

ÍSLENSKA ELDHÚSIÐ

ÞRÓUN OG MARKAÐSSETNING ÍSLENSKRAR MATARGERÐARLISTAR

OKTÓBER 2002

Vorið 2001 beitti Tómas Ingi Olrich alþingismaður og formaður Ferðamálaráðs sér fyrir því að sett var á laggirnar nefnd til að vinna að hugmyndum um þróun og markaðssetningu „Íslenska eldhússins“. Verkefni þetta var samstarfsverkefni tveggja ráðuneyta, Landbúnaðar- og Samgönguráðuneytis. Í nefndinni sátu Ísólfrur Pálmason alþingismaður og var hann formaður hennar, Hrönn Greipadóttir hóteltjóri og Sigmar B. Hauksson verkefnisstjóri og var hann starfsmaður nefndarinnar. Nefndin hóf störf í júlímánuði 2001. Fékk hún til fundar við sig sérfræðinga og fagmenn á sviði matreiðslu og vinnslu matvæla. Starfsmaður nefndarinnar fór hringinn í kringum landið og kynnti sér matarmenningu veitingahúsanna við þjóðveginn, hefðir og siði hvað varðaði matvæli og matreiðslu víða um land. Þá var leitað fanga erlendis eftir því sem tók voru á. Öflun upplýsinga og ýmissa gagna var lokið í mars 2002 og gerð skýrslunnar í september.

Ferðaþjónusta á Íslandi

Veruleg aukning hefur verið í heimsóknnum erlendra ferðamanna til Íslands undanfarin ár. Seinustu fimm árin hefur aukningin verið um 11%. Gjalddeyristekjur af erlendum ferðamönnum voru árið 2000, 31 milljarður króna, en það ár komu rúmlega 302.000 ferðamenn hingað til lands. Árið 2001 voru gjalddeyristekjur þjóðarinnar af erlendum ferðamönnum 38 milljarðar. Ferðaþjónustan er því ein mikilvægasta atvinnugrein íslensku þjóðarinnar. Innan ferðaþjónustunnar eru um það bil 5.400 ársstöður. Talið er að um 25 starfsgreinar starfi beint eða óbent í ferðaþjónustugeiranum. Vissulega hefur allt rekstrarumhverfi ferðaþjónustunnar gjörbreyst eftir hina hörmulegu atburði 11. september á síðasta ári. Ekkert bendir þó til annars en að ferðaþjónustan verði eftir sem áður þýðingarmikil atvinnugrein hér á landi. Öflugt markaðsstarf erlendis á undanförunum árum, fögur náttúra, einangrun landsins og fjölbreytt menningar- og skemmtanalíf gerir Ísland að áhugaverðum áningastað í augum erlendra ferðamanna. Spurningin er hins vegar sú hver aukningin í komu erlendra ferðamanna hingað til lands muni verða á næstu árum. Búið er við að aukning ferðamanna í Evrópu verði um 4 1/2% til ársins 2010. Eins og áður hefur komið fram hefur aukningin verið um 11% seinustu fimm árin, en 7 til 8% seinustu 10 árin. Ef aukningin verður 4% á ári munu tæplega

404.000 erlendir ferðamenn koma til Íslands árið 2010. Ef aukningin verður 5,5% verða erlendir ferðamenn hér á landi tæplega 453.000, verði aukningin 7% munu þeir verða tæplega 507.000. Aukist koma erlendra ferðamanna hins vegar um 10% fram til ársins 2010 munu rúmlega 632.000 erlendir ferðamenn koma til Íslands. Hóflengt er því að áætla að um 500.000 erlendir ferðamenn muni koma til Íslands árið 2010. Tekjur af þessum 500.000 erlendu ferðamönnum yrðu þá á bilinu 60 til 63 milljarðar. Ljóst er að afar brýnt er að fjölga komu erlendra ferðamanna hingað til lands yfir vetrarmánuðina. Hér er átt við tímabilið frá október til loka mars eða samtals 6 mánuði. Til þess að svo megi verða þarf að auka og bæta framboð afþreyingar. Snar þáttur í afþreyingu ferðamanna er að fara á veitingahús og kynnast matarmenningu þjóðarinnar sem heimsótt er. Stór þáttur í eyðslu erlendra ferðamanna er í mat. Ekki liggja fyrir ábyggilegar upplýsingar um hvað erlendir ferðamenn eyða háum fjárhæðum í máltíðir á meðan þeir dveljast hér á landi. Gistinætur erlendra ferðamanna eru um það bil 1,2 milljónir. Ef hver gestur snæðir tvær máltíðir á dag og eyðir um 1800 krónum í mat, sem er mjög varlega áætlað, þá eyða erlendir ferðamenn í það minnsta um 4,3 milljörðum króna í mat á ári hér á landi. Með fjölgun erlendra ferðamanna hingað til lands, þróun og markaðssetningu íslenskra matvæla og íslenska eldhússins, mun þessi fjárhæð geta orðið töluvert hærri. Erlendir ferðamenn eru þýðingarmikill hópur neytenda. Með markvissum aðgerðum má auka neyslu þeirra nokkuð á íslenskum matvælum og fá þá til að verja meira fé í mat – áhugaverða íslenska rétti sem þeir eiga í fæstum tilfellum kost á að fá heima. Mikilvægur þáttur í að kynna menningu hvernar þjóðar er að kynnast matarmenningu hennar.

Sagan

Saga íslenskrar matargerðar er tiltölulega stutt og fáttækleg. Litlar heimildir eru til um matvæli og neysluvenjur íslensku þjóðarinnar fyrstu aldir Íslandsbyggðar. Flestir landnámsmennirnir komu frá Noregi, fæði þeirra hefur því veið svipað hér á landi og þeir áttu að venjast á heimaslóðum. Telja má víst að landbúnaðarafurðir hafi verið megin uppistaðan í fæði Íslendinga fram á 14. öld. Þá hefur villibráð verið algengur matur hér á landi frá upphafi Íslandsbyggðar. Landnámsmennirnir fluttu með sér frá búum sínum í

Noregi og Bretlandseyjum, sauðfé, geitur, nautgripi, svín, hænsni og jafnvel endur. Fæði landnámsmanna hefur því verið fjölbreytt.

Úr mjólkinni voru unnar ýmsar afurðir. Mjókin sem um var að ræða var kúamjólk, sauðamjólk og geitamjólk. Ostagerð var töluverð á fyrstu öldum byggðar. Úr mjólkinni var búið til smjör, skyr, sýra, ábrystir, ostar, súrmjólk, sauðabykkni og flautir. Ostarnir voru vinsælir, sennilega voru þeir gerðir úr súrmjólk. Í fóstbræðrasögu er sagt frá fornum osti (harður ostur) sem borinn var á borð fyrir þá Þorgeir og Butralda í Gjörvudal. Dæmi eru um að ostar hafi verið bragðbættir með fjallagrösum og síðar kúmeni. Ostagerð lagðist nær algjörlega af hér á landi á 18. öld.

Í fyrstu þekktu landnámsmennirnir lítið til aðstæðna hér á landi. Hið sveiflukenna veðurlag hér hefur án efa komið þeim á óvart. Nýting sjófugla, veiðar í ám og vötnum hafa verið þýðingarmikill þáttur í öflun matvæla á fyrstu árum byggðar hér á landi. Hrafna Flóki gleymdi að heyja vegna þess að hann var upptekinn við fiskveiðar. Má vera að hann sé fyrsti Íslendingurinn sem gripinn var laxveiðiástríðunni. Fyrir utan sjófugla hafa landnámsmennirnir veitt sel og snarað rjúpur. Álfir og gæsir voru veiddar þegar fuglarnir voru í sárum. Ekki eru neinar ábyggilegar heimildir um hvenær Íslendingar fóru að stunda bjargsig. Heimildir eru þó til um að Íslendingar hafi farið að síga í björg á 13. öld. Egg villtra fugla hafa verið kærkomið nýmeti á vorin og skipt miklu máli fyrir fólkið sem bjó nálægt fuglabjörgum og þeim stöðum þar sem auðvelt var að tína egg.

Landnámsmennirnir hafa væntanlega fljótlega gert sér grein fyrir því hvað hafið í kringum landið er mikil matarkista. Þrátt fyrir frumstæð veiðarfæri og fátæklega útbúin skip og báta hafa þeir fljótlega farið að sækja sjóinn af kappi. Mikilvægi sjávarútvegsins verður þó fyrst gífurlega þýðingamikil fyrir Íslendinga þegar þeir fara að selja fisk til útlanda. Heimildir eru til um íslensk skreiðarskip í Yarmouth á Englandi þegar árið 1224. Eina þekta geymsluaðferðin var að þurrka fiskinn. Harðfiskur varð því snemma ein mikilvægasta fæðutegund íslensku þjóðarinnar. Fólkið borðaði harðfisk á svipaðan máta og menn neyta brauðs og smjörs í dag. Á 18. öld var harðfiskur hluti af öllum máltíðum dagsins á íslenskum heimilum. Lifrin var afar mikilvægt hráefni. Hún var brædd og notuð sem ljósmeti og sem viðbit í staðinn fyrir smjör. Skelfiskur var lítið nýttur til matar hér á landi nema þá helst í hallæri. Þó eru nokkur dæmi um nýtingu hans í Breiðafjarðareyjum

og á Vesturlandi. Mikill fengur þótti ef hval rak á land saman ber orðið hvalreki sem hafði svipaða merkingu í gamla daga og að vinna í happdrætti í dag. Hvalkjötið hefur verið gott búsiðlag og bjargað mörgum Íslendingnum frá því að verða hungurmorða. Ein athyglisverðasta nýting matvæla hér á landi er kæsing og verkun hákarls. Segja má að verkun hákarls með því að kæsa hann sé stórsnjöll aðferð til að rotverja hákarlinn og gera hann neysluhæfan. Kæstur hákarl þótti herramannsmatur. Var hann talinn hafa undramátt og lækna ýmsa kvilla sérstaklega magasjúkdóma. Dýrmætust var þó lifrin úr hákarlinum, var hún brædd og var hákarlalýsi um tíma ein þýðingarmesta útflutningsafurð Íslendinga.

Landnámsmennirnir fóru fljótlega að reyna að rækta korn. Kornræktin hefur á fyrstu öldum Íslandsbyggðar verið nokkuð almenn og gengið sæmilega. Hún lagðist þó smá saman af, einkum vegna kólnandi veðurfars. Fljótlega var því farið að flytja inn korn og mjöl til Íslands. Rúgmjöl var flutt inn frá Danmörku, byggmjöl frá Noregi og hveitimjöl frá Englandi. Þessi innflutningur var þó takmarkaður og lagðist fljótlega af. Brauð og grautar voru því sjaldséður matur hér á landi. Um tíma lítur út fyrir að mjöl hafi hreinlega ekki verið til hér á landi. Eins og áður sagði kom harðfiskurinn í staðinn fyrir brauðið. Íslenskum bændum var þó alltaf kunnugt um að það hafði verið ræktað korn hér á landi. Af og til var melkorn nýtt til matar í Skaftafellssýslum. Lengst af var reynt að rækta bygg hér á landi. Byggærkt var þó að mestu aflögð fyrir 1600. Tilraun til að rækta bygg hófst aftur hér á landi 1883. Niðurstöður þeirra tilrauna voru þær að það þyrfti 98 daga frá því að bygginu var sáð og þar til að það var fullvaxta. Byggærkt var því talin nær vonlaus hér á landi. Bygg er nú ræktað með góðum árangri á Fljótsdalshéraði.

Hvönn, fjallagrös og söl voru helstu matjurtir Íslendinga í aldaradír. Hvönnin þótti afar góð til átu og að auki er hún mjög holl. Í hvönninni er töluvert af C vítamíni. Hvönnin dafnar vel í íslenskri náttúru og vex hún víða um land. Þrjár tegundir af hvönn vaxa á Íslandi. Ætihvönn, geithvönn og sæhvönn. Margir staðir hér á landi eru kenndir við hvönnina. Nefna mætti Hvanná, Hvanneyri, Hvannatinda Hvannadali. Hvönnin var mjög mikið nýtt hér á landi sérstaklega á Hornströndum og í Skaftafellssýslu. Nokkur dæmi eru að bændur hafi ræktað hvönn. Eggert Ólafsson og Bjarni Pálsson segja í ferðabókinni frá 1752 að á seinni árum hafi menn, einkum í Rangárvallasýslu, aftur tekið upp þann sið að sá hvönn heima við bæinn. Hvönnin er bragðmikil jurt og því kærkomið krydd og nýmeti á öldum áður þegar kosturinn var einfaldur og fábrotinn. Líklegast hefur

fólkinu orðið gott af hvönninni því hún hefur í aldaðir verið vinsæl lækningajurt í Evrópu. Rannsóknir Sigmundar Guðbjarnarsonar prófessors hafa sýnt að í hvönninni eru ýmis virk efni sem örva ónæmiskerfið. Söl voru mikið notuð til matar á árum áður. Söl eru mjög holl, í þeim eru ýmis efni t.d. c- vítamín. Þá voru fjallagrös mikið notuð til matar hér á landi og eins og í hvönn og sölum eru þar ýmis hollustuefni. Talið var að fjallagrasate væri gott við kvefi og meltingatruflunum. Fjallagrösín eru styrkjandi fyrir ónæmiskerfið og draga úr hættunni á ýmsum öndunarfæra og bólgusjúkdómum. Hvönn, fjallagrös og söl voru því ekki eingöngu þýðingarmikil matvæli og krydd heldur ekki síður helstu fæðubótarefni, lyf og vítamín íslensku þjóðarinnar í aldaðir. Af öðrum jurtum sem nýttar voru til mannelis hér á landi mætti nefna skarfakál, aðalbláber, bláber og krækiber. Berin voru ávextir Íslendinga. Berjaskyr var helsta síðsumarssælgæti Íslendinga í aldaðir. Sveppir voru ekki nýttir til matar hér á landi svo vitað sé. Eggert Ólafsson nefnir þó sveppakál og telur hann að sveppir hafi verið nýttir á öldum áður. Séra Björn Halldórsson í Sauðlauksdal segir frá því að sveppi megi nota til matar og megi geyma þá í mjólkursýru. Ugglaustr hefur þeim Eggerti og Birni í Sauðlauksdal verið kunnugt um að sveppir voru nýttir til matar á meginlandi Evrópu. Þá eru til heimildir um að fíflarætur og hundasúrur hafi verið nýttar til matar hér á landi. Notkun þessara jurta var þó aldrei almenn. Helstu jurtir sem notaðar voru sem krydd hér á landi voru blóðberg, túnfíflsblöð, skessujurt og túnsúrur og svo eins og áður sagði hvönn og fjallagrös. Hvannablöð voru notuð í sósur með fiski. Hvannarætur voru borðaðar með harðfiski og sölum. Lifrarpýlsa var stundum krydduð með kúmeni. Egg voru soðin og geymd í mjólkursýru. Maturinn var allt fram til loka 18. aldar frekar fábrotinn og einfaldur. Nánast ekkert framboð var af innfluttum kryddum. Fólkið reyndi því að nýta íslenskar jurtir eftir mætti til þess að bragðbæta matinn. Líklegast hefur nokkuð verið ræktað af ýmsum tegundum jurta við klaustrin sem hér voru. Ekki eru til neinar heimildir um garðrækt við klaustrin. Við bæinn Skáney í Borgarfirði vex villilaukur (*Allium Alercium*). Villilaukurinn er náskyldur graslauk, hann hefur sennilega verið fluttur hingað til lands sem lækningajurt. Eftir að garðrækt legst af við klaustrin hefst hún ekki aftur hér á landi fyrr en með gróðurtílaunum séra Björn Halldórssonar í Sauðlauksdal. Séra Björn er talinn hafa verið fyrstur manna hér á landi til að rækta kartöflur árið 1760. Heimildir eru til um að Svíinn F.W. Haster barón, en hann var tílraunastjóri við kynbótastöðina við

Ellidavatn, hafi ræktað kartöflur í garðinum við Bessastaði árið 1758. Nokkur garðrækt var á Bessastöðum, þar voru ræktaðar nokkrar tegundir af grænmeti. Kartöflur voru það grænmeti sem hvað mestri útbreiðslu náði á skemmstum tíma hér á landi. Árið 1800 voru 283 kartöflugarðar hér á landi. Árið 1810 voru þeir 1194 og árið 1863 voru þeir 6032. Verulegur skriður komst ekki á garðrækt hér á landi fyrr en Schierbeck landlæknir beitir sér fyrir stofnun hins íslenska garðyrkjufélags 1885. Af öðru gænmæti en kartöflum sem ræktaðar voru hér á landi af einhverju ráði, má nefna rófur, næpur og rabbabara.

