

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Matkailu- ja palveluliiketoiminta

Reetta Seppänen

KARJALAISEN RUOKAPERINTEEN KEHITTÄMINEN  
NYKYMATKAILIJAA KIINNOSTAVAKSI

Opinnäytetyö  
Joulukuu 2020



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Joulukuu 2020**  
**Matkailu- ja palveluliiketoiminta**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600 (vaihde)

Tekijä  
Reetta Seppänen

Nimeke  
Karjalaisen ruokaperinteen kehittäminen nykymatkailijaa kiinnostavaksi

Toimeksiantaja  
Kalevala – mytologiasta arvoa liiketoimintaan -hanke

**Tiivistelmä**

Karjalainen perinneruoka levisi evakkojen eli siirtoväen mukana ympäri Suomea, joten se on tärkeä osa Suomen ruokakulttuuria. Varsinkin luonnon antimien käyttö opittiin karjalaisilta. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää karjalaisen perinneruoan vetovoimaisuutta nykymarkkinoilla ja samalla tuoda esille tietoisuutta karjalaisesta perinneruoasta. Opinnäytetyön tavoitteena on miettiä, miten karjalaista ruokaperinnettä voisi kehittää nykymatkailijaa kiinnostavaksi.

Tietoperustassa on käsitelty laajasti karjalaiseen ruokakulttuuriin, tapoihin ja perinteisiin liittyviä asioita. Opinnäytetyö on tutkimuksellinen, ja tiedonhankintamenetelminä siinä on käytetty kyselyä ja haastattelua. Kysely toteutettiin lokakuun ja marraskuun vaihteessa nykymatkailijoille ja matkailualan ammattilaisille. Puhelinhaastattelut toteutettiin elokuun ja syyskuun aikana ja ne kohdennettiin yrittäjille, joiden liikeideana on tarjota karjalaista perinneruokaa. Kyselyssä selvitettiin vastaajien tietoisuutta karjalaisesta perinneruoasta ja heidän mielenkiintoaan perinneruoista kohtaan. Pohjoiskarjalaisille yrityksille ja yhdelle eteläkarjalaiselle yritykselle tehdyissä haastatteluissa selvitettiin yrittäjien näkökulmia siihen, mitä heidän mielestään karjalainen perinneruoka on ja mitkä ovat karjalaisen ruokaperinteen tulevaisuudennäkymät.

Saatujen tulosten perusteella voidaan havaita, että karjalaisten perinneruokien arvostus ei ole laskenut. Perinneruokien markkinointiin, imagoon ja brändiin toivottiin kehitystä. Tunnettujen perinneruokien rinnalle toivottiin tulevaisuudessa nousevan tuntemattomammia perinneruokia. Kyselyn ja haastatteluiden vastausten perusteella kehitettiin viisi erilaista toimenpideideaa, joiden avulla karjalainen ruokaperinne voisi houkutella lisää nykymatkailijoita.

Kieli

suomi

Sivuja 50

Liitteet 2

Liitesivumäärä 8

Asiasanat

kysely, Karjala, perinneruoka, ruokakulttuuri



**THESIS**  
**December 2020**  
**Degree Programme in Tourism and**  
**Hospitality Management**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
FINLAND  
+ 358 13 260 600 (switchboard)

**Author**  
Reetta Seppänen

**Title**  
Developing the Karelian Food Tradition to Appeal to Modern Tourists

**Commissioned by**  
Kalevala – from mythology to business value -project

**Abstract**

Traditional Karelian food spread throughout Finland with evacuees, which is why it has become an important part of the Finnish food culture. Especially the use of treats from the forest was adopted from the Karelians. The purpose of the thesis is to find out the attractiveness of traditional Karelian food on the current market and at the same time to make people more aware of traditional Karelian food. The topic of the thesis is to develop the Karelian food tradition to be of interest to contemporary tourists.

The knowledge base deals extensively with facts related to Karelian food culture, customs and traditions. The thesis is research-based and questionnaires and interviews are used as information acquisition methods. The questionnaire was conducted at the turn of October and November for contemporary tourists and tourism professionals. Telephone interviews were conducted during August and September and they were targeted at entrepreneurs whose business idea is to provide traditional Karelian food. The survey examined the respondents' awareness of traditional Karelian food and their interest in traditional food. The interviews for some North Karelian companies and one South Karelian company dealt with entrepreneurs' perspectives on the definitions of traditional Karelian food and the future prospects of Karelian food traditions.

Based on the results obtained, it can be seen that the appreciation of traditional Karelian food has not decreased. Development for the marketing, image and brand of traditional foods was, however, requested. It was also requested, that more unfamiliar traditional foods would emerge in the future alongside with well-known traditional foods. Based on the responses to the survey and the interviews, five ideas for action were developed to help the Karelian food tradition attract contemporary tourists more.

**Language**

Finnish

Pages 50  
Appendices 2  
Pages of Appendices 8

**Keywords**

questionnaire, Karelia, traditional food, food culture

## Sisältö

1	Johdanto .....	5
2	Opinnäytetyön lähtökohdat .....	6
2.1	Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus .....	6
2.2	Aiempiä tutkimuksia .....	7
2.3	Toimeksiantaja: Kalevala – mytologiasta arvoa liiketoimintaan .....	9
3	Karjala alueena .....	10
4	Karjalainen ruokakulttuuri .....	12
4.1	Karjalaiseen ruokakulttuuriin vaikuttaneet tekijät .....	12
4.2	Yleisimmin käytetyt raaka-aineet karjalaisessa ruokakulttuurissa .....	14
4.2.1	Runsas leipominen lisäsi erilaisten viljojen kulutusta .....	14
4.2.2	Hapanmaitotuotteet ja kananmunat .....	16
4.2.3	Kasvikset karjalaisessa keittiössä .....	17
4.2.4	Kalaa ja liha karjalaisessa ruokapöydässä .....	18
4.2.5	Sienet ja marjat .....	19
4.3	Vuotuisperinteet ja vuoden kierto .....	20
4.4	Karjalaiset pidot ja pitäjäruoat .....	22
5	Ruokamatkailu .....	25
5.1	Ruokamatkailu käsitteenä .....	25
5.2	Ruokamatkailun tuotesuosituksiset Suomessa 2020 .....	26
6	Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat .....	27
6.1	Menetelmien valintaan vaikuttavat tekijät .....	27
6.2	Kyselyn toteuttaminen .....	28
6.3	Haastattelu .....	30
6.4	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus .....	32
7	Kyselyn ja haastatteluiden tulokset .....	33
7.1	Kyselyn tulokset .....	33
7.2	Yrityksien haastatteluiden tulokset .....	39
7.3	Yhteenveto tuloksista ja toimenpideideoita .....	42
8	Pohdinta .....	45
	Lähteet .....	48

### Liitteet

Liite 1	Kyselylomake
Liite 2	Teemahaastattelun teemat ja kysymykset

# 1 Johdanto

Ruokakulttuuri on iso osa ihmisen identiteettiä. Opimme jo varhain oman perheemme, yhteisömme ja maakuntamme tavat valmistaa ja nauttia ruokaa. Moni ei saata edes tietää, miksi syömme tiettyjä ruokia tai käytämme tiettyjä raaka-aineita. Esimerkiksi karjalainen perinneruoka ei ole vain iso osa karjalaisien ruokakulttuuria, vaan myös suuri osa koko Suomen ruokakulttuuria. Karjalainen perinneruoka levisi ympäri Suomea evakkojen eli siirtoväen mukana. Juuri karjalaisilta on opittu muun muassa sienten ja marjojen monipuolinen käyttö ja pehmeän leivän viikoittainen leipominen.

Opinnäytetyön tietoperustassa perehdytään Karjalan alueeseen sekä karjalaiseen ruokaperinteeseen ja kulttuuriin. Opinnäytetyön tiedonhankintamenetelmänä käytettiin haastattelua ja kyselyä. Haastateltaviksi yrityksiksi valikoituivat yritykset, joiden liikeidea perustuu tai joiden liikeidean vahvana osana on karjalainen ruokaperinne. Haastattelut toteutettiin elo- ja syyskuun 2020 aikana. Toisena tutkimusmenetelmänä käytettiin nykymatkailijoille ja matkailualan ammattilaisille kohdennettua kyselyä, joka oli auki kaksi viikkoa loka- ja marraskuun 2020 vaihteessa. Yritysten ja nykymatkailijoiden ideoiden ja mielipiteiden yhdistäminen antoi aiheen tutkimiseen lisää uusia näkökulmia, jolloin lopputuloksien koonti ei jäänyt liian yksipuoliseksi. Näiden aihealueiden pohjalta selvitettiin karjalaisen perinneruuan merkitystä ja vetovoimaisuutta nykymatkailijan näkökulmasta.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Kalevala – mytologiasta arvoa liiketoimintaan -hanke. Hankkeen tarkoituksena on lisätä matkailua Pohjois-Karjalan pienemmille paikkakunnille mytologioiden tarinallistamisen ja tuotteistamisen avulla. Opinnäytetyö rajattiin keskittymään karjalaisiin perinneruokiin, ja niihin liittyviin tapoihin ja karjalaiseen kulttuuriin. Opinnäytetyössä keskityttiin karjalaisien perinneruokien kehittämiseen.

## 2 Opinnäytetyön lähtökohdat

### 2.1 Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus

Sain idean opinnäytetyön aiheesta katsoessani erään videon, jossa ihmiset maistelivat eri maiden ruokia, jotka ovat vaarassa kadota kyseisen maan ruokakulttuurista. Yleisin syy tähän niin sanottuun uhanalaisuuteen on se, että ihmiset eivät enää osaa tai viitsi valmistaa kyseisiä ruokia. Videossa yksi maistettava ruoka oli kalakukko, ja se yllätti minut, koska en ollut ikinä ajatellut, että oman kotimaani ruokakulttuurista voisi hävitä jokin ruoka. Tästä sain ajatuksen tarkastella perinneruokien kiinnostavuutta tarkemmin ja perehtyä oman maakuntani ruokaperinteisiin.

Ruokakulttuuri on yksi suurimmista kulttuurin osa-alueista, ja jokaisella alueella se on omanlaisensa. Jokaisessa ruokakulttuurissa on omat erityispiirteensä, raaka-aineet, valmistusmenetelmät ja jopa uskonnolliset rajoitteet, eli miten, mitä ja minkä laatuista ruokaa eri yhteisöissä syödään. Samalla ruokakulttuuri kertoo yhteisön taloudellisesta asemasta ja arvoista. Ruokailun päätarkoituksena on saada energiaa ja tulla kylläiseksi, mutta yhteisellä ruokailulla myös täytetään yksilön sosiaalisia tarpeita. (Ruokatieto 2020.)

Viime vuosina ruoka ja juoma ovat nousseet yhä tärkeämmäksi vetovoimatekijäksi matkakohteen valinnassa. Yhä useampi matkailija on kiinnostunut matkustamaan maahan, mikä on tunnettu ruoistaan tai juomistaan. Tästä syystä ruokamatkailun kehittämiseen on alettu panostaa maailmanlaajuisesti. (Business Finland 2020.) Tämä on yksi syy uskoa, että karjalainen perinneruoka tulisi nostaa kuluttajien tietoisuuteen. Karjalainen ruokaperinne on myös Suomen tunnetuin ruokaperinne (Lappalainen & Kuronen 2007, 9).

Karjalainen ruokaperinne on kuuluisa erilaisista piirakoista, uuniruuista, paisteista ja leivästä. Karjalaisen keittiön ja ruokaperinteen sydän onkin uuni, jonka avulla lämmitettiin tupa ja valmistettiin herkullisia ruokia. Karjalaiseen ruokaperinteeseen ja karjalaisuuteen yleisesti liitetään vieraanvaraisuus.

Karjalaisessa kodissa ruokaa tarjotaan siihen asti, kunnes vieras on kylläinen. Kylään mennessä viedään tuomisia, esimerkiksi kahvilleipää, jota kutsutaan karjalaisittain vehnäseksi. Karjalaiset ovat stereotyyppisesti tunnettuja leppoisasta suhtautumisesta elämään. Onkin olemassa sanonta, että karjalaiset hautajaiset ovat hauskemmat kuin hämäläiset häät. (Lappalainen & Kuronen 2007, 4, 6–10.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää karjalaisen perinneruoan merkitystä ja vetovoimaisuutta nykymatkailijan näkökulmasta. Opinnäytetyössä myös kartoitetaan, kuinka karjalaista ruokaperinnettä voisi kehittää, jotta se kiinnostaisi nykymatkailijaa. Karjalaisen perinneruoan vetovoimaisuutta tutkittiin luomalla avoin kysely matkailualan ammattilaisten Facebook-ryhmiin. Sosiaalisen median hyödyntäminen valikoitui kyselyn levittämiseen, koska näin on helpompi saavuttaa erilaiset matkustajatyypit ja kyselyn näkyvyys on suurempi. Karjalaisen perinneruoan tulevaisuudennäkymiä selvitettiin haastattelemalla kolmea pohjoiskarjalaista ja yhtä eteläkarjalaista yritystä. Haastateltavat yritykset valittiin sen perusteella, että heidän yrityksensä yksi tärkein liikeidea oli karjalaisen perinneruoan tarjoaminen. Syvempänä tarkoituksena on edesauttaa karjalaisen ruokakulttuurin ja ruokaperinteen säilymistä osana suomalaista kulttuuria ja herättää matkailijoiden mielenkiintoa ja tietoisuutta karjalaisuutta kohtaan.

## **2.2 Aiempia tutkimuksia**

Karjalaista ruokaperinnettä on käsitelty opinnäytetöissä, joiden pääaiheena on ollut yleisesti suomalainen ruokakulttuuri tai ruokaperinteet. Näissä töissä karjalainen ruokaperinne on mainittu, mutta opinnäytetöiden pääpaino ei ole ollut siinä. On kuitenkin olemassa muutamia opinnäytetöitä, joissa on paneuduttu karjalaiseen ruokaperinteeseen ja kulttuuriin. Esimerkiksi Anna-Maija Sirviön (2010) opinnäytetyössä perehdytään uunin tarkoitukseen ja merkittävyyteen osana karjalaista perinneruokakulttuuria.

Opinnäytetyön aihetta lähestytään haastatteluiden, kirjallisuuslähteiden ja verkkolähteiden avulla. Työssä paneudutaan hyvin syväälle karjalaisten

uuniruokien maailmaan ja reseptiikkaa käsitellään tarkasti. Opinnäytetyön johtopäätöksenä on se, että karjalaista perinneruokakulttuuria tulisi ylläpitää, koska se ei ole osa vain karjalaisten identiteettiä, vaan koko Suomen. Sirviön mukaan olisi tarpeellista tutkia perinneruokien kiinnostavuutta, esimerkiksi venäläisten matkailijoiden näkökulmasta. (Sirviö 2010.)

Vili Hokkasen ja Johan Löppösen (2018) opinnäytetyössä tutkittiin perinneruokien vaikutusta Etelä-Karjalan matkailuun ja sen vetovoimatekijöitä. Työn alussa mainitaan sama huomio, jonka myös tämän opinnäytetyön kirjoittaja on pistänyt merkille: perinneruokien vaikutuksia ei ole tutkittu kovinkaan paljoa. Aiheen tutkimus toteutettiin haastattelemalla eteläkarjalaisia ruokatuottajia heidän näkemyksistään perinneruoan vetovoimaisuudesta. Opinnäytetyössä tullaan siihen lopputulokseen, että perinneruoka on toimiva ja vetovoimainen konsepti, jota yritykset käyttävät liian vähän hyödykseen. Opinnäytetyössä myös pohditaan, että perinneruoan tulee kunnioittaa perinteisiä valmistusmenetelmiä ja raaka-aineita, jotta sitä voi kutsua perinneruoaksi. (Hokkanen & Löppönen 2018.)

Karjalaisesta ruokaperinteestä ja ruokakulttuurista on tehty useita teoksia, joita on hyödynnetty myös tämän opinnäytetyön tietoperustan kokoamisessa. Aino Lampisen ”Karjalainen keittokirja” (1978) on ensimmäisiä teoksia, jossa on perehdytty karjalaiseen ruokaperinteeseen ja kirjoitettu puhtaaksi karjalaisten perinneruokien valmistusohjeita. Teoksen tarkoituksena on säilyttää ja tallettaa karjalaisille tärkeitä perinteitä, koska jo tuohon aikaan oli huomattu, että jotkut perinneruoat ovat täysin unohtuneet tai vaarassa unohtua ruokakulttuuristamme. (Lampinen 1978.)

