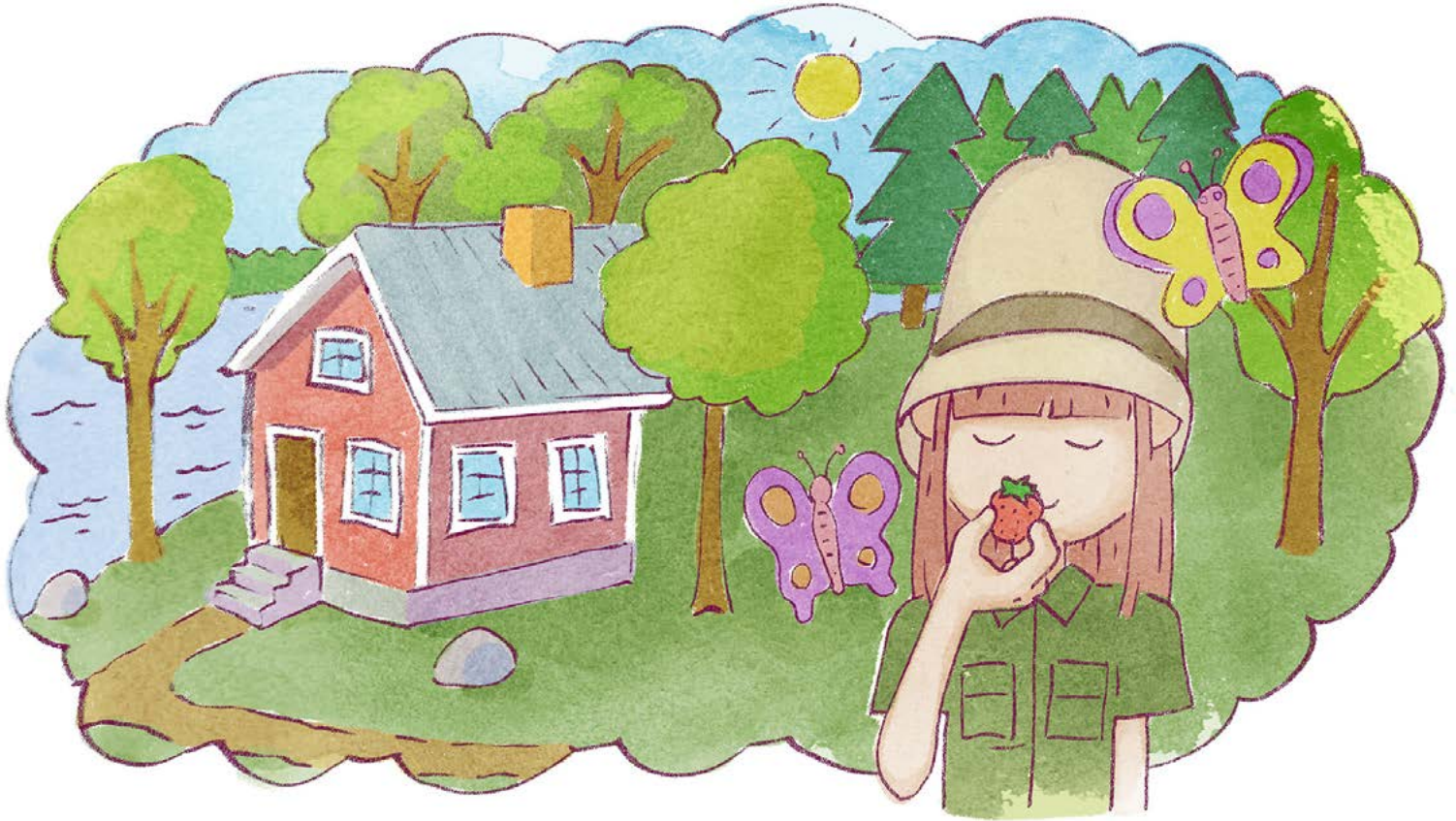


Ruut Ruokatutkailija kerää ruokamuistoja



Olipa kerran Ruut Ruokatutkailija. Ruutin perheeseen kuuluivat äiti, isä ja kaksi isoveljeä. Ruut oli perheen pienin ja opetteli vielä montaa asiaa. Ruut tykkäsi tutkailla ruokaa. Hän oli kiinnostunut oppimaan siitä lisää.

Eräänä päivänä Ruut käveli äitinsä kanssa kioskin ohi. Ruutilla ja hänen äidillään oli tapana pysähtyä tutkailemaan iltapäivälehtien otsikoita. Ruut osasi jo hieman lukea, ja tavasi äidilleen ääneen otsikoista isoimman:

”Ruo-ka on polt-to-ai-net-ta. Ei sii-tä tar-vit-se naut-tia, sa-noo kun-to-val-men-ta-ja.”

