivisuus, kokemuksellisuus**

7. opuksen lukeminen on muuttanut pisteliään rikkaruohon salonkikelpoiseksi herkuksi, jota himoitsen. hyödyntäminen keittiössä, rohkaisee keräilyyn, innostaa kokkailuun.

Huvilan himotut s. 54

1. Villiyrtingremolata, ruusuliemessä keitetyt ravut, ruusuvinegretti, ruusuvinegretillä maustetut punajuuret
2. huomion herättäminen, ERIKOISUUS
3. –
4. sesonki
5. annoskuvia, todella tummaa taustaa
6. informatiivinen (kerää noin litra terälehtiä) kokemuksellisuus
7. tutut raaka-aineet mutta mausteeksi ripaus ideaa. Ravut saavat uuden elämän kun lisäät keitinliemeen ruusun terälehtiä.

Kaatu s. 88

1. nopea metsäsinappi
2. luonto, lähiruoka
3. –
4. sesonki
5. metsä
6. kokemuksellisuus
7. ketunleiville olisi käyttöä metsäsinapissa. Annokset onnistuvat myös kotiliedellä, jos metsässä nuotion sytyttäminen ei innosta.

Gloria 3/16

Urbانيت villit s. 56-63

1. Vuohenjuusto-vuohenputkipiiras, kerkkäpesto, possunkassler-kevätkaalivuoka, Nokkos-kalapullat vihreässä liemessä, voikukansydämet, kukkahollandaise, ketunleivillä maustettu kookosmanna.
2. urbaani luonto, lähiruoka
3. -
4. sesonki
5. valkoista pellavaa taustalla, tumman vihreää kasveissa ja tummaa osassa kattausta, rustiikkista.
6. informatiivinen (paljon vinkkejä mistä/miten kerätä)
7. ”otetaan ne tavallisimmat villiyrtyt, mutta unohdetaan tavanomaisimmat reseptit.” uutta ja urbaania

Gloria 5/16

Toimitus kertoo s. 8

1. –
2. luonto, lähiruoka
3. ruokatoimittaja Anu Brask
4. sesonki
5. henkilökuva
6. neutraali
7. kokkailu siirtyy kesällä luontoon, josta kerätään osa raaka-aineista.

Tarjotaan kylmänä s. 54

1. Korealainen nuudeli bibim guksu
2. luonto, lähiruoka, HARRASTUS
3. reseptin kirjoittaja Anu Brask ruokatoimittaja
4. sesonki
5. raakoja vihanneksia ja nokkosia
6. kokemuksellisuus
7. hortoilu on lempipuuhaa, joten tulee keksittyä reseptejä joihin niitä voisi käyttää.

Gloria 6/16

Lukijalta s. 8

1. –
2. –
3. Lukija Anne Järvinen
4. –
5. –
6. –
7. villiruokajutut ovat aina kiintoisia.

Gloria 7/16

Vuoden parhaat s. 16

1. Ei reseptiä, mutta mainitaan yrittäjien tuotteet voikukkarouhe ja nokkos-yrttisuola
2. terveys
3. villiyrittäjät Anna Nyman ja Pauliina Toivanen Helsinki Wildfoodsista.
4. –
5. henkilökuva
6. neutraali
7. hyvinvointi löytyi villiruuasta. Energiaa pursuavat moniosaajat konsultoivat hyvinvoinnista ja vievät ihmisiä luontoon. Pienimuotoinen villitys nokkossuolasta. Tekevät superruokaa suomen luonnosta.
8. Energiaa pursuavat moniosaajat.

Absalon, Absalon s. 35

1. –
2. lähiruoka eettisyys
3. kolumnisti Tove Idström mainitsee ravintola Noman perustajat Claus Meyerin ja René Redzepin
4. –
5. henkilökuva
6. kokemuksellisuus
7. lähiruokaa, villiyrttejä, pohjoismaista. ajatuksena sosiaalinen ja eettinen ruoanlaitto.

Gloria 3/17

Alkupalat s. 16

1. Ei reseptiä, vaan valmiit kuusi- ja mäntyjäätelöt
2. ERIKOISUUS
3. muu yrittäjä kaksi jäätelötehdasta Jymy 1917 (mäntyjäätelö) ja Suomen jäätelö (kuusijäätelö)
4. sesonki
5. –
6. kokemuksellisuus

7. jännittävä, raikas, halkopino tulee mieleen. Huippuravintoloiden villitys mennä metsään on jalkautunut jäätelömakuihin.

Kerkkä ei maistu puulta s. 26

1. broilerinmaks-kerkkäpasta, kerkkägraavilohi, brandyn maustaja, kerkkägin, kerkkämehu, superfoodpirtelö, kerkkäjuustokakku. voi myös säilöä etikkaan tai suolaan tai käyttää tuoreena salaattien joukossa.
2. lähiruoka, ERIKOISUUS (sillä mahdollisuus kerätä niitä on vain muutama viikko)
3. –
4. sesonki
5. annoskuvat
6. informatiivinen (ei kuulu jokamiehen oikeuksiin)
7. loistava mauste leivonnassa, ei allergisille!, kerkän makuparit kala, sipuli ja parsaa, runsaasti a ja c vitamiinia.

Gloria 4/17

Villit bileet s. 56

1. maitohorsma-pekonihodarit, voikukkasalaatti, hölskytetyt isomaksaruohot, maa-humalalla maustetut karitsankyljykset, ketunleipäkastike, litulaukalla marinoidut paahdetut kasvikset, syreenigranita.
2. luonto, lähiruoka, huomion herättäminen
3. –
4. sesonki, juhla
5. annoskuvat, tummaa vihreää
6. informatiivinen (ötökät poistuvat kun laittaa valkoiselle paperille..)
7. pyydä ystäviä tuomaan osa aineksista, tullessaan pusikon kautta.

Gloria 5/17

Lukijalta s. 8

1. –
2. –
3. Anne Järvinen
4. –
5. –
6. –
7. villiyrtit kiinnostavat, saa koko kesäksi ideoita.

Rikkaruohojen kuningas nokkonen s. 64

1. nokkos-kampasimpukkacurry, nokkosmuhennoksella täytetty uunihauki, nokkos-perunapiiras, nokkos-vuohejuustolasagne, kukkakaali-nokkoskeitto, nokkos-leipäjuustosalaatti, nokkossipsit
2. lähiruoka
3. –
4. sesonki (koko kesän)
5. annoskuvat, tummaa vihreää
6. informatiivinen
7. villiyrttien valtias, hyötykasvien keisari, yllättäjä.