Helsti drykkur Íslendinga í aldaðir var mjólkursýra eða mysa. Víða tíðkaðist að bragðbæta mysuna með því að setja í hana ber. Á efnameiri heimilum var þó drukkin mjólk. Sagt er að Jón Grænendingabiskup hafi kennt Íslendingum að búa til messuvín úr krækiberjum. Seinna bannaði páfin í Róm notkun þessa víns við kirkjulegar athafnir. Sem messuvín skyldi aðeins nota vín sem framleitt var úr vínþrúgum. Saftgerð úr berjum varð aldrei almenn hér á landi fyrr en á 19. öld. Á miðöldum var bruggaður bjór hér á landi, malt var flutt inn til landsins. Öl, bjór eða mjöður var fyrst og fremst drukkin til hátíðabrigða. Bjórdrykkja varð því aldrei almenn hér á landi og lagðist hún því fljótt af. Brennivín var fyrst flutt til Íslands um miðja 16. öld. Varð brennivínið fljótt eftirsóttur varningur. Brennivín var þó ekki framleitt hér á landi fyrr en í upphafi 20. aldar. Helstu drykkjaföng Íslendinga hafa því fram til byrjunar 20. aldarinnar verið mysa og vatn. Mysan gegndi afar mikilvægu hlutverki í íslenskri matargerð. Matvæli voru geymd í henni og hún var einnig á vissan hátt nokkurs konar krydd. Saltskortur var alla tíð hér á landi. Saltfiskverkun hefst ekki hér á landi fyrr en árið 1760. Saltkjöt og saltfiskur verða ekki heimilismatur hér á landi fyrr en um miðja 19. öld. Íslendingar bættu sér því upp saltleysið með því að geyma matvælin í súrri mysu. Segja má að helsta einkenni íslenska eldhússins fyrr á öldum hafi verið geymsla matvæla í mjólkursýru og saltleysið. Í lok 14. aldar var Ísland orðið skóglaut land. Það skýrir meðal annars saltleysið hér á landi. Sjóða þurfti sjó til að fá salt. Það vantaði hreinlega eldivið og mönnum hafði ekki hugkvæmst að nota jarðhitavatn eða gufur til að framleiða salt. Sykur var einnig óþekktur hér á landi fyrr en á 19. öld. Hunang var flutt inn til landsins í litlu mæli og notað sem sykur.

Þá var alla tíð töluverður skortur á matarlátum, pottum, pönnum og kötlum hér á Íslandi. Innflutt flát voru mjög dýr. Eitt af þýðingarmiklum einkennum íslenska eldhússins var að sauðkindin var gjörnýtt. Kjötið var soðið, oftast í súpu. Það var ekki

fyrir en á síðari hluta 19. aldar að farið var að steikja mat hér á landi. Eitthvað var um það að kjötið var reykt en það var ekki fyrir en á síðari öldum.

Á fyrstu öldum Íslandsbyggðar hefur fæði þjóðarinnar verið fjölbreyttara en síðar varð. Eins og áður hefur komið fram eru til litlar heimildir um neysluvenjur Íslendinga á miðöldum. Af þeim fátæklegu heimildum sem þó eru til má sjá að töluvert úrval matvæla hefur verið á boðstólum. Í Hænsna Þóris sögu segir frá því að Þórir hafi selt hænsn. Um miðja 18. öld voru hins vegar hænsni aðeins til á einum stað á landinu – í Örafasveit. Á 16. öld eru svín ekki lengur til hér á landi né aligæsir. Kólnun sem hófst á síðari hluta miðalda hafði veruleg áhrif á náttúru landsins og allan landbúnað. Í móðuharðindunum urðu nánast engin fjallagrös eftir hér á landi. Nýlendukúgun, hallæri, eldgos, hafís og drepsóttir bættu heldur ekki úr skák. Hungursneyðir herjuðu á þjóðina, segja má að hungur hafi verið landlægt hér á landi í aldir. Á slíkum tímum verða litlar framfarir eða þróun á sviði matargerðarlistar.

Íslensk matvæli

Sé miðað við nágrannaþjóðirnar í austri og vestri eru tegundir matvæla fáar hér á landi. Fáar tegundir eru framleiddar hér innanlands og innflutningur á matvælum er mjög takmarkaður. Hér á eftir skulu nefndar þær tegundir matvæla sem yrðu uppistaðan í íslenska eldhúsinu, matvæli sem telja má séríslensk.

Lambakjöt

Fyrir utan fisk nýtur íslenska lambakjötið hvað mestra vinsælda á meðal erlendra ferðamanna. Íslenska lambakjötið hefur sterk sér einkenni. Erlendir matreiðslumenn sem kynnst hafa íslenska lambakjötinu telja það mun líkara villibráð en það lambakjöt sem er á markaðnum í Evrópu og í Bandaríkjunum. Ástæðan er fyrst og fremst sú að íslenska lambið nærst ekki á tilbúnu fóðri né gengur neitt að ráði á ræktuðu landi. Lömbin ganga sjálfala úti í náttúrunni og éta kjarnmikinn gróður, fyrst á láglandi og svo upp til fjalla. Það má því segja að eins og önnur villibráð þá nærst lambið á gróðri sem kryddar kjötið og gefur því sérstakt bragð. Þá skiptir það miklu máli hvað varðar kynningu á íslenska

lambinu hvað hreint og ómengað kjötið er. Það er laust við vaxtahormóna, sýklalyf og skordýraeitur. Lambakjötið má matreiða á ótal vegu. Helst er hægt að fá íslenskan blæ á rétti úr lambakjöti með því að nota íslenskar kryddjurtir, eins og til dæmis blóðberg, túnfífilsblöð og skessujurt. Í sósur mætti nota bláber og aðalbláber. Allt fram til loka 19. aldar var það nánast óþekkt að kjöt væri steikt hér á landi. Íslenska kjötsúpan er því rammíslenskur réttur. Kjötsúpur af ýmsu tagi eru vinsæll matur víða um heim. Evrópubúar þekkja vel til slíkra rétta. Íslensku kjötsúpuna má eflaust þróa enn frekar og nota í hana meira af íslensku hráefni eins og byggi sem nú er farið að framleiða hér á landi með góðum árangri. Saltkjöt er vinsæll alþýðumatur í Evrópu t.d. saltað svínakjöt. Saltkjöt og baunasúpur eru til í Þýskalandi og víða í mið Evrópu. Úr söltuðu lambakjöti má útbúa ljúffenga einfalda rétti. Nefna mætti soðið saltkjöt með ýmsum tegundum af soðnu grænmeti, kryddað með piparrót eða hvönn. Nokkuð hefur dregið úr vinsældum reyktis kjöts í hinum vestræna heimi. Reykt og saltað kjöt er ekki talið hollt. Undantekning er þó reykt og þurrkuð svínaskinka. Tapasréttir eða smáréttir af ýmsum toga njóta nú mikilla vinsælda. Reykt og þurrkað kjöt er vinsælt hráefni í slíka smárétti og í forrétti. Lítið úrval er af reyktum lambakjötsréttum hér á landi fyrir utan hangikjöt og reyktu rúllupylsu. Magáll er gamall íslenskur réttur sem mætti kynna og þróa enn frekar. Miklir möguleikar eru í að þróa reyktar afurðir úr lambakjöti. Kjötið er verkað á svipaðan hátt og hangikjöt en framleiðsluferillinn er þó flóknari. Gjarnan er notað kjöt af fullorðnum skepnum t.d. mætti nota sauða- og ærkjöt. Kjötið er saltað og kryddað, þá er það reykt og því næst hengt upp og þurrkað í mislangan tíma. Ítalir, Spánverjar og aðrar þjóðir í Suður- og Mið-Evrópu hafa náð mikilli leikni í að verka kjöt á þennan hátt, í því sambandi mætti nefna Parma skinkuna ítölsku. Galdurinn liggur í gæðum kjötsins, reykaðferðinni og að þurrka kjötið við bestu mögulegu skilyrði. Í Portúgal og á Spáni þykir reykt og þurrkað villisvínakjöt mikið lostæti. Án efa mætti ná fram einstökum bragðgæðum með því að krydda, reykja og þurrka íslenskt lamba- ær- og sauðakjöt. Nokkrar tilraunir hafa verið gerðar á verkun kjöts á þennan hátt og lofa þær góðu. Fyrirtækið Fjallalamb á Kópaskeri hefur framleitt öndvegis vörur úr lambakjöti í því sambandi mætti nefna „Græningja” sem er kryddaður og þurrkaður vöðvi. „Æringja” sem er grafið sauðafille, „Höfðingja” sem er taðreyktur og þurrkaður sauðalundur. „Lærling” sem er taðreyktur sauðalærvöðvi og loks „Fiðling” sem er kryddað og þurrkað

sauðalæri. Þetta eru vörur í háum gæðaflokki. Nauðsynlegt er þó að þróa þessa framleiðslu enn frekar og fleiri vöruflokka. Reykt, þurrkað og kryddað lambakjöt má tilreiða á ýmsa vegu sem forrétti, sem álegg ofan á brauð og sem skyndibita. Þá er reykt og þurrkað kjöt hentugur „minjagripur“ matvara sem ferðamenn gjarnan taka með sér heim. Mikilvægt er að nota ódýrt hráefni í einhvern hluta framleiðslunnar og framleiða vöruna í töluverðu magni svo hægt sé að ná niður verðinu. Pylsur og bjúgu er vinsæll matur í Mið- og Austur-Evrópu. Yfirleitt er svínakjöt aðal hráefnið í þessi matvæli. Í Tyrklandi og víðar t.d. í Alsír, Marokkó og Túnis eru hinsvegar framleiddar ljúffengar pylsur og bjúgu úr lamba- og kindakjöti. Hér á Íslandi hafa þessi matvæli ekki notið mikillar virðingar sem sælkeramatur heldur fyrst og fremst verið ódýr hversdagsmatur. Víðar í Mið- og Austur-Evrópu þykja hins vegar bjúgu og pylsur vera úrvals matur. Galdurinn liggur í að nota úrvals hráefni og rétt krydd. Hér er mikið verk óunnið í íslenskum matvælaíðnaði. Til eru ótal afbrigði af pylsum og bjúgum. Bjúgun eru iðulega reykt og í sumum tilfellum þurrkuð og þá notuð sem álegg. Vissulega er íslenska „pulsan“ einn vinsælasti skyndibiti landsmanna og mun án efa vera svo um ókomin ár. Þróa mætti fleiri gerðir pylsa og bjúgna sem unnin yrðu úr lambakjöti. Pylsur og bjúgu eru tiltölulega ódýr matur sem auðvelt er að matreiða. Blóðmör og lifrapylsa eru þekkt matvæli um allan heim. Margar þjóðir heims t.d. Frakkar og Þjóðverjar líta á blóðmör sem mat fyrir sælkera. Í þessum löndum er yfirleitt notað svínablóð í blóðmörinn. Hefð er fyrir því að krydda blóðmör með jurtakryddi eða bragðbæta á annan hátt. Í Evrópu er blóðmörinn yfirleitt eins og bjúga í laginu en ekki keppur eins og hér þekktist. Þróa þarf íslenska sláturgerð enn frekar og aðlaga hana að einhverju leyti að hefðum Mið-Evrópubúa. Blóðmör og lifrapylsa er tiltölulega ódýr matur og því tilvalinn skyndibiti. Innmatur eins og lifur og nýru eru ódýrar og eftirsóttar afurðir í Evrópu. Lambalifur og nýru þykja mikið lostæti í Bretlandi og Frakklandi. Íslenskir matreiðslumenn kunna mjög vel að matreiða ljúffenga rétti úr þessum hráefnum. Það er hinsvegar sjaldséðir réttir úr lambalifur og nýrum á íslenskum veitingahúsum. Ástæðan er fyrst og fremst sú að Íslendingar virðast ekki lengur kunna að meta þennan holla og góða mat. Reynandi væri hinsvegar að beina réttum úr lambalifur og nýrum að erlendum ferðamönnum, því eins og áður sagði er þetta ódýr matur sem mörgum útlendingum finnst ljúffengur og þekkjast vel til. Af öðrum innmat mætti nefna bris er þykir mjög ljúffengt. Sjálfsagt er að bjóða

útlendingum sviðasultu en í öllum eldhúsum heimsins eru höfuð dýra nýtt. Í Evrópu er venjulega gerð sulta úr svínshausum en einnig úr kálfahausum.

Nautakjöt

Helstu kostir íslenska nautakjötsins er hvað það er hreint og ómengað. Þá hafa gæði þess stöðugt orðið betri. Matreiðsla á nautakjöti er frekar einföld. Varla er því gerlegt að útbúa sérstaka íslenska rétti úr því. Nautakjöt er uppistaðan í fæðu margra þjóða. Erlendir ferðamenn á Íslandi vita oft ekki að nautakjötið sem hér er á markaði er íslensk afurð, hrein og ómengið. Vegna tíðra búfjársjúkdóma í nautgripum á Englandi og á meginlandi Evrópu hefur töluvert dregið úr neyslu nautakjöts. Nauðsynlegt er því að halda frammi hreinleika og gæðum íslenska nautakjötsins, ugglaut myndi það freista margra erlendra ferðamanna að fá sér íslenska nautasteik.

Villibráð

Lítið úrval er af villibráð hér á landi miðað við það sem þekkist í Evrópu og í Bandaríkjunum. Orðið villibráð hefur að vísu nokkuð aðra þýðingu nú orðið. Sumstaðar t.d. í Bandaríkjunum og í Bretlandi eru vissar tegundir villibráðar bannaðar sem markaðsvara. Í Bretlandi má hvorki selja kjöt af villigæsum á veitingastöðum né í verslunum. Þess vegna er víða farið að „rækta“ villibráð og sleppa henni svo lausri út í náttúruna þar sem hún er síðar meir veidd. Meðal dýrategunda sem eru aldar á þennan hátt mætti nefna hirti, fasanna, akurhænur og endur. Í hugum margra Íslendinga geta dýr sem alin eru á þennan hátt varla talist villibráð, en það er nú önnur saga. Villibráð er yfirleitt á boðstólum á haustin og er hún ávallt frekar ódýr matur. Eins og áður sagði er framboð af villibráð frekar lítið hér á landi. Helgast það helst af því að fáar tegundir veiðidýra eru hér. Ekki eru til neinar áreiðanlegar heimildir um hvað stór hluti er villibráð af matvælaneyslu Íslendinga. Líklegast er heildarmagnið um 17 tonn, sem jafngildir um 600 grömmum á mann á ári. Það eru um 2 til 3 máltíðir á ári. Rjúpur verða varla áberandi á matseðlum íslenskra veitingahúsa. Það sem iðulega er lítið framboð af rjúpu og hún mjög dýr. Hinsvegar er rjúpnasúpa bragðmikil og frábær villibráðaréttur sem auðvelt væri

að hafa á matseðlum íslenskra veitingahúsa á haustin. Gæsir eru algengur matur á veitingahúsum á meginlandi Evrópu, sömuleiðis endur. Hugsanlega væri hægt að nota evrópsku aðferðina hér á landi. Bændur myndu hirða egg villigæsa og láta unga þeim út. Ungarnir yrðu svo aldir upp og fóðraðir að einhverju leyti. Vissulega er þetta ekki hreinræktuð villibráð en kjötið yrði jafnara að gæðum og hentaði því betur til sölu á veitingahúsum. Íslenska hreindýrakjötið er einkar ljúffeng villibráð. Það er lítið framboð af hreindýrakjöti á markaðnum því flestir veiðimenn nýta sjálfir kjötið. Þá er það mjög dýrt. Hugsanlega gæti íslenskt hreindýrakjöt verið á matseðlum íslenskra veitingahúsa einhvern tíma á hasutin. Hentugast væri þó að það yrði fyrst og fremst á boðstólum á Austurlandi, væri matur sem einkenndi austfirska eldhúsið, ef svo má að orði komast. Sú villibráð sem er mjög áhugaverð er sjófuglar. Íslendingar hafa nýtt sjófugla til matar frá upphafi Íslandsbyggðar og flestir stofnar sjófugla hér við land eru sterkir. Þær sjófuglategundir sem helst kæmu til greina að nýta eru langvía og lundi. Meðalþyngd lundabringu er 90 grömm og meðalþyngd langvíubringu er 190 grömm. Svartfugl er vissulega nokkuð algengur á matseðlum íslenskra veitingahúsa. Þetta hráefni þarf að þróa enn frekar. Svartfugl er svo sannarlega „íslenskt hráefni“, sem ekki er að finna á matseðlum veitingahúsa í nágrannalöndum okkar austan og vestan hafs. Erlendir ferðamenn þekkja því ekki þessi matvæli. Í flestum tilvikum er þetta hráefni, lundi og langvía áhugaverðast sem forréttir. Reyktur lundi er mjög góður til matar, þá er heitreyktur eða reyksóðinn svartfugl mjög góður. Svartfugl er tiltölulega ódýr. Hann er því mjög áhugavert hráefni. Þá eru egg svartfugls og annarra sjófugla mjög forvitnileg afurð. Allt fram á miðja 20. öldina voru egg villtra fugla mikilvæg fæða víða á Íslandi. Einkum átti þetta við um þær sveitir og þorp sem voru í nánd við fuglabjörg. Sjófuglaegg, einkum máfa og svartfugla eru ákaflega litskrúðug og falleg. Máfaegg eru töluvert nýtt í Bretlandi. Á vorin eru þau seld á Smithfield markaðnum í Lundúnum. Mörg veitingahús hafa máfaegg á matseðlinum. Alex Aitken eigandi veitingahússins Le Poussin suður af Lundúnum segir að villifuglaegg njóti sívaxandi vinsælda. Sjófuglaegg má matreiða á ýmsa vegu. Það má súrsa þau eins og tíðkaðist í gamla daga. Það má sjóða þau og setja í þau ljúffengar fyllingar eins og loðnuhrogn. Villifuglaegg eru elsti skyndibiti íslensku þjóðarinnar. Verð á sjófuglaeggjum er frekar hagstætt, þau eru

forvitnileg í augum erlendra ferðamanna. Hér er því um hráefni að ræða sem svo sannarlega á erindi á matseðla íslenskra veitingahúsa.