Muita teoksia ovat Pirkko Sallinen-Gimplin ”Karjalainen keittokirja” (2002) ja Ulla Liukkosen, Helena Lylyharjun ja Kari Martialan yhteistyönä kirjoitettu kirja ”Karjalainen keittiö” (2013). Molemmissa teoksissa on käsitelty karjalaista kulttuuria, tapoja ja juhlia. Sallinen-Gimplin kirjan aineisto perustuu kyselyyn, joka oli suunnattu luovutetun Karjalan sekä nykyisen Suomen Karjalan asukkaille. Kirjan mukaan Sallinen-Gimpl on laatinut perinneruoista nykyaikaisia sovelluksia, jotka onnistuvat vaikka kerrostalossa sähköhellalla. Kirjassa on esitelty nykyai-



kaistettujen reseptien lisäksi paljon paikallisia erikoisuuksia. (Sallinen-Gimpl 2002.) Liukkosen, Lylyharjun ja Martialan teoksessa on keskitytty lähinnä modernisoimaan perinteisiä reseptejä. Kirjassa esitetyt reseptit pohjautuvat lähinnä Liukkosen lapsuusajan makumuistojen ympärille (Liukkonen, Lylyharju, Martiala 2013).

Näiden opinnäytetöiden ja tutkimuksien perusteella voidaan tulla siihen johtopäätökseen, että tämän opinnäytetyön aihe on tarpeellinen lisätutkimus jo olemassa olevien opinnäytetöiden ja tutkimusten joukkoon. On jopa hieman harmillista, että aiheesta ei löytynyt useampaa opinnäytetyötä. Toisaalta näin tämän työn kirjoittajalle enemmän vapauksia aiheen tutkimiseen, koska ei ole pelkoa siitä, että opinnäytetyö toistaisi toisen tekijän jo tehtyä työtä.

### **2.3 Toimeksiantaja: Kalevala – mytologiasta arvoa liiketoimintaan**

Opinnäytetyön toimeksiantajana on Kalevala – mytologiasta arvoa liiketoimintaan -hanke. Tarkoituksena on lisätä Pohjois-Karjalan alueen matkailullista vetovoimaa mytologioiden, tarinallistamisen ja tuotteistamisen kautta. Tavoitteena on myös kehittää jo olemassa oleville yrityksille valmiita kaupallistamispolkuja, joita yritykset pystyvät helposti käyttämään hyödykseen ja ottamaan käyttöönsä. (Kupiainen, Rui, Simonen & Turkia 2020.)

Hankkeessa keskitytään varsinkin Suomen kansalliseepoksen Kalevalan tuotteistamiseen. Kalevalan ja karjalaisuuden on huomattu kiinnostavan kansainvälisillä markkinoilla. Pohjois-Karjalalla on tässä etu kilpailijoihinsa, koska useimpien kalevalaisten runojen uskotaan olevan alkuperäisin juuri Karjalan alueelta. Hankkeessa pyritään kannustamaan pohjoiskarjalaisia yrityksiä käyttämään tätä vetovoimatekijää hyödyksi osana yritystoimintaansa. (Kupiainen ym. 2020.)

Hanke koostuu neljästä työpaketista, joista ensimmäiseen tämä opinnäytetyö kuuluu. Ensimmäiseen työpakettiin kuuluu kulttuurisisältöjen teemoitus ja hyödyntäminen yritysten liiketoiminnassa. Tämä tarkoittaa sitä, että pyritään

valmistamaan tulevaisuuden työpajoille valmiita hankkeen teemoihin sopivia tieto- ja tuotepaketteja. Toimeksiantaja saa tämän opinnäytetyön avulla tietoa karjalaisesta perinneruoasta ja siitä, kuinka sitä voisi kehittää nykymatkailijoille. Vallitsevan koronatilanteen takia hanke on päässyt käyntiin syksyn 2020 aikana, kun sen piti käynnistyä keväällä 2020. (Kupiainen ym. 2020).

### 3 Karjala alueena

Karjala on historiallinen alue, joka on saanut vaikutteita sekä lännestä että idästä (Torikka, 2004). Tärkein raja Länsi-Suomen ja Karjalan välillä oli Kymijoki, joka on pehmeän ja kovan leivän raja sekä hapatettujen ja imellettyjen ruokien raja (Sallinen-Gimpl, 2002 8-10). Ennen talvisotaa Karjala tunnettiin Suomen itäisimpänä maakuntana (Torikka 2004). Entisen maakunnan suurimpia kaupunkeja olivat Joensuu, Viipuri ja Sortavala (Luovutettu Karjala 2004a). Karjalan alueet on esitetty kuvassa 1.



Kuva 1. Karjalan alueet (Karjalan liiton arkisto 2020).

Etelä- ja Pohjois-Karjala ovat Suomen maakuntia, jotka ovat Venäjän rajanaapureita, ja nämä maakunnat muodostavat nykyisen Suomen Karjalan.

Suomen Karjalan alueesta puhuttaessa saatetaan se epähuomiossa yhdistää kokonaan Itäiseen Suomeen, mikä on aluehallinnallisesta näkökulmasta väärin. (Torikka 2004.) Etelä-Karjala kuuluu Etelä-Suomen aluehallintaviraston toimialueeseen, ja Pohjois-Karjala kuuluu Itä-Suomen aluehallintaviraston toimialueeseen (Aluehallintavirasto 2016).

Etelä-Karjala muodostuu yhdeksästä kunnasta, joista kaupunkeja ovat ainoastaan Imatra ja Lappeenranta. Lappeenranta on myös maakunnan maakuntakeskus. (GoSaimaa 2020.) Etelä-Karjalan naapurimaakuntia ovat etelässä Kymenlaakso, lännessä Etelä-Savo ja pohjoisessa Pohjois-Karjala. Pohjois-Karjalan naapurimaakuntia ovat etelässä Etelä-Karjala ja Etelä-Savo, lännessä Pohjois-Savo ja pohjoisessa Kainuu. (Torikka 2004.) Pohjois-Karjalassa on 12 kuntaa, joista viisi on kaupunkeja, maakuntakeskuksena toimii Joensuu (Aluehallintavirasto 2020).

Ennen Etelä- ja Pohjois-Karjalan erotti varallisuudesta. Etelä-Karjala ja Karjalankannas olivat Suomen puoleisen Karjalan rikkainta aluetta, johon vaikutti Viipurin ja Pietarin kaltaisten rikkaiden ja suurien kaupunkien läheisyys. Pohjois-Karjala ja Raja-Karjala taas tunnettiin karuna, köyhänä ja harvaanasuttuna alueena. (Lappalainen & Kuronen 2007, 5.) Maakuntien toisena erottavana tekijänä on murre. Kielitieteellisesti Etelä-Karjalassa puhutaan kaakkoismurteita ja Pohjois-Karjalassa itäisiä savolaismurteita, mutta yleensä molempien maakuntien asukkaat mieltävät puhuvansa karjalan murretta. (Torikka 2004.)

Nykyisen Venäjän puolella sijaitsee niin sanottu luovutettu Karjala, eli alueet, jotka Moskovan rauhassa luovutettiin Neuvostoliitolle. Luovutetun Karjalan alueita ovat Karjalankannas, Laatokan Karjala ja Raja-Karjala. Karjalankannas sijaitsi Saimaan, Suomenlahden ja Laatokan välissä. (Torikka 2004.) Alueen suurimmat kaupungit olivat Viipuri, Käkisalmi ja Koivisto. Viipuri oli aikanaan yksi Suomen suurimmista kaupungeista. Nykyään Karjalankannas on osa Leningradin maa-alueita. (Karjalan liitto 2020a.)

Laatokan Karjalan sijaitsi nimensä mukaisesti Laatokka-järven pohjoispuolella ja Karjalankannas oli alueen eteläpuolella (Karjalan liitto 2020a). Laatokan

Karjalan suurin kaupunki oli Sortavala, jossa on vielä tänäkin päivänä suomalaisten rakentamia rakennuksia, ja kaupungissa sijaitsee myös suomalaisten hautausmaa. Raja-Karjalaksi kutsuttiin Laatokan Karjalan itäisintä osaa, mistä on lähtöisin huomattava määrä nykypäivän Suomen ortodoksiväestöä. Laatokan Karjala ja Raja-Karjala ovat nykyään osa Karjalan tasavaltaa. (Torikka 2004.) Venäjän puolella sijaitsevat Aunus, Viena ja Tverin Karjala ovat Venäjän omia karjalaisia alueita (Liukkonen ym. 2013, 12). Tässä opinnäytetyössä ei perehdytä Venäjän omiin karjalaisiin alueisiin, koska opinnäytetyö keskittyy Suomen nykyisiin ja entisiin karjalaisiin alueisiin.

## **4 Karjalainen ruokakulttuuri**

### **4.1 Karjalaiseen ruokakulttuuriin vaikuttaneet tekijät**

Karjalainen ruokaperinne on saanut vaikutteita idästä ja lännestä. Idästä eniten vaikutteita on tuonut ortodoksinen uskonto. Ortodoksisen kirkon opetukset ja vaikutus näkyivät vahvasti karjalaisten ruokailutavoissa ja raaka-aineiden käytössä. Ortodoksinen uskonto on tunnettu erityisesti sen useista paastoajoista. Paaston aikana ei syödä lainkaan lihaa ja kieltäydytään muistakin eläinkunnan tuotteista. Paastoaminen on siis yksi syy, miksi Karjalassa on käytetty runsaasti ruuanlaitossa sieniä, kasviksia ja marjoja. Monipuolinen piirakoiden ja leipien valmistaminen juontaa myös oletettavasti juurensa uskonnosta. (Lappalainen & Kuronen 2007, 6.)

Paastoamisessa ei kuitenkaan ole kyse pelkästä ruoasta kieltäytymisestä, vaan silloin ihmisten tulisi pidättäytyä muistakin huvituksista ja keskittyä omaan hengelliseen kasvuunsa. Veriruuat ja verenkäyttö yleisesti ruuanlaitossa eivät kuuluneet karjalaiseen ruokakulttuuriin, koska ortodoksinen uskonto ei suositellut sitä. Tämä tapa on peräisin Vanhan testamentin opeista, joita nykypäivänä sovelletaan eri tavalla. (Suomen ortodoksinen kirkko 2020.) Ortodoksialueilla vältettiin veren lisäksi samoista syistä myös sianlihaa, jänistä ja kanaa ruuanlaitossa (Sallinen-Gimpl 2002, 20).

Yhteinen ruokailu oli aina tärkeä tapahtuma, oli se sitten kotona perheen kesken, seurakuntatalolla seurakuntalaisten parissa tai juhliissa vieraiden kanssa. Karjalaisissa pidoissa ei ole säästely ruuan määrän suhteen. Ruokaa tarjottiin niin pitkään, kunnes jokainen vieras oli syönyt tarpeeksi. Lännen noutopöytäkulttuuri oli ennenkuulumatonta karjalaisissa pidoissa, koska ruokaa tärkeämpänä pidettiin yhteenkuuluvuuden tunnetta ja aterian jakamista läheisten kesken. (Lappalainen & Kuronen 2007, 7.)

Leivinuuni oli karjalaisen kodin sydän. Uunilla oli tärkeä tehtävä niin ruoanvalmistuksessa kuin tuvan lämmittämisessä. Useimmat karjalaiset ruoat valmistettiin pitkään, jopa yön yli hauduttamalla. Näin jäi aikaa muille päivän tehtäville. Karjalanpiirakoiden rapean ruiskuoren salaisuus olikin se, että ne paistettiin ensimmäisinä kuumassa uunissa. Erilaisten paistien, puurojen ja pottien mehevyys syntyi, kun niitä haudutettiin uunin jälkilämmössä pitkään ja hartaasti. (Lappalainen & Kuronen 2007, 9.) Karjalassa liedellä keitettyä puuroa sanotaan hutuksi, puuroksi tai putroksi kutsuttiin uunissa haudutettua puuroa (Liukkonen ym. 2013, 19). Uunin vaikutus näkyi myös erilaisissa ruoanvalmistusvälineissä. Karjalassa valmistettiin ja käytettiin erilaisia, erityisesti uuniruokien valmistamiseen sopivia ruukkuja ja potteja eli patoja. (Lappalainen & Kuronen 2007, 10.)

Uunien valmistus omaksuttiin slaaveilta, jotka kehittivät uunityypin, jonka avulla lämmitettiin talo ja valmistettiin ruokaa. Uunien valmistukseen käytettiin luonnonkiveä, joka oli yleensä vuolukiveä. Vuolukivi sopii mainiosti uunin rakentamiseen, koska se varaa hyvin lämpöä ja sitä on helppo muokata. Uunin käyttö levisi muualle Suomeen karjalaisten evakkojen eli siirtoväen mukana. Läntisen Suomen uudistiloilla ei ollut uunia, vaan talon lämmitykseen käytettiin avotakkaa ja ruuan valmistamiseen hellaa. Tämä oli karjalaisten mielestä ongelmallista, joten he usein ensitöikseen rakensivat taloon uunin. (Lappalainen & Kuronen 2007, 9.)

Karjalaiset muokkasivat naapurimaista opittuja tapoja itselleen sopiviksi. Edellä mainitut uunin käyttö ja ortodoksinen uskonto olivat Venäjältä omaksuttuja

tapoja. Venäjältä opittiin myös kasvien ja sienten säilöminen ja ruokien hapattaminen. Länneistä omaksuttiin Karjalaiseen uuniruokatalouteen sopivia ruokia, kuten imelletty perunalaatikko. Läntinen vaikutus näkyy eniten Pohjois-Karjalassa, koska maakunta menetti asukkaita itään 1600-luvulla, jolloin heidän tilalleen muutti paljon asukkaita Savosta päin. (Sallinen-Gimpl 2002, 8–10.) Länneistä opittiin myös makkaroiden valmistaminen, tosin Karjalassa ei valmistettu Länsi-Suomalaisten tapaan liha- ja verimakkaroiden, vaan lampaansuoleen valmistettuja jauho- ja ryynimakkaroiden. Muita lännestä tulleita tapoja ovat makeiden kahvileipien yleistyminen, kuten pullien ja pikkuleipien leipominen. (Liukkonen ym. 2013, 14.) Useimpien jouluruokien valmistaminen ja jouluperinteet ovat myös lännestä opittuja, esimerkiksi joulukinkku, piparkakut, joulutortut ja joulukoristeet (Karjalan Liitto 2020b).

## **4.2 Yleisimmin käytetyt raaka-aineet karjalaisessa ruokakulttuurissa**

### **4.2.1 Runsas leipominen lisäsi erilaisten viljojen kulutusta**

Karjalaisessa ruokaperinteessä erilaiset viljat olivat suuressa roolissa. Viljoista valmistettiin erilaisia leipiä, rieskoja, kukkoja, piirakoita, puuroja, ja ne toimivat keitoissa sakeuttajana. Viljoista käytetyimpiä olivat ruis, ohra, kaura ja tattari. Vehnää alettiin käyttää oikeastaan vasta sitten, kun se yleistyi muuallakin päin. Ennen vehnän yleistymistä sitä käytettiin vain juhlapyhinä. Tällöin siitä leivottiin makeita vehnäsiä, kuten pitkoja tai rinkeleitä ja esimerkiksi vesirinkeleitä ja viipurinrinkeleitä. Idässä leivottiin melkein joka päivä, koska karjalaiset olivat tottuneet tuoreeseen ja pehmeään leipään päivittäin. (Lampinen 1978, 16, 30, 45, 55, 66.)

Tunnetuimpia karjalaisia leipiä ovat ruisleipä ja ohrarieska (Liukkonen ym. 2013, 16). Ruisleipää leivottiin viikoittain, koska sitä syötiin arkiruoan kanssa. Itäisen Suomen ruisleivän hapan maku syntyi taikinanjuuresta ja siitä, kuinka pitkään valmista taikinaa oli hapatettu. (Lappalainen & Kuronen 2007, 18.) Rieskoja valmistettiin useimmiten pyhinä ja pitoja varten. Ohra on yleisin rieskan

pääraaka-aine, mutta Karjalassa valmistettiin myös perunasta tehtyjä rieskoja. (Lampinen 1978, 20–26.) Rieskoja kutsuttiin joissain Karjalan osissa nimellä kakkara (Sallinen-Gimp 2002, 43).

Karjalaisista viljaruoista tunnetuin on karjalanpiirakka, joka on uunissa paistettava ruiskuorinen riisi- tai ohratäytteinen piirakka (kuva 2). Muita tunnettuja karjalaisia piirakoita ovat sultsinat, jotka perinteisesti täytettiin, taiteltiin rullalle ja syötiin vasta pöydässä ja sulhaspiirakat eli keitinpiiraat, jotka olivat puolikuunmuotoisia piirakoita. Sulhaspiirakoiden nimi tulee siitä, että niitä tarjottiin mieluisille vieraille tai kosijalle. Kosija tiesi onnistuneensa aikeissaan, kun hänelle alettiin valmistaa sulhaspiirakoita. Pyöröt ja kukkoset ovat pyöreitä, yleensä vehnä- tai hapanleipätaikinaan tehtyjä piiraita, joiden täytteenä käytetään riisi- tai mannapuuroa. (Liukkonen ym. 2013, 17; Lampinen 1978, 38; Sallinen-Gimpl 2002, 70.) Alun perin karjalanpiirakoiden täytteenä ei ollut riisiryneistä valmistettua puuroa, vaan täytteenä käytettiin ohraryynejä. Riisi saapui Suomeen vasta 1800-luvulla, ja sitä käytettiin alkuun vain juhlapuuron valmistukseen. Riisistä tuli kuitenkin pikkuhiljaa osa karjalaista arkiruokaa. (Yle Uutiset 2010; Lampinen 1978, 11.)