Gloria 6/17

Alkupalat s. 9 Luonnollista taikapölyä

1. syötävät kukat -> kukkakonfetti krasseista, kehäkukista, samettiruusuista ja orvokeista

2. eettisyys (luonnonmukaisempi koreilu)
3. –
4. **sesonki** -> alkusyksystä voi kerätä itse **TRENDI**
5. syötäviä kukkia vaalean sinistä taustaa vasten.
6. **informatiivinen**, mitä kerätä ja miten ne säilyvät nuupahtamatta.
7. tekevät annoksista vastustamattomia ja nostaa instagram-arvoa silmänräpäyksessä

Alkupalat s. 12 GRV ihastui

1. valmis tuote: kuusenkerkkäjuuho
2. **ERIKOISUUS**
3. **muu yrittäjä** Arctic Warriors
4. –
5. tuotokuva
6. **informatiivinen** (mihin sopii) **kokemuksellisuus** (ei tarvitse itse kerätä, toimitus ihastui)
7. tuo raikkaan metsän maun. Jäivätkö kerkät keräämättä, ei hätää!

Gloria 7/17

Vuoden parhaat 2017 Metsä s. 15

1. ei reseptejä, mutta mainitaan miten ravintolat käyttävät jäätelöissä kuusta, mäntyä ja katajaa, cocktail lasissa killuu koivunlehti. Henkilökunta kerää itse raaka-aineita ja oman työpaikkaruokalan keittiössä on pullo kuusenkerkkäsiirappia.
2. **lähiruoka, luonto**
3. –
4. **trendi**
5. kuva vihreästä metsästä
6. **kokemuksellisuus**
7. metsä on ruokavuoden tunnelma. vuoden kuluessa metsä houkuttelee ja tuntuu turvalliselta.

Vuoden parhaat 2017 Vuoden sana s. 20

1. -
2. **lähiruoka**
3. villiruokaan erikoistunut Vild-ravintola
4. **trendi**
5. –
6. **kokemuksellisuus** (erikoiset annokset esim, muurahaiset)
7. ihastuttiin, rohkaistuttiin

Kokkaa kuin kokki s. 50

1. punajuuri-suolakinuskia ja **havujäätelöä** (valmis tuote havujäätelö) jälkiruokapuolelta haetaan elementtejä alku- ja pääruokiin esim. nokkos-sabayon.
2. **ERIKOISUUS**
3. Jenni Tuominen Le Gordon Bleu -kokki, Toni Kostian ravintola Grön.
4. **arjen yläpuolella** (ravintolatasoinen ruoka)
5. annoskuva, pastellinen vaaleanpuna
6. **kokemuksellisuus**
7. artesaanijäätelöt ovat trendikkäitä, herkulliset havunmaut

Jättiläisen paluu s. 76

1. –

2. huomion herättäminen
3. Keittiömestari Hans Välimäki
4. trendi
5. henkilökuva
6. neutraali
7. hortonomin työtä, ei kokin työtä. "Palaceen ei tule mitään takapihalta kerättyä ruokaa." huomion herättämistä
8. suorasanaisuus. Nykytrendit eivät saa Välimäkeä ihastuneeksi.

Gloria 8/17

Perinteisellä tyyllillä s. 58

1. Kuusijäädyke
2. huomion herättäminen (erilainen jälkiruoka joulun)
3. –
4. juhla
5. annoskuva vaalea kakku vaalealla liinalla, kylmää valoa
6. informatiivinen (maanomistajan lupa, havut koristeena päällä, ei syötäväksi)
7. –

–

Gloria 5/18

Tuoksuva superjäätelö s. 17

1. Sireeni-melonipopsit
2. luonto, lähiruoka
3. –
4. sesonki
5. kuva popseista vaaleaa taustaa vasten
6. kokemuksellisuus
7. Trendiherkku numero yksi. näkyy Instan ruokatreendeissä, keräily ja syötävät kukat. Huumaava tuoksu pusikossa, ei maltaisi lopettaa kukintojen riipimistä.

Täyttä laukkaa s. 24

1. Laukkakokkeli, Laukka-pinaattikeitto, Laukkamarinoitu siika, mausteöljy ja marinadi, käytä pinaatin tapaan paistamalla pannussa.
2. luonto, trendikkyys
3. –
4. sesonki
5. kuva annoksista sekä tunnustuskuva karhun- ja litulaukasta paljon vihreää valkoista taustaa vasten.
6. informatiivinen, kokemuksellisuus
7. supertrendikäs suosikkiyrtti, tässähän jää ceviche toiseksi! -> kotimaiset raaka-aineet kunniaan

Tarjoilija, keitossani on kesä! s. 64

1. Thaimausteinen nokkoskeitto
2. päivitettyjä versioita eri kesäkeitoista, ERIKOISUUS
3. –
4. sesonki
5. kuva annoksesta valkoista taustaa vasten
6. kokemuksellisuus (erikoiset maut perinteisen nokkosen kanssa)
7. thaimausteet lämmittävät koleaanakin kesäpäivänä

Gloria 4/19

Kukka kielellä

1. syreenisiirappi, orvokkiletut, voikukkasalaatti, kukkaetikka, ruusuvadelmäpirtelö, kukkavesi, mesiangervosokeri, köyhän sährami, oman pihan pippuritahna, sametti-kukkatorttu, kehäkukkakiisseli, syreenibroileri, kukkaniittykakku, voikukatempura, ruusutahnalla maustettu nieriä
2. lähiruoka, luonto, ERIKOISUUS
3. –
4. sesonki keväästä syksyyn
5. värikkäitä ruokakuvia kukista, muuten vaaleaa
6. informatiivinen (paljon vinkkejä)
7. silmänruoka, huumaavat tuoksut

Gloria 5/19

Alkupalat -osio Kellarin himotuimmat pullot s. 15

1. Kuusenkerkkäsnapsi
2. lähiruoka
3. –
4. sesonki
5. kerkkäsnapsia läpinäkyvässä pullossa
6. neutraali
7. ei mitään mainittavaa

Gloria 6/19

Sesongin maku: mesiangervo s. 16

1. Loma-aamun tuorepuuro, mesiangervoitu possunkyljys, kermanen mesiangervokastike, kuninkaallinen mesiangervokakku, mehutiiviste, etikka, makuparit
2. lähiruoka, luonto
3. –
4. sesonki
5. annoskuvat. vaaleanpunaista vaaleita kangasliinoja
6. informatiivinen (keruu, käyttöideoita)
7. tuulessa heiluvien kermanvalkoisten kukkien hunajainen tuoksu kertoo, että on aika kerätä mesiangervon aromit talteen

Vegen viemää s. 26

1. Papu-nokkoskeitto
2. terveys, lähiruoka
3. Anne Saarenoja vegaaniravintolayrittäjä
4. –
5. annoskuva, henkilökuva keitto ja sininen liina
6. informatiivinen (miten säilötään)
7. ilmaista ruokaa, ”villiyhteistä voimallisin” nokkonen

Gloria 8/19

Suomi-matcha s. 17

1. Kuusenkerkkälätte
2. ERIKOISUUS
3. –
4. –
5. annoskuva
6. informatiivinen (käyttötarkoitukset ja annostelu) kokemuksellisuus ks. seuraava

7. mielikuvia herättävä -> tuoksu ja maku vie havumetsään (ei kuitenkaan kerrota mistä voisi ostaa tai minkä merkkistä kerkkä jauhe on.)