”Äiti, mitä tuo tarkoittaa?”, Ruut hämmästy.

”Tuo kuntovalmentaja ilmeisesti ajattelee, että ruokaa syödään vain, jotta lihakset jaksavat tehdä töitä kuntosalilla. Että ruuasta ei tarvitsisi nauttia”, äiti selitti.

”Minusta se on ihan hölmö ajatus”, äiti jatkoi, ”Ruoka on paljon muutakin kuin polttoainetta”.

Ruut ja äiti jatkoivat matkaa. Silti otsikko jäi vaivaamaan Ruutia.

”Äiti, mitä muuta ruoka sitten on? Emmekö me syö juuri siksi, että ruuan avulla pysymme elossa?”, Ruut kysyi.

”Toki! Mutta ruoka voi olla myös iloa, muistoja, makuja, tuoksuja ja yhteisiä hetkiä ja kulttuuria, esimerkiksi”, äiti selitti.

”Minäpä näytän sinulle”, äiti sanoi.

Äiti vei Ruutin torille ja osti litran mansikoita.

”Laita silmäsi kiinni, Ruut. Kerro, miltä tämä maistuu ja mitä sinulle tulee siitä mieleen”, äiti sanoi ja ojensi Ruutille ison mansikan.

”Maistuu makealta, kesälomalta! Mansikoista tulee mieleen kesä ja aurinko. Ja ranta, puisto ja tori! Tästä mausta tulee iloinen olo”, Ruut vastasi.

Tulivatpa muistot ja tunteet selkeinä mieleen, hän ajatteli. Mansikan huumaavan makea tuoksu ja maku sen varmaan tekivät.

”Olet ihan oikeassa, Ruut. Ruoka on muistoja! Kun syömme hyvää ruokaa mukavissa tilanteissa, muistamme sen yleensä pitkään. Ja kun syömme samaa ruokaa myöhemmin, elämme hyvät muistot uudelleen”, äiti selitti.

Ruut ja äiti lähtivät kotia kohti. Ovella äiti pyysi Ruutia taas laittamaan silmät kiinni.

”Muistatko, kun kerroin että mummu ja vaari ovat tulossa kylään? Arvaapa, mitä ruokaa he ovat täällä meille laittaneet”, äiti sanoi ja avasi oven.

Sisältä tuli Ruutin nenään ihana, tuttu tuoksu. Tuoksu vei Ruutin mummolaan, jossa mummi aina laittoi tätä Ruutin lempiruokaa. Tästä tuoksusta Ruutilla oli hyvät muistot.

”Mummin kalakeittoa! Jee!”, Ruut hihkaisi ja juoksi mummin syliin.

Mummin nauratti.

(...Ruut Ruokatutkailija kerää ruokamuistoja)

”Mistä arvasit?”, hän kysyi.

”Se tuoksuu niin hyvältä! Tältä se aina tuoksuu”, Ruut sanoi ja istuutui ruokapöytänsä vaarin viereen. Mummi kantoi pöytään kattilallisen kalakeittoa. Pöydässä oli myös paljon kasviksia ja värejä: punaista paprikkaa, vihreää kurkkua ja keiton porkkanoissa oranssia. Ruut huomasi, että värit ja tuoksut toivat veden kielelle.

”No niin – syökää, että saatte energiaa ja jaksatte!”, mummi kehotti.

”En minä syö vain siksi! Syön myös, jotta saan kivoja yhteisiä ruokamuistoja. Syön, koska on mukava istua ja jutella teidän kanssanne. Ja syön, koska tämä ruoka on kivan väristä, herkullisen näköistä ja hyvää!”, Ruut sanoi ylpeänä ja tietäväisenä.

Mummi ja vaari katsoivat hölmistyneinä Ruutia ja sitten äitiä.

”Opettelimme tänään vähän ruokajuttuja!” äiti hymyili, ja samassa kaikki nauroivat.

Eikä Ruut enää koskaan ajatellut, että ruoka olisi vain polttoainetta. Hän tiesi, että maailma, jossa ruoka olisi vain polttoainetta, olisi tylsä, väritön ja vailla ruokamuistoja ja -elämyksiä.

→ **Opetus:** mitä ruoka on, ruokamuistot, ruokakulttuuri, ruokaelämykset

→ **Ohjeistus kasvattajalle:** Sadun jälkeen voitte keskustella siitä, minkälaisia ruokamuistoja lapsilla on.