Kuva 2. Karjalanpiirakat riisitäytteellä (Kuva: Riitta Seppänen).

Piirakoiden, leipien ja rieskojen ohella erilaiset kurniekat eli kukot olivat osa karjalaista ruokaperinnettä. Kukoksi kutsutaan leivonnaista, jonka täyte koostuu raaosta aineksista ja tämän vuoksi vaatii pitkän kypsymisajan. Kukkoja leivottiin eri osissa Karjalaa erilaisiin taikinoihin ja muotoihin, mutta perusidea oli sama. Kukkojen täyteenä käytettiin lihaa, kalaa, naurista, lanttua ja perunaa. (Lappalainen & Kuronen 2007, 16.)

Makeita piirakoita valmistettiin harvoin, koska vehnä jauhot olivat ostotuote, joten niitä tuli säästää. Myöskään tuoretta hiivaa ei ollut aina saatavilla, joten käymisaineena käytettiin kaljan käytettä tai vehnäsen juurta. (Lampinen 1978, 56.) Karjalaisia makeita piirakoita ovat rahka- ja marjapiirakka, mustikkakukko ja vatruskat (Lampinen 1978, 60–61). Makeita piirakoita yleisempi jälkiruoka oli hunajan kera tarjottava kaurakiisseli eli hapankiisseli (Sallinen-Gimpl 2002, 13).

#### **4.2.2 Hapanmaitotuotteet ja kananmunat**

Karjalassa maitoa harvemmin juotiin sellaisenaan, mutta maitotuotteita käytettiin muuten hyvin monipuolisesti. Oli yleistä, että maito hapatettiin piimäksi tai kurnuttiin voiksi. Hapatetusta maidosta valmistettiin myös rahkaa siten, että piimitetystä maidosta poistettiin hera. Rahkaa syötiin tuoreena sellaisenaan tai se kuivatettiin, jolloin sen pystyi säilömään ja ottamaan käyttöön tarvittaessa esimerkiksi leivonnaisten teossa tai pääsiäisenä pashan valmistuksessa. (Liukkonen ym. 2013, 16.) Kermaa käytettiin usein ruoanlaitossa voin korvikkeena, sillä voita säästettiin piirakoiden voiteluun tai myyntituotteeksi (Sallinen-Gimpl 2002, 22–23).

Kananmunia käytettiin harvoin, koska ne olivat lähinnä herkutteluun ja leivonnaisten valmistamiseen tarkoitettuja. Munavoita tarjottiin juhlapäivinä piirakoiden ja rieskojen päälliseksi sekä kesäisin perunoiden lisukkeena. Hyvin suolaista munamaitoa taasen keitettiin vävyehdokkaalle, jotta nähtiin, oliko tämä tarpeeksi vahva sulhaseksi. Ajateltiin, jos sulhanen ei kestä liian suolaista munamaitoa, ei hän kestä myöskään sulhasena. (Lampinen 1978, 82, 93–94.)



### 4.2.3 Kasvikset karjalaisessa keittiössä

Karjalassa käytettiin erilaisia kasviksia monipuolisesti. Kasvisten hyödyntämistä ruoanlaitossa selittänee paastoaminen, jolloin liha- ja maitotuotteiden käyttö oli kielletty. Käytetyimpiä kasviksia olivat nauris, peruna, lanttu, kaali, herne, härkäpapu ja sipuli. Myöhemmin alettiin käyttää myös porkkanaa, kurkkua, punajuurta ja maustekasveja, kuten tilliä ja persiljaa. Kasviksista valmistettiin vellejä, muhennoksia, keittoja ja leivonnaisten täytteitä. Kasviksia myös syötiin paljon sellaisenaan tai säilöttiin. Erityisesti kaalia säilöttiin joko suolaamalla tai hapattamalla. Suolattujen kurkkujen valmistus opittiin Venäjältä. Nauriista pystyi käyttämällä valmistamaan makeaa juotavaa, jota kutsuttiin riepoksi. (Lappalainen & Kuronen 2007, 21.) Tunnetuimpia kasviksista valmistettavia ruokia ovat papu- ja hernerokat, pirana, sekali, erilaiset kaalikeitot, nauris- lanttu ja perunavellit, kaalipiirakka ja pottuvoi (Lampinen 1978, 12–143).

Pirana ei ole nykyisin kovin tunnettu ruokalaji. Tämä johtuu siirtokarjalaisten hajaantumisesta ympäri Suomea. Uudessa ympäristössä paikalliset eivät omaksuneet ruokalajia osaksi ruokavaliotaan. (Sallinen-Gimpl 2002, 179.) Pirana on herneistä ja perunoista valmistettu keitto, joka suurustetaan ruis- tai ohrajauhoilla. Sekali tarkoittaa sekakeitosta, joka sisältää yleisemmin härkäpapuja, kaalia ja herneitä. Keitos suurustetaan piranan tapaan ruis- tai ohrajauhoilla. Hernerokka oli yleinen paastoruoka, mutta myös yleinen hautajaisruoka. Paaston aikana hernerokassa ei ollut lihaa, kun taas hautajaisissa siihen lisättiin sian ja naudan lihaa. (Lampinen 1978, 104, 124–127.)

Paaston aikana rasvan sijasta käytettiin siemenvoita eli ruokaöljyä. Siemenvoita pystyi valmistamaan auringonkukansiemenistä, pellavansiemenistä tai hampunsiemenistä. Siemenvoi valmistettiin siten, että ensin survottiin siemenet murskaksi, jonka jälkeen joko paljain käsin tai liinan läpi puristettiin siemenistä öljy. Puserrettuja siemeniä käytettiin keittojen höysteenä tai annettiin eläimille. (Lampinen 1978, 94–95.)

#### 4.2.4 Kalaa ja liha karjalaisessa ruokapöydässä

Lihaa, varsinkin tuoretta, oli Karjalassa harvoin tarjolla ja se oli enemmänkin juhlaruokaa. Tuoretta lihaa saatiin metsästä mällä hirviä ja peuroja tai syksyllä, kun oli teurastusaika. (Lappalainen & Kuronen 2007, 25.) Pitoja ja juhlia varten teurastettiin eläin pääruoaksi (Lampinen 1978, 96). Liha- ja veriruokien syöntiä rajoittivat myös paasto ja ortodoksinen uskonto, joka ei suositellut veriruokien syömistä (Lappalainen & Kuronen 2007, 25).

Syksyisin teurasaikaan teurastetun eläimen lihasta suurin osa säilöttiin suolaamalla, palvaamalla tai kuivaamalla talven varalle. Tuoreesta tai suolatusta lihasta valmistettiin erilaisia uunissa paistettavia paisteja, potteja ja keittoja. Näistä tunnetuimpia liharuokia ovat karjalanpaisti, särä ja liharokka. (Liukkonen ym. 2013, 18–19.) Karjalanpaistin nimitys vaihteli alueittain, sitä kutsuttiin lihapotiksi, ruukkupaistiksi ja uunipaistiksi. Sotien jälkeen vakiintui yleisnimitys karjalanpaisti. Yleensä se valmistetaan sian ja naudan lihasta, mutta myös lammasta voi käyttää. (Sallinen-Gimpl 2002, 241.) Perinteinen vanhanajan karjalanpaisti ei sisällä muuta kuin lihaa, vettä ja suolaa. Karjalanpaistia paistettiin uunin jälkilämmössä useita tunteja, mieluiten yön yli, jotta lihasta tuli mureaa ja mehevää. Paistia, johon lisätään perunoita ja porkkanoita lohkoina, kutsutaan lohkoksi. Särä valmistetaan palvatusta lampaanlihasta, joka saa hautua useita tunteja uunissa. (Lampinen 1978, 99–102.)

Eläimen ruhon jokainen osa käytettiin, mitään ei heitetty hukkaan. Suolista valmistettiin saippuaa ja päästä, sorkista ja kielestä tehtiin hyytelöä, paitsi sian- ja naudan kieli suolattiin. Sisäelimet suolattiin ja esikeitettiin, minkä jälkeen niitä pystyi käyttämään ruoan valmistukseen. (Lampinen 1978, 97.) Makkaraa ei karjalaisten keskuudessa oikeastaan tunnettu tai valmistettu lainkaan, vain pienissä osissa Pohjois-Karjalaa ja Kannasta valmistettiin ryyni- ja jauhomakkaroita (Lappalainen & Kuronen 2007, 26).

Kalaa syötiin Karjalassa useammin kuin lihaa. Karjala sijaitsi useiden vesistöjen äärellä, joten kalaa oli helposti saatavilla. Erilaisia kalalajeja käytettiin

monipuolisesti erilaisten ruokien valmistukseen, mutta eniten käytettiin muikkuja, ahvenia, särkiä, kuoreita, haileja ja nieriää. (Liukkonen ym. 2013, 18.) Pienistä kaloista valmistettiin kalakeittoja ja kalapiirakoita. Pieniä kaloja myös kuivattiin, jos saalista oli runsaasti. Isot kalat olivat arvokkaita, joten ne yleensä suolattiin, jotteivat ne pilaantuisi. Kalaa valmistettiin kaikin erilaisin tavoin: keittämällä, pannulla paistamalla, uunissa kuivaamalla tai hauduttamalla, hapattamalla, suolaamalla ja vartaassa paistamalla nuotiolla tai uunin hiilloksella. (Lampinen 1978, 111–121.)

Yleisimpiä kalaruokia olivat kapakalakeitto, kalasoppa, kalapaisti, suutarinpaisti ja pannulla paistetut kalat. Kapakalakeitto on kuivatuista pienistä kaloista valmistettu keitto. Suutarinpaisti tarkoittaa paistia, jonka valmistukseen on kalan lisäksi käytetty sianlihaa. Pannulla paistetuista kaloista tunnetuimpia ovat voissa paistetut muikut ja ahvenet. (Lampinen 1978, 114–121.)

#### **4.2.5 Sienet ja marjat**

Karjalalaiset ovat tunnettuja sienten monipuolisesta käytöstä, ja uskotaan, että juuri Karjalasta sienten käyttö ruoanvalmistuksessa on levinnyt muualle Suomeen. Karjalassa sienet olivat tärkeää paastonajan ruokaa sekä kauppatavaraa. Varsinkin Venäjälle myytiin paljon tatteja, jotka olivat vauraamman väen ruokaa. Karjalassa käytettiin useimmiten haperoita, rouskuja ja tatteja. (Lauri 2013.) Tuoreista sienistä valmistettiin kastikkeita, keittoja ja muhennoksia. Sieniä myös suolattiin ja kuivattiin. Suolatuista sienistä valmistettiin sienisalaattia, johon perinteisesti tarvittiin vain pieneksi hakattuja suolasieniä, suolaa, sipulia ja öljyä. (Lappalainen & Kuronen 2007, 19–20.)

Marjojen käyttö leivonnassa ja ruoanlaitossa oli vähäistä, koska sokeria käytettiin hyvin säästeliäästi. Marjoja syötiin sellaisenaan tai kuivattiin, ja niistä osattiin myös valmistaa säilykkeitä, esimerkiksi soseita ja hilloja. Käytetyimpiä marjoja olivat mustikat ja puolukat. Mansikat ja vaapukat eli vadelmat yleensä myytiin. Marjoista valmistettiin muun muassa marjamämmiä, marjapuuroa ja marjamöllyä eli makeaa seosta, johon käytettiin survottuja marjoja, ruis- kaura-

tai talkkunajauhoja, sokeria ja maitoja. Myöhemmin alettiin ostaa ja käyttää rusinoita sekä kuivattuja luumuja, joista valmistettiin pitoihin kiisseleitä. (Lampinen 1978, 148.)

### 4.3 Vuotuisperinteet ja vuoden kierto

Karjalainen ajantaju erosi muusta suomesta, sillä Karjalassa vuoden kierto perustui pitkälti ortodoksisen kirkon juhlapyhiin. Metsästysaika, maatalouden työt ja vuodenaikojen vaihtelut olivat perusta vuotuisperinteille. (Liukkonen ym. 2013, 21.) Vuotuisperinteet säätelivät Karjalassa koko vuoden kiertoa, ne eivät olleet vain tapoja (Karjalan Liitto 2020b).

Joulua vietettiin karjalassa hyvin samalla tavalla kuin muuallakin suomessa. Haudoilla käynti jouluisin vakiintui sotien jälkeen, jolloin kynttilöitä sytytettiin luovutettuun Karjalaan jääneille vainajille. (Karjalan Liitto 2020b.) Karjalaisilla oli omia jouluruokia, kuten aattolohko, uunipuuro sekä piirakat ja kukot, joiden raaka-aineisiin oli panostettu. Uudenvuoden ruokatarjonta ei ollut yhtä laaja kuin jouluna. (Liukkonen ym. 2013, 21.) Uutenavuotena keskityttiin tulkitsemaan uuden vuoden enteitä (Karjalan Liitto 2020b).

Loppiainen oli ortodokseille tärkeä juhla, koska silloin vietettiin Jeesuksen kasteen juhlapäivää. Ortodoksit kutsuvat loppiaista teofaniaksi, ja perinteisesti tällöin suoritetaan veden vihkiminen. Pappi vihki veden jäähän tehdystä avannosta, minkä ympärille seurakuntalaiset kokoontuivat. Loppiaisen tapoihin kuului riisua koti joulusta, sillä loppiaiseen päättyi juhlenaika. Loppiaiseen liittyi myös erilaisia säähän liittyviä uskomuksia. Uskottiin, että loppiaisena satanut lumi merkitsi puolta koko vuoden lumista. Toinen uskomus oli, että jäät irtoavat kahdentoista viikon kuluessa siitä, kun loppiaisen jälkeen koittaa ensimmäinen päivä, jolloin lämpötila kohoaa yli nollan. (Tarma 2020.)

Laskiainen tarkoitti kevään ja suuren paaston alkamista. Laskiaisena tehtyjen tekojen uskottiin vaikuttavan seuraavaan kesään: esimerkiksi laskiaisrokka tuli syödä hiljaa, jotta välttyi seuraavana kesänä itikoiden ja paarmojen pistoilta.

(Karjalan Liitto 2020b.) Laskiaisrokka oli laskiaisen perinneruoka, joka oli valmistettu hitaasti hauduttamalla herneitä ja siansorkkia. Siansorkkia tuli varata puolikas jokaiselle syöjälle. (Lampinen 1978, 103–104.)

Pääsiäinen on ortodoksisen kirkkovuoden kohokohta, koska silloin juhlitaan Jeesuksen ylösnousemusta taivaaseen. Virpominen palmusunnuntaina on Venäjältä Karjalaan omaksuttu tapa, josta se taas on levinnyt muualle Suomeen. Ennen karjalaiset palkitsivat virpojat keitetyillä kananmunilla ja virpomispalkka haettiin vasta viikon päästä pääsiäislauantaina, koska pääsiäispaasto eli suuri paasto loppui vasta silloin. (Karjalan Liitto 2020b.) Suuren paaston loputtua katettiin pöytään pääsiäisen kunniaksi juhlava ateria, joka koostui hyvästä lampaanpaistista tai karjalanpaistista, pääsiäisleivästä, keitetyistä kananmunista ja erilaisista makeista leivonnaisista. Pääsiäisleivonnaisia olivat kulitsa, baba ja pasha. (Liukkonen ym. 2013, 21–22.)

Juhannus on keskikesän juhla, jolloin Karjalassa poltettiin juhannuskokkoa, tehtiin taikoja ja leikittiin piirileikkejä. Juhannustaiat liittyivät yleensä naimaonneen. (Karjalanliitto 2020b.) Kokon sytyttäminen oli kylän vanhimpien miesten tehtävä. Kokon napapuuksi kutsuttiin sen keskellä olevaa tukipuuta, jonka ympärille kokko koottiin. Napapuun palamisesta ennustettiin kylän tai talon tyttöjen naimaonnea. Napapuun jäädessä pystyyn oli tiedossa vanhapiikoja, muutoin oli odotettavissa naimaonnea ja häitä. (Alhonen 2015.) Juhannuksena syötiin perinteisesti paistia, kananmunia ja juhannuspiirakoita, jotka sisälsivät riisin lisäksi kalaa ja keitettyä kananmunaa (Liukkonen ym. 2013, 22).

Kihupyhiä vietettiin kesäsunnuntaisin ja ne olivat enemmänkin nuorten juhla. Kihupyhä tarkoittaa luterilaisen kirkon vihkimisjuhlaa. Tällöin nuoret menivät kihhuumaan eli katselemaan potentiaalista sulhasta tai morsianta. Oli yleistä käydä myös muiden pitäjien kihuisissa. Kihupyhinä ei kuitenkaan vain katseltu tulevaa puolisoa, vaan silloin pidettiin myös markkinoita, joissa myytiin muun muassa pullia ja rinkeleitä. (Karjalan Liitto 2020b.) Kihupyhien sijaan ortodoksikarjalaiset viettivät praasniekkoja, jolloin juhlittiin kirkon tai tsasounan nimipäiviä. Praasniekat olivat kihupyhiä juhlavampi tapahtuma, ja niitä saatettiin

juhlia useita päiviä syöden ja juoden. Kuten kihupyhinäkin, praasniekoilla oli yleistä sukulaisten ja tuttavien tapaamisen lisäksi katsella tulevaa puolisoa. (Lappalainen & Kuronen 2007, 7.)