Gloria 1/20

Hyvää metsästä s. 48

1. villi sienikeitto (kallioimarre käyttö jos harrastat villikeräilyä*)
2. mielen terveys, lähiruoka, luonto
3. Yrittäjä Carita Peltonen, Sami Tallberg
4. sesonki*
5. ruokakuva, henkilökuva, metsä
6. kokemuksellisuus, informatiivisuus
7. Tallberg: "en käytä näitä raaka-aineita siksi että ne ovat erikoisia vaan siksi, että ne ovat ykkösluokan raaka-aineita."

Gloria 5/20

Ruusubooli (myös mainittu kannessa) s. 15

1. Rapaperperi-ruusubooli
2. lähiruoka, huomion herättäminen
3. -
4. sesonki, juhla
5. ruokakuva kesäinen vaaleanpunainen booli lasikannussa
6. kokemuksellisuus
7. "aromikkaat ja kauniit terälehdet" villinä kasvavat

Pikamatka suveen s. 23

1. Nokkospasta
2. terveys
3. Ruokatoimittaja Anu Brask
4. sesonki
5. annoskuva
6. Informatiivinen (voi tehdä pinaatista) kokemuksellisuus
7. "nokkonen on ikerakkauteni", nokkoson vitalisoiva maku.

Gloria 6/20

3 X hauduke Kesän kaunein juoma s. 19

1. helppo, nopea haudukejuoma puutarhan ja pihan villiyrteistä
2. lähiruoka, huomion herättäminen
3. -
4. sesonki
5. kuvissa reseptin ainekset
6. kokemuksellisuus
7. "hauduta näyttävä juoma"

Ravintola Grön

1. -
2. lähiruoka, erikoisuus
3. Toni Kostian ravintoloitsija ja kokki
4. sesonki (koronatauon aikana uusittu Grön)
5. henkilökuva, taustalla keittiö jossa roikkuu kuivattuja kasveja
6. informatiivinen, kokemuksellisuus

7. mehevät isomaksaruohot grillatussa nokkosliemessä, "...saavat näyttämään ilmiölle vihreää valoa ja unohtamaan hetket jolloin kuituisia vuohenputkia... ... tunsivat katsovansa keisarin uusia vaatteita."

Maku

Maku 2/10

s. 88 Luonnon vihannestiskillä Maukas Arki -osiossa

1. Villi caesarsalaatti, nokkos-ahvenpiiras, maitohorsmanversot ja hollandaise, voikukka-sillikaviaari, kevätkuokuva
2. nokkonen, ahomansikka, voikukka, siankärsämö (terveysvaikutukset), maitohorsma, poimulehti, vuohenputki. Käyttötarkoituserseptejä. Neuvoja siitä, mistä niitä voi kerätä ja miten tunnistaa lajin. Varoitus vuohenputken sekoittamisesta myrkkukasviin. Rohkaistaan kokeilemaan niitä ja kerrotaan kuinka voidaan selittää kaamosmasennus, sekä miten voidaan säilöä seuraavan kaamosmasennuksen varalle (kuivaaminen ja pakastaminen).
3. –
4. Sesonki
5. lajin tunnistaminen, ruokakuvat, koivun versot jutun isossa kuvassa. vaaleaa taustaa, (liinoja)
6. Informatiivinen, kokemuksellisuus
7. ”Uusien makujen lisäksi löydät pihalta ilmaista puhtia, sillä vihannekset ovat täynnä vitamiineja.” Hienostunut maitohorsma, kätke pihapiirin kiukkuiset nokkoset... juoma maistuu keväältä ja kasvun ihmeeltä.

Suomalaista superruokaa pääkirjoitus s.3

1. –
2. nokkonen, yleisnimityksenä myös villivihannokset -> terveys, lähiruoka
3. Kati Pohja pääkirjoitus vaihtuu, lehden tekijät vuorotellen kirjoittavat pääkirjoituksen
4. sesonki
5. –
6. mielipidekirjoitus siitä, että suomalaisessa luonnossa on meille täysin sopivia superfoodeja, eikä tarvitsisi tuoda toiselta puolelta maapalloa sademetsän antimia.
7. superruokatrendi on kuin pyörän keksimistä uudelleen. suomalaiset antimet ovat ravinnollisesti ja maullisesti ylivertaisia. odotus kevästä ja uudesta sadosta talven jälkeen.

Maku 4/10

Keittokirjat maistelussa s. 13

1. –
2. kirjat innostavat lähtemään liikkumaan luontoon ja keräämään ruoka-aineita
3. Sami Tallberg - villiyrttikeittokirja, Petri Hautala – tuulenheimua elämyksiä luonnossa
4. sesonki (kirjauutuudet)
5. kirjojen kansikuvat
6. informatiivinen, kokemuksellisuus
7. Hatun nosto Tallbergille, ”sesonkikalenteri” jonka avulla pääsee yrttien jäljille niiden ollessa parhaimmillaan. Nautinto syntyy kun saadaan syödä itse kerättyjä/pyydytetyjä tuotteita raikkaassa ulkoilmassa luonnonhelmassa.

Maku 3/11

Salaattibaari on auki s. 56-57

1. Nokkospestopastasalaatti
2. **terveys** (salaatit ovat kevyttä ruokaa, mutta salaatinkastike voi olla kaloripommi)
3. –
4. **sesonki**
5. annoskuva
6. **VAIN RESEPTI** hyvin **neutraali**
7. Adjektiivit: ei mitään adjektiiveja kuvailemaan salaattia.

