

Päivi Kuittinen

**AASIALAISEN RUOAN MERKITYS KAINUULAISELLE  
RAVINTOLA-ASIAKKAALLE**

Opinnäytetyö

Kajaanin ammattikorkeakoulu

Matkailu-, ravitsemis- ja talousala

Palvelujen tuottamisen ja johtamisen

koulutusohjelma

Kevät 2007



**Kajaanin  
ammattikorkeakoulu**

## OPINNÄYTETYÖ TIIVISTELMÄ

Koulutusala Matkailu-, ravitsemis- ja palveluala	Koulutusohjelma Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma
Tekijä Päivi Kuittinen	
Työn nimi Aasialaisen ruoan merkitys kainuulaiselle ravintola-asiakkaalle	
Vaihtoehtoiset ammattiopinnot	Ohjaaja(t) Annamaija Juntunen
	Toimeksiantaja
Aika Kevät 2007	Sivumäärä ja liitteet 37+1
<p>Aasialainen ruoka tuli Suomeen 1950-luvulla ja on kasvattanut suosiotaan siitä lähtien. Se on liitetty usein myös ruokatrendeihin. Suomalaiset pitävät etenkin thaimaalaisesta keittiöstä; ja muun muassa japanilainen sushi on ruokalajina yhä kiinnostavampi. Aasialaisen ruoan ja kulttuurin suosio näkyy myös jokapäiväisessä elämässä, sillä aasialaisuus on esillä muun muassa mediassa ja ruokakaupoissa.</p> <p>Tämä opinnäytetyö käsittelee kainuulaisten näkemyksiä aasialaisesta ruoasta ja kulttuurista. Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena teemahaastattelujen avulla. Kainuusta löytyy muutamia aasialaisia, lähinnä kiinalaisia ravintoloita. Haastatteluja tehtiin yhdessä kiinalaisessa ravintolassa, Sotkamon Golden Dragonissa ja Kajaanin Amican ravintola Pedaköökissä, jossa oli tutkimuksen aikaan thaimaalaiset teemapäivät. Tutkimus toteutettiin, jotta saataisiin selville, miten kainuulaisten asiakkaiden odotukset ja mielikuvat aasialaisesta ruoasta vastaavat todellisuutta.</p> <p>Tutkimustuloksissa selvisi kainuulaisten olevan kiinnostuneita aasialaisesta ruoasta ja kulttuurista, vaikka aiheesta ei ollut paljon tietoa. Tietoa kyllä löytyi, mutta se oli pirstaleista: jokainen tiesi jotakin. Aasialaiselta ruoalta odotettiin eksoottisuutta ja erilaisuutta. Tutkimuskohteissa tarjottu ruoka vastasi pääsääntöisesti asiakkaiden odotuksia. Aasiaan liitettiin erilaisia mielikuvia, kuten ystävälliset ihmiset ja mausteinen ruoka. Mielikuvat saattoivat olla myös vastakkain aseteltuja, sillä toisaalta Aasiaan liitettiin kiireettömyys ja toisaalta kiireinen elämäntapa. Aasiaan liittyi myös joitakin ennakkoluuloja, mutta mielipiteet aasialaisesta ruoasta olivat lähes poikkeuksetta positiivisia.</p>	
Kieli	Suomi
Asiasanat	Aasialainen ruoka, Kainuu, odotukset, mielikuvat, laadullinen tutkimus, teemahaastattelu
Säilytyspaikka	<input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun Kaktus-tietokanta <input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto

School Tourism	Degree Programme Hospitality Management
Author Päivi Kuittinen	
Title Asian Food and its significance to a Restaurant Client in Kainuu	
Optional Professional Studies	Instructor(s) Annamaija Juntunen
	Commissioned by
Date Spring 2007	Total Number of Pages and Appendices 37+1
<p>Asian food arrived in Finland in the 1950s and it has become more popular ever since. The purpose of this study was to find out what kind of views and opinions people in Kainuu have about Asian food and culture, and how the expectations and images of Asian food correspond to the reality.</p> <p>This qualitative study was carried out by interviewing people who were having Asian dishes in a restaurant. 20 thematic interviews were conducted in the Chinese restaurant Golden Dragon in Sotkamo and in the Finnish student restaurant Pedaköökki in Kajaani.</p> <p>According to the findings, people were interested in Asian food and culture, although they did not have a lot of information about it. The interviewees expected Asian food to be exotic and different from what they had used to. The food that was served seemed to meet people's expectations about Asian food. The mental pictures the interviewees had about Asia were for example friendly people and spicy food. Some images were contradictory, for example Asian life style was considered both calm and busy. There were also some prejudices about Asian food eg, too spicy food, but mainly Asian food was considered tasty, colourful, healthy and rich in vegetables.</p> <p>There are a few Asian restaurants in Kainuu and apparently people are very pleased about it. Some interviewees thought that there should be more varieties in Asian food served in Kainuu. As there are several immigrants from all over Asia living in Kainuu, so the supply might be more versatile some day.</p>	
Language of Thesis	Finnish
Keywords	Asian food, Kainuu, expectations, images, qualitative study, thematic interview
Deposited at	<input checked="" type="checkbox"/> Kaktus Database at Kajaani University of Applied Sciences <input checked="" type="checkbox"/> Library of Kajaani University of Applied Sciences

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 AASIALAINEN KULTTUURI	2
2.1 Monipuolinen ruokakulttuuri	3
2.1.1 Kiina	6
2.1.2 Japani	8
2.1.3 Thaimaa	10
2.1.4 Intia	11
2.2 Kunnioittava tapakulttuuri	14
2.3 Uskontojen vaikutus kulttuureihin	15
2.4 Johtopäätökset	17
3 ASIAKKUUS	19
3.1 Asiakkaan odotukset ja mielikuvat	19
3.2 Asiakkaan valinnat	22
4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ	24
5 TULOKSET	28
6 POHDINTA	36
LÄHTEET	38
LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Kansainvälinen keittiö on tullut jäädäkseen nykytrendeihin, ja etenkin aasialainen keittiö valloittaa keveydellään ja kasvisruoillaan. Aasialainen ruoka on hyvin maukasta, sillä se on valmistettu huolella ja lähes poikkeuksetta tuoreista raaka-aineista. Länsimaalaisena hämmästelen aasialaisen ruoan monipuolisuutta ja lukuisia eri makuvivahteita. Ihmetystä saattaa aiheuttaa myös aasialaisten syömän riisin määrä, sillä riisiä saatetaan syödä useamman kerran päivässä. Riisillä on Aasiassa myös ravintoa suurempi merkitys, sillä riisiä käytetään muun muassa henkisissä seremonioissa. Aasiassa henkisyys onkin tärkeä osa elämää, sillä jopa ruokakulttuuri noudattaa pitkälti aasialaista filosofiaa, jonka mukaan jokaisella elämän osa-alueella tulisi tavoitella tasapainoa. Ruokaan ja sen vaikutuksiin liittyy myös monia uskomuksia, jotka ovat peräisin jo muinaisilta ajoilta. Näitä ruoan terveystaivaikuttavia ominaisuuksia on hyödynnetty myös lääketieteessä.

Oma mielenkiintoni kohdistui aasialaiseen kulttuuriin ollessani työharjoittelussa Thaimaassa. Olen aina ollut kiinnostunut eri maiden kulttuureista, mutta Aasia ei ole aiemmin erityisesti viehättänyt. Vaihdon aikana Aasiaan kuitenkin tutustui, eikä se tuntunut enää niin vieraalta, vaikkakin kovin erilaiselta. Aasiassa tuntuu olevan kiehtovinta juuri sen erilaisuus. Myös suomalaiset pitävät Aasiasta, sillä suomalaisten kävijöiden määrä Aasiassa kasvaa koko ajan. Kerran Aasiassa käyneet toivovat usein palaavansa vielä takaisin.

Tämän työn tarkoitus oli selvittää, mitä mieltä kainuulaiset ovat aasialaisesta kulttuurista ja etenkin ruoasta. Tutkimuksessa tiedusteltiin kainuulaisten odotuksia ja mielikuvia aasialaisesta ruoasta ja kulttuurista teemahaastattelujen avulla. Kainuun korkeuksilla kansainvälistyminen on hitaampaa, mutta kansainvälisiä herkkuja on mahdollista nauttia myös pohjoisemmassa Suomessa. Kainuun alueella on kaksi kiinalaista ravintolaa Kajaanissa ja Sotkamossa. Lisäksi Kajaanissa Amican Ravintola Pedaköökissä tarjottiin thaimaalaista ruokaa helmikuun loppupuolella teemapäivien merkeissä.

## 2 AASIALAINEN KULTTUURI

Maailmassa on lukuisia eri kulttuureja, vaikka ne ovat paikoin sekoittuneet. Kulttuurinsa vuoksi eroavat alueet on kuitenkin jaettavissa seitsemään eri kulttuuripiiriin, jotka ovat länsimainen, islamilainen, intialainen, kaakkoisaasialainen, itäaasialainen, keskiafrikkalainen ja eteläisen Tyynenmeren kulttuuripiiri. Näiden alueiden sisällä vaikuttavat myös muinaiset kulttuurit, joista on vielä joitakin jäänteitä. Uskonto on merkittävä tekijä kulttuurien kehityksessä. Näin ollen kullakin kulttuuripiirillä on oma uskontonsa ja muita kulttuuriin liitettäviä yhteneväisyyksiä. (Vuoristo 2002, 63.) Näitä yhteneväisyyksiä ovat muun muassa uskomukset, taide, moraalit, laki ja tavat. Kulttuuri on opittu käyttäytymismalli, jonka opimme vanhemmilta, opettajilta ja ikätovereilta. Kulttuuri siis toisin sanoen määrittelee, mitä teemme, miten toimimme ja miksi niin teemme. Tämä käyttäytymismalli siirretään taas omille lapsille, oppilaille ja ystäville, jolloin kulttuuri siirtyy sukupolvelta toiselle. Kulttuuria aletaan omaksua siis jo pienenä lapsena heti syntymästä lähtien. Se määrittää käyttäytymisemme ja muokkaa elämäämme, vaikka emme olekaan siitä täysin tietoisia. Kulttuuri ei kuitenkaan pysy täysin samana, vaan se muuttuu ja kehittyy koko ajan. (Garcea 2007.)

Merkittävin ero kulttuuripiirien välillä lienee kieli, jolloin eri kulttuurien edustajien on vaikea ymmärtää toisiaan. Myös pukeutumistavat, tervehdykset, ajankäsitys, täsmällisyys ja sukupuolien ja eri ikäryhmien roolit vaihtelevat eri kulttuurien välillä. Kulttuurierot aiheuttavat hämmennystä, kun toinen ihminen ei toimikaan samoin kuin itse on tottunut käyttäytymään. Tällöin ei voida varmasti tietää, kuinka kyseinen henkilö toimii jatkossa, mikä aiheuttaa meissä epävarmuutta. Näin ennakkoluulot juuri syntyvät, kun ei ymmärretä toisen toimintatapoja. Kun ymmärretään, ettei toinen henkilö toimi väärin vaan ainoastaan eri tavalla, alamme ymmärtää eri kulttuureja. Kulttuurierot on hyvä tiedostaa myös ruokapöydässä, sillä erilainen käytös saatetaan mieltää töykeäksi. Toiset syövät veitsellä ja haarukalla, ja toiset nauttivat ateriansa syömäpuikoilla. On olemassa myös kansoja, jotka syövät käsin tai eivät muuten käytä veistä ruokaillessa, sillä heidän mielestä veistä käytetään vain aseena. (Garcea 2007.)

Aasialainen kulttuuri ja ruokakulttuuri eroavat merkittävästi siitä, mihin länsimaissa on totuttu. Aasialainen ruokakulttuuri on kuitenkin suosittu, ja suomalaiset ovat etenkin thairuoan ystäviä. Aasialaisen ruoan suosio näkyy myös ruokatrendeissä. Erityisesti thaimaalainen ja intialainen ruoka on ollut pinnalla, ja ne ovat sitä yhä edelleen. Näiden lisäksi myös kiinalaisen, vietnamilaisen ja japanilaisen keittiön kiinnostavuuden arvellaan lisääntyvän entisestään.

Japanilaisista ruoista etenkin sushi on ollut pinnalla ja on edelleen suosittu ruokalaji. (Siltala 2007, 36–40.)

Aasialaista ruokaa on ollut tarjolla Suomessa jo puolen vuosisadan ajan. Ensimmäiset aasialaiset ravintolat ovat tulleet Suomeen 50-luvulla. Esimerkiksi Helsingissä avattiin ensimmäinen kiinalainen ravintola välittömästi vuoden 1952 olympialaisten jälkeen. Vähitellen kiinalaisia ravintoloita on tullut lisää. Lisäksi Helsinkiin aukaistiin muun muassa indonesialainen ravintola. Ensimmäinen japanilainen ravintola aukaisi ovensa Helsingissä vasta vuonna 1968. (Eliander 2000.) Helsingissä toimiikin nykyään useampia japanilaisia ravintoloita ja jopa lukuisia sushi-baareja. Vähitellen nämä ravintolat ovat yleistyneet myös muualla Suomessa. (Yamada 2004, 7.)

Kansainvälisten ruokien valmistus on nykyisin helpompaa myös kotioloissa, sillä raaka-aineiden saatavuus on parantunut viime aikoina. Myös kaukaisen Aasian maut ja aromit ovat toteuttavissa yhä paremmin, sillä myös aasialaisia tuotteita on paremmin saatavissa ihan tavallisissa ruokakaupoissa. Thairuuan valmistukseen on saatavilla muun muassa inkivääriä, sitruunaruohoa ja korianteria. Myös japanilaisen ruoan ystävät löytävät ainakin suuremmista marketeista tarvitsemansa merileväärkit ja wasabitahnan sushin valmistukseen. Näin ollen on mahdollista hyödyntää eksoottisia raaka-aineita myös Suomen olosuhteissa. (Siltala 2007, 36–40.)

## 2.1 Monipuolinen ruokakulttuuri

Vaikka puhutaan yleisesti aasialaisesta ruokakulttuurista, ei voida yleistää kaikkien Aasian maiden ruokia samanlaisiksi. Jokainen maa on oma lukunsa ja niin myös sen ruokakulttuuri omine erikoisuuksineen ja mieltymyksineen. Vaikka eri maiden ruokaperinteet ovat paikoin sekoittuneet, joka maalla on omat eroavaisuutensa. Yhteisinä piirteinä voidaan pitää riisin arvostusta ja laajaa käyttöä sekä ruokalajien satunnaista järjestystä; ruokalajeja on pöydässä yhtä aikaa useita lajeja niin kasviksia kuin erilaista lihaa, kanaa ja kalaa sekä riisiä ja nuudeleita. (Ilies 1995, 8.)

Riisi on merkittävä osa aasialaista ruokaa, sillä se kuuluu jokapäiväiseen ruokailuun (Ilies 1995, 25). Riisillä on ollut ravinnon lisäksi suurempikin merkitys uskonnollisissa seremonioissa, sillä Kaakkois-Aasiassa on uskottu riisin jumalaiseen henkeen. Muun muassa Japanissa riisi on ollut aristokraattinen oikeus, ja vasta toisen maailmansodan jälkeen kaikki japanilaiset ovat voineet syödä riisiä. Riisi on toiminut myös vaihdon vastikkeena, sillä riisillä on makset-

tu veroja sekä palkkoja. Nykyään niin Japanissa kuin muuallakin Aasiassa riisiä syödään päivittäin. Aasiassa syödään vähemmän perunaa ja leipää, jolloin riisiä syödään erityisesti perunan asemasta. (Yamada 2004, 10, 32.)