Lax og silungur

Lax er nú að verða sú tegund fisks sem hvað algengust er á matseðlum evrópskra og bandarískra veitingahúsa. Þessi lax er nær eingöngu eldislax. Sífellt minna framboð er af svo kölluðum villtum laxi. Þó er hægt að fá villtan lax á veitingahúsum í Skotlandi og örfáum veitingahúsum í Noregi, Danmörku og í Frakklandi. Nokkuð er um villtan lax á matseðlum kanadískra veitingahúsa, í flestum tilvikum er þó um að ræða aðrar tegundir en Atlandshafslax. Lítið framboð er af villtum laxi hér á landi og fer framboðið minnkandi ár frá ári. Villtur lax mun því varla skipta miklu máli á íslenskum veitingahúsum í framtíðinni. Mikið úrval er hins vegar af bleikju hér á landi. Mest af þeirri bleikju sem er á markaðnum hér á landi er eldisbleikja. Hefur náðst góður árangur í bleikjueldi hér á landi og er eldisbleikjan mjög gott hráefni. Vinsældir villibráðar eða matvæla sem ekki eru framleidd af mönnum og alin upp á fóðri mun aukast verulega á næstu árum. Þess vegna er íslenska villibleikjan áhugavert hráefni í íslenska eldhúsinu. Það er áhugavert með bleikjuna hvað umhverfið hefur mikil áhrif á hana. Þingvallahleikjan er öðruvísi á bragðið en bleikja úr Mývatni. Sjóbleikja er allt öðruvísi á bragðið en vatnableikja. Vissulega má matreiða bleikjuna á ótal vegu eins og allan annan fisk, en því fábreytilegri sem matreiðslan er því betri er hún. Mikilvægt er að hið sérstaka bragð bleikjunnar fái að njóta sín. Bleikjan er tiltölulega ódýrt hráefni sé miðað við annan fisk. Mörg góð bleikjuvötn eru á Íslandi, Bleikjuveiðar ættu því að geta orðið áhugaverð aukabúgrein fyrir íslenska bændur.

Fiskur

Það er íslenski fiskurinn sem vekur hvað mesta athygli á meðal erlendra ferðamanna sem sækja Ísland heim. Íslenskir matreiðslumenn hafa náð miklum árangri í matreiðslu fiskrétta. Varla er hægt að tala um neinar íslenskar hefðir í matreiðslu á fiski. Hins vegar eru ýmsir fiskrétir sér íslenskir þó svo að svipaðir réttir séu til annars staðar.

Þlokkfiskur er skemmtilegur og vinsæll réttur sem flestum þykir góður. Kinnfiskur og gellur er hráefni sem fáir útlendingar kannast við. Saltfiskur er vinsæll í kaþólska hluta heimsins, þá ekki síst meðal þjóðanna sem byggja löndin umhverfis Miðjarðarhafið. Úr saltfiski má matreiða margvíslega rétti. Í Portúgal eru þekktir í það minnsta 360 saltfisksréttir. Síld er vinsæll matur í Norður Evrópu. Svíar og Danir hafa náð mikilli leikni í matreiðslu á síld. Á Norðurlöndunum þykir íslenska síldin sú besta sem völ er á. Í Svíþjóð er talað um Íslandssíld þegar átt er við úrvals síld. Saltfiskur og síld eru dæmi um hráefni sem ætti að skipa veglegan sess í íslenska eldhúsinu. Eitt af einkennum íslenska eldhússins ætti að vera ferskleiki. Kappkosta ætti að hafa nýjan og ferskan fisk á boðstólum. Ferskur ófrosin fiskur er að verða sjaldséð munaðarvara t.d. í Mið- og Suður-Evrópu. Vinsældir fisks munu aukast verulega á komandi árum. Æ fleira fólk mun verða kunnugt um hollustu fisksins og mun meira mun verða af eldisfiski á fiskmörkuðunum. Einn af hornsteinum íslenska eldhússins á því að vera spennandi, ljúffengir og hollir fiskréttir sem unnir eru úr ferskum úrvalshráefni.

Mjólkurvörur

Ef hægt er að tala um einhvern mat sem er ekta íslenskur og hvergi til annars staðar, þá er það skyrið. Skyr hefur verið framleitt hér á landi frá því á Landnámsöld. Skyr hefur því verið gert annars staðar á Norðurlöndum. Langt er síðan að skyrgerð eins og hún er hér á landi var hætt í Skandinavíu. Skyr er bæði holl og góð mjólkurafurð. Nær allir þeir útlendingar sem bragða á íslensku skyri finnst það gott. Bakarar og matreiðslumenn hafa gert ljúffenga eftirrétti úr skyri, skyrkökur eru orðnar vinsælar hér á landi. En skyrið má nota á ýmsa vegu t.d. í morgunmat, sem skyndibita í hádeginu, sem nesti í ferðalagi og úr skyri má gera spennandi eftirrétti og bragðgóðar skyrtertur. Skyr gegnir þýðingarmiklu hlutverki í íslenska eldhúsinu. Það þarf að kynna skyrið fyrir erlendum ferðamönnum og gera það sýnilegra í verslunum og á veitingahúsum. Mikil þróun hefur verið í gerð íslenskra ostar undanfarin ár. Íslenskir ostar hafa hlotið ýmis verðlaun á erlendum matvælasýningum. Þeir ostar sem framleiddir eru hér á landi eru í flestum tilvikum svo kallaðir brauðostar, ábætisostum hefur þó fjölgað. Flestir ostarnir sem framleiddir eru í íslenskum mjólkurbúum eru eftir erlendum uppskriftum. Sér

Íslenskir ostar eru þó til, en þá þyrfti að auðkenna mun betur sem íslenska osta. Mikilvægt er að farið verði að framleiða sauðaosta hér á landi. Hefð er hér fyrir ostagerð úr sauðamjólki. Ostagerð úr sauðamjólki hefur þó legið niðri í hátt í tvær aldir. Af og til hafa þó verið gerðar tilraunir til að framleiða sauðaosta og hafa þær lofað góðu. Íslenska sauðamjólkin er kjarnmikil. Íslenskir sauðastar myndu því hafa nokkra sérstöðu hvað varðar bragð og gæði. Íslenska mjólkin er mjög áhugaverð afurð. Íslenski kúastofnin hefur verið nær algerlega einangraður frá því er land byggðist. Kynbætur með öðrum nautgripastofnum hafa verið stundaðar í Evrópu og Bandaríkjunum í langan tíma. Dr. Bryndís Eva Birgisdóttir matvælafræðingur fjallaði meðal annars um gildi næringar í forvörnum gegn sykursýki. Rannsóknir víða um lönd hafa sýnt að tengsl eru á milli kúamjólkurneyslu og sykursýki af gerð 1, sem er insúlín háð sykursýki. Þessi tengsl hafa hinsvegar ekki fundist hér á landi. Það er lægra magn af ákveðnum prótínum, sem hafa verið talin hugsanlegir sykursýkisvaldar í íslensku mjólkinni, en í mjólk frá hinum Norðurlöndunum. Upplýsingar af þessu tagi eru afar mikilvægar og nýtast vel við kynningu á íslenska eldhúsinu, en eins og áður hefur komið fram eru aðalsmerki þess hollusta og hreinleiki.

Íslenskar jurtir

Varla er hægt að tala um íslenskar leiðir í ræktun grænmetis og ávaxta. Íslenska grænmetið er þó kjarngott og bragðmikið. Það íslenska grænmeti sem hefur hvað mesta sérstöðu í augum erlendra ferðamanna er grænmeti sem ræktað er í gróðurhúsum sem hituð eru upp með jarðhitavatni. Margir útlendingar verða hissa þegar þeim er sagt frá því að Íslendingar rækti töluvert af grænmeti. Nú er farið að rækta jarðaber í gróðurhúsum austur á Flúðum. Þá eru ræktaðir hér sveppir í háum gæðaflokki og ýmis jurtakrydd. Mikilvægt er að skýra erlendum ferðamönnum frá því að grænmetið sé íslenskt og ræktað í gróðurhúsum. Best er ef sem mest af íslensku grænmeti gæti verið lífrænt ræktað. Þær jurtir sem helst voru nýttar hér á landi voru fjallagrös og hvannarót. Hvannarótin er mjög athyglisverð jurt bæði með hliðsjón af hollustu og bragði. Ilmurinn af hvönninni minnir á múskat, bragðið er flókið, minnis á lakkrís, sellerí, fennel og einiber. Eins og áður hefur komið fram er löng hefð fyrir nýtingu hvannar hér á landi. Hvannarætur voru grafnar úr

jörðu og notaðar til matar. Hvannaræturnar voru steiktar í smjöri eða á glóð. Þær voru snæddar með sölunum. Nýjar rætur voru borðaðar með harðfiski. Hvannaleggir voru settir í sykurlög og snæddir með rjóma. Þurrkuð hvannarót var mulin og notuð sem krydd á fisk. Þá þekktist að krydda brauð með hvönn. Hvannablöð voru notuð í sósur með fiski. Notkun hvannar var því margvísleg hér á árum áður. Fram á 19. öld var krydd nánast ófáanlegt hér á landi. Hvönnin hefur því verið nánast eina kryddið sem notað var. Kúmen var ræktað hhér á landi og notað sem krydd. Aðrar jurtir sem notaðar hafa verið til að bragðbæta mat voru blóðberg, fífilsblöð, skessujurt og túnsúrur. Hvönnin er áhugaverð kryddjurt sem full ástæða er að gefa frekari gaum. Þess má geta að hvönn var víða nýtt til matar og var hún mikilvæg matjurt í norðlægum löndum. Jafnframt því að vera lækningajurt. Saman gera graut úr saxaðri hvönn og þorskalifur. Í Noregi eru hvannastönglar sultaðir með sykri og ediki. Hvönnin hefur nú vikið fyrir ýmsum öðrum kryddum og matjurtum. Full ástæða er hinsvegar að fara að nota hvönnina aftur í íslenska eldhúsinu, möguleikarnir eru fjölmargir. Hægt er að nýta hana sem matjurt og sem krydd.

Þörungar

Fyrir á tímum voru þörungar töluvert nýttir til matar á Íslandi. Þær tegundir sem helst voru nýttar voru söl, maríukjarni, fjörugrös sjóarkræðar. Af sæþörungum hafa söl verið mikilvægust fyrir Íslendinga til manneldis. Í dag er neysla sæþörunga hverfandi lítil hér á landi. Við stendur Íslands vaxa um 250 tegundir botnþörunga. Um 20 tegundir íslenskra þörunga má með góðu móti nýta til manneldis. Neysla þörunga er mest í Asíu. Japan er það land í heiminum þar sem neyslan er hvað mest Ársneysla þörunga í Japan nemur um 700.000 tonnum. Kínverjar nýta þó mest þörunga af magni til í heiminum. Þörungar innihalda mikið af steinefnum og vítamínum. Þeir eru hitaeiningasnauðir en eru steinefnaríkasta fæða sem völ er á. Asískur matur hefur náð miklum vinsældum á Vesturlöndum. Áhrifa frá kínverskri, tailenskri og japanskri matargerð eru orðin áberandi í vesturlenskri matargerð. Þessi áhrif eru sýnilegust í notkun ýmissa krydda og í eldunaraðferðum. Á síðari árum hefur því áhugi vesturlandabúa á matreiðslu þörunga aukist nokkuð og þá ekki síst vegna hollustu þeirra. Þörungum má nota í brauð, súpur,

salöt, sósur og sem krydd. Í makróbíótísku fæði eru notaðir þurrkaðir þörungar sem nefnast kombu og nori og eru þeir seldir í verslunum hér á landi. Nota mætti íslenska þörunga í þessar vörur, beltisþara og purpurahimnu. Þörungarnir eru spennandi hráefni og vannýtt auðlind hér á landi. Í Japan eru fiskréttir iðulega bragðbættir með þörungum. Hér eru því áhugaverð sóknartækifæri og ættu þörungar að vera sýnilegir í íslenska eldhúsinu. Þörungar hér við land eru ómengaðir og einstaklega holl fæðutegund, eins og áður hefur komið fram. Verði réttir þar sem þörungar eru nýttir áberandi í íslenska eldhúsinu gæti skapast grundvöllur á framleiðslu þörunga til útflutnings. Þess vegna er mjög brýnt að hefja þróun rétta þar sem þörungar eru nýttir.

