

Smag for livet

AF OLE G. MOURITSEN, ANETTE KISTRUP THYBO, ANETTE KAMUK,
KAREN WISTOFT, MICHAEL BOM FRØST

Smagen er en af vores vigtigste sanser. Kan vi få et bedre liv ved at vide mere om den?

Smagen er et fundamentalt livsvilkår for os alle; den er med os hver dag, hele dagen og gennem hele livet. Smagen er en central drivkraft for livsglæde, dannelse, sundhedsfremme, læring, socialt samvær og madhåndværk.

Mange dygtige kokke, lærere og pædagoger, ernærings- og sundhedseksperter samt gastronomer og madformidlere gør i disse år et stort arbejde for at bringe et fokus på mad- og måltidskulturen. Der har vel næppe tidligere været mere tale om kost og mad end netop i disse år, og ernæringskyndige fremsætter næsten dagligt anbefalinger om sammenhængen mellem kost og sundhed.

Ikke desto mindre tyder sporadiske tendenser på, at der er risiko for, at madbølgen kan ende i en form for ernærings- eller sundhedstyranni. Derfor synes der at være brug for at fokusere netop på smag og nydelse som en drivende kraft og forudsætning for et godt liv. Vi mennesker spiser jo ikke næringsstoffer, men mad; vi spiser ikke kun mad for at (over)leve, men det gode måltid, der er forbundet med vellyst, er en central del af et ældgammelt fællesskab og en social kraft; vi spiser ikke alle dagligt på *noma* eller har tid til store gastronomiske udfoldelser i køkkenet, men vi må ofte klare os med simple måltider eller den mad, vi får på arbejdspladsen eller institutionen; og vi spiser i længden ikke den mad, som vi godt ved er sund, hvis ikke den også smager godt.

Smagsoplevelsen er ikke kun en sansefysiologisk hændelse; den har også en social, psykologisk og kulturel dimension, som er forbundet med normer, (ud)dannelse, livsstil, værdier og identitet. Smagen er multimodal, og smagsoplevelsen er en konsekvens af en integreret multisensorisk proces i hjernen omfattende alle de fem klassiske smage, lugt, mundfølelse, syn og hørelse. Foldet sammen med erfaring, erindring og social kontekst bliver smagen en kompleks størrelse, der, selvom vi spiser og smager på maden hver dag, står som et begreb, vi har svært ved at beskrive for os selv og for hinanden.

Hvor tit befinder vi os ikke i den situation at mangle sprog til at beskrive smagen ved en ret, vi netop har nydt, og vi må nøjes med at ty til ufuldstændige sammenligninger med velkendte smage, som vi formoder, at også andre kan forbinde noget med?

Hvor ofte ser vi ikke i supermarkedet fødevarer markedsført og deklareret med alle mulige detaljer om varenes indholdsstoffer og oprindelse, hvorimod der næsten aldrig står noget om smagen? Samtidig bliver vi dagligt bombarderet med en myriade af smagsindtryk fra slik, nydelsesmidler og fastfood, som også sætter sit tydelige aftryk på vores livskvalitet.

I tidligere tider var 'madmoderen' vogteren af smagen og ansvarlig for både det sunde og velsmagende, fælles daglige måltid samt for kontinuiteten i familiens mad og måltider. I det moderne samfund har mange af os mistet forbindelsen til og viden om,

hvor den gode smag kommer fra, på trods af, at der aldrig tidligere har været udgivet så mange kogebøger og produceret så mange tv-udsendelser om mad.

Manglen på madkundskab og viden om smag er utvivlsomt en medvirkende årsag til, at vi generelt spiser for store og energirige portioner og samtidig bruger voksende mængder af sukker, salt og mættede fedtstoffer i vores mad—alle stoffer, som forbindes med de store kostbetingede sygdomme, der i det sidste hundrede år har bredt sig med epidemisk hast. Smagen er tæt knyttet til appetit, fordøjelse, mæthedsfølelse og dermed en naturlig regulering af madindtag. Vi lever i et samfund med overflod af mad, hvor det paradoksale er, at mange raske spiser for usundt eller for meget, og syge og ældre for lidt.

Vi mener, at der er for lidt fokus på smagen, og det vil vi gøre noget ved. Med en kæmpebevilling på 38 mio kr fra Nordea-fonden i ryggen igangsættes nu en landsdækkende indsats for i de næste fire år at formidle viden om madens smag som grundlag for et bedre og rigere liv for den danske befolkning.

Indsatsen gennemføres som et tværdisciplinært samarbejdsprojekt med partnere fra lærer-, pædagog-, kokke-, sundheds- og ernæringsuddannelser, pædagogik og uddannelsesvidenskab, gymnasiale uddannelser, fødevare- og ernæringsvidenskab, naturvidenskab, kulturvidenskaber, sensorisk videnskab samt gastronomiske innovationslaboratorier.

Et særligt udvalgt hold af forskere, undervisere, studerende og praktikere vil igennem et utraditionelt og tæt samarbejde på tværs af landet og på tværs af traditionelle fagskel arbejde med smagen som en vigtig nøgle til det gode liv.

