**Tarinoita & reseptejä,**
**pelloilta pöytiin.**

# AITO MAASEUTU 2

## *Keski-Suomessa*

AITOMAASEUTU.FI

# SISÄLLYS


Tarina aidosta maaseudusta 2

Muuttiko korona suomalaisen kuluttajan ruokakokemuksen? 3

#Amazing Keski-Suomi – koe ja näe Keski-Suomi täysin uudessa valossa! 4

Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 – ruokaketjun ja maaseudun toiminnan edistämistä 5

Keski-Suomen ruokaketjun tulevaisuus – toimialarajat ylittäen yhteistyössä 6

Ruokaketju keskiössä 7

Hyvä matkailuopas opastaa myös ruoan 8

Kasviproteiinit kiinnostavat kuluttajia 9

REKO – lähiruokaa suoraan tuottajalta kuluttajalle 10

Uusia kalastajia Sisä-Suomeen Mestari-Kisälli-hankkeen avulla 11

Komppa-Seppälän luomutila viljelee ja tuottaa moneen tarkoitukseen 12

Välitä viljelijästä -projekti jatkuu – lisänä tarttuminen työkykyhaasteisiin 13

Niemelän tilalla voivat hyvin sekä lampaat että luonto 14

Aitojamakuja.fi – elintarvikkeiden hankinnan ja myynnin tuki 15

Ylämaan karjaa ja maatilamatkailua 16

Suomen Artesaaniruoka ry/ Mathantverkarna i Finland 17

Keski-Suomen ruokamatkailu 17

Tommi Lindholm, jäätelöiden mestari 18

Kokeilevaa ja omalaatuista olutta Keski-Suomesta 20

Keski-Suomen ruokapoluilla 21

Yhdessä innovoiden – Kokemuksia kansainvälisestä innovaatiotapahtumasta 22

Ravitsemisalan opiskelijat hyödyntämään luonnontuotteita 23

Vietä kesää herkutellen ja hemmotellen – Keski-Suomi tarjoaa lähilomailuun mahtavat puitteet 24

Saunamaakunnassa nautitaan löylyistä ja ruoasta 25

Lähiruoan ilmastonäkökulmia 26

Ruoka on muotia 27

**Leena Pölkki**
Projektipäällikkö
Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2
Jyväskylän ammattikorkeakoulu


# TARINA AIDOSTA MAASEUDUSTA

Aito maaseutu. Tarina, joka on tosi. Jotain sellaista, johon voi luottaa. Se ei arvostele muita vaan toivottaa tervetulleeksi niin kaupunkilaisen kuin ulkomaan elävänkin. Se ruokkii meidät. On vieraanvarainen antimissaan. Elävä maaseutu on hyvinvointia yksilöille ja yhteisöille. Se ylläpitää monimuotoisuutta niin yhteiskunnan kuin luonnonkin osalta. Agraari maisema säilyy vain maata viljelemällä, karjaa laiduntamalla. Samalla se säilyttää kottaraiset ja ahomansikat myös tuleville sukupolville.

Maaseutu on meille suomalaisille jotain itsestään selvää. Harvassa ovat ne, joilla ei ole mitään kytköksiä maaseutuun – kotipaikka, sukulaiset, mökki, metsäpalsta, kalastusvedet, marjamaat ja metsästysmaastot. Maaseudulla on helppo hengittää. Vaikka välillä ahdistaakin. Huonokuntoiset tiet, toimimattomat tietoliikenneyhteydet, julkisten palvelujen ja kulkuvälineiden puute. Suomalainen, ja moni maahanmuuttajakin, on kuitenkin sitkeä. Kun se haluaa viljellä itse, kasvattaa karjaa tai lampaita, tarjota luontoelämyksiä tai rikkumatonta rauhaa myös matkailijalle, se tekee sen. Maalla.

