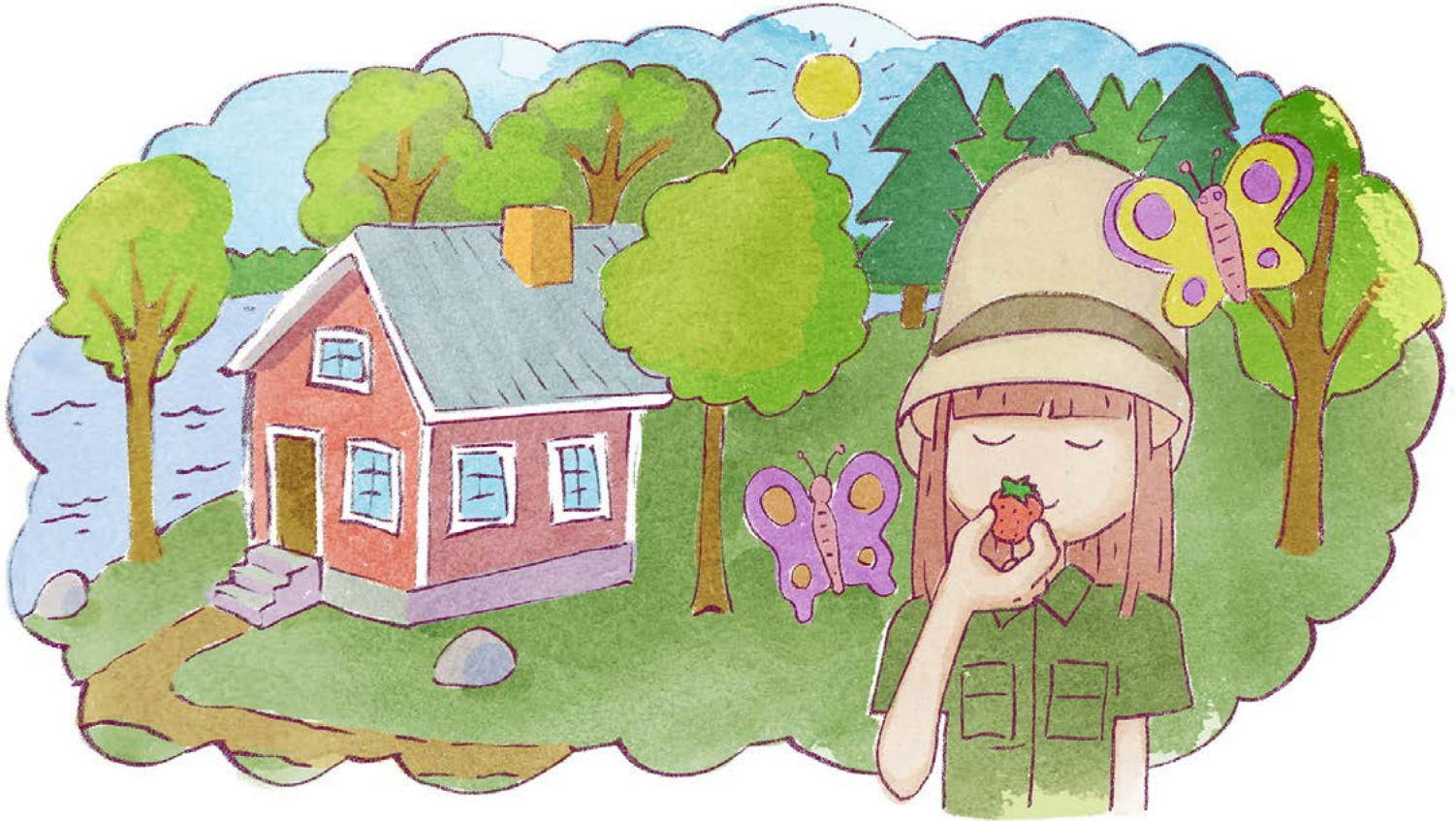


Maja Matforskare samlar matminnen



Det var en gång en liten flicka som hette Maja Matforskare. Majas familj bestod av mamma, pappa och Majas två äldre bröder. Maja var minst i familjen och hade fortfarande mycket att lära. Hon tyckte om att forska i mat. Hon ville lära sig mer om den.