Íslenska eldhúsið

Miklar framfarir hafa orðið í íslenskri matargerð á seinustu 50 árum. Breytingarnar urðu þó ápreifanlegastar um og eftir seinna stríð. Þá fór að gæta bandarískra áhrifa hér á landi. Miklar breytingar urðu í neysluvenjum Íslendinga upp úr 1970. Reglur um vínveitingar voru rýmkaðar til muna. Þessi reglugerðarbreyting hafði í för með sér að í Reykjavík, og síðar úti á landi, fjölgaði veitingahúsum verulega. Fram til 1960 voru flestir veitingastaðir sem höfðu vínveitingaleyfi innan gistihúsa, eina undantekningin var veitingahúsið Naustið. Á árunum frá 1960 til 1980 voru rekin veitingahús sem höfðu vínveitingaleyfi. Þetta voru þó fremur skemmtistaðir sem flestir voru aðeins opnir um helgar. Eftir reglugerðarbreytingar á tímabilinu 1975 til 1985 fjölgaði verulega minni veitingahúsum sem höfðu vínveitingaleyfi og tiltölulega lágt verð á mat eða réttara sagt mun lægra verð en tíðkaðist á þeim vínveitingahúsum sem fyrir voru. Þessir nýju veitingastaðir voru vel sóttir og nutu mikilla vinsælda. Í þessu sambandi mætti nefna veitingahúsin Torfunna og Hornið. Á þessum árum urðu töluverðar viðhorfsbreytingar hjá þjóðinni á ýmsum sviðum. Komið var íslenskt sjónvarp og um svipað leyti eða upp úr 1960 hófust hópferðalög til útlanda og þá einkum til Spánar. Mikil aukning varð í ferðum til sólarlanda um og eftir 1970. Í þessum ferðalögum kynntust Íslendingar menningu annarra þjóða, einkum þjóðanna við Miðjarðarhaf. Þeir kynntust einnig matarmenningu þjóðanna og neyslu léttvína. Íslendingar voru eins og aðrar Norðurlandabúar fljótir að tileinka sér nýjar neysluvenjur. Nú þótti ekkert tiltökumál að fara á veitingahús í miðri

viku, snæða góðan mat og fá sér glas af víni. Með fjölgun veitingahúsa jukust verulega atvinnutækifæri íslenskra matreiðslumanna. Margir þeirra vildu auka menntun sína og fóru til náms og starfa erlendis. Nokkur íslensk veitingahús fengu erlenda matreiðslumenn í heimsókn. Hinar svokölluðu þjóðarvikur voru vinsælar á stærri veitingahúsum á árunum 1980 til 1990. Franski matreiðslumaðurinn Francois Fons var ráðinn matreiðslumaður á Hótel Sögu 1973 og hafði hann mikil áhrif á þá ungu matreiðslumenn sem unnu undir hans handleiðslu. Með rýmkun tollalaga hófst innflutningur á ýmsum matvælum og vörum sem ekki höfðu verið til hér á landi. Mestu máli skipti fyrir veitingahúsin aukið framboð af innfluttu fersku grænmeti. Árið 1996 var kennslu matreiðslumanna breytt á ýmsan hátt, skólinn varð deild í Menntaskólanum í Kópavogi og heitir nú Hótel og Matvælaskólinn. Þar var sameinuð menntun þjóna, bakara, kjötiðnaðarmanna og matreiðslumanna. Námið varð markvissara og fjölbreyttara og kennsluaðstaðan eins góð og best var á kosið. Árangurinn lét ekki á sér standa. Íslenskir matreiðslumenn fóru að vekja athygli erlendis. Þeir fóru að vinna til verðlauna í matreiðslukeppnum og á matvælasýningum. Íslenskum mat og fagþekkingu íslenskra matreiðslumanna er iðulega getið í erlendum fjölmiðlum. Áhugi almennings á mat, matreiðslu og léttum vínnum hefur stóraukist á undanförunum árum. Nánast allir íslenskir fjölmiðlar fjalla um þetta efni. Í sjónvarpi og útvarpi eru matreiðsluþættir. Í dagblöðum og tímaritum eru girnilegar uppskriftir, pistlar um vín og veitingahús. Tímaritið Gestgjafinn er sérřit um matvæli, matreiðslu og vín. Í dag eru starfandi hér á landi fjöldi matar- og vínklúbba. Matreiðsla og létt vín eru áhugamál fjölda Íslendinga, karla jafnt sem kvenna. Fyrir 1960 varð það harla fátítt að íslenskir karlmenn hefðu matreiðslu sem áhugamál. Matreiðsla á heimilum var talin vera kvenmannsverk. Fáir íslenskir karlmenn tóku þátt í heimilisstörfum með því að kaupa í matinn og matreiða fyrir fjölskylduna og gesti. Með auknum innflutningi á grillum upp úr 1980 má segja að breyting hafi orðið á þátttöku íslenskra karla við heimilisstörfin. Að grilla eða glóðasteikja varð karlmannsverk. Annar mikilvægur þáttur í þessum efnunum er að með stóraukinni þátttöku íslenskra kvenna í atvinnulífinu urðu hjónin að skipta heimilisverkunum á milli sín. Matarinnkaup og matargerð er nú ekki síður í verkahring karla en kvenna.

Þegar hagar almennings hefur versnað vegna samdráttar í þjóðarbúskapnum hefur það haft veruleg áhrif á veitingahúsageirann. Mörg veitingahús hafa þá hætt starfsemi,

orðið gjaldþrota eða skipt óvenju oft um eigendur. Þessar breytingar hafa meðal annars haft það í för með sér að svo kölluðum skyndibitastöðum hefur töluvert fjölgað. Þá eru margar verslanir farnar að selja heitan mat. Þrátt fyrir töluverðar sviptingar í veitingahúsageiranum hefur fyrirtækjum sem reka gisti og veitingahús fjölgað verulega undanfarin ár. Gistihús með veitingasölu voru 56 árið 1996, en 106 árið 2001. Matsölustaðir voru 211 árið 1996 en þeir voru orðnir 361 árið 2001. Fyrirtæki sem selja tilbúinn mat voru 19 árið 1996 en 29 árið 2001. Þá hefur orðið mikil aukning í framleiðslu og sölu ýmissa skyndibita. Vinsælustu réttirnir eru pítsur. Áætlað er að íslenski pítsumarkaðurinn velti um 2 miljörðum króna á ári. Til viðbótar eru svo fluttar inn til landsins pítsur fyrir um það bil 300 miljónir króna á ári. Aðrir vinsælir hraðréttir eru pasta af ýmsum gerðum og samlokur. Þá hafa vinsældir austrænna rétta aukist verulega á undanförunum árum, eins og víðast hvar annars staðar í hinum vestræna heimi. Á síðari árum hefur fólki frá Asíu fjölgað hér á landi, einkum frá Tailandi og Filippseyjum. Nokkrir Tailenskir veitingastaðir eru starfandi hér. Skyndibitinn er því í verulegri sókn hér á landi. Þessi breyting á neysluvenjum þjóðarinnar hefur haft veruleg áhrif á holdafar Íslendinga. Samkvæmt rannsóknum Hjartaverndar hafa Íslendingar á aldrinum 45 til 64 ára þungst um 7 kg að meðaltali á seinustu 20 árum. Flest bendir til þess að enn muni þjóðin þungjast. Samkvæmt rannsóknum sem Brynhildur Briem lektor við Kennaraháskóla Íslands hefur gert eru íslensk börn að þungjast um of. Árið 1938 voru 0,7% 9 ára drengja of þungir en 18% þeirra 1998. 3,1% stúlkna töldust of þungar 1938 en 19,7% árið 1998. Samfara offitu eykst tíðni ýmissa hættulegra lífsstíllssjúkdóma. Í þessu sambandi má benda á það að 40.000 Íslendinga taka hjarta og æðasjúkdómalyf daglega vegna hjartabilana og háþrýstings. Með aukinni neyslu skyndibita virðist neysla gosdrykkja einnig aukast. Árið 1999 drakk hvert mannsbarn á Íslandi 160 lítra af gosdrykkjum sem er Evrópumet og með því mesta sem gerist í heiminum. Jákvæð þróun í neysluvenjum gesta íslenskra veitingahúsa er að vinsælir fiskréttir hafa aukist töluvert undanfarin 20 ár. Frá því að Fiskmarkaðir tóku til starfa er auðveldara fyrir veitingamenn að fá meira úrval af ferskum fiski en áður. Aukning erlendra ferðamanna hér á landi undanfarin ár er mikilvægur þáttur í þessari þróun. Fiskur er yfirleitt vinsælasti maturinn á meðal erlendra ferðamanna sem heimsækja Ísland. Fiskréttir eru yfirleitt ódýrari á íslenskum veitingahúsum en kjötréttir. Íslenski fiskurinn er töluvert betra hráefni og því

ljúffengari en erlendir ferðamenn eiga að venjast í heimalöndum sínum. Þá er fiskur orðinn vel þekkt hollustuvara í hinum vestræna heimi. Hinsvegar er það afar neikvætt að fiskneysla á íslenskum heimilum hefur minnkað nokkuð á undanförmum árum. Jákvæð þróun í neysluvenjum þjóðarinnar er að neysla grænmetis hefur vaxið um 30% á undanförmum 30 árum. Nú eru starfandi í Reykjavík 6 veitingahús sem aðeins hafa grænmetisrétti á boðstólum. Slíkur rekstur hefði verið nær óhugsandi fyrir um það bil 10 árum síðan. Þrátt fyrir þessa aukningu á neyslu grænmetis neyta Íslendingar minnst af grænmeti og ávöxtum af þjóðum Evrópu. Vinsældir skyndibitafæðis eru í stöðugri sókn, þeim Íslendingum fjölgar stöðugt sem kaupa hálf tilbúna eða tilbúna rétti og þjóðin ver æ styttri tíma til matreiðslu heima. Íslenska eldhúsið er alþjóðlegt. Ítölsk áhrif eru þó mest áberandi um þessar mundir. Sáráltil þjóðleg einkenni eru í íslenskri matargerð. Þegar erlent fjölmiðlafólk fjallar um þjóðlegan íslenskan mat er fyrst og síðast sagt frá hákarli, harðfiski, sviðum og súrsuðum hrútsprungum. Þessi matur er svo sannarlega íslenskur en langt frá því að vera hversdagsmatur eða einkennandi fyrir íslenskan mat í dag. Með því að ota hákarli, sviðakjömmum og súrsuðum hrútsprungum að erlendu fjölmiðlafólki er verið að skaða ímynd Íslands sem sælkeralands. Í augum all flestra útlendinga er þessi matur ólystugur, hann er bragðvondur og illa lyktandi. Sælkerinn og blaðamaðurinn Jason Epstein segir í grein í New York Times í júlí 2002: „Ég vissi ekki annað um íslenska matargerð en það eitt að landsmenn ætu úldin hákarl og soðin lambshöfuð.” Cindy Loose blaðamaður á The Washington Post segir í grein í júní 2002: „Er nokkur önnur þjóð í heiminum sem snæðir súra hrútspunga og úldin hákarl en Íslendingar.” Er þetta myndin sem við viljum hafa af íslenska eldhúsinu í hugum erlendra sælkerana og ferðamanna?

Í dag má segja að þjóðlegar hefðir séu varla til í íslenskri matargerð eins og hún birtist á matseðlum íslenskra veitingahúsa. Þess vegna er brýnt að þróa nýtt íslenskt eldhús sem byggir á gömlum hefðum, íslensku hráefni, smekk nútímamannsins og hollustu.

Sælkerlandið Ísland

Sælkerlandið Ísland er svo sannarlega raunverulegt. Hráefnið er fyrsta flokks þó úrvalið sé töluvert minna en í nágrannalöndunum. Íslenskir matreiðslumenn eru vel menntaðir og fylgjast vel með straumum og stefnum í matreiðslu hefðum heimsins. Íslenska eldhúsið er alþjóðlegt, sér íslensk einkenni eru ekki augljós. Hér er meira úrval af alþjóðlegum skyndibitastöðum en víðast hvar annars staðar í Evrópu. Í kynningarbæklingum um Reykjavík má finna flokkun veitingahúsa í Reykjavík. Flokkunin er þessi: International restaurants, seafood restaurants, oriental restaurants, steakhouses, vegetarian restaurants og quick service restaurants. Flest eru veitingahúsin undir flokknum quick service restaurants og því næst international restaurants. Erlendur ferðamaður sem vildi kynna íslenskri matreiðslu og hefðum ætti samkvæmt þessu engra kosta vól. Vissulega hafa mörg íslensk veitingahús haft sér íslenska rétti á matseðlum sínum. Gert var átak fyrir nokkrum árum að kynna og hafa á boðstólum íslenska kjötsúpu á einfaldari veitingahúsum við þjóðveginn. Kjötvinnslyfyrirtæki hafa framleitt rétti sem óhætt er að segja að séu byggðir á íslenskum hefðum. Veitingahúsið Fjörukráin í Hafnarfirði hefur haft íslenska rétti á boðstólum. Kynningin hefur hins vegar ekki verið nógu markviss og samhæfð. Kynning á íslensku kjötsúpunni hefur t.d. ekki náð til erlendra ferðamanna. Sama má segja um skyrið og ýmsa aðra rétti. Nauðsynlegt er að samhæfa kynninguna á íslenska eldhúsinu að hún sé aðskilin og greinileg. Nauðsynlegt er að draga fram sérkenni íslenska eldhússins og aðlaga það að þörfum nútímans hvað varðar hollustu og þá möguleika sem hægt er að bjóða upp á á veitingahúsum. Merkja þarf matvæli sem líkur eru á að útlendingar kaupir í verslunum með erlendum texta. Í þessu sambandi mætti nefna matvæli eins og harðfisk, skyr, blóðmör, sviðasultu, kæfu og flatkökur. Einnig ættu tilbúnu réttirnir frá SS sem nefnast 1944 að vera með t.d. enskum texta. Þetta á við um ýmsar aðra tegundir matvæla. Þá er sjálfsagt að verðmerkja vörurnar í erlendri mynt t.d. dollurum og evrum. Athugandi væri að gera tilraun til að reka íslenska sælkeraverslun í Leifsstöð. Kjarni málsins er þó sá að samhæfa kynningarstarfið – gera íslenska eldhúsið sýnilegt. Íslensk menning er sérstök og vel sýnleg erlendum ferðamönnum. Matur er hluti af menningu hverrar þjóðar. Það er staðreynd að erlendir ferðamenn vilja gjarnan kynna eldhúsi þeirra þjóða sem þeir gista. Íslenska eldhúsið

hefur allt til að bera að vera forvitnilegt í augum erlendra ferðamanna og enn ein ástæðan til þess er að vekja áhuga þeirra á landi og þjóð.

Skyndibitinn – matur 21. aldarinnar

Talið er að rangt mataræði ásamt hreyfingaleyzi sé ein helsta ástæðan fyrir svo kallaða lífsstíllssjúkdóma. Tilbúnir réttir, verksmiðjuframleidd matvæli og skyndibitar eru orðin megin uppistaðan í daglegu fæði fjölmargra íbúa vesturlanda. Almennungur ver orðið æ styttri tíma til matagerðar. Í dag eyðir hver bandarísk fjölskylda aðeins 15 mínútum á dag að jafnaði í matreiðslu heima. Árið 2030 er áætlað að Bandaríkjamenn eyði aðeins 5 mínútum á dag í matreiðslu. 41% af máltíðum bandarískra fjölskyldna eru skyndibiti. 43% eru verksmiðjuframleiddir réttir. Aðeins 16,6% máltíðanna eru matreiddar inni á heimilinu. Nú geta skyndibitaréttir tilbúnir réttir verið hollir. Rannsóknir í Bretlandi sýna að stór hluti skyndibita og tilbúinna rétta eru óhollir þó ekki sé tekið sterkara til orða. Þessi matur er yfirleitt of feitur, sætur og saltur. Stór hluti skyndibita hafði í einum skammti 60 g af fitu, 44 g af sykri eða um 1.330 hitaeiningar. Þess má geta að í Bretlandi telja sérfræðingar að hæfileg dagneysla af fitu á dag séu 95 g fyrir karla og 70 g fyrir konur. Sykurneyslan ætti ekki að vera meiri en 70 g á dag fyrir karla og 50 g á dag fyrir konur. Óhollusta skyndibitafæðisís fellst fyrst og fremst í því að þessi matur er of feitur og í honum er iðulega og mikið af sykri. Í verksmiðjuframleiddum réttum eru margskonar aukaefni sem hafa neikvæð áhrif á líkamann. Ekkert bendir til annars en að neysla tilbúinna rétta muni stóraukast á næstu árum. Í Evrópu er þúsund sinnum hærri fjárhæðum varið til að auglýsa skyndibita en sem varið er til að auglýsa og kynna holl matvæli og heilsurétti. Tilbúnir réttir og skyndibitar af ýmsum gerðum eru framleiddir í verksmiðju. Hráefnið í þessa rétti kemur víða að. Matvælin fara því í gegnum hendur fjölmargra einstaklinga. Talið er að á meginlandi Evrópu ferðist matvæli í um 2000 km frá framleiðenda til neytenda. Matareitranir af ýmsum toga hafa stóraukist á undanförunum árum. Í Bretlandi hefur tíðni matareitrana aukist um 400% á seinustu 10 árum. 6% allra Englendinga finna árlega til einhverra óþæginda vegna matareitrana. Í Englandi hefur sýkingum af völdum campylobacter fjölgað úr 25.000 árið 1986 í 56.000 árið 2001.