Tätä kirjoittaessani kevät on kauneimmillaan. Vihreän eri sävyt, lintujen moniääninen konsertointi, tuoksuva maa ja keltaista siitepölyä aivan kaikkialla. Aurinko lämmittää ja sade kastelee tasapuolisesti pilven alle sattuneet. Sen sijaan tasapuolisesti ei ole jo toista vuotta kurittanut korona seurauksiaan jakanut. Vaikka lähiruoka on pandemian myötä noussut vielä aiempaa enemmän otsikoihin, ovat monet alan yrittäjät olleet todella tiukilla tai jopa joutuneet lopettamaan liiketoimintansa. Kun ravintolat ja monet muut ruokapalvelut ovat olleet sulun takia kiinni tai toiminnot on karsittu minimiin, eivät myöskään raaka-aineet ja tuotteet ole liikkuneet. Uskoa tulevaan on todella koeteltu. Toivottavasti tilanne vihdoin helpottuu, ja paluu uuteen normaaliin alkaa.

Kuluttajina me kaikki voimme olla vaikuttamassa siihen, millaiseksi uusi normaali muodostuu. Maaseutu ja luonto ovat kutsuneet monia ulkoilmaan, avaraan tilaan ja omaan rauhaan, mutta myös viettämään arvokasta aikaa yhdessä läheisten kanssa – turvallisesti ulkoilmassa, ehkä omalla tai vuokramökillä. Ehkä voisimme valita näin jatkossakin. Käyttää paikallisia matkailu- ja luontopalveluita.

Myös vastuullisesti tuotettu, mikrobiologisesti ja lääke-, hormoni- sekä raskasmetallijäämien osalta turvallinen ja laadukas paikallinen ruoka, jonka alkuperä on jäljitettävissä, on kokenut lisäarvonnousun. Silti se ei välttämättä ole realisoitunut ostoina, paikallisen yrittäjän ansaittuna tulona. Ehkäpä ensi kerralla ruokalistaa suunnitellessa, kaupan hyllyjen välissä tai ruokalistalta valintoja tehdessä voisimme suoda ajatuksen sille, kuka raaka-aineen on tuottanut. Sille, joka on sen pellolta, järvestä ja metsästä korjannut, kuljettanut ja jalostanut ruokapöytäämme nautittavaksi. Ja äänestää kukkarolla, kestävästi keskisuomalaisen maaseudun, ruokaketjun ja yrittäjyyden puolesta.

# MUUTTIKO KORONA SUOMALAISEN KULUTTAJAN RUOKAKOKEMUKSEN?

**Pirjo Luotola**
maa- ja metsätalousyrittäjä
KEKO2-hankkeen ohjausryhmän puheenjohtaja

Olemme eläneet erikoisen ajanjakson globaalin pandemian myötä. Epäiltiin, että kaikki lähti liikkeelle Kiinasta ja ruuan kautta. Sikäläinen torielämä poikkeaa paljon suomalaisesta ruokahygieniasta. Olisiko hyvä ottaa opiksi ja olla ylpeä osaamisestamme ja maataloustuotteidemme laadusta ja turvallisuudesta sekä koko ruokaketjun läpinäkyvyydestä?

Suomalaiset pääsivät tai joutuivat epidemian myötä miettimään ruokailun järjestelyjä, kun koulut ja työpaikat siirtyivät etäaikaan. Kodeissa kokkaillaan entistä enemmän ja erilaiset ruokapalvelut alkoivat tarjota vaihtoehtoja kotiinkuljetuksineen. Moni perhe joutui koetukselle, kun viikon ruokalistat jouduttiin laatimaan itse sen sijaan, että lounasruokalan listoilta voitiin valita itselle mieleinen, monipuolinen ja ravitseva ateria. Sosiaalisessa mediassa jaetaan runsaasti reseptejä ja arkea helpottavia vinkkejä. Tavallisesta sämpylästä saadaan juttua, kun joku innostuu ensi kertaa kokeilemaan leipomista ja onnistuu loihtimaan suussa sulavat herkut ja tuoksu tuntuu nenässä näitä lukiessa. Jotain entisaikaista, turvallista ja arvokasta on löydetty uudelleen.

