

Tämä on rinnakkaistallenne. Sen viitetiedot saattavat erota alkuperäisestä /

This is a self-archived version of the original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Version: publisher's version

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä: /

To cite this article please use the original version:

Lehikoinen, Henna 2021. European Region of Gastronomy Kuopio 2020–2021: "Mualiman kulinaarinen napa" tarjoaa muutakin kuin kalakukkoa. Ravitsemusasantuntija. 7 (2), 30 - 31.

## European Region of Gastronomy Kuopio 2020–2021:

# ”Mualiman kulinaarinen napa” tarjoaa muutakin kuin kalakukkoa

Kuva: Bigstock



Pohjois-Savo on paistatellut parrasvaloissa vuosina 2020–2021 Euroopan gastronomisena maakuntana. European Region of Gastronomy on kansainvälisesti arvostettu tunnustus, joka myönnetään vuosittain yhdelle tai useammalle eurooppalaiselle alueelle. Tarkoittaako gastronominen maakunta pelkkää voimaa ja kerman ylenmääräistä käyttöä vai voiko gastronomiaan liittyä myös terveyttä edistävän ruokailun kehittämistä?

**S**uomen matkailustrategiassa 2019–2028 ja sen toimenpiteissä 2019–2023 ruoka nostetaan yhä merkittävämmäksi sisällöksi matkailutarjonnassa. Erityisesti puhtaasta luonnosta saatavan ruoan ja siihen liittyvien elämysten osuutta korostetaan jatkossa yhä enemmän (TEM 2019). Myös 2019 laaditussa Pohjois-Savon gastronomisessa strategiassa ruoka nähdään vahvaksi poikkileikkävaksi sisällöksi matkailutarjonnassa.

Matkailupaketteja, jotka sisältävät luonnon, hyvän ruoan ja aktiviteetteja, on ollut kuitenkin vielä rajoitetusti saatavilla Pohjois-Savossa. Erityisesti kansainvälisillä markkinoilla suomalainen puhdas luonto, yöton yö, laadukkaat raaka-aineet ja jokamiehen oikeus ovat arvostettuja asioita, vaikka ne meille suomalaisille tuntuvatkin arkisilta asioilta. Savonian, ProAgria/MKN Itä-Suomen ja Kehitysyhtiö Sawo-Grown hankekokonaisuudessa on kehitetty yhteistyössä yritysten kanssa herkullisia sisältöjä matkailijoiden houkuttelemiseksi Pohjois-Savoon. Sisältöihin voit tutustua tarkemmin osoitteessa [www.tastesavo.fi](http://www.tastesavo.fi)

### Pohjoismainen ruokavalio kiinnostaa

Tuoret ja turvalliset kasvikset, marjat, järvikala, sienet ja villiyrtit kuuluvat monien matkailijoiden arvostamiin asioihin. Hankkeen yhtenä tavoitteena on tuoda lähiruoka ja Pohjoismainen ruokavalio näkyviin aiemmasta poikkeavalla ja kiinnostavalla tavalla. Tässä tavoitteessa olikin tehtävää kerrakseen, mutta kuopiolaisella Matkailun, kulttuurin ja gastronomian sillanrakentajat ry:llä oli tähän hyvä ajatus: Pohjoismaista ruokavaliota ilmentävä videosarja Makumittelö, joka huipentuu kokkauskilpailuun.

Makumittelö on minisarja, jossa bloggari **Joonas Pesonen**, Biisonimafian **Janne Kaperi** ja Lotan ja Papan koronalaalujen **Lotta Saahko** saavat tehtäväkseen löytää puhtaimmat ja parhaat raaka-aineet Pohjois-Savosta. Sarja koostuu seitsemästä jaksosta, ja viimeisessä osassa nähdään kuinka pohjoissavolaiset raaka-aineet muuttuvat herkullisiksi pohjoismaista ruokavaliota noudattaviksi annoskokonaisuusiksi. Makumittelö löytyy YouTubesta Taste Savo -kanavalta.