Aasiassa on käytössä useita riisilajikkeita, kuten thai-riisi ja basmatiriisi, jonka katsotaan olevan riisien aateliaa sen hienostuneen maun ansiosta. (Ilies 1995, 25.) Riisin valmistus eroaa eri Aasian maiden välillä aika lailla. Kiinalainen ja thaimaalainen riisi on tahmeaa, ja siihen lisätään muita raaka-aineita tai syödään sellaisenaan lisäkkeenä. Indonesiassa riisi ei ole niin tahmeaa, sillä riisi keitetään ensin ja höyrytetään vasta sitten, jolloin jyvät eivät erotu niin helposti toisistaan. Myös japanilainen ja korealainen riisi on tahmeaa keittämisen jälkeen. Riisi keitetään ilman suolaa, sillä aasialaiset käyttävät suolan sijaan paljon muita mausteita, kuten soijakastiketta. (Ilies 1995, 68–69.) Riisiä käytetään myös jauheen muodossa, sillä riisijauhoista valmistetaan muun muassa riisipaperia. Riisipaperi on läpinäkyvää ja niitä on kahden muotoisia: pyöreitä sekä neliönmallisia ja niitä käytetään kevätkääryleiden kuorina. (Ilies 1995, 25.)

Riisin lisäksi käytetään paljon nuudeleita, jotka ovat aasialaista pikaruokaa. Nuudeleita on saatavana erikokoisia ja -näköisiä sekä tuoreena että kuivattuna. Nuudelin valintaan vaikuttaa millaista ruokaa valmistetaan. Jos valmistetaan esimerkiksi keittoa, käytetään ohuita nuudeleita ja paksuja nuudeleita tukevimpiin ruokiin. (Barber 2003, 8.) Nuudeleita on myös useita erilaisia riippuen niiden raaka-aineista. Vehnänuudelit ovat alun perin Pohjois-Kiinasta, missä vehnää viljellään laajalti. Vehnänuudelit ovat valkoisia, mutta jos valmistuksessa on käytetty muniä, nuudelit ovat kellertäviä. Vehnänuudelit ovat myös vanhin nuudelilaji, mutta nykyisin nuudeleita valmistetaan myös mungopavuista, tattarista ja perunasta. (Barber 2003, 8.)

Alueilla, joilla riisi kasvaa vehnää paremmin, riisijauhoja käytetään myös nuudeliin valmistuksessa. Riisinuudeleita on ohutta ja paksua nauhaa, jolloin ne ovat monikäyttöisiä ja niitä voidaan käyttää keittoihin tai friteerauskeittöön. Mangojauhoista valmistettavat nuudelit tunnetaan myös nimellä sellofaani- tai lasinuudelit, sillä ne ovat läpinäkyviä. Tattarinuudeleiden valmistuksessa käytetään tattarijauhojen lisäksi vehnäjauhoja ja yam-perunatärkkelystä. Yam-perunatärkkelystä käytetään myös sellaisenaan nuudeliin valmistuksessa, jolloin kyseessä on perunatärkkelysnuudelit. (Barber 2003, 8-11.)

Koska aasialainen ruoka valmistetaan yleensä nopeasti paistamalla, raaka-aineet paloitellaan huolellisesti tasakokoisiksi, oli ne sitten viipaleita, kuutioita tai suikaleita. Näin ruoka kypsyy



tasaisesti ja yhtä aikaa, jolloin varmistetaan ruoan hyvä laatu. (Ilies 1995, 27.) Kun ruoka on paloitetu pieniksi, se on helppo syödä joko puikoilla tai lusikoida suuhun paloittelematta (Chan 2003, 7.) Kasvikset voidaan viipaloida suupalankokoisiksi kuutioiksi tai ohuiksi viipaleiksi. Kala leikataan ohuelti paloiksi tai valmistetaan kokonaisena, ja liha kuutioidaan suupalloiksi. Hienonnettaessa ei käytetä juuri yleiskonetta vaan kaikki paloitellaan käsin, jolloin esikäsittelyyn on varattava aikaa, jotta itse kypsentyminen tapahtuu vaivatta. (Ilies 1995, 27.)

Raaka-aineet paloitellaan tukevalla leikkuulaudalla, jonka päällä voidaan pilkkoa niin lihaa kuin kasviksia. Kiinassa käytettävä leikkuulauta on yleensä puinen; se on sahattu kovan puun rungosta pyöreään muotoon. Vaikka puinen leikkuulauta on vaikeampi puhdistaa muoviseen nähden, puinen leikkuulauta kestää paremmin voimakkaat veitsen iskut. Kiinalainen veitsi on keskivertoa veistä painavampi, jolloin sillä voidaan leikata tehokkaammin koviakin raaka-aineita. Veitsiä on monen kokoisia ja painoisia, sekä niitä tehdään eri materiaaleista. Perinteinen kiinalainen veitsi on todella monipuolinen, sillä sama veitsi sopii viipaloimiseen, murskaamiseen, hienontamiseen, nosteluun ja jopa nuijimiseen. Jos veistä huoltaa oikein, se kestää eliniän. Näin ollen se saatetaan antaa perintönä seuraavalle sukupolvelle. (Tan 2005, 13.) Japanilainen veitsi eroaa kiinalaisesta siten, että se on kapeampi ja kevyempi. Lisäksi terä on taottu niin, että vain toinen sivu leikkaa, jolloin terä on huomattavasti terävämpi. (Tan 2005, 49.)

Nopeassa kypsennyksessä apuna on wokkipannu, joka on oleellinen osa aasialaisen ruoan valmistusta. Wokkipannu on kehitelty Kiinassa Kantonin alueella, ja sana *wok* onkin kantonin kieltä ja tarkoittaa keittoastiaa. Pannu on tuhansia vuosia vanha, jolloin polttoainetta ei ollut saatavilla paljon. Tällöin oli kehiteltävä pannu, jolla pystyttiin kypsennykseen ruokaa tulisijan päällä. Puuta pyrittiin säästämään paloittelemalla raaka-aineet pieniksi, jotta ruoka kypsyisi nopeasti. (Ilies 1995, 12.) Wokkipannussa voidaan paistaa, höyryttää, uppopaistaa, hauduttaa tai muuten vaan kypsennää useita erilaisia raaka-aineita (Ilies 1995, 16). Nykyisin wokkipannuja on kaikennäköisiä ja – kokoisia, mutta perinteinen pannu on rautainen tai teräksinen ontto puolipallo, jossa on puinen kädensija. Pannun pohja on pyöreä ja sen reunat ovat kaartuvat. (Ilies 1995, 12.)

Wokin lisäksi käytetään muita kypsennysastioita, kuten erilaisia pannuja ja kattiloita. Kattilat ovat välttämättömiä, kun valmistetaan esimerkiksi liemiä, jotka ovat hyvin tärkeitä kiinalaisten keittojen valmistuksessa. Wokissa on vaikea valmistaa liemiä, sillä laakeassa astiassa neste haihtuu pois nopeammin. Liemien valmistukseen käytetään erillistä liemikattilaa, joka on

ihan tavallinen suuri kattila. Kiinassa käytetään myös savipatoja ja vesihaudekattilaa, jossa on aikoinaan valmistettu kauan haudutettavia yrttiruokia. (Tan 2005, 24.) Japanissa on käytössä esimerkiksi hieman wokpannua muistuttava tempurapata, jossa friteerataan muun muassa katkarapuja. Tavallinen wokpannu ei lämpiä tasaisesti, toisin kuin tempurapata, jolloin se soveltuu paremmin friteeraamiseen. Koska Aasiassa syödään paljon riisiä, laajassa käytössä on myös japanilainen keksintö riisinkeitin. Keittimessä onnistuu myös keittojen ja fondyyn valmistus. (Tan 2005, 56.)

### 2.1.1 Kiina

Kiina on kulttuurillisesti vanha maa, jolloin myös samoja ruokaperinteitä on vaalittu jo kauan. Näin ollen monet muut aasialaiset maat ovat ottaneet vaikutteita juuri kiinalaisesta keittiöstä. (Tan 2005, 11.) Sen vuoksi tässä opinnäytetyössä tarkastellaan kiinalaista keittiötä ja vertaillaan sitä muihin tunnettuihin Aasian keittiöihin, kuten thaimaalaiseen, intialaiseen ja japanilaiseen keittiöön. Nämä aasialaiset ruokakulttuurit on valittu siten, että jokainen keittiö toisi omalla tavallaan uutta näkökulmaa aasialaisesta ruoasta ja kulttuurista. Lisäksi edellä mainitut keittiöt ovat parhaiten tunnettuja suomalaisten keskuudessa verrattuna muihin aasialaisiin keittiöihin.

Kiinalainen kulttuuri ja itämainen ajattelu ylipäänsä perustuvat jin ja jang – teoriaan, jota sovelletaan niin lääketieteessä, ravinto-opissa kuin elämäntavoissa yleensä. Jin ja jang kuvaa luonnon kiertokulkua, jolloin vastakkaiset voimat vuorottelevat muuttaen muun muassa päivän yöksi ja kesän talveksi. Niin kuin kaikki kiinalaisessa kulttuurissa myös ruoka perustuu tasapainon tavoitteluun. Näin ollen myös ruoka-aineet jaotellaan siten, että ne vahvistavat joko kehon feminiinistä jiniä tai maskuliinista jangia. Kun ihminen on sairas, kehossa on liian vähän jiniä tai jangia, jolloin ruokavaliossa on suositava jiniä tai jangia vahvistavia ruokia. Ihminen on terve, kun jin ja jang ovat tasapainossa. Kiinassa ruokaa on siis hyödynnetty myös sairauksien hoitoon ja erityisesti niiden ehkäisemiseen. Muinaisessa Kiinassa lääkärin päätehtävä olikin potilaan terveyden vaaliminen, ja hänen katsottiin jopa epäonnistuneen, jos hän ei kyennyt ehkäisemään tautia. Ruoan parantavat vaikutukset ovat kulkeneet perimätietona jo muinaisilta ajoilta. Ruoan parantava vaikutus perustuu ruoan ominaisuuksiin joko lämmittää, viilentää, kuivattaa tai kosteuttaa kehoa. Viluisen, heikon ja väsyneen tulisi tämän teorian mukaan syödä lämmittävää ruokaa. Yliaktiivisen ja stressaantuneen taas pitäisi syödä viilentävää ja laihan kosteuttavaa ruokaa Ylipainoisen sen sijaan tulisi suosia kuivattavia ruokia. (Germain 2006, 10, 11, 23–28.)

Kiina on suuri maa, ja näin ollen eri puolilla maata on erilainen ilmasto ja maaperä, jolloin myös ruokaperinteet vaihtelevat suuresti eri maan osissa. Alueet jaetaan maantieteellisesti pekingiläiseen, shanghaiinlaiseen, kantonilaiseen ja setsuanilaiseen keittiöön. Pekingiläinen keittiö pohjoisessa suosii riisin sijaan höyryssä kypsennettyjä vehnäsämpylöitä ja nauhamakaronia, sillä riisi ei kasva pohjoisessa. Vehnän lisäksi karusta ja lyhyestä kasvukaudesta huolimatta pohjoisessa kasvaa hirssi ja soijapapu, josta tehdään runsaasti käytettyä soijatahnaa. Tahnaa käytetään muun muassa joidenkin kastikkeiden pohjana. Kaikista kiinalaisen keittiön osaluista pekingiläistä keittiötä pidetään hienostuneimpana, vaikka ruoat ovat yksinkertaisia ja aasialaisesta ruoasta poiketen tukevia. Tältä alueelta on maankuuluna tunnettu pekingin ankka, joka leimataan usein kuvaamaan koko Kiinan ruokakulttuuria. (Tan 2005, 11.)

Itäinen shanghaiin keittiön alue on maaperältään maan parhaita kasvualuetta niin riisille, ohralle, vehnälle, maissille, bataatille, pähkinöille ja soijapavuille. Näin ollen ruokakin on paljon monipuolisempaa ja tuoreempaa esimerkiksi pohjoiseen nähden. Pohjoisen tapaan myös idässä ruokalajit ovat aika yksinkertaisia, ja ne maustetaan vain soijakastikkeella ja pippurilla. (Tan 2005, 12.)

Nimensä mukaisesti setsuanin (=neljä jokea) alue sijaitsee lännessä usean joen varrella. Subtrooppisessa ilmastossa kasvavat lukuisat hedelmät, kuten appelsiinit, limetit, omenat ja luumut. Hedelmien ja muiden laajalti kasvavien viljelykasvien lisäksi käytetään chilipippuria korostamaan tulisuudella muita makuja, kuten makeaa ja hapanta. Erityisesti kastikkeet ovat tulisen, makean ja happaman maukkaita sekoituksia. Ruoista voidaan nimetä hapanimeläporras, rapea ankka ja tulinen hapan keitto. (Tan 2005, 11, 12.)

Etelässä kantonin alueella ruoan tuoreuden tärkeys korostuu. Siellä on saatavilla runsaasti raaka-aineita, kuten kookospähkinä, maapähkinä, ananas ja sokeriruoko. Ruoan rakenteen ja aromien säilyttämiseksi ruoanvalmistus tapahtuu mahdollisimman vähillä toimenpiteillä, jolloin ruoan rapeus ja maku säilyvät. Mereneläviä, kuten ostereita ja katkarapuja, valmistetaan yhdessä lihan kanssa. Lisäksi käytössä on suolatut ja käymisteitse valmistetut mustapavut, inkivääri maun tasapainottajana ja valkosipuli hajusteena. (Tan 2005, 12.)

Ruoan kanssa Kiinassa nautitaan usein teetä. Tee on vanhimpia nautintoaineita maailmassa, ja nykyään sitä juodaan toiseksi eniten maailmassa veden jälkeen. Kiinassa tee on tunnettu tuhatkunta vuotta ennen sen leviämistä naapurivaltioihin. Ehti vierähtää toistatuhatta vuotta ennen kuin tee kantautui Eurooppaan asti. Kiina kuuluu maailman suurimpiin teentuottajiin;

siellä tuotetaan noin neljännes maailman kokonaistuotannosta. Tee on nautintoaine, joka tuottaa henkistä, aistillista ja ruumiillista mielihyvää. Jo 200-luvulla tiedettiin teen myös vievän janon tunteen, edistävän ruoansulatusta, parantavan joitakin sairauksia ja kohentavan näkökykyä. Teen suosiota ja leviämistä edistikin alun perin juuri sen terveystaikutukset. (Nihtinen 2004, 9, 201–203, 239.)

Teen merkitys kiteytyy kiinalaisessa sananlaskussa: ”Parempi päivä syömättä kuin päivä ilman teetä” (Nihtinen 2004, 285). Näin ollen tee valmistetaan erityisen huolellisesti. Hyvän teen valmistaminen edellyttää muun muassa lukuisten teelaatujen tuntemusta, jotta tiedetään esimerkiksi veden oikea lämpötila ja haudutusaika, jotka siis vaihtelevat eri laatujen mukaan. Arkijuomana teetä saatetaan juoda pitkin päivää virkistystarkoituksessa. Tällöin otetaan mukaan erityisesti teelle tarkoitettu kannellinen lasitölkki, johon laitetaan teelehtiä pohjalle, kaadetaan kuumaa vettä päälle ja annetaan hautua. Päivän mittaan teen vähetessä vettä lisätään. (Nihtinen 2004, 249, 257.)