Ruuan alkuperä ja tuotantotapa kiinnostaa entistä enemmän kuluttajia. Halutaan tunnistaa koko ruokaketju pellolta pöytään. Se mistä ruoka tulee ja millä tavalla se on tuotettu, vaikuttaa valintoihin ruokakaupassa. Enenevässä määrin luomu on valinnan kohde. Kotimaisuus koetaan turvalliseksi vaihtoehdoksi ja siihen ovat heränneet myös jalostajat. Usein meille kerrotaan pakkauksessa tuottajan nimi ja näin luodaan lähiruualle kasvot. Aina kun yrittäjä uskaltaa olla ylpeä työstään ja arvostaa laatua, se luo uskottavuutta tuotteen turvallisuuteen.

Voisiko paha pandemia tuoda tullessaan jotain hyvääkin? Suomalainen, puhdas ruoka ei ole itsestäänselvyys. Maassamme viljelijäväestö ikääntyy ja vähenee kovaa vauhtia. Riittääkö tuottajia tulevaisuudessa, ja saammeko houkuteltua nuoret ammattiin, joka ei ole välttämättä kovin trendikäs? Tosin tutkimusten mukaan viljelijöitä arvostetaan ja heidän työnsä koetaan tärkeäksi. Usein ammatti siirtyy edelliseltä sukupolvelta seuraavalle eikä maatila tule julkiseen myyntiin. Perheviljelmät ovat yleisin yritysmuoto. Muutosta on kuitenkin nähtävissä. Entistä enemmän perustetaan maatiloista osakeyhtiöitä tai yhtymiä, jolloin omistajia on useampia ja vastuu jakautuu myös useammille. Tilakoko on myös suurentumassa. Koulutus ja neuvonta ovat myös uuden edessä, suurentuvat yksiköt tarvitsevat rautaisia asiantuntijoita tuekseen.

Ruuan arvostuksen myötä uskoisin myös kotimaisen tuotannon säilyvän ja kehittyvän hyvään suuntaan. Kuluttajien valinnat ohjaavat tuotantoa ja kysyntä tuo tarjontaa. Meillä on myös paljon vielä käyttämätöntä potentiaalia luonnonvaroissamme. Puhdas luonto tarjoaa paljon raaka-aineita ja hienoja makuja, kunhan osaamme valjastaa ne tuotteiksi. Tässä tarvitaan uusia innovaatioita sekä tuotteiden keräämiseen että jatkojalostukseen. Ja jos tässä onnistumme, maailma on auki, sillä suomalaisiin tuotteisiin luotetaan myös maailmalla.

## AITO MAASEUTU KESKI-SUOMESSA

Julkaisu kertoo keskisuomalaisesta maaseutuyrittäjyydestä ja sen kehittämisestä. Yrittäjätarinoiden lisäksi mukana on raaka-aineisiin ja tuotteisiin liittyviä reseptejä.

**ISBN** ISBN 978-951-830-625-5 **Julkaisija:** Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -yhteistyöhanke
**Toimituskunta:** Leena Pölkki, Virpi Ruotsalainen ja Viivi Kaartinen **Taitto:** Grano Oy **Paino:** Keski-Suomen Media Oy
**Kannen kuva:** Pekka Rötkönen. Kirjoittajat ja kuvaajat/kuvien lähteet mainittu juttujen yhteydessä, muut tekstit ja kuvat toimituskunnan.
**Yhteystiedot:** Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -yhteistyöhanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu Oy, Liiketoimintayksikkö, Rajakatu 35, 40200 Jyväskylä, aitomaaseutu.fi, Leena Pölkki, leena.polkki@jamk.fi, 050 401 1894

Julkaisun on tuottanut Jyväskylän ammattikorkeakoulun hallinnoima Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -yhteistyöhanke (KEKO2). Hankkeen rahoittaa Keski-Suomen ELY-keskus Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahastosta.

Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahasto: Eurooppa investoi maaseutualueisiin
Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus
jamk

# #AMAZING KESKI-SUOMI – KOE JA NÄE KESKI-SUOMI TÄYSIN UUDESSA VALOSSA!

Amazing Keski-Suomi on 24 tuntia kestävä seikkailuhenkinen kilpailu, jonka tavoitteena on tehdä näkyväksi keskisuomalaista maaseutua, luontoa ja elämyksiä sekä toimijoita monipuolisesti. Vauhdikasta tapahtumaa ja kilpailun kulkua on kenen tahansa mahdollista seurata sosiaalisessa mediassa. Itse kisaan osallistuu viisi nelihenkistä joukkuetta, joista neljä koostuu Suomen menestyneimmän naispesäpallojoukkueen, Kirittärien pelaajista. Viides tiimi on haastejoukkue, jonka kokoonpano julkaistaan tapahtuman kynnyksellä. Kisan luonteen vuoksi reitti ja tehtävät ovat salaisia. Ota Amazing Keski-Suomi seurantaan ja lähde mukaan seikkailuun 12.–13.11.2021. Amazing Keski-Suomen löydät Facebookista ja Instagramista @amazingkeskisuomi.

Historian ensimmäinen Amazing Keski-Suomi järjestettiin 2018, jolloin voitosta kisasivat some-ammattilaiset eri puolilta Suomea. Keski-Suomen oma haastejoukkue puolusti ansiokkaasti maakunnan kunniaa *Kuukausi yksin erämaassa* -bloggari Minna Jakosuon johdolla. Erittäinkin kilpailuhenkisiksi osoittautuneet joukkueet kirmasivat ympäri Keski-Suomea erilaisilla rasteilla. Tiimejä koeteltiin muun muassa koskiuinnissa, tulentekotaidoissa, jousiammunnassa ja mitä erikoisempien ruokien maistelussa sekä valmistuksessa. Kaunista keskisuomalaista luontoa, maalaismaisemaa ja maailmanperintökohteita tallentui sadoille ja taas sadoille kuville sekä videoille koko muun maailman ihasteltaviksi.

Vuoden 2018 Amazing Keski-Suomi kilpailija Antti Kanto hehkuttaa: "Tästä kilpailusta nauttii vielä vuosien jälkeenkin. Osallistuimme kisaan joukkueella *Kohteena Lanttikuumeunelma* ehkä aluksi hivenen varautuneesti, mutta avoimin mielin, enkä ikinä olisi arvannut kuinka mahtava kilpailu olisi! Meidät johdatettiin Keski-Suo-

men ytimeen – mitkä maisemat ja nähtävyydet! Nähtiin, koettiin ja tietenkin naurettiin! Kilpailu haastoi meidät joukkueena toinen toisensa jälkeen hauskempiin ja mielenkiintoisempiin tehtäviin. Milloin oltiin pelastamassa kaveria hukkumasta (no ei oikeasti, toim. kommentti) tai milloin Saanalta hukkuu pyörästä pyörät. Päällimmäisenä kilpailun jälkeen jäi ajatus: koska mennään uudestaan?!"

Kanto kannustaakin kaikkia: "Koe ja näe Keski-Suomi täysin uudessa valossa. Kannattaa ottaa tapahtuma seurantaan somekanavissa, sillä vastaavaa ei usein tapahdu. Aion itse seurata kisaa intensiivisesti. Tällaista määrää verta, hikeä ja naurua ei tule usein vastaan!", nauraa Kanto ja jatkaa vielä: "Kaiken kaikkiaan yksi hienoimmista ja hauskimmista kilpailuista, missä olemme olleet."

**Teksti:** Jenny-Liisa Salila, projektiassistentti, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuvat:** Heikki Sulander

# KESKI-SUOMEN RUOKAKETJUN KOORDINAATIO 2 – RUOKAKETJUN JA MAASEUDUN TOIMINNAN EDISTÄMISTÄ

Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -yhteistyöhanke (KEKO2) jatkaa vuosina 2015–2018 toteutetun KEKO-hankkeen työtä Keski-Suomen maakunnan ja erityisesti sen ruokaketjun kehittämiseksi. Hankkeen tavoitteena on edistää Keski-Suomen ruokaketjun toimintaa ja maaseudun yrittäjyyttä sekä imagoa, ja sen piiriin ovat tervetulleita kaikki keskisuomalaiset ruokaketjun yrittäjät, kehittäjät ja muut toimijat toimialarajat ylittäen. Jyväskylän ammattikorkeakoulun hallinnoimaa hanketta rahoittaa Keski-Suomen ELY-keskus Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahastosta.