Lífsstíllssjúkdómar

Á undanförunum árum hefur nýtt heilsufarsvandamál skotið upp kollinum í hinum vestræna heimi. Hér er átt við svo kallaða lífsstíllssjúkdóma. Þessir sjúkdómar stafa af röngu lífverni sem valda t.d. offitu og streitu. Mikil aukning hefur orðið á tíðni ýmissa hættulegra sjúkdóma. Í því sambandi mætti nefna sykursýki, ofnæmis og lungnasjúkdóma. Kveikjan að hinum svokölluðu lífsstíllssjúkdómum er hreyfingaleysi, rangt mataræði og mengun. Rangt mataræði og hreyfingaleysi eru helsta orsök offitu. Sérfræðingar telja að offita muni verða helsta heilsufarsvandamál 21. aldarinnar. Í Bandaríkjunum hefur hlutfall þeirra sem teljast of feitir eða 30% yfir kjörþyngd stóraukist. David Satcher landlæknir Bandaríkjanna segir að árlega látist 300.000 Bandaríkjamenn af völdum sjúkdóma sem beint má rekja til offitu. 60% fullorðinna Bandaríkjamann teljast vera of þungir, nærri 13% bandarískra barna þjást af offitu. Samkvæmt upplýsingum frá Evrópuráði gegn offitu er búist við því að helmingur Evrópubúa muni verða of þungur árið 2030. Innan fárra ára gæti offita tekið við af tóbaksreykingum sem algengasta orsök dauðsfalla sem komast mætti hjá. Þeir sem eru of feitir eru mun líklegri til að veikjast af ýmsum sjúkdómum, en þeir sem eru með eðlilegt holdafar. 85% allra sykursýkissjúklinga eru of feitir. Sérfræðingar spá að sú tegund sykursýki sem er aldurstengd (tegund 2) eigi eftir að tvöfaldast á næstu 25 árum. Þessi tegund af sykursýki hefur verið kölluð insúlín óháð sykursýki. Fólk með sykursýki er í margfeldis áhættu á að fá kölkun í hjarta og æðar. Fólk sem er með aldurstengda sykursýki (tegund 2) getur búið við sjúkdóminn í mörg ár án þess að hafa einkenni. Sykursýki af tegund 2 var algengust á meðal 45 ára og eldri. Mikil aukning hefur orðið á ofnæmis- og lungnasjúkdómum undanfarin ár. Læknar tala nú orðið um ofnæmisfaraldur. Ofnæmi má að einhverju leiti telja í flokk með lífsstíllssjúkdómum. Meðal helstu orsaka aukins ofnæmis á Vesturlöndum og víðar er mengun, aukin neysla skyndibita og hreyfingaleysi. Aukin neysla tilbúinna rétta og skyndibita er meðal annars orsök fyrir fjölgun asmatilfella í börnum á Vesturlöndum. Lungnasjúkdómar hafa aukist um 17.5% síðastliðin 7 ár í Bandaríkjunum. Loftmengun í stórborgum heimsins er gríðarlegt

vandamál. Sem dæmi má nefna að meiri líkur eru á því að Lundúnabúi deyi af völdum mengunnar en að hann týni lífinu í umferðaróhappi.

Búfjársjúkdómar

Síðastliðin ár má segja að búfjársjúkdómar hafi orðið að faraldri í Evrópu. Sem kunnugt er geta sumir þessara sjúkdóma borist í fólk. Flest öll matvæli í hinum vestræna heimi eru framleidd í stórum verksmiðjubúum. Dýrunum eru gefin ýmiskonar efni t.d. hormónar, til að flýta fyrir vexti þeirra og bæta holdfyllingu. Jafnframt því er reynt að framleiða dýrafóður fyrir eins lítið verð og mögulegt er. Gífurleg samkeppni er á matvælamörkuðum í Evrópu og í Bandaríkjunum, og er mikil offramleiðsla af landbúnaðarvörum. Búin verða stöðugt stærri og tæknivæddari. Kúariða er orðin viðvarandi vandamál í Evrópu. Þekktastur og hvað skelfilegastur búfjársjúkdóma er Creutzfeldt-Jakop. Breskir visindamenn telja að 600 Bretar munu eiga eftir að fá þennan banvæna sjúkdóm á næstu árum. Frá árinu 1994 hafa um 80 Bretar látist úr sjúkdómnum. Talið er að veiran liggi í dvala í sýktum einstaklingi í að jafnaði 16 ár áður en hún brýst út. Mikið hefur verið fjallað um þessa sjúkdóma í fjölmiðlum heimsins. Á árinu 2001 fækkaði bandarískum ferðamönnum í Englandi um eina milljón. Megin ástæðan var umfjöllun bandarískra fjölmiðla um búfjársjúkdóma og mengun matvæla í Englandi. Þess má geta að samkvæmt lögum mega þeir bandarísku ríkisborgarar sem dvalist hafa lengur en 6 mánuði samfelld í Evrópu ekki gefa blóð. Vandamál samfara verksmiðjuframleiddum matvælum eru margvísleg. Fiskur er talin vera með hollustu matvælum sem völ er á. Á næstu árum má telja víst að stór hluti þess fiskjar sem verður á markaði verður ræktaður á fiskeldisstöðum. Nú þegar er verulegt magn af ræktuðum fiski á markaðnum. Í því sambandi mætti nefna ostrur, bláskel, lax og silung. Þá er töluvert flutt inn af ræktuðum skelfiski til Evrópu og Bandaríkjanna frá Asíu. Lax er að verða vinsælasti og einn ódýrasti fiskurinn í Evrópu. Nánast allur sá lax sem er á markaðinum kemur frá laxeldisstöðvum, flestar þeirra eru í Noregi og í Skotlandi. Á undanförmum mánuðum fjölgar þeim sérfræðingum sem telja að eldislaxinn sé ekki eins hollur og af er látið. Gagnrýnin er tvíþætt. Annars vegar er laxinn of feitur. Dæmi er um að 20% af holdi laxins sé hrein fita, eldislaxinn er því fjórum sinnum feitari en villti laxinn. Megin

uppistaðan í fódri laxins er fiskimjöl. Í fiskimjölinu og í öðru því sem fódrið er gert úr eru ýmis eitrefni sem safnast saman í laxinum. Meðal þessara efna sem fundist hafa í eldislaxi er PCB, en talið er að þetta efni geti valdið krabbameini. Bresk heilbrigðisyfirvöld skora á fólk að borða í það minnsta tvær fiskimáltíðir á viku, en aðeins eina máltíð af eldislaxi. Umræðan snýst ekki eingöngu um óhollustu matvæla sem framleidd eru í verksmiðjubúum og í fiskeldisstöðvum. Mikið er fjallað um siðferðilegan þátt þessara tegunda matvælaframleiðslu. Gagnrýnin snýst meðal annars um slæmar og ómannúðlega meðferð á dýrum. Þá hefur verið bent á að fiskifóður sem notað er til fiskeldis sé fyrst og fremst unnið úr loðnu og sandsíli sem séu aðal fæða fisksins í sjónum.

Miðjarðarhafsmatur

Árið 1991 fjallaði sjónvarpsfréttamaðurinn Morley Safer í hinum vinsæla fréttaskýringaþætti 60 mínútum um frönsku þversögnina (The French Paradox). Í þættinum ræddi Safer við franska faraldsfræðinginn Serge Renaud sem er höfundur kenningarinnar um frönsku þversögnina. Serge Renaud hafði sýnt fram á að dauði af völdum hjartaáfalla væri allt að helmingi algengari í Bandaríkjunum en í Frakklandi. Þetta þótti athyglisvert því Frakkar nota mikið smjör og rjóma í matargerð og höfðu meira af blóðfitu (cholesterol) í blóðinu en Bandaríkjamenn. Nærtækastua skýringin taldi Renaud vera að Frakkar drykkju yfirleitt vín með matnum og að vínið þá einkum rauðvín hefði jákvæð áhrif á hjartað og önnur líffæri mannlíkamans. Sérfræðingar eru sammála um að hollur og góður matur sé hornsteinn góðrar heilsu. Fjöldi krabbameinsrannsókna sem framkvæmdar hafa verið víða um heim hafa sýnt fram á að rangt mataræði getur orsakað ýmsar tegundir krabbameins og aðra sjúkdóma eins og sykursýki, hjarta og æðasjúkdóma. Flókið er þó að benda á einhverjar tölur í þessu sambandi en nefnt hefur verið að þeir sem neyti óhollrar og rangrar fæðu séu á bilinu 20 til 70% meiri áhættu að fá krabbamein og aðra illvíga sjúkdóma en þeir sem neyta hollrar og rétt samsettrar fæðu. Flestir sérfræðingar telja þó að raunhæf tala sé 30%. Þetta er býsna hátt hlutfall þ.e.a.s. að orsök 30% krabbameins stafi af röngu mataræði. Faraldsfræðingar, læknar, næringafræðingar og aðrir sérfræðingar hafa því framkvæmt umfangsmiklar rannsóknir

víða um heim þar sem tengsl mataræðis og heilsufars hefur verið rannsakað. Fljótlega uppgötvuðu sérfræðingarnir að mataræði þjóðanna sem byggja löndin umhverfis Miðjarðarhafið væri sérlega hollt. Miðjarðarhafsmaturinn er mjög fjölbreyttur, uppistaða fæðunnar er grænmeti, fiskur, kornmeti, ávextir og kjöt. Þá er vín og ólífuoelía mikilvægur þáttur í neyslumunstrinu. Einkum þótti fæða íbúa grísku eyjarinnar Krítar athyglisverður út frá sjónarmiði hollustu. Krítverjar þóttu óvenju heilsuhraustir og langlífir. Bændur á Krít voru í 98% minni hættu að deyja úr hjartasjúkdómum en Bandaríkjamenn. Krítverjar borðuðu fjórum sinnum meira af brauði en Bandaríkjamenn. Þrjátíu sinnum meira af grænmeti, tvisvar sinnum meira af ávöxtum og sex sinnum meira af fiski. Þá neyta þeir 50 lítra af ólífuoelíu á mann á ári sem líklegast er heimsmet. Með hnattvæðingunni hefur neyslumynstur Miðjarðarhafspjóðanna breyst mikið á seinustu árum. Þau vandamál sem algeng eru í Norður Evrópu og í Bandaríkjunum eru farin að skjóta upp kollinum. Fullsannað er nú að hinn hefðbundni matur Miðjarðarhafspjóðanna er hollur og er hann afar vinsæll nánast alls staðar í heiminum. Þekktir matreiðslumenn eru að þróa matreiðsluaðferðir sem byggðar eru á gömlum matreiðsluhefðum Miðjarðarhafspjóðanna. Meðal þeirra er einn þekktsti matreiðslumaður Frakka Michel Guerard, en hann á hinn fræga veitingastað Le Pres d'Eugewe, sem er í Gascony héraði í Suð-Vestur Frakklandi. Í réttum Guerard er lítið af rjóma, smjöri og annarri dýrafitu. Hann notar aðeins lífrænt ræktað kjöt, villibráð, fisk, kornmeti og mikið af grænmeti. Maturinn er kryddaður með fersku jurtakryddi og bragðbættur með ýmsum gerðum af soði eða krafti. Máltíð með glasi af víni er aðeins um 610 hitaeiningar. Þess má geta til samanburðar að breskar rannsóknir sýndu að margir skyndibitar höfðu um 1.330 hitaeiningar í einni máltíð án drykkjar. Michel Guerard kallar matreiðsluaðferð sína Cuisine Minceur active. Skilvirkt hollustueldhús. Miðjarðarhafslöndin eru flest vinsælustu ferðamannastaðir veraldarinnar. Í þessum löndum eru merkar fornminjar, ríkar menningahefðir, sól, sjór og hollur og góður matur. Miðjarðarhafsmaturinn sameinar það að vera hollur, góður og falla að smekk flest allra án tillits til þjóðernis og hefða. Ítalska og franska veitingastaði má finna í nánast öllum löndum heims og mjög víða eru spænskir og grískir veitingastaðir. Ferðamálayfirvöld í þessum löndum og raunar einnig Tyrklands leggja nú orðið ríka áherslu á hollustu, lífsgæði og merkilega menningu, sögu og hefðir þessara þjóða. Maturinn snertir marga þætti þessarar ímyndar, sögu, hefðir, menningu og hollustu.

Hraust þjóð í fögru landi

Íslendingar eiga því láni að fagna að vera með heilbrigðustu þjóðum heims. Ekki er til nein einföld skýring á góðri heilsu Íslendinga. Afar þýðingarmikill þáttur í góðu heilsufari þjóðarinnar er að Íslendingar hafa aðgang til hollra, fjölbreyttra og ómengaðra matvæla. Íslendingar eru í efsta sæti varðandi heilsu, lífslíkur og lága dánartíðni miðað við önnur Evrópulönd. Lífslíkur karla hafa hækkað um 3 til 4 ár síðustu 10 árin. Meðalaldur íslenskra karla er nú tæp 77 ár, en hjá konum 80,7 ár. Nýgengi og dánartíðni vegna kransæðastíflu hefur farið lækkandi á Íslandi síðustu tvo áratugi. Dánartíðni lækkaði um 57% hjá körlum á aldrinum 25 til 74 ára og 51% hjá konum á sama aldri árin 1981 til 1998. Nýgengi hefur lækkað á sama tíma um 40% hjá köllum og 34% hjá konum. Nýgengi, dánartíðni og dánarhlutfall vegna kransæðastíflu er hagstæðara á Íslandi en í flestum Evrópulöndum. Líffshorfur Íslendinga með nokkrar tegundir krabbameina t.d. í brjóstum, leghálsi, blöðruhálskirtli og skjaldkirtli eru betri en horfur sambærilegra sjúklinga í öðrum Evrópulöndum. Hið góða heilsufar Íslendinga má eins og áður sagði þakka hollum og ómenguðum matvælum, hreinu vatni og lífúlli sem engri loftmengun. Ýmsir aðrir þættir eru einnig mjög mikilvægir eins og virk heilbrigðisþjónusta og góð menntun þjóðarinnar. Við markaðssetningu sælkeralandsins Íslands er mikilvægt að halda á lofti upplýsingum um hið góða heilsufar íslensku þjóðarinnar. En þýðingarmesti þáttur þess er eins og áður sagði holl og góð matvæli.

Þjóðleg matargerð

Margt er svipað með Íslandi og Nýja Sjálandi þó löndin séu eins langt hvert frá öðru eins og hægt er. Það er jarðhiti í jörðu á Nýja Sjálandi. Sjávarútvegur og sauðfjárrækt eru þýðingarmiklar atvinnugreinar á þar. Nýja Sjáland er einangrað land, langt úti í hafi. Fyrir um 30 árum fóru ferðamálayfirvöld á Nýja Sjálandi að athuga á hvern hátt væri hægt að kynna og halda fram matarhefðum Ný Sjálendinga. Ástæðan var meðal annars sú að Nýja Sjáland var að verða vinsælt ferðamannaland og matvæli voru helstu útflutningsafurðir þjóðarinnar. Vandí Ný Sjálendinga var hins vegar sá að þeir

höfðu nánast engar þjóðlegar hefðir í matreiðslu. Flestir íbúanna voru innfluttir, aðallega Englendingar og Írar en einnig fólk frá Asíu. Vissulega voru frumbyggjar fyrir í landinu þegar Evrópumenn komu til Nýja Sjálands en matargerð og hefðir frumbyggjanna höfðu týnst í aldanna rás og hentuðu ekki nútímasamfélaginu. Helsti höfundur hins nýja ný sjálenska eldhúss er matreiðslumeistarinn Tony Astle. Matreiðsluhefðir Ný Sjálendinga voru til skamms tíma evrópskar og eru það að nokkru leyti enn. Vinsældir kínverska, japanska og indverska eldhússins fara þó vaxandi. Fjöldi kínverskra og japanskra ferðamanna koma til Nýja Sjálands árlega. Þá hefur innflytjendum frá Asíu fjölgað nokkuð á síðari árum. Tony Astle hafði því engar hefðir að byggja á, hann lagði því aðaláhersluna á hráefnið, lambakjöt og sjávarfang. Það sem einkennir ný sjálenska eldhúsið er úrvals hráefni, fiskur, skelfiskur, lambakjöt og hjartakjöt. Ný Sjálenskir suaðfjárnætur eru nú í auknum mæli farnir að rækta hirti til manneldis. Hirtirnir eru ræktaðir svipað og sauðfé, ganga villtir úti í náttúrunni allt árið, en er svo smalað til slátrunnar. Það sem einnig einkennir ný sjálenska eldhúsið er að í matreiðslunni eru mikið notuð krydd frá Asíu. Matreiðsluhefðirnar eru Evrópskar, hráefnið ný sjálenskt. Kryddið frá Asíu. Þessi samsetning er einkar áhugaverð enda hefur ný sjálenska eldhúsið vakið verðskuldaða athygli. Kjarninn í nýja eldhúsinu er úrvals hráefni og að maturinn sé ómengaður, hollur en um fram allt bragðgóður. Þess má geta að á nokkrum stöðum í heiminum hafa verið opnaðir ný sjálenskir veitingastaðir, meðal annars í Japan, Ástralíu, Bretlandi, Þýskalandi og í Bandaríkjunum. Í Frakklandi og Ítalíu eru hins vegar aldagamlar hefðir í þjóðlegri matargerð. Ítalska og franska eldhúsið eru vissulega af sama meiði. Nú orðið eru þó þessi eldhús rækilega aðskilin þó svo að ítalska eldhúsið hafi frekar unnið á hið franska á síðari árum. Ástæðan er fyrst og fremst sú að ítalskur matur er yfirleitt hollari en sá franski og í flestum tilvikum ódýrari. Frakkland og Ítalía eru með vinsælustu ferðamannalöndum heimsins. Ferðamálaráð Frakklands og Ítalíu leggja höfuð áhersluna á menningu og mat í áróðri sínum. Landbúnaðarafurðir og þá einkum vín eru þýðingamiklar útflutningsafurðir þjóðanna. Kannanir sína að ein af meginástæðum fyrir því að ferðamenn heimsækja þessi lönd, Frakkland og Ítalíu er til að kynnast og njóta menningar þessara þjóða og þá ekki síst matarmenningar. Franska og ítalska eldhúsið hafa ásamt því kínverska algjöra sérstöðu í heiminum í dag. Spánn sem er einnig eitt vinsælasta ferðamannaland heimsins hefur til skamms tíma ekki lagt mikla áherslu á að