### 2.1.2 Japani

Japanilainen ruoka on hyvin yksinkertaista, jolloin tuoreiden raaka-aineiden omat aromit tulevat parhaiten esiin. Makua antavat kalaliemi, kuivattu kala, soijakastike ja muut soijapapuvalmisteet sekä erilaiset misotahnat. Lisäksi mausteena käytetään inkivääriä, sieniiä ja wasabitahnaa, joka on voimakas vihreä piparjuuri. Japanilaisessa ruokakulttuurissa huomioidaan myös vuodenaikojen vaihtelut, jolloin eri sesonkeina tarjotaan sen mukaista ruokaa. Jopa ruoan muoto, väri ja rakenne ovat kuluvan vuodenaajan mukaisia. (Tan 2005, 47.) Syksyn sadosta hyödynnetään lähinnä kastanjat ja sienet, joiden sekaan laitetaan paistettua lihaa ja kalaa. Talvella valmistetaan pääasiassa pataruokia, kuumia keittoja ja nuudeli ruokia. Keväällä ja kesällä sen sijaan nautitaan paljon merenantimia, kevyitä keittoja, bambunversoja ja kasviksia. Japanilaiseen ruokaan kuuluu merenelävät vuodenaikasta riippumatta – merenelävät kuten erilaiset kalat, äyriäiset, simpukat ja merilevät. (Ketola ym. 2001, 133.)

Kuten tyyppillinen aasialainen ateria myös japanilainen ateria koostuu useammasta pienestä annoksesta. Japanilainen ateria koostuu usein kolmesta eri annoksesta, jotka kaikki on valmistettu eri menetelmin. Riisin lisäksi yleisiä ruokia ovat misokeitto ja pikkelssi. Näiden lisäksi japanilaiset grillaavat, höyryttävät, hauduttavat ja keittävät ruokansa. Friteeraaminen rantautui Japaniin vasta myöhemmin portugalilaisten toimesta, jolloin syntyi uusia ruokalajeja kuten tempura, joka on friteerattuja katkarapuja tai kasviksia. Aasialaiset ovat ottaneet vai-

kutteita myös eurooppalaisilta merimiehiltä, joiden kanssa he kävivät kauppaa. Aasialaiset ovat saaneet eurooppalaisia vaikutteita myös siirtomaa-ajoilta. Esimerkiksi Vietnam on kuulunut joskus Ranskalle, jolloin on hyvin mahdollista, että vietnamilaisen ruoan kanssa nautitaan myös patonkia. (Tan 2005, 47, 48, 101.)

Japanilaiseen ruokakulttuuriin liitetään lähes poikkeuksetta sushi, joka tunnetaan ympäri maailmaa ja kasvattaa suosiotaan yhä edelleen. Sushi ei kuitenkaan suosioistaan huolimatta ole alkujaan kehitelty ruokalaji, vaan sen kerrotaan syntyneen vahingossa. Ennen vanhaan Japanissa säilytettiin raakaa kalaa suikaleina viinietikalla maustettujen riisityynyjen päällä. Riisi kuitenkin heitettiin pois ennen kalan syöntiä. Raan kalan ja riisin yhdessä muodostuvaan makuun kuitenkin miellyttiin, ja sushi sai alkunsa. (Yamamoto & Hicks 2003, 6.)

Sushilajeja on erilaisia riippuen valmistustavasta. Kaikista tunnetuin lienee sushirulla, joka on kääritty merileväärkkiin ja kääritty bambumatolla. Rullan sisälle laitetaan tietenkin riisiä ja raakaa kalaa sekä kasviksia: keitettyä pinaattia porkkanaa, kurkkua, kypsennettyä kurpitsankuorta ja siitakesieniä tai munakasta. Tätä rullaa nimitetään maki-zushiksi, kuten kaikkia bambumatolla käärittäviä susheja. (Yamamoto & Hicks 2003, 52.) Toinen tunnettu sushi on nikiri-zushi, joka on myös hyvin yksinkertainen valmistaa. Nikiri-zushi on susheista vanhin herkku, joka päällystetään wasabi-tahnalla maustetulla kalalla, äyriäisellä tai munakkaalla. Nigiri-zushi puristetaan ja muotoillaan nimensä mukaisesti käsin. (Yamamoto & Hicks 2003, 8.)

Hako-zushi taas kootaan muottiin, ja sen raaka-aineet ovat samat kuin nigiri-zushissa. Gunkan-maki on eräänlainen sushivene, joka käärittään merilevään veneenmuotoiseksi. Se täytetään riisillä ja päälle laitetaan esimerkiksi mätää. Temaki-zushi sen sijaan muotoillaan löyhästi tuutin muotoon, ja ainekset ovat myös samat kuin nigiri-zushissa. Chirashi-zushi poikkeaa muista sushilajikkeista siinä määrin, että se kootaan kulhoon, johon asetellaan niin kalaa, lihaa, munakasta kuin kasviksia riisin päälle. Myös sashimista puhutaan sushin yhteydessä, vaikkei se varsinaisesti sushilaji olekaan, vaan ohueksi viipaloitua raakaa kalaa, jota tarjotaan riisin ja misokeiton lisukkeena. (Yamamoto & Hicks 2003, 8-9.) Sushi voidaan syödä alku-ruokana, tai sitten koko aterian koostuu pelkästään sushista. Joka tapauksessa raaka kala on aterian kohokohta. (Tan 2005, 47.)

Myös Japanissa teetä nautitaan yleisesti. Tee on kulkeutunut Japaniin Kiinasta buddhalaisen munkin toimesta. Kiinalaiset munkit harjoittivat teerituaaleja, jotka tekivät vaikutuksen japanilasiin munkkeihin. Niinpä japanilaiset munkit kehittivät oman teerituaalin ja sen myötä

kokonaisen maailmankatsomuksen. (Nihtinen 2004, 54.) Nykyään japanilainen teeseremonia on vanha perinne, jonka tavoitteena on sisäinen tyyneys. Teeseremonioita järjestetään vieraanvaraisuuden osoituksena ystävien ja kutsuvieraiden kesken. Tee tarjoillaan tiettyjen sääntöjen mukaan, ja tarjoilujärjestys on hyvin tärkeä. Teen lisäksi etenkin juhla-aterioilla juodaan myös riisiviiniä, sakea. (Ketola ym. 2001, 133.)

### 2.1.3 Thaimaa

Niin kuin aasialainen ruoka yleensä myös thaimaalainen ruoka on sopusoinnussa makujen, rakenteen ja värien kanssa. Näin ollen myös koristeluun ja esillepanoon on kiinnitetty huomiota. Thaiateria koostuu eri makujen yhdistelmästä, jossa makea, suolainen, tulinen, hapan ja kirpeä maku tasapainoilevat. (Chan 2003, 6.) Thaimaalainen ruoka saa ominaisen makunsa limestä ja sitruunaruohosta, joita lisätään pääasiassa keittoihin ja salaatteihin. Lisäksi makua antaa kookosmaito ja tamarindinmehu. (Tan 2005, 101.)

Ruokaan lisätään eri makuja oman tottumuksen ja mieltymyksen mukaan. Käytäntö on kuitenkin, että tuliseenkin ruokaan lisätään yleensä vielä hieman chiliä. Päivittäisen riisiannoksen lisäksi syödään mahdollisesti keittoa, jotakin curryruokaa, salaattia kastikkeineen sekä erilaisilla valmistusmenetelmillä valmistettua ruokaa. (Chan 2003, 6.) Perinteisiä thai-ruokia ovat satayt sekä kala- ja rapumurekkeet ja paistettu riisi. Lisäksi Thaimaassa syödään Vietnamin tavoin mausteisia salaatteja. Salaateista tunnetuin lienee papaijasalaatti, jonka valmistukseen käytetään muun muassa raakaa papaijaa, katkarapuja, chiliä, kalakastiketta ja tomaatteja. (Tan 2005, 101, 106, 109.)

Erityisesti thaimaalaiselle ruoalle on ominaista laaja raaka-aineiden käyttö sekä ruoan tulisuus. Thaimaassa on laaja valikoima myös erilaisia mausteita, joista yleisimpiä ovat valkosipuli, inkivääri, korianteri ja tärkeimpänä chili. Raaka-aineina käytetään niin kalaa, lihaa kuin kanaakin sekä paljon erilaisia kasviksia ja hedelmiä. Trooppisen ilmastonsa ansiosta Thaimaassa onkin lukuisia eri hedelmiä, joista moni kasvaa vain ja ainoastaan Thaimaassa. Tyypillisesti hedelmistä tehdään perinteisten ruokien lisäksi myös veistoksellisia taideloumuksia, joita tekevät asiansa osaavat koristelijat. Hedelmäveistokset viimeistellään usein lehdillä ja kukilla, etenkin orkideoilla, joista on muodostunut Thaimaan vertauskuva lukuisine eri lajikkeineen. (Chan 2003, 6.)

Kasveja hyödynnetään koristelemisen lisäksi myös ruoanvalmistuksessa. Lootuksen lehtiä käytetään ruoanvalmistukseen käärimällä ruoka lehtiin ja kypsentämällä höyryssä. (Tan 2005,

11.) Lootuksen lehtien lisäksi ruokaa voidaan valmistaa muidenkin kasvien lehdistä ja kuorisissa. Sitruunaruohoja sekä kairapalmun- ja bambunlehtiä käytetään myös ruoanvalmistuksessa. Sitruunaruohon lehdet karsitaan pois, jolloin varsi toimii oivallisena vartaana. Vartaaseen voidaan laittaa niin lihaa, kalaa kuin kanaakin, joihin tarttuu sitruunamainen aromi. Varresta voidaan tehdä myös voitelusivellin, kun se leikataan pitkiksi suikaleiksi tyvestä. Lisäksi pak-sulla juurella voidaan maustaa grillattavia murekeseoksia. Kairapalmunlehden suikaleet voidaan kääriä friteerattavien broileripalojen tai katkarapujen ympärille ennen kypsennystä. Bambunlehtiä taas käytetään muun muassa riisikäryleiden valmistukseen. Lehdet on kuitenkin liotettava kuumassa vedessä ennen käyttöä, jotta niistä saadaan taipuisia. (Tan 2005, 102, 103.)

Maustetahnat ovat tärkeä osa aasialaista ruokaa, ja etenkin Thaimaassa valmistetaan currytahnvoja. Currytahnvoja valmistetaan kuitenkin samojen periaatteiden mukaisesti lähes koko Aasian alueella. Ne hierotaan hienoksi käsin kivihuhmareessa, jolloin voidaan säädellä tahnan rakennetta paremmin. (Tan 2005, 110.) Aasiassa käytetään yleisesti kahdenlaisia huhmareita: kivi- ja savihuhmareita. Savihuhmare on kivihuhmareta suurempi ja sen survin on puinen. Savihuhmareta ei käytetä kovien aineiden hienontamiseen, vaan siinä voidaan hienontaa salaateissa käytettyjä rapeita ja tuoreita yrttejä.. Kivihuhmare sen sijaan sopii paremmin myös kovien aineiden hienontamiseen ja esimerkiksi currytahnjojen valmistukseen. (Tan 2005, 108.)

Toisin kuin esimerkiksi Kaakkois-Aasiassa, jossa jälkiruokien sijaan syödään pikkumakeisia, thaimaalaiset syövät jälkiruokaa. Thaimaalaiset hedelmät ovat makeutensa ansiosta hyvä jälkiruoka. Ravintoiloissa tarjotaankin lähes poikkeuksetta laaja valikoima hedelmiä jälkiruokana. Suosittu jälkiruoka on myös tahmea riisi, jota voidaan syödä tuoreiden hedelmien kuten mangon tai jäätelön kera. (Tan 2005, 101, 121.)

#### 2.1.4 Intia

Intialainen ruokakulttuuri perustuu pitkälti hindujen ikivanhaan terveyttä käsittelevän kirjan Ayurvedan oppeihin. Teoksen nimi tulee sanoista ayus ja veda, joista ensimmäinen merkitsee elinikää ja jälkimmäinen tarkoittaa tietoa. Kyseisessä teoksessa käydään läpi koko ihmisen elämää käsittävät seikat muun muassa elämän tarkoitus, terveyden merkitys, sekä annetaan ohjeita terveellisen elämän saavuttamiseksi. Kaiken tämän tavoitteena on pysyä hyvässä kunnossa, jotta elämä voisi jatkua nykyisen elämän jälkeenkin. Koko teos kiteytyy siihen, että elämä on sielun, ruumiin ja mielen muodostama kokonaisuus. (Panjabi 1997, 15.)

Ruoka on aivan oma lukunsa Ayurvedassa, sillä siinä on lueteltu ruoan ominaisuudet ja vaikutus elimistöön. Kiinalaisen keittotaidon filosofian tavoin myös intialaiset ruoat on jaoteltu viilentäviin ja kuumentaviin ja niiden kautta pyritään saamaan elimistö tasapainoon. Muun muassa lehmän maidosta saatava ghee vaikuttaa elimistöön viilentävästi, ja ruokaöljy vaikuttaa kuumentavasti. Ayurvedan mukaan ihmisruumis jakaantuu seitsemään eri elementtiin, jotka ovat iho, veri, lihakset, rasva, luusto, hermosto, luuydin ja suvunjatkamiseritteet. Kun nämä elementit ovat tasapainossa, ihminen on terve. Myös ruumiin kolme alkeisvoimiin liittyvää elämänvoimaa ilma, tuuli ja vesi tulee olla tasapainossa, jotta ihminen pysyy terveenä. Tasapainon ylläpitäminen ruoan avulla perustuu makuihin: makea, hapan, suolainen kirpeä, kitkerä, supistava. Makea ruoka vahvistaa kaikkia elimistöelementtejä sekä ravitsee ja tasapainottaa ihmismieltä, mutta heikentää ruoansulatusta. Hapan maku sen sijaan edistää ruoansulatusta ja entsyymien tuotantoa sekä edistää sydämen toimintaa. Myös suolainen ja kirpeä maku edistävät ruoansulatusta ja puhdistavat elimistöä. (Panjabi 1997, 16.)

Intiassa monimuotoinen luonto vuoristoseutuineen ja rannikkoineen on mahdollistanut monipuolisen ruokakulttuurin syntymisen. Etenkin Intian pohjoisosissa suosittua ruokaa on grilattu lammas ja kana. Lisäksi vehnästä valmistettava nan-leipä on myös osa intialaista ateriaa. (Parpola 2005, 280.) Nan-leipä paistetaan perinteisesti tandooriuunissa siten, että taikina litistetään uunin seinämään ja annetaan paistua. Tandooriuuni taas on aasialainen saviuuni, jossa paistetaan leipien lisäksi kalaa ja lihaa. (Tan 2005, 79, 91.) Pohjois-Intiassa leivät ylipäänsä ovat keskeisiä joka aterialla. Itä-Intiassa on käytössä sinappiöljy, joka on aromiltaan pähkinän tuoksuinen. Länsirannikolla sen sijaan on myös portugalilaisten tuomia vaikutteita siirtomaavallan ajoilta, ja Etelä-Intiassa taas suositaan kookosta, currynlehtiä, tamarindia ja riisiä. (Tan 2005, 79.)

Intiassakin syödään paljon riisiä, mistä on todisteena, että koko maan viljelyalasta neljännes on varattu riisille (Parpola 2005, 279). Riisiä syödäänkin tyypillisesti joka aterialla. Lisäksi tarjolla on muutama currymuhennos, maustevihanneksia, palkokasvijauhoista valmistettua leipää, jogurttia, vettä ja kirnupiimää. (Parpola 2005, 281.) Intialainen ruoka on tunnettu mausteistaan, vaikka raaka-aineet ovat loppujen lopuksi aika vaatimattomia. Intialaiset kokit luovat erilaisia maustetahnoja, joita on erilaisia eri ruokalajeille. Ruoka saa lisämakua myös sahramista, manteleista ja rusinoista. Jälkiruokana nautitaan juustopalloja, jotka kastetaan ruusun- tuoksuiseen siirappiin tai jäädytettyä jälkiruokaa kulfia. (Tan 2005, 79.)



