



Bog anmeldelse:

DU SKAL SPISE OP!

Der er mad nok, mener Steffen Andersen

Af chefredaktør Knud Meldgaard

”Du skal spise op”, var et Mantra, der gjaldt i mit barndomshjem på Vesterbro i København, som i resten af landet.

Pengene var små og mad, der fyldte godt op i husholdningsbudgettet, skulle spises op. Både af hensyn til økonomien, men også af hensyn til de dengang herskende opbevaringsmuligheder, der var begrænsede, ofte til et spisekammer og, måske, et flueskab.

Isskabet kom i 50´erne og blev hurtigt fulgt op af køleskabet, men det var en investering, der blev overvejet nøje af familiens Overhoved (faderen)

Mad var der nok af, hvis man altså havde råd til at købe den, og det meste var friskt og uden de mange tilsætningsstoffer, der anvendes i vore dages fødevarer.

I dag mangler vi altså ikke mad i Danmark eller i den vestlige verden, men vores betragtninger på vore fødevarer er underlagt helt andre præmisser end dem der gjaldt tidligere, men hvis vi alle, snart 9 milliarder mennesker på kloden, skal kunne brødfødes, så mener mange, at der ikke er mad nok.

Men *Steffen Andersen*, der de seneste 12 år har været Senior Vice President i Arla Foods internationale mejerifdeling og i 35 år har arbejdet internationalt med salg og marketing af fødevarer, mener noget andet.

”*Der er mad nok*” er titlen på hans nye bog fra Aalborg Universitetsforlag, der udkom i 2020.

I bogen redegør Steffen Andersen for sine synspunkter omkring de udfordringer, muligheder og evt. trusler, der er ved den industrielle fødevarerproduktion og det er ganske interessant læsning, for lærd, som for læg.

Det er skrap kost Andersen øser op på tallerkenen for os og han lægger ikke fingrene imellem for at skåne nogen i ”fødekæden” eller forbrugerne. Os, du og jeg og vore familier.

Bare læs her:

Viklet ind i den uigennemtrængelige underskov i madjunglen og uden kort og kompas til at vejlede os er vi overladt til os selv og ude af stand til at fungere ud fra en kulturel forståelse af maden med det resultat, at vi:

- * Går fra at spise med kniv og gaffel til at fortære det, vi serveres, med ske eller med vore hænder.
- * Bevidstløst følger tilfældige madtrends.
- * Vælger at blive fyldt frem for ernæret.
- * Og spiser færre måltider sammen hjemme ved aftensbordet og oftere i bilen, på en fastfood-parkeringsplads (næsten som kvæg, der bliver fedet op”

Men Andersen kan også være hjælpsom, som her på side 138, hvor han skriver flg:

Syv ingredienser til at blive en bevidst forbruger:

1. Læs informative bøger om mad (ikke kokebøger eller blade med opskrifter)
2. Besøg en lokal landmand (de er tættere på, end du tror, selv i bynære områder)
3. Find ud af, hvordan maden kommer til dit lokale supermarked (og hvorfra og fra hvem)
4. Forstå, hvor du er i livet og dit behov for mad.
5. Tal om mad med dine venner og familie.
6. Fokuser på smag og konsistens i hver en bid af maden.
7. Vær bevidst, når du handler ind (og stop med at tillade, at supermarkedet tager beslutning for dig)



Umiddelbart kan det lyde både docerende og kedeligt, men det er det ikke – medmindre du, som en stadig større del af den danske befolkning, er ligeglad med din krop og hvad du fylder i den.

Aldrig tidligere i vores historie har vi brugt så megen tid og så mange penge, på overflødige, dyre og ernæringsmæssige ringe fødevarer, som i de seneste 20 – 30 år.

En stadig større del af befolkningen bliver federe og federe, hvilket, først og fremmest, er til skade for dem selv, men også til skade for samfundet, da de, i stadig større grad, lægger beslag på sundhedssystemet.

Andersens bog er ikke kun en kritisk bog om mad til os og resten af jordens befolkning, det er, i langt højere grad, en venlig og oplysende bog og de valgmuligheder vi alle har: som mennesker og som forbrugere.

Bogen, der udgivet på: www.aauforlag.dk, er på 235 sider og koster 360,00

(incl. fragt)

Det er det samme som tre store pizzaer, så spring dem over og køb bogen.