kynna matarmenningu þjóðarinnar. Flestir erlendu ferðamannanna sem koma til Spánar koma þangað til að njóta sjávar og sólar. Spænsk ferðamálayfirvöld leggja nú megin áhersluna á að fá erlenda ferðamenn til að heimsækja landið allt árið og aðra staði en baðstrendurnar. Megin áhersla er lögð á listir og menningu og spænska matargerðalist. Verulegt átak hefur verið gert í að kynna spænska matargerð á seinustu fjórum árum. Þessi herferð hefur verið kostuð af spænska ríkinu, ferðamálayfirvöldum, matvæla og vínframleiðendum. Þessi herferð hefur skilað góðum árangri. Erlendum ferðamönnum hefur fjölgað á stöðum inn í landinu og í borgum eins og Madrid og Barcelona. Spænska eldhúsið er orðið sýnilegt og sækjast erlendu ferðamennirnir eftir að fara á veitingastaði sem hafa á boðstólum þjóðlega spænska rétti. Tapas veitingahús eru nú orðin gífurlega vinsæl og þau má nú finna víða um heim. Þá hafa Portúgalir og Írar gert verulegt átak í að þróa og markaðssetja matar hefðir þjóðanna. Víða um heim eru starfræktar írskar krár og mörgum þeirra hefur að hluta til verið breytt í veitingastaði sem að hafa á boðstólum írska rétti. Af Norðurlöndunum hafa Svíar náð hvað mestum árangri í að kynna og markaðssetja þjóðlega matargerð. Sænska smurugaardbordet er víðfrægt. Svo og gravlax, sænskar kjötbollar og síld. Svíar kalla þjóðlegan sænskan mat Husmanskost, sem eiginlega mætti kalla sveitamat. Á fyrsta áratug 19. aldarinnar var félagsskapurinn Husmanskostens Vanner stofnaður. Þessi félagsskapur matreiðslumanna, sérfræðinga og áhugafólks hefur unnið gríðarlegt starf við að safna saman upplýsingum um þjóðlega rétti. Husmanskostens vanner hafa gefið út matreiðslubækur og bækur um sögu og hefðir sænskrar matargerðar, haldið námskeið og efnt til ráðstefna um þetta efni. Tveir sænskir veitinga- og matreiðslumenn hafa verið eldhugarnir í þróun og útbreiðslu sænska eldhússins en það eru þeir Tore Wretman og Örjan Klein. Þeir beittu sér meðal annars fyrir stofnun Restaurangs Akademien sem er framhalds- og endurmenntunarskóli fyrir matreiðslumenn. Stofnun Restaurangs Akademíunnar hefur haft gríðarlega þýðingu fyrir það að festa sænskar matreiðsluhefðir í sessi. Skólinn menntar matreiðslumenn í klassískri sænskrari matreiðslu. Nú eru margir veitingastaðir í Svíþjóð sem sérhæfa sig í sænskrari matargerð og á matseðlum flestra veitingahúsa má finna husmanskost eða þjóðlega sænska rétti. Þess má geta að einn vinsælasti veitingastaður New York borgar Agvavit er sænskur. Sænska útflutningsráðið og ferðamálaráðið ásamt sænskum fyrirtækjum, viðskipta- og utanríkisráðuneytinu kappkosta að bjóða sænskan mat eða

husmanskost í kynningu og veislum erlendis. Norðmenn hafa farið svipaða leið og Svíar. Lengi vel var norska eldhúsið nánast óþekkt en á síðari árum hefur hróður þess vaxið mjög. Norskir matreiðslumenn hafa náð ótrúlega góðum árangri erlendis. Heiðurinn að vexti og frægð þjóðlegrar norskrar matargerðar má þakka laxeldis og sjávarútvegsfyrirtækjum sem hafa að mestu leyti kostað þróunar og markaðsstarfið auk kynningar víða um heim á norska eldhúsinu. Danir eru landbúnaðarþjóð og framleiða mikið af fullunnum matvælum og þá einnig af sjávarréttum. Miðað við stærð er Danmörk stórveldi á sviði framleiðslu og sölu matvæla og þá einnig drykkjarvara. Danska smurbrauðið er víðfrægt en víða í Evrópu þykja danskir sjávarréttir hreint afbragð. Danir flytja til dæmis út mikið magn af reyktum laxi og síld. Undanfarin 10 ár hefur töluverðu fé og fyrirhöfn verið varið til að bæta gæði þess matar sem seldur er á dönskum krám, þetta eru þjóðlegir réttir t.d. smurbrauð. Dönsku brugghúsin, landbúnaðurinn og áfengisframleiðendur hafa að mestu leyti fjármagnað þetta átak. Danskur landbúnaður á í vök að verjast eins og í öðrum löndum Evrópu. Danskir bændur hafa því orðið að draga úr framleiðslunni, en auka gæði hennar og fá herra verð fyrir afurðirnar. Þá fjölgar þeim bændum stöðugt sem hafa hafið þjónustu fyrir ferðamenn. Danskir landbúnaður, matvælaframleiðendur, dönsku brugghúsin, danska útflutningsráðið og danska ferðamálaráðið hafa því hafið átak til að auka hróður danskrar matagerðalistar. Danska ríkisstjórnin hafði því frumkvæði að því að setja á laggirnar stofnun sem kallast Maltidets hus. Þessi stofnun mun taka til starfa haustið 2004 og hefur verið varið 66 miljónum danskra króna til þessa verkefnis. Þessi stofnun á að vinna að því að auka hróður danskrar matargerðarlistar og danskra matvæla. Stofnunin á að vinna með matvælaíðnaðinum, landbúnaðinum, skólum landsins og veitingahúsageiranum. Til að byrja með verður lögð áhersla á að draga fram þjóðleg sérkenni danska eldhússins og vinna að því að auka gæði þess og aðlaga að kröfum nútímans hvað varðar hollustu. Það verður fróðlegt fyrir Íslendinga að fylgjast með starfsemi Maltidens hus í Kaupmannahöfn á komandi árum. Ef vel tekst til gæti verið athugandi að setja á laggirnar svipaða stofnun hér á Íslandi, sem rekin yrði í samvinnu ríkisins og ferðaþjónustunnar og matvælaíðnaðarins. Eins og áður hefur komið fram eru matvæla og matreiðslu hefðir Íslendinga fátækari en annarra þjóða Evrópu. Íslendingar hafa þó yfir að ráða hreinni og ferskari matvælum en flestar aðrar þjóðir Evrópu. Að því leyti svipar Íslendingum nokkuð til Ný Sjalendinga. Ný

Sjálfendingum hefur tekist að skapa áhugavert þjóðlegt eldhús sem byggir fyrst og fremst á gæðum hráefnisins fremur en hefðum. Rík áhersla er lögð á hollustu matarins og gæði. Þessir þættir, hollusta og gæði eiga að vera helsta einkenni íslenska eldhússins.

Sérstaða Íslands

Ísland er strjálbýlasta land Evrópu. Ísland er þekkt sem lýðræðisríki, fagurt land, hreint og ómengað. Flestir erlendir ferðamenn sem koma til Íslands búa í borgum, þeir vilja kynnast einstakri náttúru, áhugaverðri menningu, njóta friðar og anda að sér hreinu lofti. Þeir hafa áhuga á að bæta heilsu sína á meðan þeir dvelja hér á landi, stunda laugar og heit böð, fara í gönguferðir, njóta kyrrðar íslenskrar náttúru, borða hollan, ómengaðan og góðan mat. Útflytjendur, ferðamálayfirvöld og fyrirtæki í ferðageiranum hafa verið að byggja upp ímyndina um að Ísland sé hreint land og ómengað. Meðal þeirra erlendu ferðamanna sem eru áhugaverður markhópur og hreinleikaímyndin höfðar til eru sælkerar. Sælkerar eru fagurkerar, áhugafólk um mat, matreiðslu og léttvín. Sælkerar eru afar stór markhópur sé miðað við aðra markhópa sem íslensk ferðaþjónusta reynir að höfða til. Að vera sælkeri er að vera fagurkeri. Hafa ánægju af listum og menningu. Sælkerar hafa iðulega háskólamenntun að baki og stór hluti þeirra eru stjórnendur eða sérfræðingar. Rannsóknir á Ítalíu sýna að margir þeir ferðamenn sem hafa áhuga á listum, menningu og sögu töldu sig jafnframt vera sælkera. Menningartengd ferðaþjónusta er ný grein í íslenskum ferðaiðnaði, sömuleiðis heilsutengd ferðaþjónusta. Sælkerinn, fagurkerinn hefur áhuga á báðum þessum greinum ferðaþjónustunnar. Lykilorðin eru því, fagurt land, hreint og ómengað, merkileg saga, forvitnileg menning, holl, góð og ómenguð matvæli, heitar laugar og heilsuþöð, vel menntuð þjóð, lýðræði, lág tíðni afbrota. Annar mikilvægur þáttur þessa máls er að fáar þjóðir eru eins háðar matvælaframleiðslu og Íslendingar. Hlutfall matvæla í útflutningstekjum er rúm 55% á Íslandi að auki eru rúm 35% ýmiss hráefni til framleiðslu, eins og lýsi og fiskimjöl. Hlutfall matvæla í útflutningstekjum í Danmörku eru 27% og 8% í Bretlandi. Miklir möguleikar eru taldir vera í enn meiri fullvinnslu matvæla hér á landi. Sælkeralandið Ísland yrði mikill stuðningur við íslenska matvælaíðnaðinn og útflutning á matvælum. Íslenskar fiskafurðir eru eina tegund íslenskra matvæla sem þekkt er erlendis, t.d. í

Englandi og í Þýskalandi. Íslensk síld er vel þekkt á hinum Norðurlöndunum og íslenskur saltfiskur í Portúgal og á Spáni. Sælkeralandið Ísland og íslensk matargerð er hins vegar nánast algjörlega óþekkt. Margir erlendir ferðamenn sem koma til Íslands halda að ýmis matvæli eins og mjólkurvörur, kjöt og grænmeti séu flutt inn til landsins. Erlendar skyndibitakeðjur eru áberandi á Íslandi, einkum þó í Reykjavík. Í dag er íslenska eldhúsið alþjóðlegt, sér íslensk einkenni eru vart sjáanleg á matseðlum íslenskra veitingahúsa. Sér íslenskir réttir, unnir úr íslenskum hráefnum myndu vekja áhuga erlendra ferðamanna. Margar erlendar rannsóknir sýna að þjóðlegir réttir eru vinsælir og flestir ferðamenn vilja kynnast matarmenningu þeirrar þjóðar sem þeir heimsækja. Sala minjagripa hefur dregist verulega saman miðað við það sem áður var. Ferðamenn kaupa nú í auknu mæli ýmsa nytjahluti og matvæli til að taka með sér heim. Rannsókn sem tyrkneska ferðamálaráðið lét gera sýndi að þýskir ferðamenn eyddu að meðaltali 24.000 krónum í ýmsan varning sem þeir tóku með sér heim. Samfara þróun íslenska eldhússins yrði án efa að verða þróun í íslenskum matvælaíðnaði. Á markaðinn kæmu hentug matvæli sem erlendir ferðamenn keyptu og tækju með sér heim. Reynslan sýnir að þær þjóðir sem hafa sterk þjóðleg einkenni í matargerð flytja út mikið magn unnina matvæla. Í þessu sambandi mætti nefna þjóðir eins og Frakka og Ítali. Íslendingar hafa verulega möguleika á þessu sviði. Íslendingar eru langlífir, heilsufar þjóðarinnar er gott. Það má meðal annars þakka hollum og góðum matvælum, hreinu og ómengduðu umhverfi. Þessir þættir eru afar mikilvægir í kynningu á sælkeralandinu Íslandi. Íslenskir matreiðslumenn eru vel menntaðir og hafa góða faglega þekkingu. Stór hluti íslenskra matvæla er ekki framleiddur í verksmiðju, eða dýrin alin upp á tilbúnu fóðri. Auka má framleiðslu lífrænt ræktaðra matvæla verulega hér á landi. Þær lífrænt ræktaðu vörur sem nú eru á markaðinum eru í háum gæðaflokki. Einkenni íslenska eldhússins eiga að vera og geta auðveldlega verið hreinleiki, hollusta og gæði.

Landshlutaeldhúsið

Hávær gagnrýni hefur beinst að hinum svo kölluðu þjóðvegasjoppum. Þjóðvegasjoppurnar eru sambland bensínstöðva, verslunar og veitingastofa. Sá matur sem gjarnan er á boðstólum á þessum stöðum er oftast svo kallaður grillmatur eins og

hamborgarar, samlokur og franskar kartöflur. Víða eru grillaðir kjúklingar á boðstólum og pítsur. Vissulega eru þessir staðir misjafnir að gæðum, sumstaðar er boðið upp á rétt dagsins, steikt lambakjöt og aðra einfalda rétti. Það er þó einkennandi fyrir þessar veitingastofur við Þjóðveginn að höfuð áherslan er lögð á sölu skyndibita og eru hamborgarar og franskar kartöflur vinsælasti rétturinn á matseðlinum. Bent hefur verið á að þetta sé sá matur sem fólk helst vilji, það sé fljótlegast að útbúa hann og hann sé tiltölulega ódýr. Erlendir ferðamenn kvarta hins vegar iðulega yfir því að þeim finnist þessi matur, hamborgarar, samlokur, franskar kartöflurog pítsur mjög dýr matur hér á landi. Þessi tegund skyndibita er dýrari hér á landi en í nágrannalöndunum, eða í þeim löndum sem flestir ferðamannanna koma frá. Vissulega er verðlag á tilbúnum mat nokkuð hærra hér á landi en í nágrannalöndunum. Mun minni verðmunur er þó á mat sem hægt er að fá á bestu veitingahúsum landsins og á mat á samsvarandi veitingahúsum á hinum Norðurlöndunum og í Bretlandi. Mjög mikill verðmunur er á skyndibitamati eins og hamborgurum og pítsum hér og í löndum eins og Þýskalandi, Danmörku, Bretlandi og Englandi. Líkur eru því á að erlendir ferðamenn væru sáttari að greiða fyrir rétti sem teljast mættu Íslenskir og þeir eiga ekki kost á að fá í heimalöndum sínum, en skyndibita sem er töluvert ódýrari heima hjá þeim. Flestir erlendir ferðamenn sem koma til Íslands fara út á land og flestir þeirra koma til að kynnst Íslenskri náttúru. Hluti þeirrar reynslu að kynnst ákveðnu landssvæði, sýslu eða landsfjórðungi er að kynnst þeim mat sem hægt er að fá á svæðinu og gerður er úr hráefni sem framleitt er í sveitinni. Á ferðalagi starfsmanns nefndarinnar kom í ljós að ekki voru nein teljandi sérkenni á þeim mat sem var á boðstólum í sveitum landsins og landsfjórðungum. Vissulega eru til ákveðnar hefðir í matargerð í sveitum landsins nefna mætti sem dæmi að Mývetningar geymdu andaegg í ösku, á Ströndum er silungur sykurstektur. Nauðsynlegt er að taka upp aftur þessar staðbundnu matreiðsluhefðir og aðlaga þær nútímanum. Þá er mikilvægt að leggja áherslu á þau matvæli sem framleidd eru á tilteknu svæði. Á þessu sviði eru ótal möguleikar. Á Snæfellsnesi eða í Stykkishólmi mætti hafa á boðstólum rétti úr hörpuskel, á Patreksfirði og nágrenni steinbít og sjófuglaegg, á Ísafirði rækju, á Ströndum rauðmaga og kindakjöt. Í Húnavatnssýslu hrossakjöt og sauðfjárafurðir. Á Siglufirði síld. Á Akureyri og nágrenni afurðir úr reyktu lambakjöti, mjólkurafurðir og sjávarfang. Í Mývatnssveit silung og unnar vörur úr silung og laxi. Á Héraði hreindýrakjöt og villisveppi. Á Höfn í Hornafirði

humar. Í Vestmannaeyjum lunda. Á Selfossi osta og mjólkurafurðir. Í Hveragerði grænmeti. Á Þingvallasvæðinu silung. Hér er hratt farið yfir sögu, möguleikarnir eru margir og mjög áhugaverðir. Mikilvægur þáttur í þessu efni er að gera erlendum ferðamönnum kleyft að heimsækja fyrirtæki í matvælaframleiðslu. Fyrirtæki eins og mjólkurbú, kjötvinnslur, frystihús, saltfiskverkun og bændabýli. Heimsókn af þessu tagi er góð auglýsing fyrir íslensk matvæli og matvælaiðnað. Um 120 bændur hér á landi bjóða nú upp á bændagistingu af ýmsum toga. Um 1800 rúm eru í boði víðs vegar um landið. Þjónusta við ferðamenn er orðin þýðingarmikill þáttur í afkomu og atvinnumöguleikum íslenskra bænda. Þegar ferðast er um sveitir landa meginlands Evrópu má víða sjá skilti við þjóðveginn þar sem bændur auglýsa afurðir sínar sem framleiddar eru á býlinu. Yfirleitt eru þetta landbúnaðarvörur eins og ostar, skinka, sveppir, sultur, hunang, pylsur, grænmeti, egg og ávextir. Víða í sveitum Frakklands, Þýskalands og Spánar eru þessi viðskipti drjúg tekjulind fyrir bændur. Ferðmönnum finnst forvitnilegt að fara heim á bæina, skoða sig um og versla. Hér eru töluverð sóknarfæri fyrir íslenska bændur og fólk á landsbyggðinni. Hægt væri að framleiða ýmis matvæli heima á býlunum. Í því sambandi mætti nefna sultur, sauðaosta, hangikjöt og skinku úr lamba- og ærkjöti, reyktan silung og rauðmaga og þá bæði heitreyktan og kaldreyktan, sviðasultu, reyktan lunda og sjófuglaegg. Að auki mætti selja ýmsan varning eins og lopapeysur og annað handverk. Svo að þetta sé hægt þarf að endurskoða ýmis lög og reglur varðandi heilbrigðis- og skattamál. Rýmka þarf löggjöfina og laga svo unnt sé að koma á laggirnar framleiðslu matvæla á sveitabæjunum og þeim möguleika fólks að selja þessar vörur á auðveldan hátt. Þær afurðir sem framleiddar eru heima á býlunum eða af smáfyrirtækjum á landsbyggðinni mætti einnig selja í verslunum og á veitingahúsum í nágrennu.