KEKO2-hankkeessa keskitytään erityisesti kansainvälistymiseen ja ruokamatkailuun sekä KEKO-hanketta seuraten "yhden luukun" periaatteella toimivaan koordinoituun viestintään. Yksi keskeisimmistä hankkeen viestintäkanavista on aitomaaseutu.fi-verkkosivusto. Verkkosivustolta löydät tietoa muun muassa Keski-Suomessa meneillään olevista maakunnan kehittämishankkeista sekä tapahtumakalenterin, johon koostetaan mielenkiintoisia tapahtumia maakunnassamme. Lisäksi verkkosivut sisältävät ajankohtaista tietoa muun muassa keskisuomalaisista suoramyyntipisteistä sekä paljon herkullisia reseptejä kotona kokeiltavaksi.

**Kuvat** (vasemmalta oikealle): Hanna-Kaisa Hämäläinen, Toni Laajalahti, Joni Rahunen, Leena Pölkki, Pekka Rötkönen, Hanna-Kaisa Hämäläinen

**Tutustu KEKO2 -hankkeen toimenpiteisiin ja tuotoksiin https://www.aitomaaseutu.fi/hankkeet/keko2 -verkkosivuilla:**

# KESKI-SUOMEN RUOKAKETJUN TULEVAISUUS – TOIMIALARAJAT YLITTÄEN YHTEISTYÖSSÄ

Keväällä 2021 strategisessa tulevaisuustyössä tuotettu Keski-Suomen ruokaketjun tulevaisuus 2022–2027 linjaa toimialan kehittämistä vahvassa yhteistyössä toimialarajat ylittäen. Vahva yhteistyö nähdään kehittymisen, kasvun ja menestyksen perustana. Tulevaisuuden arvopohjan luovat yhteistyö, korkea laatu ja vastuullisuus.

Visioksi on määritelty: *Keskisuomalaisessa ruokaketjussa yrittäminen ja toimiminen on kannattavaa, vastuullista ja houkuttelevaa –tuotamme yhteistyöllä aitoja makuja, elämyksiä ja hyvinvointia kestävästi ja luotettavasti.*

Toteutetulla ennakointi- ja tulevaisuustyöllä pyrittiin tunnistamaan ne asiat, joihin voidaan yritys- ja kehittämistoiminnassa maakunnassa itse vaikuttamaan. Yhteisiä arvoja ja niiden argumentteja pohdittiin erityisesti ihmisten, yritysten ja fyysisen ympäristön vuorovaikutuksen sekä hyvinvoinnin ja kestävän kehityksen näkökulmista. Valmiissa linjauspaperissa esitetään tunnistetut strategiset tavoitteet ja miten niitä konkreettisesti tavoitellaan.

Yhteistyömahdollisuuksiin panostamalla ja niitä luomalla kehitetään yritysten toimintaedellytyksiä, parannetaan kannattavuutta ja edistetään sekä osaamista että paikallisen tarjonnan imagoa ja näkyvyyttä.

Arvojen mukaisesti paikallisesti tuotetun ruoan ja kotimaisten raaka-aineiden arvostus nostavat esille ruoan alkuperän ja tuotantotavan. Ruoan turvallisuuteen ja vastuullisuuteen voidaan luottaa, kun tiedetään mistä se on peräisin ja sen alkuperä on helposti jäljitettävissä. Yhteistyötahoille tämä luo merkittävää lisäarvoa – paitsi ilmastonmuutoksen taklaamisen ja ympäristösuojelun näkökulmasta, erittäin painokkaasti myös paikallisen taloudellisen sekä sosiaalisen hyvinvoinnin ja yhteisöllisyyden näkökulmasta.