Syyskestit olivat syksyllä vietettävä sadonkorjuujuhla. Ennen syyskestejä vietettiin oljampia, jolloin naimissa olevat naiset saivat vieraila synnyinkodissaan ilman aviomiestään, jotta voivat auttaa lapsuudenkotinsa töissä. Kesteihin kokoonnuttiin perheen ja suvun kesken. Syksyllä oli yleensä eläinten teurastuspäivä, jolloin tarjolla oli tappaisrokkaa, tappaispaistia ja lihahyytelöä, jotka sisälsivät lihan lisäksi sisäelimiä. (Liukkonen ym. 2013, 22.) Syksyn juhliin kuuluivat myös Mikkelinpäivä ja kekri (Karjalanliitto 2020b). Mikkelinpäivänä perinteisesti teurastettiin lammas, josta valmistettiin paistia tai mikkelkaalia, eli lampaanlihaa sisältävää kaalikeittoa (Lampinen 1978, 137). Mikkelinpäivän lammas ruokana perustuu oletettavasti aiempaan itäsuomalaiseen uhrieläinperinteeseen (Sallinen-Gimpl 2002, 20). Kekrin uskottiin olevan karjalaisten jumala, joka suojelee karjaa. Kekriä vietettiin sadonkorjuun jälkeen, jolloin uskottiin vuoden olevan päätöksessä. (Karjalan Liitto 2020b.)

#### **4.4 Karjalaiset pidot ja pitäjäruoat**

Karjalaiset olivat innokkaita kyläilemään sukulaisten luona, mutta kylään ei ikinä menty ilman tuomisia. Tuominen oli yleensä ruokaa, esimerkiksi ruisleipä tai lihakukko. Myös pitoihin lähtiessä, olivat ne sitten häät tai hautajaiset, oli karjalaisilla tapana tuoda tuomisia. Tuomiset autoivat pitojen emäntää ja taloa sen suhteen, ettei ruoka loppunut kesken. Pitoihin tuotiin useimmiten lihaa, voita, piirakoita, vehnäsiä tai maitoa. Pitojen jälkeen saivat tuomisia tuoneet itselleen tuomisia vietäväksi kotiinsa. (Lampinen 1978, 164.)

Pitoaterian tarkka sisältö vaihteli riippuen siitä, missä päin Karjalaa oltiin ja mikä oli pitojen tarkoitus. Jokaisella talolla tai pitäjällä oli omat tapansa rakentaa pitoateria, mutta tietyt elementit pysyivät samoina. Yleisesti pitoateria koostui erilaisista piirakoista, ruisleivästä, alkukeitosta tai -liemestä, pääruokana tarjottiin yleensä paistia ja jälkiruokana kiisseliä, riisipuuroa tai vehnästä.

(Lampinen 1978, 157–162.) Karjalassa oli yleistä, että suuria pitoja varten jaettiin valmistelutehtäviä sukulaisten kesken. Esimerkiksi yksi valmisti rokan, toinen taarin eli kaljan ja kolmas huolehti leivonnaisten leipomisesta. (Sallinen-Gimpl 2002, 334–335.)

Vieraita palveltiin pidoissa nopeasti ja oli yleistä, että talon emäntä oli valppaana tarjoamaan ja hakemaan lisää ruokaa, jos vieraan lautanen oli tyhjä. Juhla-aterialla vieraita varten otettiin käyttöön juhlakäspaikka, joka oli arkikäyttöistä käspaikkaa koristeellisempi. Käspaikka on pitkä ja ohut pyyhe, joka asetettiin vierekkäin istuvien vieraiden syliin ruokailun alkaessa. Käspaikka toimi lautasliinana ruokailussa, koska vieraat pyyhkivät siihen kätensä, ja se esti ruoanmurusia tippumasta lattialle. Karjalassa oltiin muutenkin tarkkoja käsienpesusta, koska likaisilla sormilla ei ollut soveliasta syödä tai tehdä ristinmerkkiä. (Lappalainen & Kuronen 2007, 8.)

Häät olivat suuri juhla Karjalassa ja niitä juhlittiin koko päivä tai jopa viikon ajan. Karjalaisissa häissä oli monenlaisia seremonioita ja ohjelmaa. Morsiamen läksiäisiä vietettiin morsiamen kotona, jossa häntä olivat hyvästelemässä sukulaiset ja ystävät. Läksiäisten aattona morsian saunoi ja peseytyi ystävättäriensä kanssa. Läksiäisissä morsianta itketettiin laulamalla itkuvirsiä, joiden avulla pyrittiin valmistelemaan morsian tuleviin vaimon tehtäviin. Varsinaiset häät, eli tulojuhlat, vietettiin sulhasen kotona, jossa juhlimassa olivat sulhasen sukulaiset ja ystävät. (Karjalan Liitto 2020c.) Häät alkoivat sulhasen kotona yleensä tuloryypyllä, eli kahvitarjoilulla, johon sisältyi viinaryppy. Häissä oli juhtaja ja kaaso, jotka huolehtivat häiden kulusta. (Sallinen-Gimpl 2002, 334.)

Kun karjalainen emäntä synnytti lapsen, oli tapana viedä rotinoita. Rotinat olivat ruokatuomisia, jotka vaihtelivat paikkakunnan mukaan. Yleisimpiä tuomisia olivat rinkelit, piirakat ja makeat leivonnaiset. (Lampinen 1978, 163.) Läheiset sukulaiset ja ystävät saattoivat tuoda varsin runsaatkin rotinat, jotka auttoivat vastasyntyntä emäntää, koska tällöin hänen ei tarvinnut valmistaa vieraille tarjottavaa (Liukkonen ym. 2013, 20).

Karjalaiset hautajaiset olivat suuri tapahtuma, koska kuolemaa kunnioitettiin. Ortodoksisten karjalaisten keskuudessa oli tapana laittaa ruumis tupaan esille, jotta kaikki halukkaat pääsisivät hyvästelemään vainajan. Hautajaisissa muisteltiin vainajaa ja itkettiin itkuvirsiä. (Karjalan Liitto 2020c.) Karjalassa yleinen hautajaisruoka oli hautajaisrokka, jonka valmistamiseen saatettiin valita erikseen oma kokki. Myös hautajaisiin oli yleistä tuoda tuomisia. (Liukkonen ym. 2013, 20.)

Pohjois-Karjalan eri pitäjillä on olemassa omat perinteiset pitäjäruo kansa. Pohjois-Karjalan pitäjäruoissa korostuu muun muassa uunin, kasvien, marjojen ja sienien tärkeys. (Maakuntaruokat 2013.) Pitäjäruoista muutama on esitelty seutukunnittain taulukossa 1.

Taulukko 1. Pohjois-Karjalan pitäjäruoat seutukunnittain.

Seutukunta	Pitäjäruoat
Joensuun seutukunta <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ilomantsi</li> <li>• Joensuu</li> <li>• Juuka</li> <li>• Kontiolahti</li> <li>• Liperi</li> <li>• Outokumpu</li> <li>• Polvijärvi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vatruskat, Tsupukat</li> <li>• Karjalainen pitopöytä</li> <li>• Perunakukko, Naurishuttu</li> <li>• Suutarinpaisti, Kapakalakeitto</li> <li>• Ruishuttu, Perunalaatikko</li> <li>• Ruispuolukkapuuro, Kaivos-soppa</li> <li>• Mykyrokka, Paistettu kala</li> </ul>
Keski-Karjalan seutukunta <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kitee</li> <li>• Tohmajärvi</li> <li>• Rääkkylä</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lihakukko, Lanttusupikkaat</li> <li>• Perunavelli, Hunajaletut</li> <li>• Sipulipiirakka, Sienikeitto</li> </ul>
Pielisen Karjala <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lieksa</li> <li>• Nurmes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patakukko, Kokkoset</li> <li>• Sekapotakka, Mustikkatassi</li> </ul>



## 5 Ruokamatkailu

### 5.1 Ruokamatkailu käsitteenä

Ruokamatkailu ei ole vielä käsitteenä kovin yleinen, koska ruoka on harvemmin matkan päätarkoituksena. Ruoka on yleensä vain yksi osa matkaa, mutta ruoalla voi olla suuri merkitys matkan onnistumisen kannalta. Ruokaan ja ruokailuun liittyy paljon muistoja ja elämyksiä, ja juuri näiden asioiden ympärille ruokamatkailun tuotteistaminen perustuu. Paikallinen ruoka ja uudet makuelämykset kiinnostavat poikkeuksetta jokaista matkailijaa hieman. (Mikkola 2019.)

Ruokamatkailua on monenlaista, sillä se ei ole pelkästään paikallisessa ravintolassa tapahtuvaa aterian nauttimista. Ruokamatkailua on myös ruoan ja juoman alkulähteillä vierailu, esimerkiksi panimovierailut, viinitilaan tutustuminen tai marjojen poimiminen. Erilaisiin ruoka- ja juomatapahtumiin osallistuminen on myös ruokamatkailua. Ruokamatkailun vetovoimaisuutta lisäävät sen ympärille luodut tarinat ja elämykset, esimerkiksi tietyn teeman ympärille luodut ravintolakonseptit ja perinneruokien valmistaminen itse. (Adamsson, Havas & Hook 2020, 4.) Ruokamatkailu on onnistunut, kun matkailija haluaa palata matkakohteeseensa juuri näiden elämyksien vuoksi. Sekin on onnistuneen ruokamatkan merkki, jos matkailijat haluavat valmistaa itse kotioloissaan matkalla kokeilemiensa ruokia. (Mikkola 2019.)

Ruokamatkailun kehittäminen on ajankohtaista Suomessa, koska ruokamatkailu on yksi matkailun nousevista trendeistä. Puhtaat ja laadukkaat raaka-aineet ja alueelliset ruokakulttuurit antavat Suomelle mahdollisuudet nousta ruokamatkailun johtomaaksi. Prosessi ei kuitenkaan tapahdu hetkessä, vaan siihen tarvitaan toimijoiden yhteistyötä, paikallistuotteiden suosimista ja kunnioitusta omaa ruokakulttuuria kohtaan. (Mikkola 2019.)

## 5.2 Ruokamatkailun tuotesuositukset Suomessa 2020

Ruokamatkailun tuotesuositukset 2020 -julkaisussa on tuotu esille tuotesuosituksia, joita eri matkailuyrittäjät voivat käyttää työkalunaan kehittäessään ruokamatkailuaan kansainvälisempään suuntaan. Julkaisussa painotetaan erityisesti niitä kriteereitä, joiden avulla Suomi erottuu muista ruokamatkailukohteista vuonna 2020. Suositukset on koottu Haaga-Helia ammattikorkeakoulun ja Visit Finlandin yhteistyönä. (Adamsson ym. 2020, 2–4.)

Tuotesuosituksia ovat paikallisuus, maku, ruokailuelämykset, vieraanvaraisuus, esillelaitto, erityisruokavaliot ja kestävyys. Paikallisuudella tarkoitetaan paikallisten raaka-aineiden suosimista ja sitä, että paikalliset yritykset solmisivat yhteistyösopimuksia. Paikallisuuteen liittyvät myös tarinat paikan ruokakulttuurista ja historiasta, joiden avulla matkailijalle jää autenttinen kuva kokemuksestaan. Ruoan maku on tietenkin yksi ratkaisevimmista tekijöistä, jotta ruokaelämys on onnistunut. Maussa tulisi panostaa puhtaisiin ja laadukkaisiin raaka-aineisiin, sekä muistaa suomalaiset ravitsemussuositukset. (Adamsson ym. 2020, 6.)

Ruokailusta tulisi tehdä joka kerta pieni elämys. Ruokailuelämyksen voi luoda sisustuksella, ulkona tai luonnossa ruokailemalla tai ottamalla asiakkaat mukaan ruoanvalmistukseen. Vieraanvaraisuus on vahvasti osa elämystä: asiakkaalle tulisi luoda vierailunsa ajaksi kotoisa olo. Ruoan esillelaittoon tulisi panostaa, koska kauniisti aseteltu annos ja kattaus herättävät ruokahalua. Kattauksessa ja sisustuksessa olisi hyvä suosia kotimaisia valmistajia. Yritysten tulisi ottaa myös huomioon ulkomaalaiset asiakkaat. On tärkeää, että menut, hinnastot ja niin edelleen olisivat saatavilla vähintään englanninkielisinä. (Adamsson ym. 2020, 6–8.)

Erilaiset ruokavaliot on tärkeää ottaa haltuun ja kouluttaa henkilökunta ymmärtämään, mitä ne tarkoittavat. Tämä tarkoittaa allergioiden, keliakian ja laktoosi-intoleranssin lisäksi vapaaehtoisia ruokavaliota ja uskonnollisista syistä rajoitettuja ruokavaliota. Varsinkin kasvisvaihtoehtoihin, terveellisten ja

kevyiden ruokien valikoimaan ja vaihtelevuuteen tulisi panostaa. (Adamsson ym. 2020, 8.)

Kestävyys ruokamatkailussa on ajankohtainen aihe. Yrityksien tulisi suosia vastuullisia vaihtoehtoja ja myös kertoa niistä asiakkaille. Kestävyys ei tarkoita suuria muutoksia, ja itse asiassa niillä voi pidemmän päälle ajateltuna säästää rahaa. Hanaveden tarjoaminen pulloveden sijaan, lähiruoan ja luomun suosiminen, sesongin raaka-aineiden käyttö ja jätteen minimoiminen ovat kaikki vastuullisia tekoja, jotka säästävät samalla rahaa. (Adamsson ym. 2020, 10.)

## **6 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat**

### **6.1 Menetelmien valintaan vaikuttavat tekijät**

Opinnäytetyö on tutkimuksellinen, ja siinä on tiedonhankintamenetelminä käytetty kyselyä ja haastattelua. Hankitun aineiston analysoinnissa käytetään kvalitatiivista eli laadullista ja kvantitatiivista eli määrällistä tutkimusta. Kysely valittiin tiedonhankintamenetelmäksi sen takia, että se on helppo menetelmä kerätä suurelta kohderyhmältä, eli nykymatkailijoilta, tietoa. Haastattelu valikoitui tiedonhankintamenetelmäksi siksi, koska kohderyhmä, eli yrittäjät, oli pienempi ryhmä. Haastattelun avulla työn tekijä pystyi tarkemmin keskustelemaan eri teemoista. Tämän opinnäytetyön laadullinen osuus koostuu yritysten haastatteluista ja määrällinen osuus kyselystä. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Laadullinen analyysi perustuu kerätyn aineiston tutkimiseen ja ymmärtämiseen. Tavoitteena on löytää hankitun aineiston avulla tutkimuksen kannalta hyödyllistä tietoa. Hankitun aineiston analysointiin ei tässä menetelmässä ole yhtä oikeaa tapaa, koska tutkijan tulee itse löytää itselleen sopivin tapa tiivistää ja kirjoittaa puhtaaksi aineisto. Aineistoa analysoidessa tulee kiinnittää huomiota siihen, mitkä asiat toistuvat tai mitkä asiat erottuvat joukosta. (Kajaanin ammattikorkeakoulu 2020a.)

Määrällinen analyysi pohjautuu erilaisten numeroiden ja tilastojen tutkimiseen. Se tarkoittaa hankitun aineiston kuvaamista taulukoiden ja tunnuslukujen avulla. Analysoinnissa kannattaa tarkastella eri muuttujien välisiä yhteyksiä, koska näin tutkijan on helpompi huomata poikkeavuudet eri muuttujien välillä. Aineiston analysoinnin pohjalta tehdään johtopäätökset. Tässä työssä kyselyn tulokset analysoidaan määrällisesti, jotta tulokset saadaan tiivistettyä ja konkretisoitua. Kyselyn vastauksien luotettavuuden kannalta on myös tärkeää ja mielenkiintoista tutkia vastauksia ristiintaulukoimalla. (Kajaanin ammattikorkeakoulu 2020b.)

## 6.2 Kyselyn toteuttaminen

Kyselymenetelmää valitessa tulee kyselyn laatijan ottaa huomioon se, kenelle kyselyä on tekemässä. Internet-kysely on helppo ja aikaa säästävä kyselymenetelmä. Kyselyä on helpompi levittää, esimerkiksi sähköpostin tai sosiaalisen median kautta, jolloin kysely tavoittaa enemmän vastaajia. Internet-kyselyyn pystyvät myös vastaamaan kaikki halukkaat, jos kyselyn laatija niin haluaa. Internet-kyselyn huonona puolena on kuitenkin se, ettei kyselyn laatija voi auttaa vastaajaa, esimerkiksi jos vastaaja ei ymmärrä jotain kysymystä. Tämä voi pienentää vastaajien määrää, jos vastaaja kokee, ettei ole tarpeeksi pätevä vastaamaan kyselyyn. Toinen huono puoli on, ettei kyselyn laatija voi valvoa kyselyyn vastaavia, jolloin vaarana on, ettei osa kyselyyn vastanneista vastaa kyselyyn totuudenmukaisesti. (KvantiMOTV 2013.)