Maku 2/12

Aurinkoiset kevätkarkelot s. 24-27

1. **Koivunlehtijuoma**, **friteeratut voikukat**, **nokkos-juustokohokkaat**, **kuusenkerkkä-siirappi**; **säilöntä**
2. **huomion herättäminen** (vieraissa, uudenvuodenlaisella ruualla) **ERIKOISUUS** ”friteeratut voikukat ovat uudenlainen kevättherkku”
3. –
4. **sesonki**, **juhla** (menu-ehdotus viineineen)
5. vihreää, valkoista ja fuksiaa kattauksessa. Annoskuvia
6. **kokemuksellisuus**, myös **neuvottu kuusenkerkkien keräämisestä**
7. raikas koivunmahlajuoma, uudenlainen friteerattu voikukka, nokkosien käyttö vaihteksi kohokkaassa,

Maku 3/12

Päätoimittajan juttu s. 3

1. **Voikukkasima** (ohje netissä Maku.fi)
2. **lähiruoka**, **luonto**, **Huomion herättäminen**, **erikoisuus**
3. päätoimittaja Marita Joutjärvi
4. **sesonki**
5. läpinäkyvä muki jossa simaa, voikukanlehdet; päätoimittajasta kasvokuva
6. **kokemuksellisuus**
7. ”vihattu ja rakastettu voikukka voi päätyä hyötykäyttöön”

Rentoa juhannusta! s.23

1. **Nokkoskorput**
2. **lähiruoka**, **erikoisuus**
3. –
4. **sesonki**, **juhla**
5. korput valkoisella lautasella savukalatahnan takana, taustalla vihreää luontoa.
6. **kokemuksellisuus**
7. hyödynnä luonnon antimia

Terälehtikimara s. 89

1. eri kukkien nappuja, miten kuivata ja säilöä niitä ja mitä käyttötarkoituksia niillä on **säilöntä**
2. **lähiruoka**, **luonto** **ERIKOISUUS** **huomion herättäminen vieraille**
3. –
4. **sesonki**
5. kannon päällä purkkeja joissa kuivattuja kukkia
6. **informatiivinen**, kehoitetaan aloittamaan muutamasta ja kokeilla niiden käyttömahdollisuuksia ennen siirtymistä seuraaviin.

Viikon ruokalista s. 92

1. Nokkosmuhennos ja paistetut ahvenet (maanantain ruoka)
2. lähiruoka
3. –
4. sesonki
5. annoskuva
6. VAIN RESEPTI
7. -

Maku 4/12

Turistina Helsingissä s.8

1. –
2. ERIKOISUUS Cappelissa tarjotaan nokkosta ”merellinen menu sisältää mm. lohta ja nokkosta.”
3. –
4. sesonki
5. kartta (ei mitään villiyrteistä)
6. kokemuksellisuus mutta neutraali
7. ”ruokakulttuurin nälkäisille”

Luomun ylistys s. 50-52

1. Nokkoskeitto
2. lähiruoka, terveys, luonto LUOMURUOKA
3. Osmo Rauhala taiteilija ja maanviljelijä
4. TRENDI? luomu
5. henkilökuva ja keitosta kuva vaalean liinan päällä
6. informatiivinen ja kokemuksellisuus
7. lapsuuden makuja

Maku 2/13

Voikukkamarmeladi s. 42

1. Voikukkamarmeladi, säilöntä
2. ?
3. –
4. sesonki
5. kuva säilöntäpurkista jossa on keltaista marmeladia ja voikukkia ympärillä
6. VAIN RESEPTI silti hyvin informatiivinen miten saa ötökät pois ja kuinka marmeladi jää juoksevaksi.
7. -

Ravintopuntari osio - Villiyrtit s. 76

1. –
2. lähiruoka, terveys
3. –
4. sesonki
5. maitohorsma kasvupaikallaan

6. informatiivinen (yleisvillivihannekset, keruu sesonki, kerää vain mitä tunnet..)
7. ”hyödynnä lähiruokaa”

Maku 3/13

Makupostia s. 94

1. –
2. huomion herättäminen
3. lukija
4. sesonki
5. –
6. kokemuksellisuus
7. ”ohje niin ihana, ettei malta odottaa voikukkia.”

Maku 4/13

Kesäjuhlat puutarhassa s. 15-17

1. Voikukkapiiras, säilötyt voikukkanuput
2. lähiruoka, luonto
3. –
4. sesonki
5. Hymyilevä nainen kantaa tarjottimella kannua ja laseja joissa on keltaista juomaa. Vihertävää luontoa taustalla. Valkoinen pellavapaita päällä.
6. kokemuksellisuus ”kutsu ystävät tuoksuvaan puutarhaan kahville”
7. kerää osa aineksista omasta puutarhasta

Maku 3/14

2 x viikon ruokalista s. 84

1. Sienitäytteiset nokkosletut
2. ?
3. –
4. perjantain ruoka kenties vähän parempi?
5. annoskuva vuoassa olevista täytetyistä letuista
6. VAIN RESEPTI

Makaturisti Ruotsissa s. 58 Ruokavaellus Korrön käsityöläiskylässä

1. –
2. luonto
3. –
4. sesonki/TURISMI
5. maisemakuva vedestä, luonnosta ja punaisesta ladosta.
6. kokemuksellisuus ”Eväsrepusta löytyy milloin koivnmahlaa ja pettuleipää...”
7. mainio tapa tutustua paikallisherkkuihin

Maku 6/14

Blogit Maku lehden verkkosivuilla s. 18

1. –

2. maininta nokkospestosta ERIKOISUUS
3. Blogin Perinneruokaa Prkl! reseptien kirjoittajat Mika Rampa ja Antti Lumiainen
4. –
5. henkilökuvat
6. informatiivinen
7. joustava käsitys perinneruusta (nokkospesto)

Maku 4/15

Pääkirjoituksen vieressä Pääkirjoittajalta ”nyt kiinnostaa” osiossa Rikkaruohot

1. –
2. luonto, ERIKOISUUS
3. pääkirjoittaja Satu Koivisto
4. sesonki juhla
5. vihertävä ja valkea voileipäkakku, jonka päällä ketunleipiä (maininta kirjoituksessa)
6. kokemuksellisuus työväenopiston villiruokakurssi, jonka seurauksena syntymäpäivä voileipäkakun päällä ketunleipiä
7. -

Hurahda hortoiluun s. 9

1. ei sinänsä reseptiä, mutta annetaan vinkkejä miten käyttää ruusua, kuusenkerkkää, nokkosia pinaatin tilalla ja mesiangervon kukkanappu (kerrotaan että maistuu amarettomaiselta). -Sasu Laukkonen. Nokkoskeitto mainittu, Mirja von Knorring. Karhunlaukka mainittu sopivan marinoituihin voikukkannappuihin. Aloittelijalle nokkonen ja voikukka. Vuorikaunokki, saksankirveli, kallioimarre. Hannele Kojo. Villiyrttisalaatti ja villit makuparit: mansikka ja pihasaunio, kurturuusun terälehti ja puolukka sekä kallioimarre ja kanttarelli. Sami Tallberg
2. lähiruoka, luonto, ERIKOISUUS erikoisilla makupareilla
3. ravintolayrittäjä Sasu Laukkonen ja Sami Tallberg, muu yrittäjä -> kotitalousopettaja, keittokirjailijat Hannele Kojo ja Mirja von Knorring.
4. sesonki
5. kasvokuvat ihmisistä, nokkonen
6. informatiivinen
7. hurahda hortoiluun, nokkonen on täynnä kaikkea mitä ihminen tarvitsee, valmistan äitini reseptin mukaisesti, kesäisillä metsäretkillä kannattaa etsiä.., monikäyttöisiä raaka-aineita, ”villit makuparit”, happoinen, amarettomainen, pinaatin tilalla.