Atburðadagatal íslenskra veitingahúsa

Ákveðin matvæli auðkenna árstíðirnar. Á vorin koma villifuglaegg á markaðinn, á haustin nýtt lambakjöt og svo framvegis. 1997 lét Ferðamálaráð Íslands í New York gera nokkurs konar atburðadagatal veitingahúsanna. Hugmyndin var sú að haldnir yrðu tema dagar eða vikur það sem ákveðnar tegundir yrðu á boðstólum t.d. villibráð eða

jólahlaðborð. Þessir viðburðir yrðu árvissir og því væri auðvelt að kynna þá erlendis. Á þennan hátt væru dreginn fram sérkenni íslenska eldhússins og hvernig öflum hráefnisins tengist ýmsum siðum og venjum. Í því sambandi mætti nefna réttir, þorrablót og vetrarvertíð.

Dagskrá.

Ferðamálayfirvöld víða um heim hafa á seinustu árum í auknu mæli farið að kynna matargerð þjóðanna, en oftast þó hefðir einstakra héraða. Í því sambandi mætti nefna Norður-Svíþjóð, Cornwall í Englandi, Elsas í Frakklandi, Piemonte á Ítalíu. Fámennari þjóðir kynna þó yfirleitt matargerð þjóðarinnar í heild, samanber Íra og Portúgali. Þegar kynnt er matargerð þjóða eða afmarkaðra héraða er höfuð áherslan lögð á hefðir og siði og árstíðabundið framboð ákveðinna matvæla. Við gerð dagskrárinnar hefur einkum verið litið til þessara þátta auk þess hvað telja má að fólk hafi áhuga á. Þó svo að þessari herferð sé einkum beint að erlendum ferðamönnum er þó innlendi markaðurinn afar mikilvægur, einkum þó utan hins hefðbundna ferðamannatíma.

Febrúar - Þorrablót.

Þorrablótin hafa einstaka stöðu í hugum Íslendinga. Ýmsar skemmtilegar hefðir eru tengdar þorrablótunum. Á síðari árum hefur nokkuð dregið úr vinsældum þeirra. Hinn svo kallaði þorramatur er nú orðið á boðstólum í verslunum nær allt árið t.d. sviðasulta, hákarl og harðfiskur. Hið eiginlega þorrablót eins og við nútímamenn þekkjum þau eru svo að segja nýtilkomin, þau eru vart meira en 40 ára gömul. Skapari þeirra var snjall og frjór veitingamaður, Halldór Gröndal, sem á sínum tíma var veitingamaður á Naustinu. Hefðir varðandi þorramat eru því langt frá því að vera fastmótaðar. Nú er t.d. ekki lengur hægt að fá súran hval og farið er að hafa saltkjöt á þorratroginu sem ekki var áður þegar neysla á saltkjöti var mun meiri en nú er. Hinn hefðbundni þorramatur hentar útlendingum mjög illa. Þeir hafa gaman af að bragða á honum og skoða en almennt ekki að borða hann sem fullkomna máltíð. Þorramat má hins vegar auðveldlega bjóða með drykk eða sem forrétt. Áhersluna ætti að leggja á þjóðlega íslenska rétti eða heimilismat. Í

Því sambandi mætti nefna saltkjöt og baunir, kjöt og kjötsúpu, steikt slátur með rófustöppu, fiskibollur, plockfisk, rabbabaragraut, fjallagrasamjólk, skyr, osta og ýmsa aðra rétti, af töluverðu er að taka. Þjóðlegir réttir hafa víða verið í tísku t.d. í Frakklandi, Portúgal og á Ítalíu. Töluvert hefur verið fjallað um þetta efni í erlendum sælkerablöðum. Yfir þorran eða hluta hans yrðu sem sagt þjóðlegir íslenskir réttir á matseðlum þeirra veitingahúsa sem tækju þátt í þessu átaki. Hinn hefðbundni þorramatur yrði vissulega með en aðeins til hliðar. Suma hinna hefðbundnu þjóðlegu rétta þyrfti eflaust að aðlaga eitthvað nútímanum, en þjóðlegur matur breytist stöðugt í tímans rás. Ýmsar skemmtilegar hefðir tengjast þorranum sem ættu að vera áhugaverðar fyrir útlendinga. Vaðandi kynningu á Þorranum í Bandaríkjunum og í hinum engilsaxneska heimi ætti að höfða til Víkingatímans. Á Þorranum væri t.d. í Þjóðminjasafninu, byggðasöfnum og víðar hægt að hafa sýningar sem tengdust þessum árstíma eða Víkingatímanum. Þá mætti kynna íslenskar ullarvörur og íslenska skartgrip í víkingastíl eða byggða á íslenskum hefðum. Nú er farið að brugga sérstakan þorramjöd og íslenska brennivínið “svarti dauðinn” tengist óneitanlega þorranum. Hægt er að bjóða erlendum ferðamönnum snjósleðaferðir, akstur í snjó í jeppum, sundlaugaferðir og ýmislegt annað sem útlendingum er framandi. Það ætti að vera hægt að útbúa sérstakar þorraferðir til Íslands t.d. helgarferðir. Ef grannt er skoðað er hægt að bjóða fjölbreytta afþreyingu á þessum árstíma og þjóðlega íslenska rétti.

Mars - Síldardagar.

Íslendingar hafa verið einir mestu útflytjendur saltsíldar í Evrópu. Víða þykir síld hið mesta lostæti t.d. í Svíþjóð og Finlandi og raunar allsstaðr á Norðurlöndum. Þá er síld afar vinsæll matur í Þýskalandi, Balkanlöndunum, Rússlandi og í Póllandi. Miðað við önnur Norðurlönd eru fátækar hefðirnar í matreiðslu á síld hér á landi. Það er sjaldgæft að veitingahúsin framleiði sína eigin síldarrétti. Þeir eru yfirleitt keyptir frá einhverri verksmíðju. Það verður að segjast eins og er að stór hluti þeirra síldarrétta sem hér er á markaðnum er ekki í ýkja háum gæðaflokki. Í stuttu máli erum við ekki samkeppnishæfir varðandi áhugaverða síldarrétti ef miðað er við frændur okkar á Norðurlöndum, einkum Dani, Norðmenn og Svía. Þessu þarf að breyta. Matreiðsla á síld býður upp á ótal

möguleika, hráefnið er frekar ódýrt og nýttist vel. Það er oft kvartað yfir því að matur sé dýr á Íslandi. Útbúa mætti reglulega síldarhlaðborð sem væru frekar ódýr. Það er spurning hvað síldardagar ættu að vera margir. Á þessum tíma árs, varla meira en ein vika. Eins og áður hefur komið fram höfðar síld fyrst og fremst til Norður-Evrópubúa, en einnig t.d. til Gyðinga sem búsettir eru í Bandaríkjunum og víðar. Í mars stendur menningarlíf landsmanna í blóma, en þó einkum í Reykjavík, og ætti það að auðvelda markaðssetningu landsins.

Apríl - Sjávarréttafestival.

Í apríl fer daginn að lengja og veður að skána. Sjávarútvegur er lífæð Íslensku þjóðarinnar og flestum útlendingum sem hingað koma er kunnugt um að við erum fiskveiðipjóð. Þegar rætt er við útlendinga um íslenskan mat nefna þeir íslenska lambakjötið og fiskinn. Gíffurleg framför hefur orðið í matreiðslu sjávarréttanna á íslenskum veitingahúsum. Það er vafamál hvort gæði fiskrétta séu eins jöfn og góð á veitingahúsum nágrannalanda okkar og hér á landi. Þá er það mjög mikilvægt að fiskur er hollustuvara og æ fleiri hafa hollustu matarins að leiðarljósi þegar þeir fara út að borða. Íslenskir matreiðslumenn hafa ekki úr eins miklu úrvali af hráefni að moða og matreiðslumenn annarra þjóða, einkum í Evrópu og í Bandaríkjunum. Þeim er því afar þröngur stakkur skorinn varðandi fjölbreytni og úrval rétta. Í þessum efnum er þó ein undantekning og það er sjávarfangið. Farið er að matreiða ljúffenga rétti úr ýmsum fiskitegundum sem ekki voru áður nýttar. Sjávarréttavika ætti því að vera afar forvitnileg fyrir erlenda ferðamenn svo og Íslendinga sjálfa. Mikilvægt er að klæða þessa daga einhverjum búningi t.d. mætti hafa sjávarréttafestival. Það yrði að vera þess vart í samfélaginu að það væri festival. Tilvalið væri að semja við hafnir landsins að hafa þar einhverjar uppákomur. Hægt væri að setja upp myndlistasýningar þar sem þemað væri sjór, fiskur og sjávarútvegur. Mikilvægt væri að fólki gæfist kostur á að heimsækja sjávarútvegsfyrirtæki í landinu. Halda þyrfti stutt námskeið í matreiðslu sjávarréttanna fyrir erlenda ferðamenn og almenning. Reyna þyrfti að halda ráðstefnu, helst alþjóðlega um fisk, fiskvinnslu eða hollustu sjávarafurða. Hvetja þyrfti fyrirtæki í sjávarútvegi til þess að fá til sín erlenda viðskiptavini á meðan á sjávarréttafestivalinu stendur. Þýðingarmikið er að bæjar-, borgar- og sveitarstjórnir taki

þátt í festivalinu. Mikilvægt er að á einhverjum veitinga- eða skemmtistað væri lifandi tónlist þar sem flutt væru sjómannalög. Gefa þyrfti út dagskrá þar sem sú afþreying sem í boði er yrði kynnt og hvað hinir ýmsu veitingastaðir hefðu upp á að bjóða. Svona sjávarréttafestival ætti að höfða til nokkuð margra hópa erlendra ferðamanna þó mikilvægustu hóparnir yrðu ugglaust sælkerar og þeir sem starfa í greininni og hafa einhver viðskiptatengsl við Ísland.

Maí - Villifuglaegg.

Allt fram að seinustu aldamótum voru egg villtra fugla mikilvæg fæða víða á Íslandi. Einkum átti þetta við um þær sveitir og þorp sem voru í nánd við fuglabjörg. Einnig voru gæsaegg nýtt til matar og í Mývatnssveit andaegg. Mjög sterkir stofnar sjófugla eru hér við land og engri tegund hætta búin sé hluti eggja tekinn. Sjófuglaegg einkum máfa og svartfugla eru ákaflega litskrúðug og falleg. Bragðið er mikið og ólíkt bragði hænsnaeggja. Villifugladagar á veitingahúsum landsins myndi óneitanlega vekja nokkra athygli. Matreiða má margskonar rétti úr eggjunum, súrsa þau og bjóða þau soðin með ljúffengum fyllingum eins og t.d. loðnuhrognum. Þetta er tiltölulega ódýrt hráefni. Egginn gætu verið á boðstólum á krám og einfaldari veitingahúsum og auðvitað á veitingahúsum sem leggja meira upp úr matreiðslunni. Í maí fara erlendir ferðamenn að venja komur sínar hingað til lands og myndu þessir villifuglaeggjadagar vekja forvitni þeirra. Þess má geta að máfaegg eru seld á vorin á Smithfield markaðnum í Lundúnum og eru þau mjög vinsæl á meðal veitingamanna, einkum þeirra sem reka fínni krár. Veitingahúsið Le Poussin sem er suður af Lundúnum hefur villifuglaeggjadaga á hverju vori við sívaxandi vinsældir segir veitingamaðurinn Alex Aitken.

Júní - Salfiskdagar.

Það á við um salfiskinn eins og síldina að Íslendingar eru miklir salfiskframleiðendur. Íslenskur salfiskur er vel þekktur í Portúgal og á Spáni en einnig í vissum héruðum á Ítalíu og í Grikklandi. Á þessum mörkuðum þykir íslenskur salfiskur mikil gæðavara og selst á hærra verði en annar salfiskur. Í tilefni 60 ára afmælis Sölusambands Íslenskra

fiskframleiðenda SÍF 1992, kom hingað til lands spænski matreiðslumeistarinn Jordi Busquet. Ferðaðist hann og fylgdarlið hans víða um land og matreiðdi ljúffenga rétti úr saltfiski. Má segja að með heimsókn hinna spænsku matreiðslumeistara hafi augu íslenskra matreiðslumana opnast fyrir möguleikum þessa úrvals hráefnis sem saltfiskurinn er. Þá hafa margir Íslendingar kynnst girnilegum saltfiskréttum í Portúgal og á Spáni. Nokkur veitingahús hafa verið með saltfiskdaga og hafa þeir almennt hlotið góða aðsókn. Ferðamönnum frá Spáni, Portúgal, Frakklandi og Ítalíu fjölgar stöðugt. Í hugum þessara þjóða er saltfiskur veislumatur. Eins og áður hefur komið fram er iðulega kvartað yfir því að matur á íslenskum veitingahúsum sé dýr. Erlendis eru saltfiskréttir dýrir á veitingahúsum. Hér mætti því bjóða afar ljúffengan og girnilegan mat á sanngjörnu verði.

Ágúst - Bleikja.

Í ágúst mánuði fer að draga úr mesta ferðamannastraumnum hingað til lands. Á þessum árstíma eru veður yfirleitt mjög góð hér á landi og náttúran skartar sínu fegursta. Fleiri erlendir ferðamenn mættu því gjarnan dvelja hér lengur fram á sumarið. Silungur er nokkuð algengur matur á matseðlum veitingahúsa Norður-Evrópu. Yfirleitt er hér um að ræða regnbogasilung, í einstaka tilvikum tegund af urriða, nánast undantekningalaust er hér um eldissilung að ræða. Verð á eldislaxi hefur snarlækkað á undanförunum tíu árum. Lax er t.d. í Þýskalandi, Bretlandi og í Frakklandi um 75 % algengari á matseðlum veitingahúsanna en silungur. Sá silungur sem er á markaðnum í Evrópu er oft á tíðum í frekar lágum gæðaflokki. Þó er ágætur silungur á markaðnum í fiskeldislöndunum í Noregi og Skotlandi. Bleikja er frekar sjaldséður fiskur í Evrópu, þó með nokkrum undantekningum. Ágæt bleikja er í Noregi, sæmileg í Svíþjóð og í Danmörku. Í Sviss, Austurríki og í Suð-austur Frakklandi þykir bleikjan mikið lostæti. Við Annecy vatnið í Frakklandi skammt frá Svissnesku landamærunum eru veitingahús sem sérhæfa sig í matreiðslu á bleikju. Á frönsku heitir bleikjan Omble Chevalier og einstaka sinnum má sjá hana á matseðlum betri veitingahúsa Parísaborgar. Íslensk villibleikja er úrvals hráefni sé hún rétt meðhöndluð og gæði eldisbleikjunnar hafa stöðugt orðið betri. Bleikjudagar í ágúst ættu að geta hitt í mark, bæði hér á innanlandsmarkaði og á meðal erlendra ferðamanna. Laxveiðar eru frekar dýrar hér á landi. Veiðileyfi í vötnum og silungsám eru

hins vegar frekar ódýr. Athugandi er hvort ekki ætti að kynna sérstaklega silungsveiðar á Íslandi seinnihluta sumars samfara því að bleikjudagar veitingahúsanna yrðu kynntir.