Intialaiset osaavat mausteiden käytön erinomaisesti. Ennen muinoin mausteita on käytetty säilöntä- ja lääkeaineina, mutta nykyään pääasiassa ruoassa maun ja aromin antajana sekä ruoansulatuksen edistäjänä. Tosin mausteiden lääkinnälliset ominaisuudet ovat tiedossa vielä tänäkin päivänä, sillä esimerkiksi pippureita ja basilikaa keitetään vilustumisjuomaksi ja astman oireisiin. Mausteiden hienontaminen on tärkeä toimenpide muun muassa curryn valmistuksessa, näin ollen joka kodissa onkin oma jauhinkivi tai jokin muu hienonnisväline. (Panjabi 1997, 32, 33, 36.)

Curryt ovat lähtöisin Intiasta, ja sana curry tarkoittaakin kastiketta. Toisin kuin länsimaissa Intiassa curryt eli kastikkeet valmistetaan kypsentämällä lihaa tai kasviksia eri aineiden ja mausteiden kanssa. Suurustamisessa ei käytetä lainkaan jauhoja, vaan kastike sakeutetaan muun muassa sipulilla, jogurtilla, kermalla tai kookosmaidolla sekä pähkinöillä, siemenillä ja linsseillä. Väriä curryyn saadaan kurkumalla, maustesahramilla, chilillä, korianterin lehdillä, tomaatilla ja sipulilla. Currynvalmistus aloitetaan kuumentamalla rasva. Perinteisesti intialaiset käyttävät gheetä eli kirkastettua voita, mutta myös ruokaöljyä ja maapähkinäöljyä käytetään. Mausteita lisättäessä on muistettava oikea järjestys, sillä mausteista lähtee eri makuja lämmön mukaan. Joitakin mausteita on paistettava kauemmin kuin toisia. Paistamisen jälkeen currya haudutetaan miedolla lämmöllä kannen alla. (Panjabi 1997, 21–28.)

Intiaan tee on saapunut hieman myöhemmin, jolloin erityisesti happamat maitotuotteet ovat suuresti arvostettuja. Happamat maitotuotteet myös säilyvät paremmin kuumassa ilmastossa, etenkin jos kylmälaitteita ei ole (Parpola 2005, 280). Maitotuotteiden lisäksi aterioilla juodaan vettä, jota on yritetty puhdistaa muun muassa kasvattamalla vedessä lootuksenkukkia. Lisäksi vettä on hajustettu kukilla ja mausteilla, jotta vesi maistuisi paremmalta ja veteen saataisiin lääkinnällisiä ominaisuuksia. Intiassa juodaan myös ruokosokeri- ja hedelmämehuja, kookosmaitoa sekä ohutta riisivelliä. Teen ja kahvin suosio on kuitenkin kasvussa. (Parpola 2005, 281.) Aterioilla saatetaan juoda myös pirtelömäistä lassia, joka on valmistettu jogurtista. Lassi viilentää tehokkaasti tulisten ruokien aiheuttamaa poltteen tunnetta. Lassi voidaan maustaa pelkästään kardemummalla tai hedelmillä. (Tan 2005, 87.)

### 2.3 Kunnioittava tapakulttuuri

Aasialaisessa tapakulttuurissa korostuu kohteliaisuus ja kunnioitus. Erityisesti japanilaiset ovat äärimmäisen kohteliaita ja ystävällisiä niin sanoissaan kuin teoissaan, mutta muut Aasian kansalaiset eivät jää sen huonommaksi kohteliaisuuden suhteen. Kohteliaisuudella ja kunnioittavalla käytöksellä pyritään säilyttämään kasvot muun muassa noloissa tilanteissa. Kasvojen menettämistä pelätään, jolloin nolo tilanne voidaan sivuuttaa ja jättää omaan arvoonsa, ettei vastapuoli nolostu. Aasialaisille tavoille on ominaista etenkin vanhempien ihmisten kunnioitus. (Lewis 1996, 209, 299, 300, 310.) Kiinalaiset kunnioittavat vanhuksia jopa siinä määrin, että he palvovat esi-isiensä henkiä. Henget on pidettävä tyytyväisinä ja varottava, jottei suututa henkiä esimerkiksi rakentamalla taloja liian lähelle henkien asuinpaikkoja. Henkiä lepytetään uhreilla ja rukouksilla niin varsinaisessa tempelissä kuin kotialttarilla. Myös japanilaisilla on kotona pieni alttari, jolla pidetään suitsukkeita, kukkia, ruokaa ja juomaa. (Ketola ym. 2001, 87, 130.)

Aasialaiset ihmiset ovat myös kärsivällisempiä kuin esimerkiksi eurooppalaiset, sillä idässä on eri aikakäsitys. Toisin kuin länsimaissa aasialaisen käsityksen mukaan aika kiertää kehää. Länsimaalaisen mukaan aika tulee ja menee, mutta aasialaisen mukaan aika ikään kuin palaa aina takaisin, jolloin ei ole mitään syytä kiirehtiä. Buddhalaisen käsityksen mukaan ajan lisäksi koko elämä kiertää kehää. Näin ollen menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden väliset rajat ovat häilyvät. (Lewis 1996, 300–309.)

Aasialaisten ruokatapojen mukaan sen sijaan kaikki ruokalajit syödään yhtä aikaa yhteisistä astioista, joista jokainen valitsee haluamansa ruokalajit ja maustaa ruokansa mieleisekseen. Ruoka syödään yhä useammin haarukalla ja lusikalla ja kiinalaistyyppisiä ruokia kuten nuudelleittoja syödään puikoilla. (Chan 2003, 6.) Kiinalaiset ovat syöneet puikoilla jo vuodesta 1766 eKr. Puikoilla syömiseen liittyy muutamia hyvien tapojen mukaisia ohjesääntöjä. Tärkeintä on kuitenkin, että ote puikoista on oikea, jotta syöminen on ylipäänsä mahdollista. (Ilies 1995, 28.) Puikot asetetaan niin, että toinen puikko on peukalon ja nimettömän välissä ja toinen peukalonpään sekä etu- ja keskisormen väliin edellisen puikon yläpuolelle. Syödessä vain ylimmäinen puikko liikkuu. Peukalo pitää puikkoja yhdessä ja keskisormen kärjellä avataan ja suljetaan puikot kohottamalla ja laskemalla keskisormella ylimmäisen puikon etuosaa. (Tan 2005, 42.)

Intiassa sen sijaan ruoka syödään yleensä oikealla kädellä, jolloin ei käytetä lusikkaa, haarukkaa, veistä eikä edes puikkoja. Näin siksi, että ruokailuvälineet ovat käyneet suussa ja ovat sen vuoksi epäpuhtaita. Kunnan peseminenkään ei auta, minkä vuoksi on parempi syödä paljain käsin. Myöskään varsinaisia ruokailuastioita ei välttämättä ole, vaan ruoka voidaan syödä kasvien lehtien päältä. Lehdistä voidaan taitella myös kertakäyttöisiä kauhoja. (Parola 2005, 280.)

Japanissa ruoka syödään pääsääntöisesti puikoilla. Ruokapöytä on matala, ja sen ympärillä istutaan polvillaan tai risti-istunnassa. (Ketola ym. 2001, 133.) Kotioloissa ruoka saatetaan valmistaa ruokapöydässä, jolloin ruoka valmistetaan ja tarjotaan samasta astiasta. Näin siksi, että japanilaiset kodit ovat pieniä ja suuret keittiöt harvinaisia. Ruoka voidaan valmistaa joko paistolevyllä, teppanyaki-parilalla tai sukuyaki-padassa, joka nostetaan pöytään. Sukuyaki-padassa voidaan kypsentää kanan- tai naudanlihaa ja lisätä kasviksia sekaan oman maun mukaan. Jokainen ottaa ruokaa itselleen suoraan padasta tai parilalta Samoilla menetelmillä aterioidaan myös ravintoloissa, joihin kokoonnutaan ystävien tai perheen kanssa. (Tan 2005, 60.) Aasiassa syödäänkin paljon ulkona nimenomaan hyvässä seurassa. Ravintoloiden lisäksi syödään kirjaimellisesti ulkosalla, sillä katukaupustelijat myyvät ruokaa kaduilla. Kojukeittiöt on rakennettu kärryjen päälle, ja niitä kuljetetaan pitkin katuja. Tarjolla on nuudeleita, satayta eli grillattuja vartaita, friteerattuja ruokia, puuroa, hedelmäsekoituksia ja lehtiin käärittyjä kääryleitä. (Tan 2005, 121, 122.)

#### 2.4 Uskontojen vaikutus kulttuureihin

Myös uskonnolla on merkittävä vaikutus eri ruokakulttuureihin. Aasian uskonnoista laajimmille on levinnyt buddhalaisuus. Toisaalta Intian pääuskonnolla hindulaisuudella on vain vähän enemmän kannattajia kuin buddhalaisuudella. Kiinan pääuskontoja ovat kungfutselaisuus ja taolaisuus, kun taas Japanissa on eniten shintolaisuuden kannattajia. Buddhalaisuuden tavoin myös islam on levinnyt ympäri Aasiaa ja sen kannattajia löytyy pääasiassa Lähi-idästä, mutta myös muun muassa Intiasta ja Malesiasta. Aasiasta löytyy myös kristinuskoisia lähinnä Filippiinien alueelta, jonne se on siirtynyt siirtomaavallan ja lähetystyön kautta ja on tällä hetkellä maan yleisin uskonto. (Kanervo & Saarinen 2007.)

Uskonto määrää muun muassa, mitä ruokalajeja saa syödä ja mitä ei. Aikojen kuluessa osa säännöksistä on vanhentunut ja jäänyt pois, mutta osaa noudatetaan vielä tänäkin päivänä. Etelä-Aasiassa suositaan kasvisyöntiä uskonnon vuoksi, mutta myös ihan vaan periaatteen

takia. Lihaa ja kalaa vältetään, jotta ei tarvitsisi surmata eläimiä. Väkivallasta kieltäytymisen taustalla saattaa kuitenkin olla uskonto tai jokin muu aate, joka paheksuu elämän vahingoittamista. Lihansyönti liitetään joissakin uskonnoissa jopa epäpuhtaaksi. Näin ollen on saatettu ryhtyä kasvissyöjäksi esimerkiksi yhteiskunnallisen arvostuksen toivossa. Pääasiallisesti muslimit ja juutalaiset välttävät sianlihaa. Sen sijaan he voivat syödä vuohen-, lampaan- ja kananlihaa. Uskonnoilla on kuitenkin pieniä eroja eri Aasian maissa. (Parpola 2005, 282.)

Eri uskonnot korostavat erilaisia arvoja. Pääpiirteissään kungfutselaisuus ohjaa ihmisten moraalista toimintaa, taolaisuus opettaa ihmisen ja luonnon välisen yhteyden ja buddhalaisuus ohjaa mielenrauhan saavuttamiseen ja opastaa kohtaamaan kuoleman. Näin ollen Aasiassa saatetaan yhdistää uskontoja ja ottaa eri vaikutteita useista eri uskonnoista ja näin olla moniuskoisia. (Kanervo & Saarinen 2007.) Erityisesti Japanissa yksi ihminen voi harjoittaa kahta tai useampaa uskontoa ja osallistua monen uskonnon tarjoamiin pyhiin tapahtumiin. Yleisimmät uskonnot Japanissa ovat shintolaisuus ja buddhalaisuus, joka on jakaantunut useampiin lahkoihin. Buddhalaisuudelle on ominaista itsekurin korostaminen sekä kärsimyksen ja nautintojen vähättely. Juuri buddhalaisuus on omalta osaltaan vaikuttanut myös Japanin ruokakulttuuriin ja se näkyy lihan käytön vähenemisenä. Lihaa kyllä käytetään jonkin verran, mutta Japani on tunnetusti kalan ja merenelävien suurkuluttaja. (Liimatainen & Riipi 2001, 24.)

Varhaisten japanilaisten tiedetään palvoneen luonnossa asuvia henkiä. Shintolaisuus jatkaa vanhojen uskontojen perinteitä. Se korostaa hyvien tapojen noudattamista ja ylempien kunnioitusta ja se on saanut vaikutteita Kiinan kungfutselaisuudesta. (Liimatainen & Riipi 2001, 24.) Kungfutselaisuuden lisäksi Kiinan pääuskontoja ovat buddhalaisuus ja taolaisuus. Juuri taolaisuus korostaa tasapainoa eri voimien välillä, jolloin kaksi vastakkaista voimaa jin ja jang pyrkii tasapainoon. Myös ruokaa pyritään tasapainottamaan käyttämällä yhtä aikaa hapanta ja makeaa, värikkäitä ja vaaleita raaka-aineita sekä pehmeitä ja rapeita ruokia. Tarkka ruokavalio on tärkeää, koska sillä voidaan saavuttaa pitkä elinikä. Tasapainoisen ruoan uskotaan vaikuttavan myönteisesti henkiin ja näin edistää pitkää ikää. (Liimatainen & Riipi 2001, 54–57.)

Myös Thaimaassa suurin uskonto on buddhalaisuus, jonka mukaan ihminen aiheuttaa itselleen kärsimystä tavoittelemalla liikaa asioita eikä ole koskaan mihinkään tyytyväinen. Kaikki on katoavaista ja vain muutos on pysyvää. Ajatukset, tunteenilmaukset ja teot muokkaavat ihmistä, jolloin ei ole samantekevää, miten elää. Buddhalaiset uskovat, että ihminen voi syn-

tyä uudelleen ihmiseksi, hengeksi tai eläimeksi riippuen siitä, kuinka hän on edellisen elämänsä elänyt. Tätä kiertokulkua nimitetään karman laiksi. (Liimatainen & Riipi 2001, 38–39.)

Samaa nimitystä käyttävät myös hindut, jotka uskovat myös sielunvaellukseen ja jälleensyntymiseen. Buddhien uskomusten tavoin hindut uskovat edellisen elämän vaikuttavan seuraavaan elämään. Kun on elänyt täydellisen elämän tarpeeksi monen jälleen syntymisen jälkeen, sielu voi vapautua kiertokulusta. Hindumaissa, kuten Nepalissa ja Intiassa, vallitsee kastilaitos, jota ei virallisesti enää ole olemassa. Kasti saattaa määrätä kyseisen henkilön tehtävät, mutta koulutuksen yleistyessä tämä ei pidä täysin paikkaansa. Korkeamman kastin edustaja ei koske alemman kastin edustajaa ja myös avioliitot solmitaan tiiviisti saman kastin edustajien välille. (Liimatainen & Riipi 2001, 72.) Hindut eivät syö lainkaan naudanlihaa ja jotkut jättävät maidonkin juomatta, sillä lehmää pidetään pyhänä eläimenä. Tästä vakaumuksesta ollaan myös tarkkoja, sillä ruoanvalmistusta valvotaan, jotta kaikki sujuu oikeaoppisesti. (Tan 2005, 80.)

Aasian kansoista yksi kurinalaisimpia ruoan suhteet ovat nepalilaiset, joiden ruokailua rajoittaa pääasiassa hindulaisuus. Puhdasoppisilla hinduilla on tarkat säännöt, mitä, missä ja milloin he saavat syödä. Sääntöjen mukaan alemman kastin jäsenten valmistamaa ruokaa ei saa syödä. Osa ylemmästä kasteista ei syö lainkaan lihaa; sen sijaan alemman kastin edustajat saattavat syödä kanan- tai vuohenlihaa. Kaikkein alimpien kastien edustajat saattavat olla kokonaan kasvissyöjiä, mutta ei uskonnollisista vaan lähinnä taloudellisista syistä. (Liimatainen & Riipi 2001, 74.)