Kyselyn tulisi olla ulkoasultaan siisti, edetä loogisesti ja herättää vastaajan mielenkiinto. Lomaketta selkeyttää selkeän fontin valinta, kysymysten numerointi ja kysymysten jakaminen teemoittain tai vaikeusasteittain eri sivuille. Vastausvaihtoehdoissa tulee ottaa huomioon, mitä tietoa vastaajalta haluaa. Tämän takia ei ole kannattavaa laittaa ”en tiedä” tai ”en osaa sanoa” vastausvaihtoehtoa kovin moneen kohtaan. Olisi myös suotavaa antaa vastaajille mahdollisuus avoimiin vastauksiin, esimerkiksi vastausvaihtoehdolla ”muu, mikä?”. Tällöin mahdollisesti kyselyn laatija voi saada yllättäviäkin

vastauksia, joita ei itse ole tullut ajatelleeksi. Kyselyn pituus tulee olla enimmillään 20 minuuttia, koska liian pitkä kysely karsii vastaajia. (KvantiMOTV 2013.)

Kysely analysoitiin kvantitatiivisesti, eli määrällisesti. Analysoinnin apuna käytettiin lähinnä ristiintaulukointia ja tilastollista päättelyä. Ristiintaulukoinnin avulla voi selvittää kahden eri muuttujan välisiä riippuvuuksia ja jakaantumista. Tilastollisen päättelyn tarkoituksena on päätellä ja koota pienemmän otannan tuloksien perusteella yleispätevä isompaa joukkoa tai ryhmää koskeva tulos. (KvantiMOTV 2013.)

Kyselyn tarkoituksena oli selvittää kuluttajien mielenkiintoa karjalaista perinneruokaa kohtaan ja tietämystä siitä. Kysely oli avoin kaikille vastaajille, ja se toteutettiin anonyymisti. Kyselylle asetettiin tavoitteeksi seitsemänkymmentä vastausta, koska haluttiin mahdollisimman paljon eri tyyppisiä vastaajia ja vastauksia. Suurempi vastaajamäärä ja erilaiset vastaukset antaa totuudenmukaisemman kuvan aiheen vetovoimaisuudesta. Kysely tehtiin Webropol-kyselytyökalulla, koska työn tekijä oli käyttänyt sitä aiemmin. Kysely oli auki kaksi viikkoa matkailualan ammattilaisten Facebook-ryhmissä sekä opinnäytetyön tekijän omalla Facebook-sivulla. Kysely oli avoin kaikille siitä kiinnostuneille (liite 1).

Kyselyn kysymykset jaettiin kolmeen osioon. Kysymykset 1–5 käsittelivät vastaajien tietoja karjalaista perinneruokaa kohtaan ja kiinnostusta sitä kohtaan. Osiossa tiedusteltiin muun muassa, mitä karjalaisia perinneruokia he ovat maistelleet, ovatko he itse valmistaneet karjalaisia perinneruokia sekä mikä karjalaisen perinneruoan uudistuskonsepteista heitä eniten kiinnostaisi. Toinen osio koostui myös viidestä kysymyksestä. Tässä osiossa selvitettiin, mitkä asiat ovat vastaajille tärkeitä, kun he valitsevat ruokapaikkaa tai ruoka-annosta. Osiossa myös kysyttiin vastaajilta, kuinka karjalaista perinneruokaa tulisi kehittää, että se kiinnostaisi nykymatkailijoita enemmän. Viimeisen osion viisi kysymystä käsittelivät vastaajien taustatietoja, kuten ikää, asuinpaikkakuntaa ja työllisyystilannetta. Taustatietojen avulla on helpompi analysoida minkä ikäisiä ja millaisessa elämäntilanteessa olevia matkailijoita aihe kiinnostaa.

Kysely koostui pääasiallisesti monivalintakysymyksistä. Monivalintakysymystyyppinä käytettiin yhden ja usean vastauksen vaihtoehtoja. Yhden vastauksen vaihtoehtoa käytettiin kohdissa, joissa haluttiin tarkka vastaus kysymykseen. Monivalintakysymysten lisäksi oli muutamia avoimien vastauksien kysymyksiä, jotta vastaajat pystyivät tuomaan esille omia mielipiteitään tai huomioita, joita kyselyn laatija ei ole saattanut ottaa huomioon.

Kysely avattiin ja jaettiin viikolla 44 matkailualan ammattilaisten Facebook-ryhmissä sekä opinnäytetyön tekijän omalla Facebook-sivulla. Kysely suljettiin viikolla 46 sen oltua avoimena kaksi viikkoa. Toivottu vastaajien määrä oli 70, joka toteutui yli kaksinkertaisesti. Lopullisesti vastauksia tuli yhteensä 167. Eniten vastauksia tuli ensimmäisinä kyselyn aukiolopäivinä: kahdessa päivässä vastauksia kertyi yli 90. Tämä kertoo, että karjalainen keittiö koetaan kiinnostavana aiheena. Ensimmäisen vastausviikon loppua kohden vastaajien määrä hiipui, mutta loppujen lopuksi vastauksia kertyi koko viikon aikana 107. Toisen viikon alkaessa uusia vastauksia ei ollut tullut lainkaan. Päivää ennen vastausajan umpeutumista julkaisua nostettiin ja ilmoitettiin, että kysely sulkeutuu seuraavana päivänä. Tästä nousi uusi vastausrypäs, sillä kahden viimeisen päivän aikana vastauksia tuli vielä 60.

### **6.3 Haastattelu**

Haastattelu on hyödyllinen tutkimusaineiston keräämisyökalu, kun tutkitaan aihetta, joka vaatii asiantuntevia mielipiteitä, kokemuksia ja havaintoja. Haastattelu voi olla strukturoitu, puolistrukturoitu tai avoin haastattelu. Strukturoitu haastattelu tarkoittaa lomakehaastattelua, jossa haastattelukysymykset ovat valmiilla lomakkeella ja loogisessa etenemisjärjestyksessä. Puolistrukturoidussa haastattelussa on tietyt pää- ja alateemat, joiden ympärille haastattelukysymykset on luotu. Haastattelijan apuna on haastattelulomake, mutta esitysjärjestyksen ei tarvitse olla looginen. Avoin haastattelu muistuttaa enemmänkin keskustelua, jossa haastatteliija ei ohjaa keskustelua. (Kajaanin ammattikorkeakoulu 2020c.)

Haastattelu toteutettiin niin sanottuna teemahaastatteluna eli puolistrukturoituna. Teemahaastattelun ideana on nimensä mukaisesti muodostaa kysymykset erilaisten teemojen ympärille. Kysymysten ei tarvitse olla yksityiskohtaisia tai tarkkoja. Haastattelija voi helpottaa keskustelun etenemistä kirjaamalla teemojen ympärille niin sanottuja apukysymyksiä. Teemahaastattelu eroaa avoimesta haastattelusta siinä mielessä, että teemahaastattelun valmistelu vaatii haastattelijalta taustatietoja keskusteltavista teemoista. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.) Tässä opinnäytetyössä käytetään puolistrukturoitua haastattelua, koska näin teemoista voidaan puhua vapaassa järjestyksessä. Tämä myös antaa vastaajalle vapauden puhua aiheesta laajemmin.

Haastattelu koottiin neljän teeman ympärille. Teemoja olivat yritysten taustatiedot, karjalainen kulttuuri, perinneruoka sekä yritysten ja karjalaisen perinneruokan tulevaisuuden näkymät. Teemojen alle koottiin 4–5 apukysymystä, joihin toivottiin saatavan vastaukset keskustelujen aikana. Teemat ja apukysymykset oli koottu siten, ettei ollut haitallista, vaikka keskustelu hyppi eri teemojen välillä (liite 2).

Haastattelut analysoitiin teemoitellen eli haastatteluiden vastauksista etsittiin teemoittain samanlaisia tai poikkeavia vastauksia. Teemoittelu valikoitui analysointimenetelmäksi sen takia, että se oli käytännöllisin tapa analysoida teemahaastattelut, joiden aiheet ja apukysymykset olivat jo valmiiksi järjestetty teemojen mukaan. Haastattelut toteutettiin puhelinhaastatteluina, joten ne tuli litteroida ennen kuin ne pystyttiin järjestämään teemoittain. Litterointi tarkoittaa muun muassa nauhoitetun puheen puhtaaksikirjoittamista. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Tässä opinnäytetyössä haastattelun avulla pyrittiin selvittämään karjalaista perinneruokaa tarjoavilta yrityksiltä heidän näkemyksiään perinneruokakulttuurin tulevaisuudesta, vetovoimaisuudesta ja mahdollisista epäkohdista. Haastateltavista yrityksistä kolme toimi Pohjois-Karjalassa ja yksi Etelä-Karjalassa. Haastateltavat yritykset valikoituivat sen perusteella, että niissä yhtenä liikeideana on tarjota karjalaista perinneruokaa. Haastattelu

toteutettiin puhelinhaastatteluna koronatilanteen vuoksi. Haastateltaville yritysten edustajille lähetettiin sähköpostitse haastattelupyyntö, ja sähköpostin kautta sovittiin molemmille osapuolille sopiva haastatteluajankohta.

#### **6.4 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus**

Opinnäytetyön tekijän tulee noudattaa Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (Tenk) laatimia Hyvä tieteellinen käytäntö -ohjeita. Ohjeet on laadittu, jotta eri tiedeyhteisöillä olisi yhtenäiset luotettavuuden ja eettisyyden mallit. Tavoitteena on lisätä tietämystä hyvistä käytännöistä ja näin välttyä loukkaamisepäilyiltä. Opinnäytetyön luotettavuuden kannalta tärkeimpiä asioita, joihin työn kirjoittajan tulee kiinnittää huomiota, ovat rehellisyys, tekijänoikeuksien kunnioittaminen ja tarvittavista tutkimusluvista huolehtiminen. (TENK 2012, 4–7.)

Hyvän tieteellisen käytännön loukkauksia ovat erilaiset vilpilliset keinot ja tahallinen piittaamattomuus. Vilppiä ovat esimerkiksi tutkimustulosten keksiminen omasta päästä, tutkimustulosten vääristely tai muokkaaminen mieluisemmaksi, plagiointi sekä toiselta tekijältä tai tutkijalta varastaminen. Piittaamattomuus voi olla esimerkiksi harhaanjohtavaa ja huolimattontaa tulosten kirjaamista tai muiden tutkijoiden vähättelyä. (TENK 2012, 8–9.) Tämän työn kirjoittaja on perehtynyt näihin ohjeisiin, jotta työn luotettavuus säilyisi.

Opinnäytetyössä käytetyt lähteet ovat tarkoin valittuja ja lähteiden kirjoittajien tekijänoikeuksia on kunnioitettu. Verkkoaineistoon on suhtauduttu kriittisesti ja verkkosivujen luotettavuutta on puntaroitu tarkasti. Osa käytetystä aineistoista on kirjoitettu yli kolme vuosikymmentä sitten. Ottaen huomioon opinnäytetyön aiheen, on epätodennäköistä, että aineisto olisi vanhentunutta tietoa. Muuten työssä on pyritty käyttämään tiedonkeruuseen kirjallisuutta ja verkkojulkaisuja.

Haastateltavilta yritysten edustajilta on pyydetty haastattelulupa sähköpostin välityksellä ja heille on selitetty sähköpostiviestissä ja haastattelun alussa opinnäytetyön tarkoitus sekä kerrottu, ettei heidän nimiään kerrota opinnäytetyössä. Haastateltavilta on pyydetty lupa nauhoittaa keskustelut, jotta



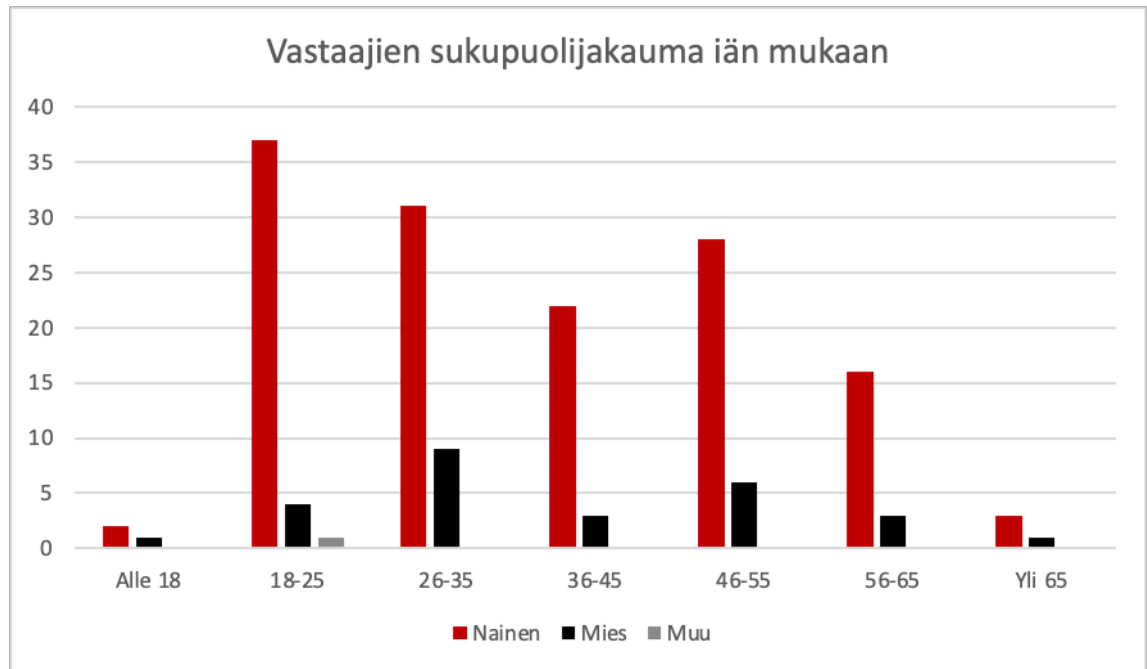
työn tekijän on helppo palata keskusteluihin kirjoittaessaan haastattelusta saatuja tietoja työhönsä. Haastattelussa ei käsitellä yrityssalaisuuksia tai muuta tietoa, josta voisi olla haittaa yrityksen imagolle.

Kyselyn vastaukset käsitellään anonyymisti, eikä vastauksia käytetä mihinkään muuhun kuin tämän opinnäytetyön aiheen tutkimiseen. Kyselyssä ei kysytä vastaajilta sellaisia henkilökohtaisia tietoja, joiden avulla olisi mahdollista selvittää vastaajan henkilöllisyys. Kyselyn vastausajan päätyttyä vastaukset analysoitiin, ja kun opinnäytetyö on valmis, aineisto hävitetään asianmukaisesti. Kyselyn alkuun on lisätty saatekirje, jossa selitetään vastaajille, mistä kyselyssä on kyse ja kerrotaan, että vastaukset käsitellään luottamuksellisesti.

## **7 Kyselyn ja haastatteluiden tulokset**

### **7.1 Kyselyn tulokset**

Kyselyyn tuli vastauksia yhteensä 167, joista 83 % oli naisia, 16 % miehiä ja 1 % muu. Vastaajien keski-ikä oli noin 38 vuotta. Määrällisesti eniten vastauksia tuli 18-25-vuotiailta, joilta vastauksia kertyi yhteensä noin 25 %. Vähiten vastauksia saatiin alle 18-vuotiailta, joiden osuus kaikista vastanneista oli noin 2 %. (Kuvio 1.)



Kuvio 1. Vastaajien sukupuolijakauma iän mukaan. (n=167).

Suurin osa vastaajista oli kotoisin Pohjois-Karjalasta, seuraavaksi eniten vastaajia oli kotoisin Uudeltamaalta ja kolmanneksi eniten Pohjois-Pohjanmaalta. Pohjoiskarjalaisista suurin osa oli kotoisin Joensuusta, uusmaalaisista Helsingistä ja pohjoispohjanmaalaisista Oulusta. Näin ollen oli helppo päätellä, että suurin osa vastaajista on vierailut Pohjois-Karjalassa. Ne vastaajat, jotka asuivat muualla, ilmoittivat vierailleensa muun muassa Joensuussa, Kolilla (Lieksassa) ja Nurmeksessa. Vastaajista 14 ei ole vierailut Pohjois-Karjalassa ikinä. Yleisin syy tähän oli, ettei heillä ole pohjoiskarjalaisia tuttavuuksia tai he eivät vain yksinkertaisesti löydä syytä matkustaa Pohjois-Karjalaan. Vastaajista 63 % oli työssäkäyviä, 27 % opiskelijoita, 5 % eläkkeellä ja 4 % työttömiä.