Minä <3 ruoka s. 10

1. ei sinänsä reseptiä, mutta vinkkejä miten käyttää kuusenkerkkiä ruuanlaitossa ja milloin kerätä niitä.
2. lähiruoka
3. muu yrittäjä (kirjan kirjoittaja, blogin pitäjä, ruokastailaaja, reseptien kehittäjä Mari Moilanen
4. sesonki
5. henkilökuva
6. informatiivinen, mainostaa kirjaa
7. kiehtova, hyödyntää,

Maku 2/16

Sekaisin luonnosta s.54-55 MONISTE

1. kasvisravintola Cargon suosikkiannos
2. ulkoilu, luonto, luonnon vihreä supermarket 24/7
3. Sami Tallberg
4. –
5. ruoka-annos rustiikkiset ruokailuvälineet, vaaleansinistä ja valkoista
6. tarinallistaminen, kokemuksellisuus

Maku 3/16

Nokkonen & pinaatti s. 43 MONISTE

1. nokkoskrepit, nokkosmuffinit, pinaatti-fetapiirakka (jossa puolet pinaatista voi korvata nokkosella)
2. lähiruoka
3. –
4. sesonki
5. pellavaliinat, yrttisakset, vähän vaaleaa sinistä, muuten valkoista ja vihreää
6. informatiivinen
7. ”keittiön vihreä superpari”

Ostoskorissa s. 58

1. ketunleipäpesto
2. lähiruoka
3. Perinneruokaa-bloggaajien resepti
4. sesonki
5. yrttejä pöydällä, vihreää, vaaleansinistä
6. kokemuksellisuus
7. ”yltyvä vihreän himo”

5 x sima s. 84

1. voikukkasima
2. lähiruoka
3. -
4. sesonki, juhla
5. vaalea alusta, jolla lasissa simaa, vappuserpentiniä
6. kokemuksellisuus
7. ”voikukatko rikkaruohoja?” valjasta lapset keräilemään kukkaset talteen.

Maku 4/16

Kansikuva teksti: NÄIN KOKKAAT VILLIYRTEILLÄ (ei kuvassa mitään villiyrtejä)

Uunituoret s. 12 Nokkonen on villien ykkönen

1. nokkospatonki, nokkospesto, nokkospannari
2. -
3. blogien kirjoittajat mainittu
4. sesonki
5. annoskuvat
6. vain reseptit

7. nokkospestotäyte antoi herkullisen mehukkaan maun. Pannari toimii hyvin ihan sellaisenaan.

Kirjat s. 14 Villiinny villivihanneksiin – elinvoimaa ja energiaa luonnosta

1. ei reseptiä, mutta mainitaan kirjan reseptit: nokkoskukat vedessä ja omenaiset hortahukaiset
2. lähiruoka, luonto
3. kirjan kirjoittaja Raija Kivimetsä
4. -
5. kansikuva kirjasta
6. neutraali
7. kirja sopii asiasta kiinnostuneille ja perheille, jotka haluavat liikkua luonnossa.

Villit ja vapaat s.42 MONISTE

1. isomaksaruohopesto, vuohenputkipiirakka, villiyrttisalaatti, litulaukkakääröt, suolaheinä-perunasosekeitto
2. mistä löytyy, miten kerätä, informatiivinen
3. -
4. sesonki
5. värikästä, vihreää, pellavaliina, sekalainen sarja eri tyyliä astioita ja aterimia, luontoa taustalla
6. informatiivinen, vinkkejä keräämiseen

Meillä kokataan s. 56

1. -
2. trendi
3. Satokausikalenterin perustaja Samuli Karjula
4. trendi
5. henkilökuvaa
6. neutraali
7. ihmisten halu palata juurille näkyy mm. hortoiluna

Makupostia s. 88

1. -
2. -
3. lukija Kirsi
4. -
5. -
6. -
7. Ihanaa kun lehteen on otettu mukaan villivihannekset resepteineen. Lukija odottaa jo seuraavan numeron villiyrtti abc:tä

Maku 5/16

Makupostia s.79

1. -
2. lähiruoka
3. Lukija Marja-Liisa
4. -
5. -
6. -
7. Marja-Liisa toivoo, että villiyrttireseptit jatkuvat lehdessä. Myös pohjoisemmasta kasvavista villiyrtteistä.

Maku 2/17

Uunituoret s. 11 Mitkä ruuanlaittokurssit ovat nyt pinnalla?

1. –
2. –
3. Uudenmaan Marttojen kehityspäällikkö Aino Posti
4. –
5. henkilökuva
6. neutraali
7. ”myös villivihanneskurssit kiinnostavat.”

Meillä kokataan s. 64

1. –
2. lähiruoka
3. Sikke Sumari
4. ravintolaruokaa, koska käytetään Namaste-ravintolassa
5. henkilökuva
6. kokemuksellisuus
7. ”Minkä taidon haluaisit oppia? Villiyrtilt kiehtovat ja niistä haluaisin oppia lisää. Muihin saarella kasvaa mm. merikaalia ja karhunlaukkaa. Käytämme niitä ahkerasti Namasten keittiössä.”

Maku 3/17

Kansi: ”Nokkossipsit, pihlajatikkaarit ja muut villiyrtiltiherkut” ”Kukkaismausteet ruusu ja syreeni” (ei kuvassa mitään)

Uunituoret s. 14 Keittokirjat

1. –
2. –
3. Hannus, Nyman, Toivanen, Huotari & Victorizon ovat kirjottaneet kirjan Villiyrtilt – hyvinvointia kotikulmilla
4. –
5. kirjan kansikuva
6. neutraali
7. ”kirjoittajat ovat lumoutuneet luonnosta, erikoistuneet villiruokaan”

Villi kevät MONISTE

1. pihlajatikkaarit, kuusenkerkkä pannacotta, nokkossipsit, tartar pihvi ketunleivän kanssa, uppomuna ja höyrytetty peltokanankaali
2. keruuajoja, kuvailuja siitä miltä kasvi maistuu ja mihin tutumpaan tuotteeseen sitä voisi verrata
3. –
4. kevät sesonki
5. tummia värejä ja tummaa vihreää kuten sammal, puuta käytetty keruuastioina ja aluslautana
6. -> kokemuksellisuus makuelämyksenä
7. sanoina on käytetty superlatiiveja: mahtavia makuja, koukuttavan hyviä, herkkä ja upea aromi, monipuolinen hapokkuuden tuoja.