### Hyvinvoinnin edistämistä eri ryhmille

Hyvinvoinnin edistäminen ei rajoitu hankekokonaisuudessa ainoastaan Makumittelö-videosarjan tekoon. Alakoululaiset pitkin Pohjois-Savoa ovat päässeet hankekokonaisuuden aikana valmistamaan ja tarjoilemaan ruokaa lähiraaka-aineista. Pienemmille lapsille on järjestetty välipalapajoja mm. villiyrttien ja marjojen ympärille, joissa pikkuiset sormet ovat päässeet käsiksi mielenkiintoisiin raaka-aineisiin ja maistelemaan esim. nokkoslehtuja. Isommille koululaisille on toteutettu videosarja välipalavinkeistä yhdessä esim. jääkiekkoseura KalPan maskotin, Ruusterin kanssa. Syksyllä **Roni Bäck** tubettaa kouluruuan eduista ala- ja yläkoululaisia puhuttelevaan tyyliin.

Ikääntyneille on järjestetty lähiruokatreffejä, joiden yhteydessä on puhuttu monipuolisesta ruokavaliosta ja lähiruusta. Maahanmuuttajille on niin ikään toteutettu lähiruokapajoja, joissa valmistetaan ruokaa lähiraaka-aineista.

### Apua tuotekehitykseen

Hankkeissa toteutettiin vuosina 2020 ja 2021 Local Food Gift -ohjelma, jossa alueen yritykset pääsivät kehittämään houkuttelevia ruokaan tai keittiötarvikkeisiin liittyviä lahja- ja tuliaistuotteita. Ohjelmassa on ollut mukana mm. paikallisia vähäsokerisempia hedelmähilloja ja mansikkamehuja sekä gluteenittomia tuotteita, joille markkinat ovat avautuneet hankkeen aikana jo tukkuihin asti. Tuotteiden korkea laatu on noteerattu kansainvälisilläkin kentillä.

### Lähiruoan aallonharjalla

Laadukas lähiruoka voi nousta jatkossa arvoon arvaamattomaan. Hankekokonaisuuden tavoitteena on ollut lisätä lähiruoan arvostusta pohjoissavolaisten keskuudessa ja tämä tavoite toteutuu, joskin koronaepidemian myötävaikutuksella. Monissa Pohjois-Savon ravintoloissa on lisätty hankkeen aikana lähiruoan käyttöä ja raaka-aineiden lähteistä kerrotaan asiakkaille. Meneillään oleva kriisi, jos mikä, herättää huomaamaan, miten arvokasta työtä suomalaiset maanviljelijät tekevät. Pöytiin matkaavan ruoan reitti voidaan jäljittää tarvittaessa aina pellolle tai navettaan asti.

### Minkälaista on olla ravitsemusterapeutti EU-hankkeissa?

Olen rakentanut omaa uraani heittäytymällä haasteisiin uteliaana ja halukkaana oppimaan uutta. Hain Savonia-ammattikorkeakoululle töihin projektipäälliköksi ja TKI-asiantuntijaksi, vaikka en tiennyt paljoakaan EU-rahoituksista ja byrokratiasta. Työ projektipäällikkönä EU-hankkeissa on ollut hyödyllistä erityisesti siksi, että se on antanut oppia rahoituskanavista ja kokemusta operatiivisena esimiehenä toimimisesta.

Ravitsemustieteen opinnot valmistavat aika moneen asiaan, vaikka itse ravitsemusterapeutin osaamista olen tarvinnut melko vähän tämän työn aikana. Mutta se kaikki muu, jota opintojen aikana oppii: täsmällisyys, huolellinen suunnittelu, asiakaslähtöisyys, aikataulutaminen ja aikatauluissa pysyminen, erilaisten ihmisten kohtaaminen, kirjallisten aineistojen työstäminen – ravitsemustieteen opinnot valmentavat myös niihin. Ja olenhan saanut olla ikkunapaikalla vaikuttamassa alueen ruokakulttuuriin ja antamassa vinkkejä esim. erityisruokavaliioihin soveltuvista ratkaisuista. Ravitsemusterapeuteista on siis moneksi ja työmahdollisuuksia on paljon, jos katsoo kenttää vähän laajemmalla otannalla. Samalla on ollut mahdollista myös tehdä tutuksi osaamistamme ja ammattitaitoamme.



### Hankekokonaisuuden tavoitteita:

- Ruoka-alan tapahtumien ja matkailutuotteiden sparraus ja kehittäminen
- Pohjoissavolaisten tuotteista ja palveluista viestiminen
- Palveluiden ja tuotteiden laadun kehittäminen mm. koulutusten avulla
- Lähiruoan tunnettuuden lisääminen
- Kansalaisten osallistaminen juhlavuosien ohjelmaan.

ERG-hankkeet on rahoitettu Euroopan aluekehitysrahaston, Euroopan sosiaalirahaston ja Euroopan maatalousrahaston tuella.