## 2.5 Johtopäätökset

Aasialainen kulttuuri on hyvin monimuotoinen käsite perinteineen, uskomuksineen ja elämäntapoineen. Käsite on niin laaja, että sitä on mahdoton kiteyttää vain muutamalla sanalla. Voisi kuitenkin todeta aasialaisen kulttuurin ja ruokaperinteen olevan saumattomassa yhteydessä keskenään aasialaisen filosofian ja eri uskontojen kautta. Voimakkaimpia ohjaajia ovat jin jang – teoria ja intialaisilla Auyrveda-teoksen opit. Kaikessa pyritään siis tasapainoon myös ruokaillessa, jotta pysytään terveenä ja saavutetaan pitkä ikä.

Kaikkein tärkein osa ruokailua on riisi, jota syödään päivittäin lähes jokaisessa Aasian maassa. Riisi vastaa aasialaisille meidän paremmin tuntemaa perunaa. Riisillä on kuitenkin myös henkinen merkitys, sillä joissakin Aasian osissa uskotaan riisin henkeen. Riisiä on näin ollen käytetty myös pyhissä seremonioissa.

Aasiassa on laajassa käytössä wokpannu, sillä pääasiassa ruoka valmistetaan nopeasti paistamalla. Tästä johtuen raaka-aineet on paloiteltu suupalan kokoisiksi, jotta ne kypsyvät nopeasti. Pannulla paistuvat niin riisit kuin nuudelitkin sekä liha, kala, kana ja kasvikset. Aasiassa hyödynnetäänkin laaja valikoima erilaisia kasviksia ja hedelmiä. Lihaa ei välttämättä edes syödä joka päivä, vaan proteiinit korvataan muun muassa pavuilla. Hyvin tyypillistä on myös kasvissyönti, sillä kasviksia on helposti saatavilla.

Aasialaisen ruoanvalmistuksen salat ovat levinneet siirtolaisten mukana ympäri maailman. Toisaalta myös aasialaiset ovat saaneet vaikutteita muun muassa siirtomaavallan ajalta ja kaupankävijöiltä. Muun muassa patonki ja tempura on eurooppalaisia vaikutteita. Kansainväliset aasialaiset ruoat ovat kuitenkin muotoutuneet paikalliselle väestölle sopivammaksi, eivätkä välttämättä vastaa täysin alkuperäistä. Myös täällä Suomessa olemme saaneet nauttia aasialaisia herkkuja noin viisikymmentä vuotta. Kiinnostusta aasialaiseen ruokaan tuntuu olevan ja toivottavasti innostus säilyy jatkossakin.

Nykyään aasialaisen keittiön antimista on tarjolla kiinalaisen ruoan lisäksi muun muassa intialaista, thaimaalaista, japanilaista ja nepalilaista ruokaa. Laajimmin nämä ruokapaikat näkyvät tietenkin edelleen Helsingin katukuvassa, mutta myös muualta löytyy aasialaisia ravintoloita. Kiinalainen ravintola näyttäisi levinneen Suomessa laajimmin, sillä lähes jokaisesta kaupungista löytyy kiinalainen ravintola. (Ravintolaopas 2007.) Saa nähdä, miten käy aasialaisten ravintoloiden suosiolle jatkossa, sillä ammattilaiset enteilevät jo uutta suuntausta, joka on puhdas, tuore ja yksinkertainen skandinaavinen keittiö. (Siltala 2007, 39.)

### 3 ASIAKKUUS

Edellä käsiteltiin aasialaista kulttuuria ja ruokailutottumuksia, nyt siirrytään asiakkuuskäsitteeseen sekä asiakkaiden odotusten ja mielikuvien maailmaan. Asiakkuus-käsite voidaan määrittää monella eri tavalla. Yksinkertaisimmillaan asiakas on henkilö tai yritys, johon on syntynyt asiakassuhde eli asiakas on ostanut jonkin tuotteen tai palvelun. Laajempi selitys käsittää asiakkaaksi myös ne kohderyhmään kuuluvat tahot, joihin yritys on ylipäänsä ollut yhteydessä, vaikka he eivät olisi varsinaisesti ostaneet mitään. (Rope & Pöllänen 1998, 27.)

Asiakkailla on aina omat odotukset yrityksen toiminnasta ja tarjonnasta. Jotta asiakkaat pysyisivät tyytyväisinä, asiakkaiden odotukset tulisi täyttää. Asiakastyytyväisyyttä tavoitellessa on kuitenkin eräs ristiriita. Toisaalta tulisi olla mahdollisimman hyvä mielikuva, jolloin myös asiakkaiden odotukset kasvavat. Toisaalta taas korkea mielikuva ja odotukset vaikeuttavat asiakastyytyväisyyden toteutumista ja etenkin odotusten ylittämistä jatkossa. (Rope & Pöllänen 1998, 169.)

#### 3.1 Asiakkaan odotukset ja mielikuvat

Asiakkaan odotukset syntyvät ennen palvelun hankkimispäätöstä. Odotukset ovat usein ennakoivia, kun palvelua käytetään ensimmäistä kertaa. Tällöin asiakas saattaa pohtia, millainen palvelu tulee olemaan. Kun palvelua on käytetty useamman kerran, odotukset muuttuvat normatiivisiksi eli ohjeellisiksi. Tällöin asiakas on ollut palveluun tyytyväinen ja käyttänyt sitä toistamiseen sekä odottaa saavansa saman tason palvelua jatkossakin. (Ylikoski 1999, 120.) Myös palvelutapahtuman aikana syntyy odotuksia muun muassa palvelun laadusta, hinnasta ja ympäristöstä. Muodostuvat odotukset voivat vahvistaa aikaisempia odotuksia tai poistaa ne kokonaan. (Ylikoski 1999, 126.)

Asiakkaan odotukset muodostuvat useiden tekijöiden pohjalta. Näitä tekijöitä ovat muun muassa asiakkaan omat ominaisuudet ja tarpeet. Asiakkaan ominaisuudet, kuten persoonallisuus, koulutustaso, elämänvaihe ja ikä vaikuttavat asiakkaan tarpeisiin, jotka puolestaan määrittävät, millaista palvelua asiakas haluaa. Asiakkaan ominaisuuksista riippuu myös, millaisia hyödykkeitä asiakas haluaa. Odotukset ovat aina asiakaskohtaisia, sillä jokainen asiakas on

oma persoonansa. Lisäksi odotukset voivat vaihdella myös asiakkaan mielialan mukaan, jolloin on mahdotonta tietää millaisia odotuksia kullakin asiakkaalla on. (Ylikoski 1999, 123.)

Mielialan lisäksi myös tilannetekijät vaikuttavat asiakkaan odotuksiin. Eri tilanteissa ja varsinkin poikkeavissa tilanteissa asiakkaan odotukset palvelua kohtaan voivat joko nousta tai laskea. Esimerkiksi kiireellisellä asiakkaalla on eri odotukset palvelun suhteen kuin asiakkaalla, jolla on aikaa odottaa. Vastaavasti tilanteessa, jossa asiakkaalla ei ole muita vaihtoehtoja käytettävissään, odotusten taso laskee ja hänen on pakko tyytyä totuttua huonompaan palveluun. Tilanteesta riippuu myös se, kuinka paljon asiakas itse joutuu näkemään vaivaa haluamansa palvelun eteen. Mitä suurempi asiakkaan panostus on, sitä suurempi on myös vaikutus asiakkaan odotuksiin ja erityisesti odotusten tasoon. Esimerkiksi itsepalvelutilanteessa asiakas odottaa palvelulta sujuvuutta, sillä hän joutuu itse tekemään jotain saadakseen palvelun. (Ylikoski 1999, 125.)

Odotuksiin vaikuttaa myös asiakkaan aikaisemmat kokemukset niin kyseisestä yrityksestä kuin kilpailevista yrityksistä. Tutun yrityksen palvelut tiedetään jo ennestään, joten tiedetään mitä odottaa. Sen sijaan kilpailevat yritykset antavat asiakkaalle viitteitä, millaista palvelu voisi olla. Tällöin asiakkaan odotukset muuttuvat myös ennestään tutun palvelun tarjoajan suhteen. Myös toisilla ihmisillä on vaikutusta odotusten muodostumiseen. Kyseistä ilmiötä kutsutaan myös sosiaaliseksi viestinnästä, kun ystävät ja muut tuttavat joko suosittelevat tai moittivat jotakin palvelua. Ystävien sanaan yleensä uskotaan paremmin kuin esimerkiksi kaiken lupaaviin mainoslauseisiin, mutta toki odotuksiin vaikuttaa myös mainokset ja muu julkisuus, mitä tiedotusvälineistä saadaan. Mainonnalla luodaan asiakkaalle tietty mielikuva tuotteesta tai palvelusta. Asiakkaalle annetun mielikuvan tulisi vastata ainakin jossakin määrin todellisuutta, sillä asiakas odottaa saavansa hänelle luvatus palvelun. (Ylikoski 1999, 124–125.)

Viimeisenä, mutta asiakkaalle tärkeimpänä vaikuttajana odotusten muodostumiselle, on palvelun hinta. Jos palvelulla on korkea hinta, myös asiakkaan odotukset ovat korkeammalla. Taas vastaavasti, jos asiakas maksaa palvelusta vähemmän, hän tyytyy huonompaankin palveluun. Myös palveluympäristö viestii palvelun hinnasta ja laadusta ja näin ollen vaikuttaa asiakkaan odotuksiin. Kun palvelun hintaa nostetaan, asiakkaan odotukset eivät kuitenkaan välttämättä nouse samassa suhteessa, mutta hyväksyttävän palvelun alue saattaa kaventua. Hyväksyttävän palvelun alueen muodostaa kaksi tasoa. Ensinnäkin asiakkaalla on tietty käsitys haluamastaan palvelusta ja toiseksi odotuksia hänelle riittävästä palvelusta. Näin ollen asi-



akkaan odotukset ovat siis kaksitasoisia, jolloin asiakkaalla on eräänlainen joustovara sietokyvylleen, millaisen palvelun hän hyväksyy. Sietokyvyn mittaamisen vuoksi hyväksyttävän palvelun aluetta kutsutaan myös osuvasti toleranssiyöhykkeeksi. (Ylikoski 1999, 120-124.)

Odotukset ovat myös joustavia, sillä jokaisella asiakkaalla on eri tärkeysjärjestys eri asioiden suhteen. Asioilla, jotka ovat asiakkaan tärkeysjärjestyksessä ylimpänä, on korkeampi odotusten taso kuin vähemmän tärkeissä asioissa. Eli tärkeissä asioissa asiakas ei juuri ole valmis joustamaan, kun taas vähemmän tärkeissä asioissa sietokyvyn ollessa korkeampi myös joustovaraa on enemmän. (Ylikoski 1999, 121-122.)

Olisi ehdottoman tärkeää, että asiakkaan odotuksiin vastattaisiin. Vielä suotavampaa olisi, että odotukset ylittäisiin. Sen lisäksi, että asiakkaat tottuvat hyvään palveluun ja odotukset on yhä vaikeampi ja kalliimpi ylittää tai edes saavuttaa, odotusten ylittämisessä saattaa olla vaarana sekin, että asiakas kokee palvelun olevan liian hyvää. Tällaisessa tilanteessa asiakas mieltää joutuvansa itse kustantamaan yrityksen loisteliaat tilat ja palvelut, vaikka näin ei todellisuudessa olisikaan. Joissakin tapauksissa olisikin suotavaa, että asiakas saa peruspalvelua ylilyöntien sijaan. (Ylikoski 1999, 120–123.) Kun saavutetaan asiakkaan odotukset, voidaan todeta palveluiden olevan hyväksyttäviä. Odotukset voidaan myös alittaa, jolloin asiakas kokee laadun huonoksi. Hankalin tilanne on varmasti silloin kun asiakkaalla on epärealistisen korkeat odotukset ja laatu koetaan huonoksi, vaikka se olisikin normaalitasolla. (Ylikoski 1999, 120.)

Erityisesti ruokiin liitetään odotuksia ruoan mausta, aromista ja muista ominaisuuksista. Jos uusi kokemus ei vastaa aikaisempia kokemuksia ja sen myötä syntyneitä odotuksia, siihen reagoidaan. Mikäli odotukset ylittyvät, ruoka saatetaan kokea entistä miellyttävämmäksi ja valitaan samaa ruokaa toistekin. Jos asiakas joutuu pettymään saamaansa ruokaan, seuraukset ovat huomattavat. Asiakkaan havaittaessa ruoasta jonkin epämiellyttävän ominaisuuden kuten outo maku, hän voi jopa välttää kyseistä ruokaa jatkossa. Makua ja muita ruoan ominaisuuksia tarkkaillaan etenkin, kun kyseessä on uusi tuote. Mainonta hyödyntää mielikuvia uusien tuotteiden esittelemisessä, mutta kuten jo aikaisemmin todettiin, näihin mielikuviiin on pystyttävä vastaamaan, jottei asiakas pety. (Lähteenmäki 1993, 17.)

”Mielikuva on aistin- tai muistinvarainen kokemus tai näkemys. Kokemuksemme, ennakkoluulomme, asenteemme jne. vaikuttavat siihen, mitä näemme, kuulemme ja tunnemme. Yksinkertaisesti voimme todeta, että puhdas mielikuva on ajatus, käsitys tai näkemys aistimas-

tamme asiasta ilman myönteistä tai kielteistä arvo- ja tunnelatausta.” Mielikuva muodostuu ensivaikutelmasta, jota täydennetään vähitellen ja pyritään vahvistamaan sitä. Samoin syntyvät myös pysyvät mielikuvat, joiden muodostumiseen vaikuttaa henkilön tapa ymmärtää asioista riippuen hänen aikaisemmista kokemuksista ja muistikuvista. Pysyvää mielikuvaa voidaan nimittää myös asenteeksi, joka on jäykkä ja opittu tapa. Mielikuvien ei tarvitse olla todellisia, vaan ne edustavat ihmisen käsitystä jostakin asiasta. Pysyvistä mielikuvista taas syntyy ihmisen sisäinen totuus, joka ohjaa häntä tekemään erilaisia valintoja. (Mether & Hämäläinen 1994, 7-8.)

### 3.2 Asiakkaan valinnat

Asiakkaan ruoanvalintaan vaikuttaa vuorovaikutuksessa keskenään kolme asiaa: asiakas itse, ruoka ja valintatilanne. Vastaavasti siihen, miten asiakas toimii ympäristössään vaikuttaa asiakkaan koulutus, ikä, sukupuoli, henkilökohtaiset ominaisuudet ja muut lähellä vaikuttavat ihmiset. Ympäristön lisäksi kulttuurilla on olennainen merkitys ihmisen ruokavalioon, sillä jokaisella kulttuurilla on omat mieltymykset ruokiin ja niiden yhdistelyyn keskenään. Myös ilmastolla ja uskonnolla on merkitystä ruokakulttuurin ja rajoitusten kehittämisessä. Kulttuuri vaikuttaakin tiettyjen mieltymysten muodostumiseen. Muun muassa kahvi ja chili eivät karvaan makunsa vuoksi olisi luonnollinen valinta ihmisravinnoksi, mutta niistä opitaan pitämään erilaisten vaikutusten myötä. (Lähteenmäki 1993, 9-16.)

Ruokatottumukset muotoutuvat myös yksilötasolla, jolloin henkilö omaksuu omat mieltymykset kulttuurinsa parista. Jälleen kerran muilla ihmisillä on merkittävä vaikutus myös ruokamieltymysten muodostumisessa. Myös mielikuvat vaikuttavat, kuinka miellyttäväksi ruoka koetaan. Esimerkiksi ruoan maku voidaan yhdistää johonkin positiiviseen mielikuvaan, joka liitetään tilanteeseen, jossa kyseistä ruokaa on aiemmin syöty. Näin sama positiivinen mielikuva voi saada aikaan saman tunnelman kuin aiemmin. Mielikuvien lisäksi todellisella tiedolla voi olla merkitystä ruoanvalinnassa. Ruoan itsessään ei tarvitse muuttua, mutta uusi tieto voi osaltaan vaikuttaa, miten miellyttäväksi ruoka koetaan. Myös mainonta hyödyntää tiedon merkitystä ruoanvalinnassa ja pyrkii luomaan positiivisia mielikuvia ja näin edesauttamaan elintarvikkeen miellyttävyyttä. (Lähteenmäki 1993, 10-13.)