Meillä kokataan MONISTE

1. Mysin nokkosmuhennos
2. Nokkosia kuvataan viattomiksi ja ruokaa kauniiksi
3. Ruokakirjailija Mysi Lahtisesta kertova juttu. Asiantuntijuus: ruokakirjailija

4. kevät **sesonki**
5. puhdas ja vaalea keittiö henkilökuvassa. Valkoinen ryppyinen liina ja vanhanaikainen kastikekulho
6. **kokemuksellisuus**, tarinallistaminen, positiivisuus
7. kuvataan viattomiksi ja ruokaa kauniiksi kauneus ja mehukkuus, ruuanlaittaminen pieteetillä, odotus siitä, että yrttimaa herää.

Keittiössä kukkii MONISTE

1. **syreenikakku, syreenisokeri, syreenisprizer, syreeniskonssit, syreenin säilöntä**
2. **huomion herättäminen, ERIKOISUUS**
3. –
4. **sesonki**
5. valkoista, lilaa, kauniita kahviastiastoja
6. **informatiivinen** miten käytetään, kerätään, useita käyttötarkoituksia
7. ”alkukesän aromikkaat kukat tuovat makua ja näyttävyyttä” parfyymimäinen tuoksu

Ravitsemus nyt: näe vihreää s. 65

1. nokkonen
2. **terveys**
3. –
4. –
5. –
6. **neutraali**
7. ”Vertailun voittaja C-vitamiinissa. Pinaatin veroinen raudan, kalsiumin ja folaatin lähde.”

Maku 4/17

Yöttömän yön kalapöytä s. 16

1. **kuusenkerkkägraavattu lohi**
2. **erikoisuus**
3. –
4. **sesonki, juhla**
5. vaalea tausta, lohifile lautasella
6. **informatiivinen** (ei kuulu jokamiehen oikeuksiin)
7. annos koristellaan ketunleivillä. kerkän maku vaihtelee kasvupaikan mukaan. ”muista maistella kerätessä”

Meillä kokataan s. 50

1. –
2. **trendi**
3. Juoma-asiantuntija Anikó Lehtinen
4. –
5. henkilökuva
6. **neutraali**
7. ”villiyrtit kiinnostavat tällä hetkellä paljon ja niitä olisi kiva käyttää enemmänkin”

Grillauksen uudet kujeet s. 64 kuva koneella sekä MONISTE

1. **Nokkospizza**
2. **erikoisuus, huomion herättäminen**
3. –
4. **sesonki**
5. grillipiste kallion päällä olevalla mökin terassilla. pizza lankun päällä

6. neutraali
7. "koko perheen suosikki"

Makupostia

1. nokkossipsit
2. –
3. lukija Eila
4. –
5. –
6. –
7. "ajattelin että ei mitään kiinnostavaa tässä numerossa ja kas, uusi ajan kanssa katselu toikin monta kivaa vinkkiä, esimerkiksi nokkossipsit!"

Maku 5/17

Makupostia

1. kuusenkerkkägraavattu lohi
2. –
3. Lukija Niko
4. –
5. –
6. –
7. "Lähden välittömästi kuusimetsälle tämän itselle uuden idean eli kuusenkerkkägraavatun lohennoinnana."

Maku 1/18

Uunituoret s. 9 Mitkä ovat vuoden 2018 kuumimmat ruokatrendit?

1. –
2. trendi
3. Samuli Karjula kananmunaravintola EGG
4. -
5. henkilökuva
6. neutraali
7. "hyönteisten, sienien, marjojen, villiyrtytien ja kukkien käyttäminen lisääntyy edelleen."

Maku 3/18

Vaihtamalla paranee s. 18

1. Nokkos-salaattijuustopiirakka, ketunleivät rucolan tilalle, kaali-taatelisalaatti (vuohenputkea myös)
2. itse kerätty (lähirooka, luonto)erikoisuus, huomion herättäminen
3. –
4. sesonki, juhla
5. rustiikkista, ryppyistä pellavaa, lankku jonka päällä pitsa on, kasveja, vanha pöytä
6. neutraali, kokemuksellisuus
7. "juhlminen ei jää rahasta kiinni. Vaihdoimme hintavat raaka-aineet edullisiin, mausta tinkimättä." "rikkaruohoa kaalisalaatissa" "ilmaisia! salaatissa"

Meillä kokataan s. 46

1. karhunlaukkaa, mozzarellaa ja kesäkurpitsaa
2. lähirooka
3. Toni Kostian

4. sesonki, ravintolatasoista ruokaa
5. henkilökuva
6. kokemuksellisuus (vanhan herrasmiehen keräämät karhunlaukat, joita on kerännyt yli 40 vuotta. -> tarinallistaminen)
7. ”nokkosessa on mielenkiintoinen makumaailma” ”kokkaa kuin Michelin-kokki

Maku 4/18

Kauden kasvis. Nokkonen & pinaatti. 4 sivua

1. nokkoskrepit, nokkosmuffinit, pinaatti-fetapiirakka (pinaatin voi korvata nokkosella), sinihomejuusto-nokkoskeitto
2. Superpari -> ruokiin joihin voi käyttää pinaattia sopii myös nokkonen.
3. –
4. sesonki
5. kasvien vihreää, valkoista, vaaleansinistä, keritsimen näköiset saksat, lähikuvat annoksista
6. Nouki nokkoset talteen, ryöppää ja kuivata, -> informatiivinen
7. myyttinen pinaatti

Valmista 30 minuutissa s. 57

1. sinihomejuusto-nokkoskeitto
2. erikoisuus
3. –
4. sesonki
5. annoskuva
6. neutraali
7. ”sinihomejuusto toimii täydellisesti nokkososen kaverina”

Maku 7/18

Keittiöviisautta: Riistaruoaka s. 58

1. –
2. –
3. Ruokatoimittaja Kati Pohja
4. –
5. –
6. –
7. ”olen sienestänyt, marjastanut ja kerännyt villiyrtejä 30 vuotta ja metsästys olikin luonteva jatkumo.”

Maku 1/19

Lukupiiri s. 14 Makuja Inarin luonnosta – ravintola Aanaarin keittokirja

1. kirjassa reseptit: kuuluisa jäkäläannos, väinönputkipesto ja koivunlehtisorbetti
2. lähiruoka
3. Hotelli Kultahovin ravintolan annoksia
4. -
5. kirjan kansikuva
6. neutraali
7. –

Koko päivän aamiaista s. 30

1. kuusenkerkkä cappuccino
2. erikoisuus

3. –
4. –
5. annoskuva
6. neutraali
7. ”kuusenkerkkäjuoma on kotoisan Pohjolan vastine japanilaisesta machajauheesta tehdyille vihreälle juomalle.”