Vastausvaihtoehtoina olleista karjalaisista perinneruoista tunnetuimpia olivat karjalaiset leivonnaiset. Tutuimpia olivat karjalanpiirakka ja ruisleipä, joita kaikki vastaajat olivat maistelleet. Leivonnaisista tuntemattomin oli sulhaspiirakka, jota ei ollut maistellut kuin noin 27 % vastaajista. Pääruoista tutuimpia olivat karjalanpaisti, hernerokka sekä kotikalja, joita lähes kaikki vastaajista olivat maistelleet. Vähiten tunnetuimpia pääruokia olivat kapakalakeitto ja suutarinpaisti. Vastaajista 47 % ei tuntenut kapakalakeittoa ja 66 % vastaajista ei tuntenut suutarinpaistia. Karjalaiset jälkiruoat tunnettiin hyvin: kaurakiisseli oli ainut jälkiruoka, jota ei tunnustettu. (Taulukot 2 ja 3).

Taulukko 2. Kolme tunnetuinta ruokalajia kyselyn vastauksien perusteella.

<b>Ruokalaji</b>	<b>Vastaajat, jotka tunnistivat ruoan</b>
Karjalanpiirakka	100 %
Ruisleipä	100 %
Karjalanpaisti	100 %

Yleisellä tasolla vastaajat tunnistivat perinneruoat hyvin. Tulosten mukaan perinneruoissa ei ollut montaa ruokalajia, joita ei olisi lainkaan tunnistettu. Kun tarkastellaan tuloksia siten, että ”olen maistanut” -vastausvaihtoehdon arvo on 1 ja ”en tiedä” -vastausvaihtoehdon arvo on 3, oli vastausten keskiarvo 1,4. Ikäryhmittäinkään hajonta ei ollut suurta vastausten osalta. Ainoastaan sulhaspiirakka ja tirripaisti olivat nuoremmille vastaajille tuntemattomampia kuin vanhemmalle ikäpolvelle. Nuorista alle 18–25-vuotiaista 31 % ei tunnistanut sulhaspiirakkaa ja 55 % ei tunnistanut tirripaistia. Tuloksesta voidaan päätellä, että joko vastaajat eivät osanneet yhdistää ruokalajin nimeä kyseiseen ruokaan tai sitten ruokalajit eivät ole nykyaikana yhtä suosittuja kuin aiemmin.

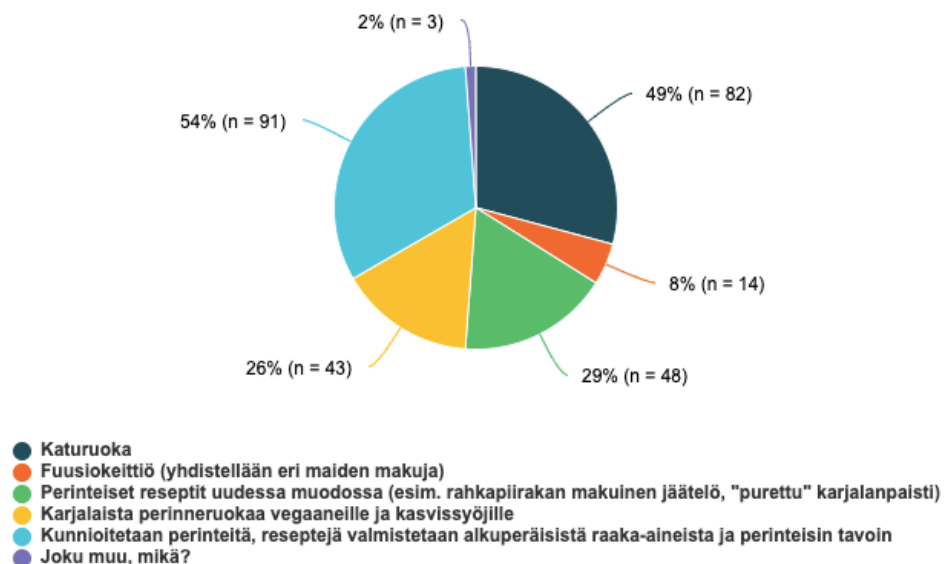
Taulukko 3. Kolme tuntemattominta ruokalajia kyselyn vastauksien perusteella.

<b>Ruokalaji</b>	<b>Vastaajat, jotka tunnistivat ruoan</b>
Kaurakiisseli	33 %
Suutarinpaisti	35 %
Kapakalakeitto	53 %

Vastaajista 92 % oli valmistanut itse karjalaisia perinneruokia. Kun kysyttiin, haluaisivatko vastaajat opetella itse valmistamaan karjalaisia perinneruokia, jakautuivat vastaukset hyvin tasaisesti. Myönteisesti vastaajista vastasi 57 % ja kielteisesti 43 %. Kysyttäessä syytä, miksei perinneruokien valmistamisen oppiminen kiinnosta, vastattiin muun muassa, etteivät karjalaiset perinneruoat sovi ruokavalioon tai vastaajat eivät olleet innokkaita ruoanlaittajia muutoinkaan.

Neljännessä kysymyksessä kysyttiin vastaajilta, mitkä kaksi konseptia olisivat mielenkiintoisimpia, jos karjalaista perinneruokaa alettaisiin uudistaa. Yllättävää

oli, että vastaajat valitsivat kahdeksi mielenkiintoisimmaksi teemaksi kaksi toisistaan hyvin erilaista konseptia. Hieman enemmän ääniä sai perinteinen karjalainen keittiö, johon kuuluvat alkuperäiset reseptit ja valmistustavat. Toiseksi eniten ääniä sai katuruoka (kuvio 2). Kolme vastaajista valitsi vaihtoehdon ”Joku muu, mikä?”, jolloin he pystyivät vapaasti kertomaan vaihtoehtojen ulkopuolisen kiinnostuksen kohteen. Avoimissa vastauksissa vastaajat kertoivat uudistusideoiksi karjalaisten perinneruokien muokkaamisen á la carte -ravintolaan sopivaksi, luontaisesti gluteenittomuuden, naudanlihattomuuden, raaka-aineista lähtevää innovatiivisuuden ja riistan ja kalan hyödyntämisen yhä enemmän.



Kuvio 2. Uudistuskonseptien mielenkiintoisuus prosentuaalisesti. (N=vaihtoehdon valinneiden määrä numeraalisesti).

Vastaajien mielestä oikeastaan kaikki karjalaiset perinneruoat olisivat säilyttämisen arvoisia. Erityisesti mainittiin karjalaiset piirakat, karjalanpaisti, pasha ja sienisalaatti. Syyksi sille, miksi perinneruoat ovat säilyttämisen arvoisia, vastattiin muun muassa niiden tuoma nostalgia, herkullisuus, niiden merkitys ruokakulttuurissa, yksinkertaisuus sekä se, että niitä ei muualta päin maailmaa saa. Vastaajat toivat myös esille, että karjalaisia perinneruokia tulisi markkinoida juuri karjalaisina perinneruokina. Osa vastaajista ei ollut tietoisia, että kaikki ensimmäisessä kysymyksessä listatut ruoat ovat lähtöisin Karjalasta. Vastaajien

mukaan perinneruokia ei tulisi muokata liikaa, vaan nostaa unohdettuja ruokia tunnettujen ruokien rinnalle. Perinneruokia tulisi kuitenkin muokata erityisruokavaliota noudattaville sopiviksi, esimerkiksi gluteenittomia ja vegaanisia reseptejä tulisi kehittää.

Kysymyksissä kuusi ja seitsemän tiedusteltiin, mitkä asiat ovat vastaajille tärkeimpiä valitessa ruokapaikkaa ja ruoka-annosta. Ruokapaikan valinnassa kolme tärkeintä tekijää olivat menu, viihtyvyys ja miljöö. Kolme vähiten tärkeintä tekijää olivat tunnettavuus, edullinen hinta ja paikallisuus (taulukko 3). Näin voidaan päätellä, että vastaajat olisivat valmiita kuluttamaan rahaa enemmän ruokapaikan ruokatarjonnan, yleisen tunnelman ja ympäristön vuoksi.

Taulukko 3. Ruokapaikan valintaan vaikuttavat tekijät (n=167).

	<b>Erittäin tärkeä</b>	<b>Tärkeä</b>	<b>Ei kovin tärkeä</b>	<b>Ei lainkaan tärkeä</b>
Edullinen hinta	6,59%	55,09%	36,53%	1,79%
Menu	60,48%	37,13%	2,39%	0%
Miljöö	22,75%	57,49%	19,16%	0,6%
Paikallisuus	14,37%	56,89%	26,94%	1,8%
Tunnettavuus	3,59%	16,17%	68,86%	11,38%
Halu kokea uusia asioita	20,96%	52,69%	23,95%	2,4%
Viihtyvyys	46,11%	50,9%	2,99%	0%
Yrityksen arvot	16,77%	57,48%	23,35%	2,4%

Ruoka-annoksen valinnassa tärkeimmiksi tekijöiksi koettiin uudet makuelämykset, paikallisuus sekä lähi- ja luomuraaka-aineet. Vähiten ruoka-annokseen valintaan vaikuttavat tekijät olivat perinteikkyyys, tutut raaka-aineet ja edullinen hinta. Tulokset voidaan tulkita siten, että vastaajat haluavat ravintolassa syödessään syödä arkiruoostaan poikkeavan annoksen (taulukko 4). Matkakohdetta valitessa paikallista ruokatarjontaa pidettiin yleisesti ottaen tärkeänä. Paikallista ruokatarjontaa piti erittäin tärkeänä 13 % vastaajista, tärkeänä 48 %, ei kovin tärkeänä 35 % ja ei lainkaan tärkeänä 4 % vastaajista.

Taulukko 4. Ruoka-annoksen valintaan vaikuttavat tekijät (n=167).

	Erittäin tärkeä	Tärkeä	Ei kovin tärkeä	Ei lainkaan tärkeä
Edullinen hinta	4,79%	46,71%	43,71%	4,79%
Tutut raaka-aineet	7,78%	40,72%	45,51%	5,99%
Ekologisuus	11,38%	46,71%	37,12%	4,79%
Lähi- ja luomuraaka-aineet	15,57%	47,91%	32,93%	3,59%
Paikallisuus	17,37%	47,31%	32,93%	2,39%
Perinteikkyyys	4,19%	35,93%	52,1%	7,78%
Terveellisyys	10,78%	38,92%	43,71%	6,59%
Uudet makuelämykset	21,56%	53,89%	22,75%	1,8%

Miten karjalaisia ruokia tulisi kehittää, jotta ne maistuisivat nykyajan matkailijalle -kysymykseen tuli paljon hyviä ja erilaisia vastauksia. Kehitysideoiksi mainittiin karjalaisten perinneruokien kehittäminen vegaaneille ja kasvissyöjille sopiviksi, perinneruokien keventäminen sekä ulkonäköön ja makuun panostaminen. Osa vastaajista oli sitä mieltä, että esimerkiksi ulkomaalaisille karjalaiset perinneruoat ovat liian mauttomia, sillä niiden maustamiseen ei yleisesti käytetä muuta kuin suolaa ja pippuria. Ratkaisuksi mauttomuuteen mietittiin villiyrtyien sekä kauden kasvien ja juuresten käytön lisäämistä.

Vastaajat ehdottivat myös karjalaista perinneruokaa tarjoavien á la carte ja fine dining -ravintoloiden perustamista eli perinneruokaa niin sanotusti hienostu-  
neemmin ja lautasannoksin tarjoiltuna. Hyvin moni vastaajista oli myös sitä mieltä, ettei perinneruokia itsessään tarvitse kehittää tai muokata, vaan niiden markkinointiin tulisi panostaa. Karjalaisten perinneruokien imagoa tulisi nostaa ja kehittää niiden ympärille brändi. Muita huomioita, joita vastaajat toivat ilmi, olivat saatavuuden helpottaminen, maistatukset ja perinneruokien lisääminen esimerkiksi koulujen-, työpaikkaruokaloiden sekä lounasravintoloiden ruokalistoilta.

Yleisesti kyselyyn vastanneilla oli positiivinen mielikuva karjalaisesta perinneruoasta ja he pitivät sitä tärkeänä osana koko Suomen ruokakulttuuria. Moni piti tärkeänä perinneruokien säilyttämistä ja sitä, että reseptit kulkevat sukupolvelta

toiselle. Vastaajat toivat ilmi myös sen, että perinneruokien ja Karjalan historiaa tulisi tuoda enemmän esille.

## 7.2 Yrityksien haastatteluiden tulokset

Haastateltavia yrityksiä oli loppujen lopuksi neljä kappaletta, joista kolme toimii Pohjois-Karjalan ja yksi Etelä-Karjalan alueella. Haastateltavat yritykset valikoituivat sen perusteella, että heidän tarjoamiinsa palveluihin kuuluu karjalainen perinneruoka ja se on yksi ydinosaamisen alue. Haastattelun ensimmäinen teema käsitteli yrityksien taustatietoja. Yrityksien tarjoamia palveluita olivat ravintolapalvelut, majoituspalvelut, pitopalvelut ja kahvilapalvelut. Suurin osa yrityksistä valmistaa tilauksesta esimerkiksi karjalanpiirakoita. Pääasiassa samalla yrittäjällä toiminut yritys on ollut toiminnassa 25 vuotta ja uusin yrittäjä on ollut yrittäjänä kaksi vuotta. Yrittäjistä kaksi ovat jatkaneet yrittäjinä edellisten yrittäjien jäädessä eläkkeelle. Yritykset työllistävät ympärivuoden alle kymmenen työntekijää, mutta suurin osa mainitsi kesäsesongin aikaan työllistävänsä enemmän työntekijöitä. Yrittäjät olivat ennen yrittäjiksi ryhtymistään tehneet monipuolisesti ravintola-alan töitä, esimerkiksi kokkina ja tarjoilijana.

Melkein kaikki yrittäjistä mainitsivat haastattelussa liikeideakseen paikallisuuden, karjalaisuuden ja itse tekemisen. Kaikki yrittäjät pitivät yhtenä arvonaan suomalaista lähiruokaa ja puhdasta ruokaa. Kaikki olivat samaa mieltä siitä, että on tärkeää tukea paikallisten tuottajien ja lähitilojen toimintaa. Osa yrittäjistä myös kasvattaa itse esimerkiksi juureksia, marjoja ja käyttämiään viljoja. Yrittäjistä kaksi mainitsi käyttävänsä villiyrtejä ruoissaan.

Kysyttäessä yrityksiltä heidän asiakkaistaan kaksi yrittäjistä koki pääpainon olevan ulkomaalaisissa asiakkaissa ja turisteissa ja kaksi taas kotimaisissa asiakkaissa. Yrittäjistä kaksi mainitsi myös perheiden olevan yksi heidän suurimmista asiakasryhmistään. Yksi yrittäjistä sanoi, että hänen asiakkaakseen tulevat ihmiset jakavat samanlaiset arvot kuin yritys ja hän itse.

Haastattelun toisessa osiossa yrittäjiltä tiedusteltiin yleisesti karjalaisuudesta ja karjalaisesta kulttuurista. Kysyttäessä, miten karjalaisuus näkyy yritysten toiminnassa, vastasivat yrittäjät muun muassa sen näkyvän palvelussa (vieraanvaraisuus), reseptikassa ja tarinallistamisessa. Eräs yrittäjä sanoi karjalaisuuden näkyvän kaikessa hänen toiminnassaan. Syitä sille, miksi yrittäjät valitsivat karjalaisuuden liikeideakseen, mainittiin esimerkiksi alue, miljöö ja se, että omalta paikkakunnalta puuttui tällainen yritys.

Yleisesti ottaen yritykset kokivat karjalaisuuden ja karjalaisen kulttuurin ulkomaalaisten matkailijoiden näkökulmasta mielenkiintoiseksi ja vetovoimaiseksi, kun taas kotimaanmatkailijoita kiinnostaa enemmän hyvä ruoka. Kaikki yrittäjät olivat samaa mieltä, ettei karjalaisuutta tuoda tarpeeksi esille. Yrittäjät mainitsivat, jotta karjalaisen kulttuurin pitäisi saada lisää näkyvyyttä ja sitä tulisi edistää ja viedä eteenpäin maailmalla. Yksi yrittäjästä mainitsi myös, että yrittäjien pitäisi tehdä enemmän yhteistyötä ja sopia yhteinen linjaus siitä, millaisista raaka-aineista karjalaista ruokaa valmistetaan. Näin turvattaisiin se, että menivät asiakkaat mihin yritykseen tahansa nauttimaan karjalaisesta perinneruoasta, olisi se aina mahdollisimman autenttinen kokemus.

Kolmannessa osiossa keskusteltiin varsinaisista karjalaisista perinneruoista. Karjalaisen keittiön pääraaka-aineiksi mainittiin viljat, erityisesti ohra, kala, riista, lammas, sienet, marjat, juurekset ja maito, etenkin hapanmaitotuotteet. Karjalaisten ruokien valmistustavoiksi mainittiin uuni ja pitkään hauduttaminen. Kysyttäessä yrittäjiltä, valmistavatko he perinneruokia perinteitä kunnioittaen vai pyrkivätkö he uudistamaan reseptejä, vastasi kolme yrittäjää neljästä valmistavansa ruokia perinteisesti, mutta myös kokeilevansa ja kehittelevänsä uusia reseptejä. Yksi yrittäjästä vastasi, että hän valmistaa ruokia vain perinteitä kunnioittaen. Hän ei kokenut tarvetta modernisoida reseptejä, koska ne ovat moderneja ja kiinnostavia nykyajan matkailijoille sellaisenaan. Kun kysyttiin, kuinka he kokevat erottuvansa muista perinneruoista tarjoavista yrittäjistä, mainitsivat yrittäjät erottuvansa ruoan maun avulla sekä laadukkaiden ja puhtaiden raaka-aineiden vuoksi. Yksi yrittäjästä mainitsi erottuvansa hyvän maineensa perusteella.