Ruoan aistimiseen vaikuttaa mieltymykset, aikaisemmat kokemukset ja henkilökohtaiset ominaisuudet. Riippuen henkilön mieltymyksistä ja siitä, millaiseksi henkilö kokee ruoan laadun hän, joko valitsee ruoan tai siirtyy seuraavaan vaihtoehtoon. Sen lisäksi, että ihmisillä on

eri mieltymyksiä ruokiin, ruokaan saattaa liittyä myös pelkoja ja ennakkoluuloja. Pelot liittyvät usein uusiin ruokiin, koska ei tiedetä millaisia ne ovat. Peloista huolimatta ihmiselle on luontaista hakea vaihtelua myös ruokavalioonsa uusien kokemusten toivossa. Toiset kaipaavat vaihtelua enemmän jännityksen vuoksi, kun toiset taas luottavat tuttuihin ja turvallisiin vaihtoehtoihin lähes kyllästymiseen asti. (Lähtenmäki 1993, 15-16.)

#### 4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ

Erilaiset kansainväliset ruoat ovat tehneet tuloaan Suomeen jo kauan. Tällä hetkellä Aasian suosio on kasvussa niin matkailun kuin ruoankin suhteen, mikä näkyy ainakin matkailun osalta 30 % kasvuna Aasian lentoliikenteessä. Etenkin Thaimaasta on tullut suomalaisten uusi keustosuosikki, ja vuonna 2006 Thaimaahan suuntasi Helsingin kautta 248 000 matkustajaa. Kiinaan matkustavia oli 335 000 ja Japaniin 204 000 matkustajaa Näin ollen Thaimaan suosio kasvoi viime vuonna 27 %, Kiinan osuus oli 24 % ja Japanin vastaava luku oli 33 %. Luvut ovat kuitenkin vain suuntaa antavia, sillä ne sisältävät kaikki Helsingistä lähteneet matkustajat, myös kauttakulkijat. (Helsinki-Vantaa lentoaseman tiedote 2007.) Edellisten kohteiden lisäksi Aasian uusista kohteista nopeimmin suosiotaan kasvattavat Malesia (+153 %), Intia (+106 %) ja Hong Kong (+65 %) (Finavian tiedote 2007).

Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään kainuulaisten näkemyksiä aasialaisesta ruoasta. Tarkoituksena oli kartoittaa, millä tavoin Kainuussa tarjottava ruoka vastaa asiakkaiden odotuksia ja mielikuvia aasialaisesta ruoasta. Tutkimus toteutettiin teemahaastatteluin laadullisena tutkimuksena. Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Todellisuudella on kuitenkin monet eri muotonsa riippuen keneltä ja miten kysytään. Laadulliselle tutkimukselle on ominaista myös se, että etsitään uusia tietoja eikä niinkään vahvisteta jo olemassa olevia totuuksia. Muita ominaispiirteitä on, että laadullisessa tutkimuksessa ihminen suorittaa tiedon keruun, mutta apuna voidaan kyllä käyttää esimerkiksi lomakkeita ja testejä. Lisäksi tutkimuksessa suositetaan muun muassa laadullisia keinoja, kuten ryhmähaastattelu sekä havainnointi, ja kohderyhmä valitaan tarkoituksenmukaisesti sattumanvaran sijaan. Tapaukset käsitellään tilannekohtaisesti ja aineistoa tulkitaan myös sen mukaisesti. (Hirsjärvi & Remes & Salavaara 2002, 152, 155.)

Usein verrataan kvalitatiivista eli laadullista ja kvantitatiivista eli määrällistä tutkimusta keskenään. On myös olemassa erilaisia tulkintoja, mitä laadullisella tutkimuksella mitataan. Erään käsityksen mukaan laadullisella tutkimuksella pyritään selvittämään kokonaisuuksia ja yritetään ymmärtää eri tulkintoja ja näkökulmia. Vertailtaessa laadullista ja määrällistä tutkimusta, voidaan todeta laadullisen tutkimuksen mittaavan merkityksiä ja määrällisen tutkimuksen käyttäytymistä. Ero on näkyvässä myös siinä, että määrällisessä tutkimuksessa tutkija ja kohde eivät ole tekemisissä keskenään, toisin kuin laadullisessa tutkimuksessa, jossa tutkija ja kohde ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Näin ollen edellisen mukaan tutkija vain selvittää tutki-

musmenetelmät, joilla saada haluamansa tieto selville. Jälkimmäisessä tutkimuksessa taas tutkija vaikuttaa omalta osaltaan tutkimustuloksiin yhteistyössä haastateltavan kanssa. Tämä vuorovaikutteinen eroavaisuus tulee esille myös näkökulmissa, sillä määrällisen tutkimuksen tekijällä on ulkopuolinen katselukanta ja laadullisen tutkimuksen tekijällä on osallinen katselukanta. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 21-23.)

Laadullista tutkimusta tehdessä aineistonkeruumenetelminä käytetään erilaisia haastattelumenetelmiä. Haastattelun edut esimerkiksi kyselylomakkeeseen nähden ovat, että haastattelussa ihminen otetaan huomioon yksilönä ja annetaan hänelle mahdollisuus esittää vapaasti omia mielipiteitään. Haastattelusta on paljon hyötyä myös tutkittaessa asioita, joista ei ole vielä paljon tietoa ja halutaan saada asiasta laajempi käsitys. Haastattelussa voidaan myös selventää vastauksia, jos vastaaja ei esimerkiksi ymmärrä kysymystä, tai syventää saatuja tietoja lisäksymyksillä. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 35.)

Toisaalta haastattelulla on myös huonot puolensa kuten se, että haastattelun onnistumiseksi haastattelijalla olisi hyvä olla taitoa ja kokemusta haastattelujen tekemisestä, jolloin haastattelijaksi pitäisi ensin kouluttautua. Haastattelu on myös aikaa vievää ja kallista verrattuna kyselylomakkeeseen. Myös tutkimuksen luotettavuus voi kärsiä, jos aineistoa hankitaan haastattelujen avulla, koska haastattelija voi tiedostamattaan johdatella haastateltavaa tai haastateltava voi antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia. Lisäksi haastatteluaineiston tulkinta ja raportointi voi tuottaa vaikeuksia, koska suoranaisia ohjeita tähän tarkoitukseen ei ole. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 35.)

Tämän tutkimuksen tekemiseen on valittu teemahaastattelu, jolloin ei tarvitse laatia tarkkoja kysymyksiä ja jokainen haastateltava voi vapaasti kertoa oman näkökantansa asiasta. Haastattelussa voidaan myös paremmin motivoida haastateltavaa vastaamaan toisin kuin lomaketutkimuksessa. Menetelmänä haastattelu on joustavampi, koska laajat vastaukset esimerkkeineen antavat suuremmat mahdollisuudet tulkita vastauksia. Lisäksi haastattelussa voidaan havainnoida haastateltavaa, jolloin saadaan mahdollisesti sellaista tietoa, joka ei tule esille sanallisissa vastauksissa. Havainnointia voidaan käyttää tarkastellessa niin kielellisiä ilmauksia kuin käyttäytymistä. Havainnointia voidaan tehdä myös huomaamatta, jolloin johtopäätöksiä esimerkiksi haastateltavan käyttäytymisestä tehdään tiedostamatta. Toisaalta myös haastateltava voi olla havainnoinnista joko tietoinen tai tietämätön, mikä voi edelleen vaikuttaa haastateltavan käytökseen. Vaikka havainnointia käytetään pääasiassa määrällisissä tutkimuksissa, voidaan sitä hyödyntää myös laadullisessa tutkimuksessa. Teemahaastattelu on puolistruktu-

roitu haastattelu, jossa edetään tiettyjen teemojen mukaan. Kysymykset voivat olla samoja, mutta ne saatetaan esittää eri järjestyksessä. Ideana on kuitenkin se, että haastateltava voi omin sanoin kertoa kokemuksistaan ja haastattelija ohjaa keskustelunomaista haastattelua. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 36, 37, 47.)

Tutkimuksen ensimmäiset teemahaastattelut tehtiin kajaanilaisessa Amican ravintola Pedaköökissä, jossa tarjottiin thaimaalaista ruokaa. Ensimmäisen päivän jälkeen huomattiin, että vastaukset jäivät suppeaksi. Sen vuoksi haastattelurunkoa (Liite 1) muokattiin, jotta saataisiin laajempia vastauksia ja enemmän materiaalia. Teemoja siis laajennettiin, jotta osattaisiin kysyä paremmin myös tarkentavia lisäkysymyksiä. Toisena päivänä jatkettiin haastatteluja Pedaköökissä ja haastattelurungon muokkauksen johdosta haastattelut onnistuivat jo paremmin ja materiaalia saatiin enemmän. Myös haastattelijan edellisenä päivänä kertyneellä kokemuksella oli merkittävä vaikutus haastattelujen onnistumiselle. Loput haastatteluista tehtiin kiinalaisessa Golden Dragon ravintolassa Sotkamossa.

Ravintolat on valittu siten, että saataisiin haastateltua ihmisiä, jotka ovat kokeilleet aasialaista ruokaa. Näin haastateltavilla oli jonkinlainen käsitys aiheesta. Haastattelut tehtiin kolmena erillisenä päivänä Kajaanissa Amican ravintola Pedaköökissä ja Sotkamossa kiinalaisessa Golden Dragon – ravintolassa. Pedaköökissä oli thaimaalaiset teemapäivät kahden päivän ajan, jolloin sieltä sai suomalaisen ruoan lisäksi myös thaimaalaista ruokaa. Pedaköökissä ruoka oli laitettu linjastoon, josta asiakkaat saivat vapaasti valita haluamansa ruoan. Kiinalaisessa ravintolassa ruoat tilattiin listalta ja ne valmistettiin erikseen ilman, että ruokia näki etukäteen. Sotkamon kiinalaisessa ravintolassa haastattelut suoritettiin sen vuoksi, että saataisiin selville laajemmin kainuulaisia käsityksiä aasialaisesta ruoasta kajaanilaisten mielipiteiden lisäksi.

Haastattelut on tehty siten, että ravintolan kanssa on sovittu haastattelupäivistä. Asiakkaiden kanssa haastatteluista sovittiin vasta aterian syömisestä jälkeen ravintolassa, jossa haastattelu myös suoritettiin. Haastatteluja tehtiin niin yksittäin, pareittain kuin pienissä ryhmissäkin, riippuen millaisella joukolla kukin tuli syömään. Haastattelut toteutettiin niin, että aluksi tiedusteltiin ruoan maistuvuutta ja siirryttiin sitä kautta varsinaisiin haastattelukysymyksiin. Haastattelukysymykset oli jaettu neljään erilliseen teemaan, joiden järjestystä saatettiin vaihdella tilanteesta riippuen. Lisäksi tarvittaessa esitettiin tarkentavia kysymyksiä tai muita lisäkysymyksiä. Haastattelun aluksi haastateltava kirjasi muistiin haastateltavan perustiedot, kuten iän ja sukupuolen. Haastattelun aikana pyrittiin havainnoimaan haastateltavan olemusta ja

muuta käyttäytymistä. Yksilöhaastattelut kestivät 15–20 minuuttia riippuen haastateltavan puheliaisuudesta. Pari- ja ryhmähaastattelut saattoivat kestää kauemminkin, sillä haastateltavia oli ryhmässä parhaimmillaan viisi. Ryhmähaastattelut toteutettiin niin, että haastateltava antoi puheenvuoroja, jotta välttyttiin päällekkäin puhumiselta ja kaikki materiaali saatiin tallennettua nauhurille.

Tulokset on litteroitu lähes välittömästi haastatteluiden jälkeen, jotta kaikki havainnot pysyivät tuoreessa muistissa. Litteroidusta materiaalista on valittu, mitä tietoa käytetään ja millaisia suoria lainauksia otetaan. Tulokset on käsitelty niin, että vastaukset on jaoteltu teemoittain ja purettu järjestyksessä teema kerrallaan. Teemoja on täydennetty haastateltavien omilla lisäyksillä ja kommentteilla. Lisäksi on pyritty hieman vertailemaan eri-ikäisten ja molempien sukupuolien vastauksia.

## 5 TULOKSET

Haastateltavat kertoivat mielellään kokemuksiaan ja mietteitään aasialaisesta ruoasta, mutta hyvin tyypillinen länsimaalainen vitsaus, kiire, oli esteenä monelle haastattelulle. Haastateltavia oli kuitenkin kaiken kaikkiaan 22, joista 4 oli miehiä ja loput naisia. Naiset kiinnittivät enemmän huomiota ruoan terveellisyyteen ja ulkonäköön. Miehet sen sijaan saattoivat jopa hieman vierastaa kasviksia. Nuoremmat ihmiset suhtautuivat avoimemmin uusiin makuihin, kun taas vanhemmat ihmiset eivät halunneet poiketa liikaa totutusta. Vanhemmat ihmiset, etenkin naiset, kiinnittivät enemmän huomiota myös hygieniaan ja kammosivat enemmän epäsiisteyttä.

Haastateltavana oli niin opiskelijoita että työssäkäyviä ihmisiä. Ravintola Pedaköökki sijaitsee yliopiston kampusalueella, jolloin valtaosa haastateltavista oli opiskelijoita tai henkilökuntaa. Kiinalainen ravintola Sotkamossa taas oli avattu vastoittain, jolloin ravintolassa riitti uteliaita ihmisiä laidasta laitaan. Tutkimustuloksia esitettäessä on käytetty myös haastateltavien suoria lainauksia, jotta tuloksiin saataisiin laajempi näkemys.

Pääsääntöisesti kaikki haastateltavista olivat kiinnostuneita aasialaisesta ruoasta; olivathan he juuri syöneet joko kiinalaista tai thaimaalaisesta ruokaa. Toisten kiinnostus oli suurempi kuin toisten, ja joillakin kiinnostus oli satunnaista etenkin Pedaköökkissä, jossa oli tarjolla myös suomalaista ruokaa.

”No, en oikeestaan kyllä ees aatellu, että se oli aasialaista ruokaa!”

Kainuulaisilla ei ole kovin paljon tietoa Aasiasta, ja ylipäänsä koko käsite koettiin liian laajaksi käsittää. Tietoa kyllä löytyi ja se piti paikkansa, mutta se jakaantui niin, että jokainen tiesi jotakin. Haastateltavat kokivat itsekin tiedon vähäiseksi, minkä katsottiin johtuvan Aasian kaukaisesta sijainnista. Näin ollen ei edes oteta selvää, millaista Aasiassa on. Koettiin myös, että samasta syystä Aasiaan on vaikea matkustaa, sillä sinne matkustaakseen on säästettävä paljon rahaa ja varattava paljon aikaa. Aasia-tietämys oli lähinnä irrallisia asioita sieltä täältä; tiedettiin esimerkiksi joitakin Aasian maita kuten, Intia, Thaimaa, Japani ja Kiina. Muun muassa kiinalaiset ruoat olivat tunnettuja, ja Japanista tunnistettiin sushi, mutta muiden Aasian maiden ruoat todettiin vieraammiksi.

”No, lähinnä ehkä Intia tullee ensimmäisenä mieleen.”