Strategian mukaisesti Keski-Suomen imago on vahvistunut elintarvikeketjun ja matkailun sekä rajapintojen vahvalla yhteistyöllä. Tämä yhteistyö toteutuu niin kulttuuri-, liikunta-, hyvinvointi-, green care- kuin teollisuussektoreillakin. Mukana on toimijoita yritys-, yhdistys-, kehittämis- ja koulutusorganisaatioista, julkiselta ja kolmannelta sektorilta.

Yhdessä määriteltyjen linjausten toteutuminen – tulevaisuustyössä onnistuminen ja haasteiden taklaaminen sekä hyötyjen saavuttaminen vaatii sitoutumista erityisesti jatkossa. Tässä voimme kaikki olla aktiivisia, keskisuomalaisina kuluttajina, yrittäjinä, kehittäjinä tai yhteisön jäseninä. Hyvinvointia työllisyyden, aluetalouden, valinnan mahdollisuuksien ja yhteisöllisyyden näkökulmasta. Maaseudulla ja kaupungeissa, pellolta pöytään.

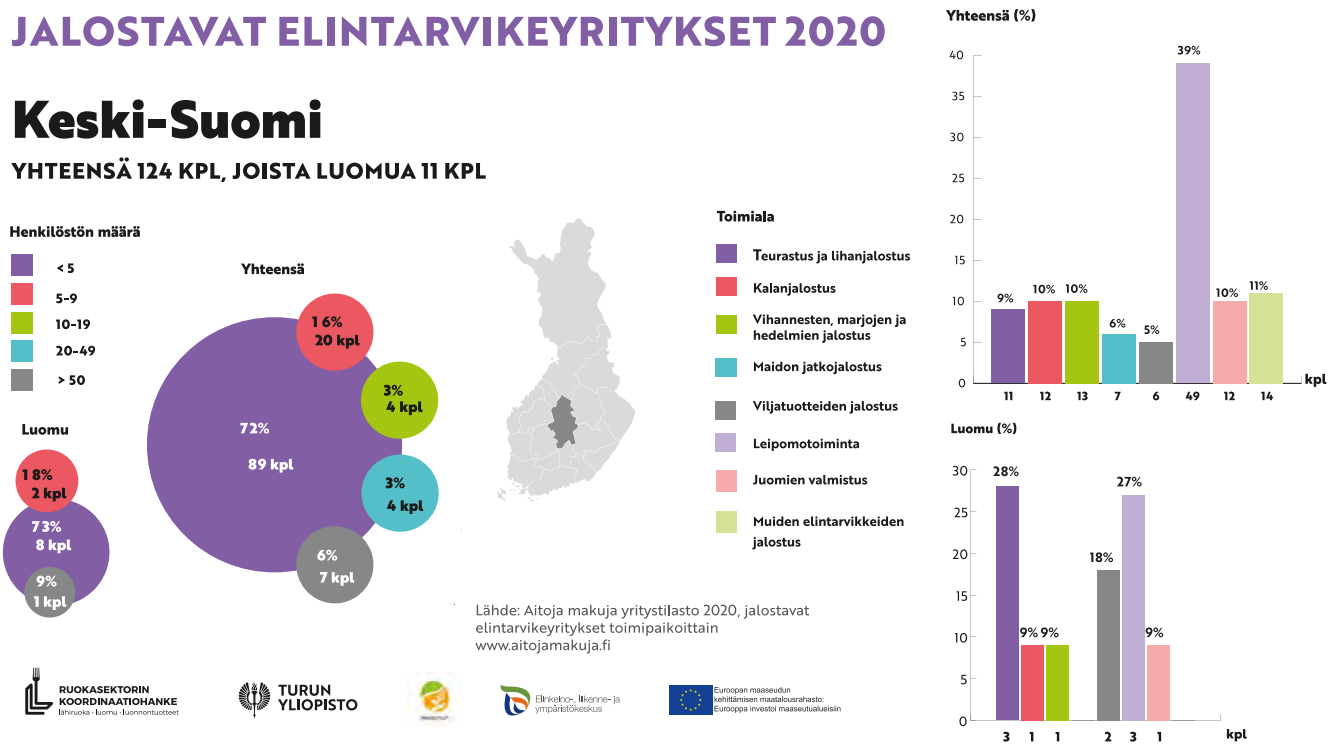
Keski-Suomen ruokaketjun tulevaisuus 2022–2027 linjaustyötä on toteutettu Jyväskylän ammattikorkeakoulun hallinnoimassa Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -yhteistyöhankkeessa. Tulevaisuustyöhön on osallistunut laaja joukko toimialan ja sen rajapintojen edustajia. Työtä on ohjannut työryhmä, jossa ovat edustettuina Keski-Suomen ELY-keskus, Keski-Suomen liitto, MTK Keski-Suomi, ProAgria Keski-Suomi, Gradia sekä yrittäjäjäsenet.