Silkin pehmeää s. 60

1. pannacotta -> variaatio kuusenkerkistä
2. huomion herättäminen
3. –
4. –
5. annoskuva
6. neutraali
7. ”villisti kuusenkerkistä”

Maku 3/19

Kansi: ”Kasvisruoat arkeen: nokkoskeitto” (ei kuvassa mitään viittaavaa)

10 reseptiä jotka kokkaat kauden kasviksista s.45

1. nokkoskeitto
2. terveys (ravintoarvo raudanlähteenä huikea)
3. –
4. sesonki
5. annoskuva
6. informatiivinen
7. ”maku miellyttävän aromaattinen” ”tee tutun pinaattikeiton sijaan vaiheeksi herkullinen nokkoskeitto.”

Kemujen keskipiste s. 68

1. mesiangervojuustokakku
2. huomion herättäminen
3. -
4. sesonki, juhla, trendi
5. annoskuva kakusta. vaaleaa ja koristeena kesän marjoja.
6. kokemuksellisuus, informatiivinen -> Ruohonjuuren hyllystä löytyy kuivattua mesiangervoa, mutta sitä on helppo kuivata itse.
7. hienostunut karvasmantelin aromi. ”arvuttele vierailta, että mistä maku on peräisin!”

Maku 4/19

Näin meillä – lukijat kertovat s. 11 Mitä kevätherkkua odotat eniten?

1. -
2. –
3. Lukijat Sirpa ja Maako
4. –
5. –
6. –
7. ”villiyrttejä ja -vihanneksia. Horsmanverso on villiä parsaa”

Uunituoret s. 14

1. –

2. –
3. Sikke Sumari
4. sesonki
5. –
6. –
7. ”grillaamme kalaa ja tarjoamme voikukkasalaatin kanssa.”

Maku 5/19

Uunituoreet – Syötävät kukat

1. –
2. huomion herättäminen
3. –
4. trendi
5. erilaisia kukkia
6. kokemuksellisuus
7. –

Juttu Akseli Herlevistä s. 73

1. koivunlehtiin käärityt rusinat (ei sinäänsä resepti) kertoo myös koivulehtisorbetista
2. erikoisuus
3. Akseli Herlevi, ravintoloitsija
4. sesonki
5. koivunvasta rantakivellä.
6. kokemuksellisuus
7. muistot isoisästä

Maku 4/20

Meillä kokataan – armollinen arki s. 50-53

1. nokkosshakshuka eli kananmunapannu
2. lähiruoka, luonto
3. Ruokatoimittaja Kati Pohja
4. –
5. nokkosten käsittely
6. informatiivinen, ”nokkonen on terveispommi, jota kannattaa pakastaa talven varalle”. Artikkelissa puhutaan kuinka Pohja valmistaa ruokaa itse keräämistä antimista mutta turvautuu välillä myös eineksiin.
7. ”lapsiperhevuosien jälkeen olen kokannut jälleen enemmän villiyrteistä.”

Täydelliset lettukestit – näin sovellat s. 54-55

1. nokkosletut täytettynä kermaisella sienikastikkeella
2. erikoisuus
3. –
4. –
5. annoskuva
6. neutraali
7. sovellus normaalien lettujen ohjeeseen.

Mainos meillä kotona.fi sivustolle

1. –
2. terveys
3. –
4. –

5. –
6. -
7. ”Superruokaa luonnosta! Tee nokkosista pestoa”

Maku 6/20

Viinibaari metsässä 1 sivu MONISTE

1. -
2. villiyrtit ovat sivuosassa, pääosassa viinitasting
3. [Antti Huttusen luontoelämys](#) Wine in the woods. Hän on Retkipaikka-sivuston perustaja ja toimitusjohtaja
4. –
5. Kuva retkipaikasta metsässä, jossa mies selostaa ja muut kuuntelevat ringissä
6. Kokemuksellisuus, [elämyksellisyys](#), neutraali kirjoitus.
7. ”virittäydytään kokemaan metsä kaikkien aistien kautta”,

Pirkka ja K-ruoka

Pirkka 5/17

Suomalaisten makujen juhlaa

1. Nokkoskeitto
2. lähiruoka
3. –
4. sesonki, trendi
5. annoskuva
6. neutraali
7. ”keväisessä keitossa yhdistyvät kaksi polttavan kuumaa trendiä, villiruoka ja vege

K-ruoka 4/18

Näistä puhutaan

1. kuusenkerkkä
2. terveys, lähiruoka
3. –
4. sesonki
5. kerkkiä
6. neutraali ja informatiivinen
7. ei mitään erityistä

K-ruoka 3/19

Kaikkien rakastama

1. feta-pinaattipiirakka -> voit vaihtaa pinaatin nokkoseen
2. erikoisuus
3. –
4. sesonki, juhla
5. annoskuva
6. neutraali
7. neuvotaan miten vaihtaa pinaatti. Muuten ei mitään mainintaa.

K-ruoka 6/19

1. kuusenkerkkälätte (resepti netissä kruoka.fi)
2. lähiruoka
3. –
4. –
5. annoskuva
6. kokemuksellisuus
7. ”vihreän matchalatten kotimainen haastaja!” maistuu ja tuoksuu metsältä.

Viini

Viini 2010 –

Viini 2011 –

Viini 4/12

Sesongin parhaat

1. ei erikseen reseptiä, mutta Laukkonen mainitsee friteeratut nokkoset.
2. lähiruoka, (suomalainen) luonto
3. Sasu Laukkonen, ravintolayrittäjä
4. sesonki
5. henkilökuvaa
6. kokemuksellisuus, informatiivinen (kertoo mikä juoma sopii nokkosien kanssa yhteen)
7. mahtavia suomalaisia villiyrtejä

Viini 5/13

Oolannin kesään

1. – mainitaan kuitenkin nokkossiemenleipä
2. lähiruoka, ERIKOISUUS
3. Ahvenanmaan ainoa luomusertifioitu leipomo-kahvila nimeltä Pettas.
4. sesonki
5. henkilökuvaa (emäntä Karin Eklund)
6. kokemuksellisuus
7. sympaattinen paikka

Viini 4/14

Kira Weckman Kesä alkaa raparperista

1. –
2. lähiruoka, luonto,
3. ravintolayrittäjä Kira Weckman
4. sesonki
5. henkilökuvaa
6. kokemuksellisuus
7. ”Ihanaa valmistaa ruokaa kotimaisista tuoreista raaka-aineista, joista monia saa omalta pihalta tai metsästä!”

Viini 5/14

Myötätuulessa

1. samettikukkamajoneesi, ruskeassa voissa kypsennettyä kuhaa, karhunlaukkaa ja voikastiketta, pannukakut ja kuusenkerkkäjäätelö
2. lähiruoka
3. ravintoloitsija ja kokki Filip Langhoff, ravintola Ask
4. sesonki, ravintolaruokaa
5. henkilökuvaa sekä annoskuvat veneen kannella
6. kokemuksellisuus, informatiivisuus (kerkät voi kerätä heti alkukesästä ja pikkelöidä ne -> käyttö kesän aikana)
7. herkkä ja kesäinen, Askissa annokset rakennetaan sesongissa olevien kasvien mukaan.