”Nyt kun on thaimaalaista ruokaa ollu, niin tuli Thaimaa enemmänkin mieleen. Se on ehkä muutenkin semmonen maa, jonka yhittää heti Aasiaan.”

” Kiina ja Japani ehkä ensimmäiseksi. Että näitten muitten maitten niinku semmosia omia ruokajuttuja en sitte tiä.”

Monille tuli Aasiasta mieleen henkiset asiat, kuten uskonnot ja jumalat. Lisäksi Aasiaan yhdistettiin erilaiset kädentaidot, musiikki ja kuvataiteet. Tiedettiin myös, että Aasiassa asuu paljon ihmisiä, minkä vuoksi asutaan ahtaasti. Ihmisten paljous koettiin yhdeksi tekijäksi, miksi ei haluta matkustaa Aasiaan.

Tunnistettiin myös Aasian erilaisuus niin pukeutumisessa, arvoissa, ruokakulttuurissa, elämäntahdissa ja elämäntavoissa yleensä. Aasialainen elämäntapa koettiin rauhalliseksi ja kiireettömäksi. Eräs haastateltava oli kuitenkin sitä mieltä, että Kiinassa bisnesmaailman henki ei varmaankaan ole enää täysin kiireetön. Oltiin myös siinä uskossa, että aasialaiset ottavat koulun käynnin vakavammin. Aasialaiset ihmiset taas miellettiin avuliaksi, ystävällisiksi ja lämminhenkisiksi. Lisäksi katsottiin aasialaisten kunnioittavan toisia paremmin kuin länsimaalaiset ja huolehtivan lähimmäisistään ja etenkin vanhuksista enemmän. Myös perhe ja suku koettiin olevan tärkeämpi Aasiassa kuin länsimaissa. Kohteliaisuuden, herkkyyden ja nöyryyden katsottiin näkyvän myös aasialaisissa tervehdyksissä, joissa usein kumarretaan. Nöyryyden katsottiin johtuvan huonoista elinoloista. Toisaalta aasialaisia pidettiin hyvin elämänmyönteisinä ihmisinä, joilta länsimaalaisilla olisi paljon opittavaa.

Kysyttäessä mielikuvia Aasiasta monille tuli ensimmäisenä mieleen riisi ja toisille myös nuudelit. Muutamalle tuli mieleen mausteet ja värikkyyys. Aasiaan liitettiin myös lämpö ja hyvä olo. Kääntöpuolella olivat suuret yhteiskunnalliset erot ja huonot elinolot.

Oikean tiedon ja esimerkiksi median antamien mielikuvien välillä katsottiin olevan vain häilyvä ero.

”Ja onko sitten tämmöstä oikeeta thaimaalaista, kiinalaista tai japanilaista. Vai onko se taas sitä mielikuvaa.”

Tieto ja mielikuvat olivat peräisin pääasiassa omista aiemmista kokemuksista, kirjoista, elokuvista, muilta ihmisiltä ja mediasta kuten televisiosta, lehdistä ja matkailumainoksista. Eräs haastateltava tosin oli sitä mieltä, että mediassa ei käsitellä Aasian tapahtumia tarpeeksi. Kaikilla haastateltavilla oli lähes poikkeuksetta aikaisempia kokemuksia aasialaisesta keittiöstä, lähinnä kiinalaisesta ruoasta. Muutamat olivat kokeilleet myös intialaista ruokaa. Aikaisem-

mat kokemukset saattoivat olla muualtakin kuin Kainuusta ihan ulkomailta asti, mutta kokemukset olivat pääasiassa aina hyviä.

”Ensmäinen kokemus on varmaan... joku kaheksan tai seittemän vuotta sitten, ja se oli jossain Etelä-Suomessa. Sillón oli aivan, että vautsi tämmöstäkin ruokaa on olemassa!”

Osalla oli myös huonoja kokemuksia aasialaisista ruokapaikoista Kainuun ulkopuolelta. Odotettiin, että laatu olisi joka paikassa samantasoinen, mutta toisin oli käynyt. Oltiin myös sitä mieltä, että Suomesta ei löydy tarpeeksi laajaa valikoimaa eri Aasian maiden ruokia. Kainuun aasialaisen ruoan tarjontaan oltiin pääasiassa tyytyväisiä, kun huomioitiin olosuhteet. Katsottiin, että Kainuusta ei löydy tarpeeksi aasialaisia ruoanlaittajia, sillä vain paikallisten tekemän ruoan aitouteen luotettiin täysin. Todettiin, että tuskin aasialainen ruoka maistuisi samalta suomalaisen valmistamana. Jos suomalaiset valmistaisivat aasialaista ruokaa, vaadittiin enemmän kokemusta ja tietoa Aasiasta. Suomalaisen tarjoamaan aasialaiseen ruokaan luotettiin täysin vasta sitten, kun tämä olisi itse ensin asunut Aasiassa pidemmän ajan. Osalla ei ollut minkäänlaisia odotuksia aasialaisen ruoan suhteen. Jos ei oltu vierailtu Aasiassa, ei tiedetty, mitä odottaa eikä osattu vaatia autenttista ruokaa.

”En tiä ku ei oo koskaan käyny missään Thaimaassa, että miltä se siellä tuntus syyä.”

Kainuussa tiedettiin olevan kiinalainen ravintola ainakin Kajaanissa, ja Sotkamossa oltiin varsin tyytyväisiä uudesta kiinalaisesta ravintolasta. Myös Kajaanissa sijaitsevaa kiinalaista ravintolaa keuhuttiin jopa kaupungin parhaaksi ravintolaksi. Jos Kainuusta ei löydy jotain tiettyä ruokapaikkaa, saatettiin aasialaista ruokaa kokeilla esimerkiksi lomamatkoilla, mutta ruoka ei yksin vaikuttanut lomamatkan tekoon. Muutamalla oli taustalla koulutus tai muita opintoja, joista olivat saaneet tietoa Aasiasta. Osalla Aasia-tietämys rajoittui vain yleissivistyksen kautta saamiin tietoihin. Monella oli omakohtaisia kokemuksia Aasiasta matkailun kautta.

”Mä oon käyny Nepalissa ja Bangladeshissa. Kiinassa en oo käyny, mut haluaisin käydä.”

”Me ollaan käyty tuolla Singaporessa, siellähän on niitä kiinalaisia ja japanilaisia osia ja tämmösiä. Ja Malesiassa ja misäs mualla vähän matkusteltu niinku aasialaisissa paikoissa?”

”Mä lähin harjottelemaan sinne (Aasiaan) sillón aikoinaan ja jotenkin sykähdyn siitä. Mä en ollu aikasemmin kauheen kiinnostunu Aasiasta, että mä halusin aina Afrikkaan, mut sitte ku mä lähin sinne, niin se sai mut jotenki täysin valtaansa. Ne ihmiset, se erilaisuus, se kulttuuri, kaikki, se tosi valtava erilaisuus!”

”Mä itse asiassa olin siellä (Kiinassa) kolmisen kuukautta vaihossa, niin tuli vähän muutakin katsottua ku niitä normaaleja turistikohhteita. Ku ihan opiskelijana olin, niin tuli käytyä rymyämässä kaikki vähän syrjäsemmätki paikat ja muuta vastaavaa, että aika syvällinen tieto. Ja sitte opiskeltiin siellä sitä kulttuuria, niin sitäkin kautta tuli paljon sitte.”

Tieto vaikutti ihmisten valintoihin sikäli, että tieto herätti mielenkiinnon kokeilla aasialaista ruokaa. Aasialainen ruoka koettiin pääasiassa eksoottiseksi, kevyeksi ja terveelliseksi ruoaksi, joka sisältää paljon kasviksia sekä hedelmiä ja on hyvin maustettua jopa tulista. Aasialainen ruoka koettiin myös värikkääksi samoin kuin koko kulttuuri. Aasialaiselta ruoalta vaadittiin juuri edellä mainittuja asioita, kun haastateltavilta kysyttiin, millaisia odotuksia heillä on aasialaiselta ruoalta. Vastauksissa korostui etenkin vaatimukset ruoan tulisuudesta, sillä suomalainen ruoka ei tunnetusti ole kovin maustettua ja haluttiin vaihtelua. Osa kuitenkin arasteli liian voimakkaasti maustettua ruokaa. Ruoan piti kuitenkin olla sopivaa suomalaisiin makutottumuksiin.

Haastateltavat vastasivat lähes poikkeuksetta hakevansa aasialaisesta ruoasta vaihtelua normaaliin suomalaiseen perinneruokaan tai pizzaan. Toiset kokivat jopa, että heistä tuntuu kuin olisivat ulkomailla syödessään aasialaisessa paikassa, vaikka olisivatkin Suomessa. Aasialaista ruokaa syödessä siis pyrittiin irtautumaan arkirutiineista, jolloin ravintolan ympäristöllä oli oleellinen rooli tunnelman luomisessa. Muita aasialaisen ruoan valintaan vaikuttavia tekijöitä oli, että haluttiin syödä kevyemmin kasvisruokaa, ruoan miellyttävän ulkonäön tai tietyn raaka-aineen, kuten kalan tai kookoksen vuoksi. Aasialaista ruokaa saatettiin mennä syömään ihan mielenjohteesta ilman sen suurempia suunnitelmia. Aasialaiselta ruoalta odotettiin myös tiettyä yllätyksellisyyttä. Vaikka aasialaista ruokaa olisi syönyt monta kertaa aiemminkin, aina odotetaan uusia makuelämyksiä. Lisäksi aasialaisen ruoan todettiin olevan aina yhtä eksoottista normaaliin ruokaan nähden, vaikka samaa ruokaa on syöty useampaan otteeseen.

Haastateltavien saama ruoka vastasi pääasiassa heidän odotuksiaan aasialaisesta ruoasta niin Pedaköökin kuin kiinalaisessa ravintolassakin. Pedaköökin tarjoamaan ruokaan olivat tyytymättömiä asiakkaita, joilla oli omakohtaisia kokemuksia aasialaisesta ruoasta. He kokivat hieman pettyneensä ruokaan, sillä se ei täysin vastannut heidän korkeita odotuksiaan. Osa kuitenkin ymmärsi, että Pedaköökin tarjoama ruoka oli niin sanotusti laitusruokaa, jonka piti sopia moneen eri makuun. Monen mielestä maku oli kohdallaan ja ruoka sisälsi uusia makuvahteita ja hieman tulisuutta. Ruoka koettiin sopivan erilaiseksi ja se tuntui aasialaiselta suurimman osan mielestä. Toiset olisivat kaivanneet tulisuuden lisäksi enemmän eksotiikkaa, mutta jatkoivat, että saihan tulisuutta lisättyä tarvittaessa. Myös kiinalaisen ravintolan asiak-

kaista muutama olisi halunnut tulisempaa ruokaa. Joka tapauksessa molemmista ravintoloista löytyi asiakkaita, joiden odotukset jopa ylitettiin.

Ihmisillä oli myös aika lailla stereotyyppisiä käsityksiä Aasiasta, vaikka osa pitää ainakin jossain määrin paikkansa.

”Syyääkö siellä lattialla puikoilla?”

”Kiinalaiset näyttää erilaisilta...”

Varsinaisen tiedon lisäksi ihmisillä oli myös jonkin verran ennakkoluuloja aasialaisesta ruoasta ja heidän tavoistaan. Osa haastateltavista koki aasialaisen ruoan liian mausteiseksi, ettei sitä välttämättä uskalla syödä. Ennakkoluuloja oli myös yksittäisiä raaka-aineita ja erikoisia ruokalajeja kohtaan. Esimerkiksi suomalaisille vieraampi mustekala herätti epäilyksiä, mutta sitäkin uskallettiin maistaa ja todettiin, että se on todella hyvää. Epäilystä herätti myös kana, joka on saanut hieman arveluttavan maineen Aasiassa median kautta. Ruoan lisäksi epäilystä herätti huono hygienia. Koettiin, että Aasiassa hygieniaan ei suhtauduta niin vakavasti kuin Suomessa, ja ruokailutavat koettiin myös epäsiistiksi. Arvioitiin, että Aasiassa katsoisi kaksi kertaa mitä syö ja mistä ruoka on peräisin, mutta Suomessa sen sijaan luotettiin ruoan puhtauteen ja hyvään laatuun. Toisilla taas ei ollut minkäänlaisia ennako-luuloja, vaan he saattoivat syödä mitä ja missä vaan.

Pedaköökkin tarjoamasta thaimaalaisesta ruoasta pidettiin paljon. Erityisesti thaimaalaiselle ruoalle tyyppillinen kookos miellytti joitakin haastateltavia. Opiskelijat ja henkilökunta olivat tyytyväisiä vaihteluun, ja toivoivat jatkossakin erilaisia kansainvälisiä teemoja, jotta muiden maiden ruokakulttuurit tulisivat tutummaksi. Myös kiinalaisesta ruoasta pidettiin paljon ja sitä pidettiin positiivisena yllätyksenä. Ruoan aitouteen luotettiin, sillä tekijöinä oli kiinalaisia työntekijöitä. Kiinalaiselta paikalta odotettiin hyvän ruoan lisäksi hyvää palvelua, ja sitä saatiinkin. Yllättävintä oli se, että eräs haastateltava oli odottanut suomalaista palvelua, vaikka kyseessä oli kiinalainen ravintola. Palvelulta odotettiin myös kohteliaisuutta.

”Niinku tässäkin äsken tämä tarjoilija... jotenki ihanasti. Sanoja ei paljon vaihettu, mutta semmonen pysähtyminen tuntu hirveen hyvältä.”

Oltiin todella yllättyneitä, että Sotkamoon ylipäänsä on avattu kiinalainen ravintola. Ihmiset olivatkin mielenkiinnolla liikkeellä kokeilemassa kiinalaista ruokaa. Ruokaan oltiin todella

tyytyväisiä ja aiottiin tulla uudestaan. Palveluun ja ruokaan oltiin jopa niin tyytyväisiä, että siitä haluttiin kertoa eteenpäin.

”Varmaan tulee käytyä. Tälleen kiva lähtee niinku yhdessä.”

”Tää positiivinen kokemus... varmaan niinku sitte tästä jolleki toisellekin sitte ker-  
too, et ’hei, me käytiin siellä, tuntu jotenki hirveen hyvältä, et käykää’. Et jotenki tun-  
tuu, että tästä kokemuksesta haluaa toisillekin viestiä, että käykääpä maistelemassa,  
siellä oli hyvää ruokaa.”

Moni oli innostunut myös kotona tekemään aasialaista ruokaa. Kainuulaisten tiedossa oli myös kauppojen laajentunut raaka-ainevalikoima. Useampikin olisi halunnut kokeilla aasialai-  
sen ruoan valmistamista kotona, mutta se koettiin hankalaksi ja hitaaksi, kun ei tiedetty tar-  
peeksi raaka-aineista ja reseptit oli etsittävässä. Aasialaisen ruoan valmistus koettiin myös kal-  
liimmaksi kuin totutun ruoan valmistaminen. Suurin osa kuitenkin söi mieluummin ravinto-  
lassa valmista ruokaa.

Aasialainen ruoka koettiin mielenkiintoiseksi vaihteluksi suomalaisen ruokaan nähden. Osa  
oli jopa sitä mieltä, että aasialainen ruoka on parempaa kuin suomalaiset perunaruokat ja liha-  
keitot, vaikka aasialainen ruoka poikkeaa paljon suomalaisesta ruoasta. Aasialaista ruokaa  
aiottiin kokeilla myös jatkossa. Toisten makutottumuksiin aasialainen ruoka miellettiin liian  
tuliseksi sellaisenaan. Eräs haastateltava pohti, että suhtautuminen uusiin makuihin ja kult-  
tuureihin juontaa juurensa lapsuuteen ja kodin tottumuksiin. Toiset taas olivat sitä mieltä,  
että pidemmän päälle suomalainen ruoka on parempaa, että aasialaiseen ruokaan kyllästyy.  
Osa oli aasialaisen ruoan kannalla, mutta he eivät kuitenkaan halunneet syödä mitään, mikä  
poikkeaa liian paljon totutusta. He pitivät suomalaista ruokaa tutuna ja turvallisena. Kaiken  
kaikkiaan pidettiin myönteisenä, että tarjolla on muutakin kuin vain suomalaista ruokaa, ja  
myös muiden kulttuurien tuntemusta pidettiin tärkeänä.