En dag gick Maja med sin mamma förbi en kiosk. Maja och hennes mamma brukade stanna och läsa rubrikerna på kvällstidningarna. Maja kunde redan läsa lite, och hon läste långsamt upp den största rubriken för sin mamma, stavelse för stavelse:

”Ma-ten är bräns-le. Man be-hö-ver in-te nju-ta av den, sä-ger trä-nare.”

”Mamma, vad betyder det där?”, frågade Maja förvånad.

”Den där tränaren tycker uppenbarligen att man ska äta mat bara för att musklerna ska orka arbeta på ett gym. Att man inte behöver njuta av maten”, förklarade mamma.

”Jag tycker det är helt dumt,” fortsatte mamma. ”Mat är mycket mer än bara ett bränsle.”

Maja och mamma fortsatte vidare på sin promenad. Men Maja grubblade fortfarande över den där rubriken.

”Mamma, vad annat är maten då än bara bränsle? Är det inte just därför vi äter? För att vi ska hållas vid liv?”, frågade Maja.

”Så klart! Men mat kan också innebära till exempel glädje, minnen, smaker, dofter, gemensamma stunder och kultur”, förklarade mamma.

”Jag ska visa dig”, sade hon.

Mamma gick med Maja till torget och köpte en liter jordgubbar.

”Nu får du blunda, Maja. Berätta vad det här smakar och vad du kommer att tänka på”, sade mamma och gav Maja en stor jordgubbe.

”Det smakar sött. Som sommarlov! Jordgubbar får mig att tänka på sommar och sol. Och stranden, parken och torget! Jag blir glad av den här smaken”, svarade Maja.

Hon blev själv överraskad över hur klara och tydliga minnen hon fick. Det måste bero på jordgubbens förtrollande doft och smak.

”Du har helt rätt, Maja. Mat är minnen! När vi äter god mat i en trevlig situation kommer vi vanligtvis ihåg det länge efteråt. Och när vi senare i livet äter samma mat, återupplever vi samma minnen på nytt”, förklarade mamma.

Maja och mamma började promenera hemåt. När de kom fram till dörren bad mamma Maja sluta ögonen igen.

”Minns du att jag sade att mormor och morfar skulle komma och hälsa på? Kan du gissa vad de har lagat för mat åt oss?”, frågade mamma och öppnade dörren.

Maja kände en underbar, bekant doft strömma ut från lägenheten. Doften påminde Maja om mormor och morfars hus, där mormor alltid lagade den här maten. Det var Majas favoriträtt. Hon hade goda minnen av den här doften.

(...Maja Matforskare samlar matminnen)

”Mormors fisksoppa! Jippii!”, tjöt Maja och sprang in i mormors famn.

Mormor skrattade.

”Hur kunde du gissa det?”, frågade hon.

”Den doftar så gott! Så här doftar det alltid”, sade Maja och satte sig ner bredvid morfar vid matbordet. Mormor lade en kastrull med fisksoppa på bordet. Det fanns också många olika grönsaker och färger på bordet: röd paprika, grön gurka och i soppan orangea morötter. Maja märkte att färgerna och dofterna fick det att vattnas i munnen.

”Nåja – ät nu så att ni orkar med allt ni ska göra i dag!”, uppmanade mormor.

”Jag äter inte bara därför! Jag äter också för att få trevliga gemensamma matminnen. Jag äter för att det är trevligt att sitta och diskutera med er. Och jag äter för att den här maten har en fin färg, ser läcker ut och smakar gott!”, sade Maja stolt och med en allvetande min.

Mormor och morfar tittade förbluffade först på Maja och sedan på mamma.

”Vi lärde oss lite om mat och sånt idag!” sade mamma med ett leende, och då brast alla ut i skratt.

Efter det här tänkte Maja aldrig mer att mat endast är ett bränsle för kroppen. Hon visste att en värld där maten bara är ett bränsle är trist, färglös och helt utan matminnen och matupplevelser.

→ **Barnen lär sig om:** vad mat är, matminnen, matkultur, matupplevelser

→ **Anvisningar till fostraren:** Efter sagan kan ni diskutera vilka matminnen barnen har.