Valmis dokumentti julkaistaan JAMKin julkaisusarjassa sekä *aitomaaseutu.fi* -sivustolla.

Lisätietoa projektipäällikkö Leena Pölkki leena.polkki@jamk.fi p. 050 4011 894

**Teksti:** Leena Pölkki, projektipäällikkö, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuvat:** Pekka Rötkönen, Toni Laajalahti, Virpi Ruotsalainen

**Hankkeen kotisivut www.aitomaaseutu.fi/hankkeet/keko2**




*Aitoja makuja -yritystilastot esittelevät jalostavat elintarvikeyritykset kokoluokittain ja toimialoittain. Tämä yritystilasto laskee mukaan jalostavat yritykset, joiden liikevaihto on vähintään 10.000 euroa. Infograafissa Keski-Suomen luvut: yhteensä 124 jalostavaa elintarvikeyritystä, joista luomua 11 kpl. Lue lisää: aitojamakuja.fi/yritystilastot*

**Ulla Mehto-Hämäläinen**
Yksikön päällikkö, Keski-Suomen ELY-keskus

# Ruokaketju keskiössä

ELY-keskuksessa valmistellaan tulevan rahoituskauden 2023-2027 kehittämisen painopisteitä. Ruokaketju on edelleen keskeinen kehittämiskohde, vahvana osana biotalouden kokonaisuutta. Ruuan tuotanto liittyy maaseudun kehittämiseen monella tavalla. Koko ketju raaka-aineiden tuotannosta alkaen on yrittäjyyttä, joka on välttämätön osa elinvoimaista maaseutua. Maaseutumaisemaan kuuluvat oleellisena osana hyvin hoidetut pellot, mikä edellyttää maataloustuotannon jatkuvuutta. Kaunis maisema luo mielihyvää maaseudun asukkaille ja siellä matkaileville ja sama vaikutus on hyvällä ruualla.

Näinä pandemia-aikoina lähiruuan ja kotimaan matkailun suosio ja arvostus ovat kasvaneet ja tähän ilmiöön on myös kehittäjän ja rahoittajan hyvä tarttua. Keskisuomalaiseen ruokaketjuun kannattaa panostaa ja tavoitella sen kilpailukykyistä ja vastuullista toimintaa, joka pystyy myös uudistumaan. Ympäristö- ja ilmastoasiat painottuvat jatkossa entistä enemmän kautta linjan. EU on laatinut tulevaa rahastokautta varten Pellolta pöytään -strategian. Sen tavoitteena on kehittää kestävää elintarvikejärjestelmää vähentämällä ympäristö- ja ilmastojalanjälkeä sekä vahvistamalla toiminnan vastuullisuutta koko ruokaketjussa. Tämä tavoite on otettava huomioon myös maatalouden ja maaseudun kehittämisen saralla sekä rahoituksen suuntaamisessa. Yhdessä tekemällä meillä on mahdollisuus viedä asioita eteenpäin ja selättää haasteita, joita niitäkin elintarvikealaan liittyy. Tehdään keskisuomalaisesta ruokaketjusta houkutteleva, uudistuva ja tulevaisuuteen katsova kokonaisuus!

# HYVÄ MATKAILU-OPAS OPASTAA MYÖS RUOAN

Tarinat muistetaan. Ruoasta niitä löytyy maanviljelystä tapakulttuuriin, merkkihenkilöistä tonttuihin, kristinuskon vaikutuksista suomalaisten luontosuhteeseen – ruokaoppaana ei ole koskaan valmis!