”Than mielenkiintosta tietää, mitä siellä syyään muissa maissa.”

”Tavallaan että ei oo aina samanlaista se elämä, että ajatellaan vaan tätä ommaa kult-  
tuuria ja Suomee. Että kansainvälisyyttä kannatan laajasti.”

Myös raha vaikutti, syötiinkö ylipäänsä ulkona, oli se sitten aasialaista tai jotain muuta ruo-  
kaa. Aasialaisessa ruoassa pidettiin kuitenkin hinta-laatu – suhdetta hyvänä. Haastateltavat  
kokivat saavansa vastinetta rahoilleen aasialaisissa ruokapaikoissa, mikä ei välttämättä ole it-  
sestäänselvyys niin sanotusti tavallisissa ravintoloissa.

Aasialaista ruokaa pidettiin kaikin puolin mielenkiintoisena ja siitä oli myönteinen käsitys. Kainuulaisilla tuntui olevan myös halua ja mielenkiintoa kokeilla erilaisia ruokia. Kiinnostus aasialaisuuteen kerrottiin näkyvän myös kodin sisustuksessa. Joidenkin oli vaikea määrittää, mikä aasialaisuudessa viehättää. Osalle oli päivän selvää, että aasialaisuuden viehätys on juuri erilaisuudessa ja siinä, ettei aiheesta ole paljon tietoa.

”Aasiassa on jotain semmosta mystiikkaa, semmosta jännää, ku se on niin erilaista ku tää mejän. Kaikki niinku mausteiden tuoksut, hajut ja musiikki, kaikki tämmönen on erilaista ku mejän suomalaiset. Siinä on jotain sellasta mystiikka, joka kiinnostaa ja kiehtoo.”

## 6 POHDINTA

Tutkimuksessa saatiin selville erilaisia näkemyksiä aasialaisesta ruoasta, mitä kainuulaiset odottavat aasialaiselta ruoalta ja mitä mielikuvia käsitteeseen liittyy. Näkemykset olivat hyvin positiivisia, ja ennakkoluuloja oli yllättävän vähän ottaen huomioon, ettei Aasiasta ollut paljon tietoa. Kainuulaisilla oli kuitenkin laaja käsitys Aasiasta, ja todellista tietoakin löytyi. Tieto oli peräisin lähinnä mediasta, jolloin ihmisillä oli vahvoja mielikuvia Aasiasta varsinaisen tiedon sijaan. Toki mielikuvat perustuvat todelliseen tietoon, mutta heijastavat pitkälti erilaisia omakohtaisia käsityksiä eikä välttämättä niinkään todellisuutta.

Tutkimuksessa haastatellut olivat kuitenkin harvinaisen yksimielisiä siitä, että he pitävät aasialaisesta ruoasta. Haastatteleamalla aasialaisissa ruokapaikoissa saatiin kuitenkin puolueellisia vastauksia, jolloin ei tiedetä, kuinka suuri osuus kainuulaisista todella on kiinnostunut aasialaisesta ruoasta. Nyt tavoitettiin lähinnä vain aiheesta kiinnostuneita ihmisiä. Tämän vuoksi tulokset eivät ole päteviä jokaisen kainuulaisen kohdalla, jolloin ei voida yleistää tutkimustuloksien vastaavan kaikkien kainuulaisten mielipiteitä aasialaisesta ruoasta. Näin ollen tulokset ovat vain suuntaa-antavia ja käsittävät vain murto-osan kainuulaisten mielipiteistä.

Tutkimuksessa kerrottiin myös kulttuurin kiinnostavan, siitä huolimatta, että aasialainen ruoka ja kulttuuri koettiin hyvin erilaiseksi suomalaisen kulttuuriin nähden. Jos samankaltaisuuksia kuitenkin halutaan etsiä, niitä on löydettävissä muutamia. Esimerkiksi kalan käyttö on sijaintinsa vuoksi laajaa niin Aasiassa kuin Kainuussa. Yhteneväisyyksiä on myös monipuolisessa raaka-aineiden käytössä: Aasiassa hyödynnetään laajalti muun muassa kasviksia ja hedelmiä ja Kainuussa on tarjolla runsaasti esimerkiksi marjoja ja sieniä.

Kainuussa kiinnostus aasialaiseen kulttuuriin välittyi haastattelutilanteessa myös siten, että haastateltavat kertoivat mielellään mielipiteistään ja kiinnostuksestaan aasialaiseen ruokaan. Haastattelut olivat lähinnä ryhmissä tehtyjä, sillä ihmiset saapuivat syömään pienissä ryhmissä. Sattuneista syistä kiinalainen tapa onkin syödä hyvässä seurassa rauhallisessa ilmapöyrissä. Etenkin kiinalaisessa ravintolassa ihmiset söivät ryhmissä, ja ruokalistatkin oli suunniteltu erikokoisille seurueille, jolloin ruoka jaettiin ryhmän kesken. Lieneekö synnä uutuuden viehätys ja ryhmän turvan hakeminen, vai yksinkertaisesti se, että seurassa on mukavampi syödä. Ryhmän mielipiteet ovat voineet vaikuttaa yksilöihin, ja näin muokata tuloksia.

Lisäksi vastanneista suurin osa oli naisia, jolloin näkemykset ovat hieman yksipuolisia. Joko aasialainen ruoka kiinnostaa enemmän naisia tai sitten naisten suurempi osuus oli sattumaa. Tutkimuksen luotettavuus kärsi myös haastattelijan epäpätevyyden vuoksi. Litterointivaiheessa huomattiin, että haastattelija on tahtomattaan johdatellut ja keskeyttänyt haastateltavia. Näin ollen, jos haastattelijana olisi toiminut joku toinen, tulokset voisivat olla erilaiset. Haastatteleamalla saatiin kuitenkin vastauksia laidasta laitaan. Jos tutkimus olisi tehty esimerkiksi lomaketutkimuksena, vastaukset olisivat jääneet paljon suppeammiksi. Toisaalta lomaketutkimuksella olisi voitu kartoittaa laajemmin kainuulaisten käsityksiä ja mahdollisesti myös, kuinka suuri osuus kainuulaisista todella on kiinnostunut aasialaisesta ruoasta.

Moni haastateltava kaipasi vaihtelua etnisen ruoan tarjontaan kiinalaisen ruoan lisäksi. Nähtäväksi jää, perustetaanko Kainuuseen tulevaisuudessa muitakin aasialaista ruokaa tarjoavia ravintoloita, vai jäävätkö muutamat harvinaisuudet ainoiksi poikkeuksiksi. Potentiaalisia aasialaisen ravintolan perustajia olisi paljon ainakin kansallisuuden perusteella. Nimittäin vuoden 2006 väestötilastojen mukaan Kainuussa asuu yli tuhat ulkomaalaista, joista yli 150:llä on aasialainen tausta. Suurin osa aasialaisista maahanmuuttajista on kotoisin Thaimaasta ja toisena tulee Kiina. Myös muista Aasian valtioista on saapunut maahanmuuttajia Kainuuseen. Näiden henkilöiden nykyistä tilannetta ei tiedetä, olisiko joku heistä mahdollisesti kiinnostunut tai kykeneväinen tarjoamaan esimerkiksi thaimaalaista ruokaa, joka on siis tällä hetkellä erityisesti suomalaisten suosiossa.

On aika yllättävää, että Kainuusta ei löydy thaimaalaista ruokapaikkaa, vaikka thaimaalaisia asuu Kainuussa kaksi kertaa enemmän kuin kiinalaisia. Siitä huolimatta, että kiinalaisia on huomattavasti vähemmän, Kainuussa on kuitenkin kaksi kiinalaista ravintolaa. Voihan tietysti olla, että kiinalainen ravintola on jo ansainnut paikkansa suomalaisessa ja myös kainuulaisessa katukuvassa ja on saanut tietyn asiakaskunnan. Lisäksi kiinalaiset ravintolat leviävät usein ketjuina, kuten myös Kainuussa, jolloin ravintolalla on ketjun turva ja tunnettavuus puolellaan.

Thaimaalainen ja monen muun aasialaisen keittiön ruoka on monelle vieraampi käsite kuin esimerkiksi kiinalainen ruoka, jota on tarjottu Kajaanissakin jo useamman vuoden ajan. Esimerkiksi thaimaalainen ruoka voidaan mieltää hyvin samantyyppiseksi kiinalaisen ruoan kanssa, jolloin ei kannattaisi kilpailla muutenkin kapeilla markkinoilla. Thaimaalainen ruoka ja monet muut aasialaiset ruoat kuitenkin poikkeavat merkittävästi kiinalaisesta ruoasta, johon monen Aasian keittiön maut kylläkin perustuvat.



Huomioitava seikka lienee, onko Kainuussa mahdollisuuksia useammalle etniselle ravintolalle yhtä aikaa. Kiinalaisten ravintoloiden kanssa samoista asiakkaista kilpailevat muun muassa pizza- ja kebab-yritykset. Luokittelisin aasialaisen ruoan kuitenkin hieman eri sarjaan niin kutsuttujen pikaruokapaikkojen kanssa, sillä esimerkiksi kiinalaiset ravintolat tarjoavat varsinaisia ruoka-annoksia noutoruoan lisäksi. Myös haastateltavat olivat sitä mieltä, että pizza ja hampurilaiset maistuvat hyvältä, mutta vaihtelun vuoksi syödään usein kiinalaista ruokaa.

Vaikka Kainuussa ei olisi parhaat puitteet usealle etniselle ravintolalle, tästä huolimatta olisi herättävä Kainuun kansainvälistymiseen. Kuten edellä todettiin, Kainuussa asuu paljon maahanmuuttajia, joista osa on lähtöisin Aasiasta. Lisäksi maahanmuuttajia saapuu luultavasti myös jatkossa. Nämä maahanmuuttajat mitä todennäköisimmin haluaisivat välillä nauttia kotoisemmista ruoista, vaikkei se pelkästään vielä riitä etnisen ruokapaikan perustamiseen. Kainuussa vierailee vuosittain jonkin verran myös aasialaisia turisteja, lähinnä Japanista ja Kiinasta. Kansainväliset turistit hakevat usein kotimaansa ruokaa ulkomaanmatkoillaan. Myös suomalaiset turistit hakeutuvat usein vaihtelun vuoksi kiinalaiseen ravintolaan, jonka valikoima on usein hyvin samantyyppinen eri puolilla Suomea. Voisikin olettaa, että myös etnisillä ravintoloilla olisi ihan hyvät mahdollisuudet menestyä myös Kainuussa, etenkin matkailukohteissa, joissa turistien lisäksi käy myös paikallista väkeä.

## LÄHTEET

Barber, K. 2003. Nuudelit. Gummerus.

Chan, K. 2003. Klassinen thaikeittiö. Helsinki: WSOY.

Eliander, S. 2000. – Opas etnisiin. Etninen ruokakulttuuri hengittää Helsingissä. City-lehti nro 2/2000. <http://www.city.fi/artikkeli/Opas+etnisiin/140/>. Luettu 23.1.2007.

Finavian tiedote 2007. Lentoliikenteessä yli 16 miljoonaa matkustajaa vuonna 2006. [http://www.finavia.fi/finavia\\_tiedote?id=68103](http://www.finavia.fi/finavia_tiedote?id=68103) Luettu 1.2.2007.

Garcea, E. 2007. Culture as a starting point and a framework for guidance and counselling – Basic concepts and perspectives. [www.cimo.fi/dman/Document.phx/~public/Julkaisut+ja+tilastot/](http://www.cimo.fi/dman/Document.phx/~public/Julkaisut+ja+tilastot/) Luettu 12.4.2007.

Germain, A. 2006. Parantava ruoka. Terveyttä kiinalaisella ruokavaliolla. Porvoo: WSOY .

Helsinki-Vantaan lentokentän tiedote 2007. Helsinki-Vantaalla yli 12 miljoonaa matkustajaa vuonna 2006. [http://www.helsinki-vantaa.fi/hel\\_tiedote?id=68113](http://www.helsinki-vantaa.fi/hel_tiedote?id=68113) Luettu 1.2.2007.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. & Remes, P. & Salavaara, P. 2002. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

Ilies, A. 1995. Wok keittokirja. Porvoo: WSOY.

Kanervo, S. & Saarinen, T. 2007. Kulttuurit keskuudessamme. Monimuotoinen Aasia. <http://www05.turku.fi/kulttuurikeskus/kvk/kulttuurit/moniaasia.html> Luettu 13.3.2007.

Ketola, L. ym. 2001. Ruokamatka Aasiaan. Porvoo: WSOY.

- Lewis, R. 1996. Kulttuurikolareita. Helsinki: Otava.
- Liimatainen, A & Riipi, H. 2001. Herkkujen maailma. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.
- Mether, J. & Hämäläinen, H. 1994. Tuntematon asiakas. Mielikuvasta ostopäätökseen. Juva: WSOY.
- Nihtinen, P. 2004. Kiinalainen teekirja. Jyväskylä: Gummerus.
- Panjabi, C. 1997. Intialainen keittokirja. Jyväskylä: Gummerus.
- Parpola, A. 2005. Intian kulttuuri. Keuruu: Otava Kirjapaino Oy.
- Ravintolaopas 2007. <http://www.ravintolaopas.net/fi/>. Luettu 18.4.2007.
- Rope, T. & Pöllänen, J. 1998. Asiakastytyväisyysjohtaminen. Juva: WSOY.
- Siltala, M. 2007. Herkkusuiden viimeisimmät villitykset. Yhteishyvä 3/07, 36-40.
- Tan, T. 2005. Aasian keittiö. Jyväskylä: Otava.
- Lähteenmäki, L. 1993. Ruoanvalinnan perusteet. Tuorila, H & Hellemann, U. (toim.).  
Elintarvikkeet aistien puntarissa. Helsinki: Yliopistopaino.
- Yamada, M. 2004. Japanilainen keittokirja. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Yamamoto, K. & Hicks, R. 2003. Sushi. Herkkuja japanilaiseen tapaan. Jyväskylä: Atena  
Kustannus Oy.
- Ylikoski, T. 1999. Unohtuiko asiakas? Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Vuoristo, K. 2002. Matkailun muodot. Porvoo: WSOY.

LIITE 1 Teemahaastattelun runko

TEEMA 1. Aasialaisen kulttuurin ja ruoan tuntemus

- Kiinnostus aasialaiseen kulttuuriin, mieltymykset
- Miten käsite ymmärretään?
- Mitä tietoa? Mistä saatu?
- Miten tieto vaikuttaa valintoihin? Mikä muu vaikuttaa?

TEEMA 2. Aasialainen ruokakulttuuri

- Mielikuvat, odotukset, kokemukset
- Mikä vaikuttaa odotuksiin ja mielikuviin?
- Ennakkoluulot, pelot

TEEMA 3. Aasialaisen ruoan tarjonta Kainuussa?

- Mielenpitoet, kokemukset
- Saatavuus, miten vaikuttaa valintoihin?
- Aitous

TEEMA 4. Ravintolan tarjoaman ruoan arviointia

- Vastasiko odotuksia?
- Miten jatkossa?

Onko muuta lisättävää?

KIITOS VASTAUKSISTANNE JA AJASTANNE!