September - Lambakjötsdagur.

Nær undantekningalaust fellur útlendingum íslenska lambakjötið vel í geð. Lambakjötið er úrvals vara og mætti kalla villibráð. Helstu kostir lambakjötsins eru þeir að sauðféð nærast á náttúrulegri fæðu en ekki verksmiðjuframleiddu fóðri. Vissulega er lambakjötið fyrirferðamikið á matseðlum íslenskra veitingahúsa. En göngur og réttir hafa löngum verið áberandi í íslensku þjóðfélagi. Þegar ferskt nýslátrað lambakjöt kemur á markaðinn er því tilvalið að hafa lambakjötsviku eða daga. Skapa þyrfti svipaða stemningu og þegar Beaujolais Nouveau kemur á markaðinn. Haustið er afar áhugaverður tími hér á landi. Haustlitirnir eru heillandi, einkum þar sem hraun er og kjarr t.d. í Mývatnssveit og á Þingvöllum. Verð á gistingu, bílaleigubíll og ýmis önnur þjónusta lækkar á haustinn. Gefa þyrfti erlendum ferðamönnum kost á að fara í göngur og réttir. Spurningin er hvort ekki væri hægt að semja við bændasamtökin um að á næstu árum yrðu skipulagðar göngur í samráði við ferðaþjónustuna í landinu. Þá væri rétt á þessum tíma að efna til tiskusýningar þar sem fatnaður úr ull yrði kynntur og þá ekki ullarpeysur og aðrar hefðbundnar ullarvörur heldur mun fremur tiskuvörur úr ull. Þá væri athugandi hvort á þessum tíma ætti ekki að kynna ýmsa þjóðlega þætti eins og útilegumenn, álfa og huldufólk. Mögulegt væri að samhæfa ferð í göngur og réttir, heimsókn á byggðasöfn, útilegumannasýningar, þar sem íslenski hesturinn og glíma gengdu mikilvægu hlutverki. Íslenskar útilegumannasögur hafa ekki verið nægilega vel kynntar fyrir erlendum ferðamönnum. Hér er um svipað þema að ræða og Fógetinn og Hrói höttur eða löggan og útlagarnir í villta vestrinu í Bandaríkjunum. Þá eru sögur af álfum og huldufólki mjög skemmtilegar einkum nú þegar mikill áhugi er á ýmskonar dulrænum fyrirbrigðum á Vesturlöndum. Úr þessum þáttum mætti vefa skemmtilega heild þar sem lambakjötsdagarnir yrðu í aðalhlutverki. Þá mætti á Keflavíkurflugvelli vera kynning á íslenska lambakjötinu, kynna lambakjötsdagana og gefa fólki kost á að kaupa með sér kjöt til að fara með heim. Skemmtilegast væri að skipuleggja nokkurskonar uppskeruhátíð svipaða og tíðkast í vínræktarhéruðum Evrópu, nokkurs konar karnival.

Október - Villibráð.

Villibráðarvika, villibráðarhlaðborð er fastur liður í starfsemi margra íslenskra veitingahúsa á haustin. Svo virðist sem þessir villibráðadagar njóti æ meiri vinsælda. Íslenska villibráðin er einstaklega bragðmikil og safarík. Seinnihluta sumars og fyrrihluta hausts er villibráð á borðum fjölmargra veitingahúsa í Evrópu. Villibráðavika er komin í nokkuð fastar skorður í íslenskum veitingahúsum og er nokkuð vel kynnt á meðal almennings hér á landi. Það sem þarf hins vegar að gera er að kynna íslensku villibráðina betur fyrir erlendum ferðamönnum sem hingað koma.

Desember - Jólahlaðborð.

Jólahlaðborð er orðið fastur liður í íslensku þjóðlífi í desember. Það var veitinghúsið Óðinsvé sem reið á vadið með þennan skemmtilega norræna sið fyrir hart nær ellefu árum síðan. Íslenska jólahlaðborðið er eins og áður sagði af norrænum toga, dansk - sænskt. Þó hefur það þróast í "íslenska" átt á síðari árum. Þess má geta að Skandinavíska jólahlaðborðið er að verða vinsælt víða utan Norðurlandanna, t.d. í Englandi og Þýskalandi. Jólahlaðborðið er svo sannarlega áhugavert fyrir erlenda ferðamenn, einkum þó bandaríska. Þegar um erlenda ferðamenn er að ræða þarf að marka íslenska jólahlaðborðinu nokkra sérstöðu. Það þarf að tengja það ýmsum íslenskum siðum. Jólin eru hér á landi kölluð hátíð ljóssins og íslensku jólasveinarnir eru skemmtilegt fyrirbæri. Það er staðreynd að meðal erlendra ferðmanna sem koma hingað til lands eru fá börn. Spurningin er því hvort ekki eigi að reyna að laða hingað til lands fjölskyldur á þessum árstíma. Þess má geta að Finnar hafa markaðssett norrænu jólin á mjög áhugaverðan hátt og margir erlendir ferðamenn eyða jólnum í Finnlandi. Án efa gætum við lært töluvert af Finnum í þessum efnum.

Kynningarstarf

Til að kynna íslenska eldhúsið eru lagðir til eftirfarandi tíu þættir:

1.

Íslenska eldhúsið matreiðsla íslenskra rétta verði kennd í Hótel og veitingaskólanum.

2.

Hótel og veitingaskóli Íslands skipuleggi endurmenntunarnámskeið fyrir starfandi matreiðslumenn þar sem matreiðsla íslenskra rétta, meðhöndlun hráefnis og aðferðafræði verður kennd. Námskeið þessi verða ókeypis fyrir þátttakendur og matreiðslumenn á landsbyggðinni geta sótt um styrki til að sækja þessi námskeið, eða að nokkur þeirra verði haldin úti á landi.

3.

Gert verði aðgengilegt fræðsluefni um íslenska rétti og hráefni sem selt verður á kostnaðarverði.

4.

Í samvinnu við eitthvert bókaforlag verði gefin út í það minnsta á þremur tungumálum vönduð matreiðslubók um íslenska eldhúsið.

5.

Sett verði á laggirnar heimasíða um íslenska eldhúsið, hún verði vistuð hjá Ferðamálaráði Íslands en ritstjórnin verði í höndum kennara Hótel og veitingaskóla Íslands og sérstaks ritsjóra.

6.

Gefin verði út fjögur fréttabréf sem send verða til ferðaskrifstofa og fjölmiðla í helstu markaðslöndum okkar. Megin áherslan verði að senda þessi fréttabréf til sælkeradálka blaða og tímarita. Kappkosta verði að hafa sem mesta samvinnu við íslensk fyrirtæki á sviði sölu og framleiðslu matvæla. Ritstjórn þess fréttabréfs verði í höndum verkefnisstjórnar um íslenska eldhúsið.

7.

Verkefnisstjórnin gefi út sælkerakort af Íslandi. Inn á kortið verða merkt þau svæði þar sem ákveðin matvæli eru á boðstólum. Sem dæmi mætti nefna á Höfn í Hornafirði er hægt að hafa ljúffenga humarrétti, síld á Siglufirði, hreindýr á Hérðai, steinbít á Patreksfirði, silung í Mývatnssveit og Þingvöllum, lambakjöt í Strandasýslu, hörpuskel á Snæfellsnesi og svo framvegis. Landakort þetta verði að einhverju leyti fjármagnað eð auglýsingum.

8.

Íslenskir réttir verði sérstaklega merktir á matseðlum veitingahúsa.

9.

Kappkostað verði að hafa íslenska rétti á boðstólum í opinberum veislum sem haldnar eru fyrir erlenda gesti.

10.

Íslenska eldhúsið verði auglýst sérstaklega í tímaritum sem eru um borð í flugvélum þeirra flugfélaga sem fljúga til og frá Íslandi.

Verkefnisstjórn

Ef stjórnvöld telja fýsilegt að ráðast í þetta verkefni leggur starfshópurinn til að framkvæmd þess verði með eftirfarandi hætti: Núverandi starfshópur eða nýr starfshópur verði stækkaður um tvo fulltrúa. Þessir nýju fulltrúar komi frá Hótel og veitingaskóla Íslands og Klúbbi matreiðslumanna. Verkefnisstjórninni er ætlað að hafa yfirumsjón með verkefninu og fylgjast með framvindu þess. Hún ber einnig ábyrgð á fjármálum verkefnisins. Einn nefndarmanna er verkefnisstjóri og sér hann um daglegan rekstur. Frá því að ákveðið er að hrinda verkefninu í framkvæmd og þar til því líkur heldur verkefnisstjóri reglulega fundi, ekki sjaldnar en tvisvar í mánuði. Verkefnið tekur 18. mánuði.

Þróunarvinna

Lagt er til að þróunarvinna verkefnissins verði fjórþætt.

1.

Stofnaður verði starfshópur sérfræðinga og fagmanna sem starfi í 6 mánuði. Í starfshópnum verði kennari frá Hótel og veitingaskóla Íslands. Einn fulltrúi frá Samtökum ferðaþjónustunnar og einn fulltrúi frá félagi íslenskra matreiðslumanna. Þá verða í starfshópnum sérfræðingar frá Rannsóknarstofnun sjávarútvegsins, Rannsóknarstofnun landbúnaðarins, Þjóðháttadeild Þjóðminjasafnsins og matvælafræðiskori Háskóla Íslands. Einn fulltrúi verði frá hverri stofnun. Þá situr

verkefnisstjóri fundi starfshópsins. Þessum starfshópi er ætlað að safna saman upplýsingum um íslenska eldhúsið, þróa uppskriftir og aðlaga gamlar íslenska rétti að þörfum nútímans.

2.

Nemendur Hótel og veitingaskólans þróa og skapi íslenska rétti sem kalla mætti einkennandi fyrir íslenskt hráefni og markaðsaðferðir. Kennarar skólans hafi umsjón með þessu verki. Þetta verkefni taki mánuð. Þetta efni fer til frekari úrvinnslu til starfshóps sérfræðinga.

3.

Í hverjum landsfjórðungi verði sett á laggirnar fimm manna nefnd. Í nefndinni eiga sæti matreiðslumenn, matvælafræðingar, þjóðháttar eða sagnfræðingur og áhugafólk. Þessum nefndum er ætlað að safna saman upplýsingum uppskriftum og matreiðsluhefðum í landsfjórðungunum. Þessar nefndir starfi í þrjú mánuði. Það efni sem nefndirnar safni saman fari til starfshóps sérfræðinga sem vinnur úr upplýsingunum.

4.

Efnt verði til uppskriftasamkeppni á meðal almennings. Þjóðinni gefst kostur á að senda inn gamlar íslenskar uppskriftir eða hugmyndir að nýjum uppskriftum af íslenskum réttum. Vegleg verðlaun yrðu í boði. Uppskriftirnar færu til frekari úrvinnslu til sérfræðingastarfshópsins. Niðurstöður starfshóps sérfræðinga færu svo til lokavinnslu til verkefnahóps um íslenskt eldhús. Í verkefnahópnum yrðu tveir fulltrúar Matvæla og hótelskóla Íslands. Matreiðslumeistaramir, Sigurvin Gunnarsson, Francois Louis Fons og Hákon Már Örvarsson. Þessi verkefnishópur matreiðslumanna yrði ætlað að taka saman námsefni um íslenska eldhúsið, hráefni, aðferðir og matreiðslu. Þetta efni yrði gefið út í bók og á DVD disk, verkefnishópur um íslenskt eldhús starfaði í 6 mánuði. Þetta námsefni yrði kennt á Hótel og veitingaskóla Íslands, á endurmenntunarnámskeiðum fyrir matreiðslumenn. Þá gætu veitingahús, matvælavinnsla, veislueldhús og ýmsir aðrir nýtt sér þetta efni. Verkefnisstjóri myndi starfa með verkefnishópnum.

Kostnaður

Á þessu stigi málsins er ekki gott að segja til um kostnað verkefnisins. Ef gert er ráð fyrir að fyrsti þáttur þess – að ýta því úr vör tæki rúmlega ár gæti kostnaðurinn verið um 15 miljónir. Gróflega skiptist hann þannig: laun til verkefnisstjóra, fyrir nefndarstörf og vinna sérfræðinga 5 miljónir. Framlag til Hótel og veitingaskóla Íslands 3 miljónir. Gerð náms og kynningarefnis 4 miljónir. Auglýsingar, gerð heimasíðu og annars kynningarefnis 3 miljónir. Framlag þetta komi úr ríkissjóði eða frá Samgöngu og Landbúnaðarráðuneytum. Mögulega mætti verja nokkuð af því fé sem nú fer til niðurgreiðslu á útflutningi á lambakjöti til þessa verkefnis. Verkefnið miðar jú að því meðal annars að kynna íslenska lambakjötið fyrir erlendum ferðamönnum og auka neyslu þeirra. Í framtíðinni yrði þetta verkefni vistað innan Hótel og veitingaskóla Íslands og hjá Ferðamálaráði.

Lokaorð

Takmarkaðar upplýsingar eru til um neysluvenjur, matvæli og matreiðsluaðferðir þjóðarinnar frá fyrstu öldum Íslandsbyggðar. Þær voru þó að öllum líkindum mun fjölbreyttari en síðar varð. Íslenska eldhúsið var hins vegar fábrotið og einfalt frá því á miðöldum og allt fram til loka 18. aldar. Á þessu tímabili var hungur landlægt hér á landi. Á Íslandi var aldrei nein hirð eða aðall og alla tíð fámenn auðstétt. Á miðöldum og fram á 19. öld fór þróun matargerðarlistarinnar í Evrópu fyrst og síðast fram í eldhúsum konungshalla, aðalsins og auðmanna. Þá er rétt að geta þess að miðað við nágrannalöndin var úrval matvæla frekar fátæklegt hér á landi. Saga íslenskrar matargerðarlistar er því fábrotin. Í dag eru séreinkenni íslenska eldhússins vart sýnileg. Íslendingar hafa það fram yfir nágrannaþjóðirnar í austri og vestri að íslensk matvæli eru hrein og nánast ekkert menguð af lyfjum, eiturefnum úr umhverfinu eða hættulegum búfjárjúkdómum. Á Íslandi eru vel menntaðir fagmenn, kjötiðnaðarmenn, matreiðslumenn, bakarar og fiskvinnslufólk. Sama má segja um háskólamenntaða sérfræðinga, matvæla- og næringafræðinga. Helstu einkenni íslenskrar matargerðarlistar í dag er úrvals gott hráefni og góð fagþekking starfsfólks innan veitingahúsageirans. Þó gamlar hefðir á sviði matargerðarlistarinnar séu fáar eru þær þó til og vel hægt að byggja á þeim. Þó fáar hefðir séu til í sögu íslenskrar matreiðslu, þarf það ekki að vera ókostur. Við kerfisbundna

uppbyggingu íslenskrar matargerðarlistar veitir það vist frelsi. Mikilvægt er að taka tillit til krafna nútímans um að ekki sé nægjanlegt að maturinn sé bragðgóður og vel útlítandi. Hann þarf einnig að vera hollur. Helstu niðurstöður þessarar skýrslu eru því þær að við mótun og gerð íslensks eldhúss þarf að vinna út frá því hráefni sem hér er til, gömlum hefðum, hreinleika og hollustu. Sýnilegt íslenskt eldhús – íslensk matargerðarlist mun án efa vekja forvitni og áhuga erlendra ferðamanna. Á komandi árum ætti það að vera verðugt takmark að ein af ástæðunum fyrir því að erlendir ferðamenn heimsæki fremur Ísland en önnur lönd sé vitneskjan um að á Íslandi sé áhugavert þjóðlegt eldhús – matargerðarlist sem byggir á hollu ómengduðu hráefni og gömlum hefðum.