Projektets vision er at åbne danskernes øjne for smagens betydning og gennem oplevelser og konkret viden at få skabt et fundament for mere bevidsthed omkring det at værdsætte og udfordre smagen i de daglige måltider.

Det er vores påstand, at der er meget at vinde ved at styrke et individuelt, et kollektivt og et samfundsmæssigt fokus på smag. Smagen kan gennemlyse den enkelte, smagen kan bringe fællesskabet tilbage i en værdifuld madkultur, og smagen kan være nøgle til at løse vigtige sundhedsmæssige problemstillinger.

En forskningsbaseret viden kan medvirke til at skabe almen forståelse af og praksis omkring smagen som et grundlæggende vilkår for det gode liv. Forståelsen skal udmøntes konkret i læring og undervisning, specielt i det nye fag Madkundskab i folkeskolen og i skolens hverdag, på lærer-, pædagog, ernærings- og sundhedsuddannelser, på ungdoms- og universitetsuddannelser, på kokkeskoler samt via en folkelig formidling til den brede befolkning.

Konkrete resultater af projektet vil foreligge fx i form af opskrifter, undervisningsmateriale for skoleelever samt elever og studerende på andre uddannelser, 'best practice'-beskrivelser for kokke og andet personale i køkkener foruden bidrag til almindelig folkeoplysning ved lokale og landsdækkende events omkring mad, medier samt konferencer og workshops. Alt materiale vil blive gjort frit tilgængeligt på hjemmesiden www.smagforlivet.dk.

Lad os som eksempler på projektets fokus på betydningen af viden om smag fremhæve arbejdet med børn og unge i henholdsvis folkeskole og på gymnasiale uddannelser.

Viden om børn og unges smagsoplevelser og om, hvordan de tilegner sig færdigheder i relation til at smage og sætte ord på deres madoplevelser/sansninger, har betydning for formidling og undervisning, der støtter deres udvikling af smagskompetencer inklusiv deres interesse for god, sund og velsmagende mad. Der vil derfor blive arbejdet interaktivt med udvikling af en sådan formidling og undervisning, som gør børn og unge i stand til at vurdere råvare- og smagskvalitet og dermed forholde sig kritisk til, hvad smag betyder for deres valg af mad, lyst til at spise/ikke spise bestemte madvarer, deres madmod og deres nydelse. Arbejdet med børnenes læring i forbindelse med smagsoplevelser og med udviklingen af en smagsdidaktik vil blive brugt aktivt i det nye fag Madkundskab i folkeskolen og vil blive integreret i læreruddannelsen, så det kvalificerer de kommende lærere til at afprøve anvendeligheden.

Det har i mange år været diskuteret, hvordan man kan øge unges interesse for naturvidenskabelige og tekniske fag. Her melder emnet smag og tværfaglig viden om smag og smagssans sig som et uudnyttet emne, der i pilotprojekter har vist sig som egnet til skabe interesse for naturfag, ikke mindst ved at sammenkæde fag og undervisningsforløb, der ellers traditionelt holdes adskilt. På den ene side kan naturvidenskabelig og teknisk viden om råvarer, forarbejdede fødevarer, madlavning, sensorik og vurdering af smag medvirke til smagsdannelse og et bevidst og kritisk valg af fødevarer; på den anden side kan inddragelse af fødevarer, madlavning og smagsdannelse som integrerede elementer i natur- og teknikundervisning skabe en fornyelse og inspiration i undervisningen, som sagtens kan kobles til andre af skolens fag.

Gennem en formidlingsindsats, der kommer til at 'røre hjerte, hjerne og hånd' for flere generationer af børn og unge, forventes projektet at få en varig virkning på danskernes viden om og forståelse af smagens betydning for et godt og righoldigt liv.

Ole G. Mouritsen er professor, dr. scient, Anette Kistrup Thybo er ph.d. og forsknings- og innovationschef, Anette Kamuk er lektor og projektkoordinator, Karen Wistoft er lektor, ph.d. og professor mso, Michael Bom Frøst er lektor, ph.d. og direktør

Projektet SmagForLivet er støttet af

NORDEA FONDEN

For yderligere informationer, kontakt

Centerleder Ole G. Mouritsen, 6550 3528/3506, 6611 0858, ogm@memphys.sdu.dk

Syddansk Universitet

Anette Kistrup Thybo, 2048 6416, akth1@ucl.dk

UC Lillebælt (forankring)

Anette Kamuk, 7248 2237, akm@ucsj.dk

UC Sjælland, Ankerhus

Karen Wistoft, 2613 2653, kawi@dpu.dk

Aarhus Universitet

Anne Marie Olsen, 3533 1018, ano@food.ku.dk

Københavns Universitet

Michael Bom Frøst, 2574 7546, mbf@nordicfoodlab.org

Nordic Food Lab

Nordea-fonden: Kommunikationschef Tine Wickers, 3333 5770, 2840 8480

tw@nordeafonden.dk