Haastattelun neljäs ja viimeinen osio käsitteli yritysten ja karjalaisen ruokaperinteen tulevaisuutta. Yritysten tulevaisuudensuunnitelmat ja kehityskohteet vaihtelivat. Yksi yrittäjästä suunnittelee eläköitymistä ja toivoisi löytävänsä yritykselle jatkajan, ettei perinne katkea ja koska tällaiselle yritykselle on paikkakunnalla kysyntää. Toinen yrittäjä aikoo kehittää yrityksensä toimintaa ympärivuotiseksi avaamalla ravintolan, sillä tällä hetkellä toiminta on painottunut kesäsesonkiin ja muina ajankohtina hän tekee oikeastaan vain tilaustöitä. Yrittäjä suunnittelee myös yritystoiminnan laajentamista lähikaupunkeihin. Kolmas yrittäjästä aikoo panostaa vielä enemmän paikallisten yrittäjien tukemiseen elintarvikkeiden hankinnassa ja lähiruuan käyttöön ruoanvalmistuksessa. Neljäs yrittäjästä toivoo yrityksen pysyvän pienenä perheyriksenä.

Yrittäjien mielestä karjalaisia ruokia ei tulisi kehittää tai modernisoida liikaa, vaan panostaa enemmän palveluun ja tuoda esille enemmän karjalaista vieraanvaraisuutta. Yksi yrittäjästä oli sitä mieltä, että suomalaiset ovat unohtaneet hyvän palvelun merkityksen ja arvokkuuden. Hän oli sitä mieltä, että hyvä palvelu on toivottua, mutta siitä ei haluta maksaa erikseen lisähintaa. Yrittäjät pohtivat, että karjalainen ruokaperinne ja tavat kiinnostaisivat enemmän, jos Suomessa tuotaisiin enemmän esille omaa ruokakulttuuria, kehitettäisiin sitä ja vietäisiin sitä eteenpäin. Yrittäjien mielestä suomalaisilta puuttuu itsearvostus, ja yhdessä syöminen on jäänyt taka-alalle. Muita huomioita oli aitouden ja itse tekemisen lisääminen.

Haastatteluissa kävi myös ilmi, että kaikki yrittäjät pitävät tai ovat pitäneet karjalanpiirakoiden leivontakursseja. He olivat sitä mieltä, että tällaisille kursseille on kysyntää, sillä moni ei ole esimerkiksi kotona leiponut piirakoita tai ei ole ehtinyt esimerkiksi isovanhemmilta oppia piirakan leipomisen taitoa. Yrittäjien kanssa oli myös puhetta erityisruokavalioista, kuten vegaanisuudesta. Yrittäjät sanoivat ottavansa kaikki ruokavaliot huomioon. Osa myönsi, että erityisruokavalioiden huomioimiseen tulisi panostaa vielä enemmän. Eräs yrittäjästä totesi, että paastoajan ruoista löytyy paljon reseptejä, jotka ovat vegaanisia ilman mitään muunnelmia.

### 7.3 Yhteenveto tuloksista ja toimenpideideoita

Tarkasteltaessa kyselyssä ja haastatteluissa esiin tulleita asioita, on mielenkiintoista nähdä, miten vastaukset ja mielipiteet jakautuvat lähes täydellisesti kahtia. Toinen puoli kaikista vastanneista toivoisi perinneruokien modernisointia ja raikastamista, kun taas toinen puoli haluaa perinneruokien pysyvän juuri tällaisina kuin ne nyt ovat. Molempia osapuolia yhdisti kuitenkin se, että he kokivat, ettei karjalaisia perinneruokia tuoda tarpeeksi esille ja markkinointiin sekä imagon luomiseen tulisi panostaa. Oli positiivista huomata, että perinneruokia yhä arvostetaan ja sekä asiakkaat että yrittäjät haluavat tuoda niitä esille niin kotimaan kuin ulkomaan markkinoille. Kerätyn aineiston pohjalta toimenpideideoita muodostui viisi kappaletta.

Ensimmäinen toimenpideidea liittyy markkinointiin, imagoon ja brändäykseen. Karjalaisten perinneruokien markkinointia tulisi lisätä, mutta ei ainoastaan yksityisyrittäjien toimesta, vaan isommalta joukolta. Suomessa tulisi tuoda Karjalaisista ruokakulttuurihistoriaa esille kotimaassa sekä ulkomailla. Aiemmin mainittuun ruokamatkailun tuotesuosituksien 2020 -julkaisuun kootut suositukset voisivat olla perustana karjalaisen ruokaperinteen markkinointisuunnitelmassa, imagon luomisessa ja brändistrategiassa.

Karjalaisen ruokaperinteen perustana ovat jo valmiiksi tuotesuosituksissa (2020) mainitut paikallisuus, vieraanvaraisuus, maku ja ruokailuelämykset. Karjalaisesta perinneruoasta tulisi välittyä mielikuva aitoudesta, puhtaudesta ja mutkattomuudesta; näitä avainsanoja voisi käyttää hyödyksi rakentaessa karjalaisten perinneruokien imagoa. (Adamsson ym. 2020, 6.) Imagon perustana voisi käyttää karjalaista vieraanvaraisuutta ja leppoisaa elämänasennetta. Karjalaisten perinneruokien brändäyksessä voisi käyttää hyödyksi tietoa siitä, että karjalainen ruokakulttuuri on Suomen tunnetuin ruokakulttuuri ja suuri osa koko Suomen ruokakulttuuria (Lappalainen & Kuronen 2007, 5–8).

Yrittäjien taas tulisi panostaa siihen, että he kehittävät ja luovat yritykselleen liikeidean, joka erottaa heidät muista samankaltaisista yrityksistä. Perusidean tulisi kuitenkin säilyä samana, eli tarjota ruokailijoille autenttista ja maistuvaa kar-

jalaista perinneruokaa. Yrityksien tulisi myös suosia puhtaita ja kotimaisia raaka-aineita ja tehdä yhteistyötä paikallisten tilojen kanssa. Yrityksien olisi myös hyvä tuoda esille asiakkailleen raaka-aine valintojaan, sillä yhä useampi asiakas arvostaa kotimaisia ja paikallisia tuotteita.

Toisena toimenpideideana on tuntemattomampien perinneruokien nostaminen tunnettujen perinneruokien rinnalle. Esimerkiksi sultsinoiden, sulhaspiirakoiden ja vatruskojen saatavuutta ja tunnettavuutta tulisi parantaa. Karjalaisia suolaisia leivonnaisia olisi myös helppo tuotteistaa maailmanmarkkinoille. Paastonajan ruoista löytyy huomattavasti reseptejä, jotka ovat jo alun perin vegaaneille ja kasvissyöjille sopivia, esimerkiksi lihaton pirana, erilaiset kasvis- ja sienikeitot sekä kasvis- ja sienipaistokset. Näitä reseptejä tulisi nostaa esille enemmän, sillä ruokia voidaan valmistaa täysin suomalaisista raaka-aineista eikä niihin tarvitse käyttää lainkaan tuontituotteita, kuten soijaa.

Kolmas toimenpideidea liittyy uusien ruokalajien kehittämiseen, joiden lähtökohdana tai inspiraationa toimivat perinneruoat. Nykyajan ihmisillä on halu kokeilla uusia makuja, ja heitä kiinnostaa tuttujen makujen kokeminen uudessa muodossa. Eri paikkakunnat voisivat kehittää paikkakuntaakohtaisen tuotteen tai ruokalajin, josta paikkakunta tunnettaisiin, kuten savonlinalainen lörtsy, lappeenrantalainen vety tai tamperelainen mustamakkara. Pohjois-Karjalan pitäjillä on olemassa omat nimikkoruokansa, mutta näitä voitaisiin tuoda esille enemmän.

Katuruoka koettiin yhdeksi kiinnostavaksi kehityskohteeksi. Yrittäjät voisivat rohkeasti kokeilla erilaisia yhdistelmiä ja testata niiden menekkiä. Street food festivalin (2019) mukaan katuruoka tarkoittaa lyhyesti ruokaa, jonka voi nopeasti napata mukaan ja syödä käsin. Katuruoka tarjoillaan yleensä kertakäyttöisistä astioista tai paperitaskussa, jonka voi syömisen jälkeen heittää roskiin. (Street food festival, 2019.) Inspiraationa karjalaiseen katuruokaan voisi käyttää ruista, esim. ruiskuorisia pizzoja, tortilloja ja hampurilaisia, jotka on sämpylän sijaan kasattu ruisleivän sisään. Täytteessä voisi hyödyntää karjalaisissa perinneruoissa käytettyjä raaka-aineita, kuten riistaa, kalaa, sieniä ja juureksia.

Neljäntenä toimenpideideana on herättää uudelleen henkiin karjalaisten perinneruokien muokkaaminen á la carte -ravintoloihin sopiviksi. Perinneruoissa tulee maistua tutut maut, ja niistä tulisi välittyä kotoisa olo, mutta tarjoilumuotoon ja annoksen ulkonäön houkuttelevuuteen voisi panostaa. Ruokalistat voisivat sisältää esimerkiksi useamman ruokalajin maistelumenuita tai teemoittain koottuja menukokonaisuuksia. Teemoina voisivat olla esimerkiksi paasto, vuotuisperinteet ja pidot. Paastomenu sisältäisi vegaanisia ruokalajeja, vuotuisperinmenun sisältö koostuisi esimerkiksi joulun, pääsiäisen, juhannuksen ja syyskestien ruoista ja pitomenun voisi rakentaa ”syntymästä kuolemaan” -teeman ympärille. Ruoat tarjottaisiin lautasannoksina tai siten, että ruokailijat jakaisivat perinteiseen tyyliin ateriat.

Viides ja viimeinen toimenpideidea on karjalaisen ruokaperinteen ja kulttuurin tietoisuuden lisääminen. Ideana olisi kehittää ja luoda Pohjois-Karjalaan ”perinnepäivät”, jotka olisivat markkinoiden tapainen tapahtuma. Tapahtuma kokoaisi yhteen karjalaista ruokaa tarjoavia yrityksiä, mutta myös muita karjalaisen kulttuurin kehittäjiä ja vaalijoita. Tapahtumassa voisi ruokatuotteiden lisäksi olla tarjolla käsitöitä, kirjallisuutta ja musiikkia. Tällaisen tapahtuman perustaminen vaatii paljon yhteistyötä ja mielenkiintoa yrittäjiltä, mutta myös rahoitusta sekä vetäjää tapahtumalle. Haastatteluiden perusteella yrittäjillä olisi mielenkiintoa osallistua tämän tyyliin tapahtumaan, jos tällainen järjestettäisiin. Haasteena on vain löytää rahoitus sekä vetäjä tapahtumalle. Toimenpideideat on koottu alla olevaan taulukkoon. (Taulukko 4.)

Taulukko 4. Toimenpideideat.

<b>Toimenpide</b>	<b>Kuvaus</b>
<i>Markkinointi, imago &amp; brändäys</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lisätä markkinointia ja koota yhtenäinen markkinointiviesti</li> <li>• Luoda imago</li> <li>• Kehittää brändi</li> </ul>
<i>Tuntemattomien perinneruokien nostaminen tunnettujen perinneruokien rinnalle</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nostaa esille muita karjalaisia suolaisia piirakoita</li> <li>• Paastonajan ruokien ja muiden tuntemattomampien ruokalajien tunnettavuuden lisääminen</li> </ul>
<i>Perinneruoat inspiraationa uusille ruokalajeille</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kehittää paikkakuntakohtaisia ruokalajeja ja tuotteita</li> <li>• Karjalainen katuruoka</li> </ul>
<i>Perinneruokien modernisointi/imagon kohotus</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Karjalaista á la cartea/fine diningia</li> <li>• Erityisesti kiinnitetään huomiota ruoan esillepanoon</li> </ul>
<i>Karjalaisen ruokaperinteen ja kulttuurin tietoisuuden lisääminen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Markkinoiden kaltainen tapahtuma ”perinnepäivät”</li> <li>• Ruokien lisäksi käsitöitä, kirjallisuutta ja musiikkia</li> </ul>

Jatkotoimenpide-ehdotuksina olisi kehittää karjalaiselle perinneruoalle markkinointisuunnitelma ja suunnitella tarkemmin karjalaiseen ruokaperinteeseen ja kulttuuriin painottuvaa tapahtumaa. Opinnäytetyön toimeksiantajan kannalta olisi tarpeen tutkia tarkemmin sitä, kuinka karjalaiset perinneruoat saataisiin tuoteistettua ja kuinka ruokien ympärille luodaan elämyksiä ja lisätään tarinallistamista. Esimerkiksi karjalaisia vuotuisperinteitä, pitoja ja uskomuksia voisi tutkia tarkemmin, ja niiden pohjalta kehittää elämyksiä ja teemoja ruokailun ympärille.

## 8 Pohdinta

Karjalaista ruokaperinnettä on muokannut vuosien saatossa niin uskonto, Venäjän vaikutus kuin myös karuissa olosuhteissa eläminen. Kesät olivat paahtavan kuumia, ja talvella pakkaneen paukkui. Karjalaisten on pitänyt oppia

selviämään näissä vaihtuvissa ja paikoittain karuissa olosuhteissa. Toisaalta karjalaiset ovat olleet onnekasta kansaa, koska lähellä on ollut useita vesistöjä, joista pyydystettiin järven herkkuja, metsää oli silmän kantamattomiin, ja sieltä saatiin erilaisia metsän antimia ja hyvää peltomaata, jossa kasvatettiin ”Jumalan viljaa”.

Karjalainen perinneruoka ei ole vain iso osa karjalaista ruokakulttuuria, vaan se on iso osa koko Suomen ruokakulttuuria. Karjalainen perinneruokakulttuuri levisi evakkojen mukana ympäri Suomea. Karjalasta muualle päin Suomea levinneitä tapoja ovat esimerkiksi uunin käyttö ruoanvalmistuksessa, pehmeä leipä sekä sienten ja marjojen monipuolinen käyttö (Lappalainen & Kuronen 2007, 4–10, 18–19.)

Paastoaminen on vaikuttanut monella tavalla karjalaisen ruokaperinteen kehitykseen. Paastoamisen ansiosta karjalaiset osasivat käyttää monipuolisesti kasviksia, sieniä ja marjoja, joita ei niin paljoa käytetty muualla Suomessa. Vielä tänäkin päivänä Karjalassa syksyisin kerätään paljon sieniä ja marjoja, jotka säilötään talveksi pakkaseen tai sienet suolataan odottamaan joulupöytää.

Karjalaiset perinneruoat eivät ole menettäneet arvostustaan tämän opinnäytetyön tuloksien perusteella. Haastatteluissa ja kyselyssä saadut tulokset olivat positiivinen yllätys, koska olisin voinut olettaa useampien pitävän yleisesti suomalaisia perinneruokia tylsinä ja mauttomina. Oletus on luultavasti syntynyt siitä, koska omalla asuinpaikkakunnallani on vaikea löytää perinneruokaa tarjoavia yrityksiä. Nykyajan ravintoloissa makumaailma tuntuu painottuvan useimmiten aasialaisiin keittiöihin. Oli mukava huomata, että karjalainen perinneruoka ja sen kehittäminen ja markkinointi kiinnostavat vielä suomalaisia matkailijoita. Suomalaisten tulisi olla ylpeämpiä omasta ruokakulttuuristaan ja sen juurista. Moni ei luultavasti ymmärrä, kuinka onnekkaita olemme, kun voimme päivittäin nauttia puhtaasta, terveellisestä ja aidosta ruoasta ja raaka-aineista.

Karjalaista ruokaperinnettä tulisi siirtää seuraaville sukupolville, sillä se on arvokas osa koko Suomen ruokakulttuuria. Seuraavien sukupolvien päätettävissä on kuitenkin se, haluavatko he vaalia karjalaisia perinneruokia. Me suomalaiset

päättämme, mikä osa perinneruoista säilyy osana kulttuuria ja mikä jää unhoon. Perinneruokien säilyminen osana ruokakulttuuria vaatii sen omaksumisen osaksi arkiruokailua ja reseptiikan leviämisen mahdollisimman pitkälle. Vain pienen ihmisryhmän tietoisuudessa olevat ruokalajit valitettavasti useimmiten kuihtuvat pois ruokakulttuurista.