Viini 6/14

Syystuoksuja tupaan

1. villiyrtillevite
2. lähiruoka, luonto
3. Reseptit Alex Nurm, joka toimii Viinilehden kokkina
4. sesonki, arjen yläpuolella
5. punamultaseinä jonka edessä kasvaa nokkosia. Salaatti puisen lankun päällä.
6. kokemuksellisuus
7. metsän antimet tekevät arjesta juhlan

Viini 2/15

Syö hyvin! s. 48

1. –
2. lähiruoka, luonto, mielenterveys
3. Kai Kallio Sinnen keittiömestari
4. ravintolaruokaa
5. henkilökuvaa
6. kokemuksellisuus
7. kertoo kuinka stressaava työ vaatii terveellisen ruokavalion ja on kiinnostunut ruuasta funktionaalisenä asiana.

Viini 5/15

Kokki & Kalamies s. 46

1. Villiyrtillepyre karitsatararille, nokkosflan savustetuille ahvenille
2. lähiruoka, luonto,
3. Ravintola Nokan keittiömestari Ari Ruoho
4. sesonki, ravintolaruokaa
5. henkilökuvaa, annoskuvat tummaa puuta punaisen tartarin alla, vaaleaa savuuhventen alla
6. kokemuksellisuus
7. ”haluan keittiössäkin säilyttää yhteyden luontoon.”

Viini 6/15

Saisiko olla nokkosteetä?

1. –
2. luonto, terveys (kasvin ja ihmisen)
3. kolumnin kirjoittaja Juha Berglund
4. –
5. henkilökuvaa
6. informatiivinen/kokemuspohjaan perustuva
7. ”viinin köynnöksille levitetään nokkosteetä sillä nokkosessa on ihmisille ja eläimille aineenvaihduntaa lisääviä ominaisuuksia.”

Viini 1/16

Viileä vege s. 44

1. punakaalia, ruusua ja mesijuurtta, väinönputkivanukas, punajuurihunajaa ja siitepölyä
2. lähiruoka, luonto
3. ravintolayrittäjä Sami Tallberg
4. trendi talven sesonki

5. Henkilökuva, annoskuvat tummaa luonnonkiveä, punaista
6. informatiivinen (mistä väinönputkea saa valmiina tuotteina)
7. Tallberg herkuttelee säilötyillä villiyrteillä talvella
8. hurmaannuin täysin villiyrteihin Lontoossa. villiyrttispecialisti

Viini 2/16

Aperitiivi – Viincocktail -> villiyrtit lasissa s. 20

1. kuusenoksasiirappi
2. ERIKOISUUS
3. Liberty or death -cocktailbaarin baarimestari Tuomas Lindgren
4. sesonki (kuusta saatavissa ympäri vuoden)
5. punertava drinkki, kuusenoksia koristeena, taustalla säilykepurkkeja
6. kokemuksellisuus
7. innostunut villiyrttien monipuolisesta makumaailmasta.

Viini 9/16

Oi, Suomi maista! s. 46

1. rukiiset mustikkakarjokset kuusenkerkkäsiirapilla (valmis siirappi)
2. lähiruoka (kotimaiset raaka-aineet)
3. Keittiömestari Arto Rastas
4. arjen yläpuolella oleva menu
5. annoskuva, vaalea tausta
6. kokemuksellisuus
7. kansallisruokaa uudella tavalla.

Viini 5/17

Ajankohtaista -> Villit maut s. 10

1. –
2. lähiruoka, luonto
3. –
4. sesonki
5. tunnistuskuvia
6. informatiivinen
7. yllättäviä kesäherkkuja pientareilta. Ota villiyrtit haltuun.

Viini 6/17

Tähtiä jahtaamassa? Ravintola-arvio Ora s. 22

1. kerrotaan menusta.
2. ERIKOISUUS
3. –
4. -
5. kuva ravintolan sisältä, tyhjää paitsi yksi työntekijä. puuta, vaaleaa sisustuksessa.
6. neutraali, kokemuksellisuus
7. riemastuttavat yllätyksellisyydet. ”onnistunutta erikoisuuden tavoittelua”

Viini 5/19

Aperitiivi s.7

1. Ei reseptiä, vaan arvosteltu valmis tuote Ägräs Long Drink Nordic Nettle
2. erikoisuus
3. –
4. sesonki

5. lasissa juoma, koristeltu mustikoilla
6. neutraali
7. ”kesäjuomissa maistuu nyt metsä.”

Viini 6/19

Suoraan mettästä s. 12

1. valmis tuote Mettä-tuoteperheen nokkossuola, nokkospesto
2. lähiruoka
3. –
4. trendi
5. annoskuva
6. kokemuksellisuus
7. ”nokkos-suolaripauksen kanssa tarjoiltu keitetty kananmuna nostaa kieltämättä makuelämyksen uudelle tasolle. Puhumattakaan metsäretkellä trangiolla valmistetusta nokkospesto-pastasta.”

Viini 4/20

Nokkosjahtiin 2 sivua

1. Nokkospasta, nokkoskrepit
2. Monipuolisuus ja pitkä satokausi
3. –
4. sesonki
5. haaleanroosaa sekä vihreää annoskuvilla
6. informatiivinen. Kerrotaan miten valmistustavat vaikuttavat viinin valintaan. Kerrotaan miten paljon kannattaa kerätä ja miten nokkosen maku muuttuu kesän edetessä. ruokaturvallisuudesta ei ole puhetta ollenkaan, keskittyy makuun.-> Nokkosen hienostunut ja yrttinen maku.

Yhteishyvä ja Sesonki

Yhteishyvä 6/15

Villimakuja metsästämissä s. 78 (mainittu myös kannessa)

1. –
2. luonto, lähirooka, terveys
3. Kaisa Vermasheinä, villiyrttiopas
4. sesonki
5. kerääjiä luonnossa
6. informatiivinen, kokemuksellinen
7. juttu alkaa maalailevalla kuvalla luonnosta. Loppua kohden kerrotaan enemmän siitä, miten kerätään ja mistä. Haastateltu myös kurssille osallistujia.

Yhteishyvä 4/16

Voimaa vihreästä s. 24

1. –
2. terveys
3. –
4. sesonki
5. vihreitä vihanneksia valkoista taustaa vasten. Ei nokkosesta kuvaa
6. informatiivinen
7. tummanvihreät vihannekset ovat ravintorikkaimpia. Ne sisältävät vitamiineja, hiivenaineita ja antioksidanteja. Nokkonen mainittu muiden vihreiden joukossa.

Sesonki 6/20

Kerkkäpesto-lohitartar

1. Kerkkäpesto-lohitartar
2. lähirooka
3. –
4. –
5. ruokakuva
6. neutraali