Opinnäytetyötä varten kerätty tietoperusta ja opinnäytetyön tulokset antavat toimeksiantajalle laajan tietopaketin karjalaisesta perinneruoasta ja siitä, miten sitä tulisi kehittää. Toimenpideideoiden tarkoituksena on olla juuri ideoita, joita toimeksiantaja voi jatkojalostaa tai käyttää sellaisenaan hankkeessa. Opinnäytetyön tekijälle koko opinnäytetyöprosessi oli opettavaista, niin oikeinkirjoittamisen kuin myös lähdekriittisyyden kannalta; esimerkiksi uutis- ja verkkolähteisiin tulisi suhtautua aina kriittisesti. Työn tekijälle tämä opinnäytetyö oli myös henkinen matka, sillä työn avulla opittiin paljon omasta ruokakulttuurista ja tavoista.

## Lähteet

- Adamsson, K., Havas, K. & Hook, T. 2020. Ruokamatkailun tuotesuosituksset 2020. Visit Finland.  
[https://www.businessfinland.fi/4998b7/globalassets/julkaisut/visit-finland/tutkimukset/2020/visit\\_finland\\_ruokamatkailun\\_tuotesuosituksset\\_2020.pdf](https://www.businessfinland.fi/4998b7/globalassets/julkaisut/visit-finland/tutkimukset/2020/visit_finland_ruokamatkailun_tuotesuosituksset_2020.pdf). 23.5.2020.
- Alhonen, A. 2015. Juhannus. Taivaannaula.  
<https://www.taivaannaula.org/perinne/kansanperinteen-pyhat/juhannus/>. 1.6.2020.
- Aluehallintavirasto. 2016. Toimialueet. Aluehallintavirasto. <https://www.avi.fi/web/avi/toiminta-alue>. 27.4.2020.
- Aluehallintavirasto. 2020. Kunnat ja kaupungit - Itä-Suomi. Aluehallintavirasto. [https://www.avi.fi/web/avi/ita-suomi-kunnat-ja-kaupungit?p\\_p\\_id=122\\_INSTANCE\\_aluevalinta&p\\_p\\_lifecycle=0&p\\_p\\_state=normal&p\\_p\\_mode=view&p\\_r\\_p\\_564233524\\_resetCur=true&p\\_r\\_p\\_564233524\\_categoryId=14400](https://www.avi.fi/web/avi/ita-suomi-kunnat-ja-kaupungit?p_p_id=122_INSTANCE_aluevalinta&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_r_p_564233524_resetCur=true&p_r_p_564233524_categoryId=14400). 27.4.2020.
- Business Finland. 2020. Hungry for Finland. Business Finland.  
<https://www.businessfinland.fi/suomalaisille-asiakkaille/palvelut/matkailun-edistaminen/tuotekehitys-ja-teemat/ruokamatkailu>. 12.12.2020.
- GoSaimaa. 2020. Tietoa alueesta. GoSaimaa.  
<https://www.gosaimaa.com/fi/Tietoa-alueesta>. 27.4.2020.
- Hokkanen, V. & Löppönen, J. 2018. Perinneruokien vaikutus Etelä-Karjalan matkailuun. Saimaan ammattikorkeakoulu. Hotelli- ja ravintola-alan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.  
[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/144691/Hokkanen\\_Vili\\_Lopponen\\_Johan.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/144691/Hokkanen_Vili_Lopponen_Johan.pdf?sequence=1&isAllowed=y). 23.5.2020.
- Kaivola, T. 2018. Musiikki ja tanssi. Naimisiin.info.  
<https://www.naimisiin.info/haapas/haaperinteet-haamusiiikki.html>. 2.6.2020.
- Kajaanin ammattikorkeakoulu. 2020a. Laadullisen aineistoin analyysi ja tulkinta. Kajaanin ammattikorkeakoulu.  
<https://www.kamk.fi/fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Laadullisen-analyysi-ja-tulkinta>. 2.6.2020.
- Kajaanin ammattikorkeakoulu. 2020b. Aineiston kuvaaminen, analysointi ja tulosten tulkinta, raportointi sekä tulosten kirjoittaminen raporttiin. Kajaanin ammattikorkeakoulu.  
<https://www.kamk.fi/fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Maarallisen-analyysi>. 2.6.2020.
- Kajaanin ammattikorkeakoulu. 2020c. Haastattelu. Kajaanin ammattikorkeakoulu.  
<https://www.kamk.fi/fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Aineiston-keruumenetelmat/Haastattelu>. 25.5.2020.



- Karjalan Liitto. 2020a. Karjalan alueet. Karjalan Liitto.  
<https://www.karjalanliitto.fi/karjalaisuus/karjalan-alueet.html>.  
27.4.2020.
- Karjalan Liitto. 2020b. Vuotuisjuhlat.  
<https://www.karjalanliitto.fi/karjalaisuus/karjalainen-kulttuuri/karjalaiset-tavat/vuotuisjuhlat.html>. 14.5.2020.
- Karjalan Liitto. 2020c. Karjalaiset tavat. Karjalan Liitto.  
<https://www.karjalanliitto.fi/karjalaisuus/karjalainen-kulttuuri/karjalaiset-tavat.html>. 2.6.2020.
- Korhonen, T. 2020. Mikä ihmeen kaks Korhoskaa?. Emännän blogi. 25.5.2020.  
<https://www.puukarinpysakki.com/emannan-blogi/2020/5/25/mik-ihmeen-kaks-korhoskaa>. 26.5.2020.
- Kupiainen, T., Rui, T., Simonen, R. & Turkia, M. 2020. Kalevala – Mytologiasta arvoa liiketoimintaan. Karelia-ammattikorkeakoulu.  
<https://www.karelia.fi/vasu/2020/04/03/kalevala-mytologiasta-arvoa-liiketoimintaan/>. 22.5.2020.
- Kupiainen, T. 2020. Kalevala-hanke. Sähköpostiviesti.  
tarja.kupiainen@karelia.fi. 5.5.2020.
- KvantiMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkojulkaisu].  
2013. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.  
<https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus>. 2.12.2020.
- Lampinen, A. 1978. Karjalainen keittokirja. Toinen painos. Joensuu: Karjalaisen Kulttuurin Edistämissäätiö.
- Lappalainen, H. & Kuronen, V. 2007. Karjalaisessa ruokapöydässä. Joensuu: ProAgria Pohjois-Karjala.
- Lauri. 2013. Sienet ennen vanhaan. Villikataja. 2.1.2013.  
<http://villikataja.blogspot.com/2013/01/sienet-ennen-vanhaan.html>.  
6.5.2020.
- Liukkonen, U., Lylyharju, H. & Martiala, K. 2013. Karjalainen keittiö.  
Hämeenlinna: Karisto.
- Luovutettu Karjala. 2004a. Pitäjät. Luovutettu Karjala.  
<http://luovutettukarjala.fi/pitajat/pitajat.htm>. 28.4.2020.
- Luovutettu Karjala. 2004b. Luovutetun Karjalan historia. Luovutettu Karjala.  
<http://luovutettukarjala.fi/historia/historiaa.htm>. 10.5.2020.
- Maakuntaruokat. 2013. Karjalainen ruokaperinne. 25.10.2013.  
<http://maakuntaruokat14.blogspot.com/2013/10/karjalainen-ruokaperinne.html>. 2.12.2020.
- Mikkola, A. 2019. Ruokamatkailua edistämässä. RuoKasvu. 4.12.2019.  
[https://www.mtk.fi/etusivu/-/asset\\_publisher/p1Jb9c1rEbCs/content/ruokasvu-blogi](https://www.mtk.fi/etusivu/-/asset_publisher/p1Jb9c1rEbCs/content/ruokasvu-blogi).  
23.5.2020.
- Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>. 1.12.2020.
- Ruokatieto. 2020. Mistä ruokakulttuuri koostuu? Ruokatieto.  
<https://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/hyva-tavaton-ruoka-ja-tapakulttuuri/mista-ruokakulttuuri-koostuu>. 20.5.2020.
- Sallinen-Gimpl, P. 2002. Karjalainen keittokirja. Toinen painos. Helsinki: Tammi.
- Sirviö, A. 2010. Karjalan elävä ruokaperinne uunin lämmöstä. Saimaan ammattikorkeakoulu. Hotelli- ja ravintola-alan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

- [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/7780/Sirvio\\_Anna-Maija.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/7780/Sirvio_Anna-Maija.pdf?sequence=1&isAllowed=y). 23.5.2020.
- Street food festival. 2019. Suosittu katuruoka. Street food festival.  
<https://streetfoodcarnival.fi/suosittu-katuruoka/>. 20.11.2020.
- Suomen ortodoksinen kirkko. 2020. Ortodoksinen elämäntapa. Suomen ortodoksinen kirkko. <https://ort.fi/tutustu-ortodoksiseen-kirkkoon/ortodoksinen-elamantapa>. 29.4.2020.
- Tarma, H. 2020. Loppiainen 6.1. Heikki Tarma – historioitsija.  
<http://www.heikkitarma.fi/?p=1077>. 1.6.2020.
- Torikka, M. 2004. Karjala – kieli, murre ja paikka. Kotimaisten kielten keskus.  
[https://www.kotus.fi/nyt/kolumnit\\_artikkelit\\_ja\\_esitelmät/artikkelit/karjala\\_kieli\\_murre\\_ja\\_paikka](https://www.kotus.fi/nyt/kolumnit_artikkelit_ja_esitelmät/artikkelit/karjala_kieli_murre_ja_paikka). 27.4.2020.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettinen neuvottelukunta.  
[https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf). 2.6.2020.
- Yle Uutiset. 2010. Oikea karjalanpiirakka tehdään ohrasta. Yle Uutiset.  
<https://yle.fi/uutiset/3-5675941>. 29.4.2020.

## Kysely karjalaisesta perinneruoasta

 Pakolliset kentät merkitään asteriskilla (\*) ja ne tulee täyttää lomakkeen viimeistelemiseksi.

Arvoisa kyselyyn vastaaja,

Herättävätkö karjalanpaisti tai uunituoreet karjalanpiirakat mieleesi mukavia ruokamuistoja? Kiinnostavatko perinneruoat? Nyt sinulla on oiva tilaisuus vaikuttaa karjalaisten perinneruokien päivittämiseen sellaisiksi, että ne sopivat tämän päivän vaatimuksiin.

Karjalainen perinneruoka ei ole vain iso osa karjalaisten ruokakulttuuria, vaan se on iso osa Suomen ruokakulttuuria. Tästä syystä karjalaisen perinneruoan kehittäminen nykymatkailijoille sekä sen vaaliminen tuleville sukupolville on tärkeää. Vai voitko kuvitella maailman ilman karjalanpiirakoita tai ruisleipää?

Tämän kyselyn tarkoituksena on kartoittaa vastaajien tietämystä ja mielenkiintoa karjalaisia perinneruokia kohtaan. Tarkoituksena on myös selvittää, miten karjalaisia perinneruokia tulisi kehittää, jotta ne olisivat houkuttelevampia tämän päivän ruokailijoille.

Kysely on osa Karelia-ammattikorkeakoulussa tehtävää opinnäytetyötä. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Kalevala - mytologiasta arvoa liiketoimintaan -hanke. Hankkeen tarkoituksena on lisätä Pohjois-Karjalan alueen matkailullista vetovoimaa mytologioiden, tarinallistamisen ja tuotteistamisen kautta. Opinnäytetyöni kannalta tämä tarkoittaa sitä, että kokoon hankkeelle tietopaketin karjalaisesta perinneruoasta ja siitä, kuinka sitä voisi kehittää nykymatkailijoille.

Valmis opinnäytetyö julkaistaan verkkokirjasto Theseuksessa, [www.theseus.fi](http://www.theseus.fi).

Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 15-20 minuuttia ja vastauksia käsitellään luottamuksellisesti.

Kyselyn vastausaika on 29.10-12.11.2020 välisenä aikana.

Kiitos jo etukäteen vastauksista!

Ystävällisin terveisin,

Reetta Seppänen, opinnäytetyön tekijä  
[reetta.seppanen@edu.karelia.fi](mailto:reetta.seppanen@edu.karelia.fi)

## 1. Kuinka tuttuja karjalaiset perinneruoat ovat sinulle? \*

	Olen maistanut	Olen kuullut	En tunne
<b>Pääruoat</b>			
Hernerokka	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hirvipaisti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Karjalanpaisti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kapakalakeitto (Keitto, jonka pääraaka- aineena on kuivatut pienet kalat)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lohko (Paisti, jossa lohkoina lihaa ja juureksia)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sienisalaatti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Suutarinpaisti (Paisti, jossa kalan lisäksi sianlihaa)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sytty/Tytinä (Lihahyytelö)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tirripaisti (Suurustamaton paistinpannulla valmistettu sianlihastike)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Taari/Kotikalja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Leivonnaiset</b>			
Karjalanpiirakka	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lanttukukko	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ruisleipä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sulhaspiirakka	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sultsina	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vatruska	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Jälkiruoat</b>			
Kaurakiisseli	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pasha	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Puolukkapuuro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rahkapiirakka	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



## 6. Kuinka tärkeitä sinulle ovat seuraavat asiat valitessasi ruokapaikkaa? \*

	Erittäin tärkeä	Tärkeä	Ei kovin tärkeä	Ei lainkaan tärkeä
Edullinen hinta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Menu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Miljöö	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Paikallisuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunnettavuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Halu kokea uusia asioita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Viihtyvyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yrityksen arvot	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## 7. Kuinka tärkeitä sinulle ovat seuraavat asiat valitessasi ruoka-annosta ravintolassa? \*

	Erittäin tärkeä	Tärkeä	Ei kovin tärkeä	Ei lainkaan tärkeä
Edullinen hinta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tutut raaka-aineet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ekologisuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lähi- ja luomuraaka-aineet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Paikallisuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Perinteikkyyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Terveellisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Uudet makuelämykset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Kuinka tärkeä rooli paikallisella ruokatarjonnalla on matkakohdetta valitessasi? \*

- Erittäin tärkeä
- Tärkeä
- Ei kovin tärkeä
- Ei lainkaan tärkeä

9. Miten karjalaisia ruokia tulisi kehittää, jotta ne maistuisivat tämän päivän ihmisille? \*


10. Mitä muuta haluaisit tuoda esille karjalaisista ruoista?


11. Sukupuoli \*

- Mies
- Nainen
- Muu
- En halua vastata

**12. Ikä \***

- Alle 18
- 18-25
- 26-35
- 36-45
- 46-55
- 56-65
- yli 65

**13. Asuinkuntasi \*****14. Työllisyystilanteesi \***

- Opiskelija
- Työssäkäyvä
- Työtön
- Eläkkeellä

**15. Oletko vierailut Pohjois-Karjalassa? \***

- Kyllä, missä?
- En, miksi et?
- Olen kotoisin/asun Pohjois-Karjalassa



**Taustatietoja yrityksestä**

1. Milloin yrityksenne toiminta on alkanut?
2. Kuinka monta työntekijää yrityksenne työllistää?
3. Millainen työhistoria/kokemuspohja teillä on? Mitä olette tehneet ennen tätä yritystä?
4. Mikä on yrityksenne liikeidea? TAI Miten kuvailisit yritystänne/organisaatiotanne?
5. Keitä ovat asiakkaanne? TAI Millaiset asiakkaat käyttävät palveluitanne?

**Karjalaisuus & karjalainen kulttuuri**

1. Millaiset siteet tai suhteet teillä on Karjalaan ja/tai karjalaisuuteen?
2. Miten koette karjalaisuuden näkyvän yrityksenne toiminnassa?
3. Miten päädyitte valitsemaan juuri karjalaisuuden yrityksenne liikeideaksi?
4. Perustuen teidän omiin kokemuksiinne, koetteko karjalaisuuden (kulttuuri, tavat, taide) vetovoimaiseksi matkailijan näkökulmasta?
  - a. Jos vastataan kyllä, niin mitä ovat ne vetovoimatekijät?
  - b. Jos vastataan ei, niin miksi koette, että karjalaisuus ei kiinnosta matkailijoita?
5. Koetteko, että Karjalaista kulttuuria tuodaan tarpeeksi esille?

**Karjalainen perinneruoka**

1. Kuinka päädyitte valitsemaan juuri karjalaisen perinneruokan ruokalistaanne?
2. Mitkä raaka-aineet ja valmistustavat koette olevan karjalaisen keittiön kulmakiviä?
3. Teettekö yhteistyötä lähitilojen tai muiden paikallisten tuottajien kanssa?
4. Valmistatteko perinneruokia perinteitä kunnioittaen vai pyrittekö uudistamaan tai fuusioimaan perinteisiä reseptejä?
5. Kuinka koette erottuvanne muista perinneruokaa tarjoavista yrityksistä?

**Yrityksen ja karjalaisen ruokaperinnekuulttuurin tulevaisuus**

1. Miltä yrityksenne tulevaisuus näyttää?
2. Minkä asioiden kehittämiseen aiotte tulevaisuudessa panostaa?
3. Koetteko, että karjalaista ruokaperinnettä tulisi kehittää, jotta se kiinnostaisi isompia ja/tai uusia asiakasryhmiä?
  - a. Ja keitä nämä uudet asiakasryhmät ovat?
4. Miten uskotte, että nykymatkailijan saisi kiinnostuneeksi karjalaisesta ruokaperinteestä ja tavoista?