Tarinat täydellistävät matkailijan ruokaelämyksen. Hyvän matkailuoppaan vetämällä retkellä käyntikohteet kerrotaan ja ruokapaikkojen ruoka esitellään. Varsinkin ulkomaalaisille asiakkaille olennaista on avata ruoan raaka-aineita ja valmistustapoja, jotka voivat olla pelottavan outoja. Seisovassa pöydässä tai noutolinjastolla tarvitaan selitys, mitä kuuluu syödä minkäkin kanssa ja mielellään myös miksi. Se vaatii oppaalta sekä gourmet-osaamista että historian ja kulttuurin tuntemusta.

Ruokailun lomassa keskustellen opas voi samalla saada aikaan lisämyyntiä. Itse olen oppaana mm. myynyt leivonnaisia nostamalla esiin niihin liittyviä perinteitä ja jäätelöä kertomalla, että se on tehty suomenlehmän maidosta.

Suomalainen design on osa ruokamatkailuamme. Kahvilassa kannattaa kertoa, että vieraat istuvat Alvar Aallon suunnittelemalla tuolilla ja juovat Aino Aallon suunnittelemasta lasista.

Ruoka on myös hyvä tuliainen. Se välittää kulttuuria, siitä kaikki osaavat keskustella, ja se sopii länsimaisille asiakkaille, joilla on liikaa tavaraa. Ruokamatkamuisto kulutetaan matkan jälkeen kotona mahdollisesti perheen ja vieraiden kanssa. Uusia ruokia ja makuja maistellessa väistämättä keskustellaan myös matkasta. Mielenkiintoiset maut ovatkin loistava kulttuurilähettiläs ja matkailumainos: matkailija elää matkansa uudelleen ruokamatkamuistojensa välityksellä ja jakaa elämyksiään myös läheisilleen.

**Teksti:** Outi Raatikainen, maaseutukehittäjä, auktorisoitu Jyväskylän matkailuopas ja matkanjohtaja
**Kuva** (alhaalla): Hanna-Kaisa Hämäläinen

**Riitta Peräinen**
ProAgria
Keski-Suomi

**Mirja Pummila**
Keski-Suomen Maa- ja kotitalousnaiset

# KASVIPROTEIINIT KIINNOSTAVAT KULUTTAJIA

Kasviproteiinien käyttö on lisääntynyt viime vuosina. Etenkin kasvipohjaisten, urheilijoiden käyttöön suunnattujen tuotteiden ja erilaisten välipalatuotteiden käyttö on lisääntynyt merkittävästi.

Myös kasvisruoan syönti on lisääntynyt. Kasviproteiinien tuotekehitys on vastannut tähän kysyntään ja kauppoihin on ilmestynyt runsaasti uusia, helppokäyttöisiä tuotteita. Kasvisten käyttöä lihan vähentämiseksi on helppo tehdä asteittain, esimerkiksi korvaamalla osan jauhelihasta kasviproteiinilla. Kotimaisen kasviproteiinin käyttäminen tuontitavaran, usein soijatuotteiden, sijaan lisää alkutuotantoa ja hyödyttää siten kotimaista maataloutta.

Palkokasvit ovat viljelykierrossa hyviä esikasveja, sillä syväjuurisina kasveina ne parantavat maan kasvukuntoa. Lisäksi palkokasvit pystyvät ottamaan ilmasta typpeä niiden juuristossa elävien bakteerien avulla. Typensidonnan ansiosta palkokasvit lisäävät maan typpivarastoa, sillä typpeä jää maahan runsaasti juuriston ja vihermassan mukana.

Lupiini on proteiinin lähteenä erityisen kiinnostava, sillä se sisältää runsaasti proteiinia ja kuitua, mutta vain vähän hiilihydraattia. Lupiinia viljellään Suomessa muutamien satojen hehtaarien alalla, suurin osa sadosta menee vielä rehukäyttöön.

Uusien viljelykasvien tuotanto edellyttää niiden kulutuksen lisäystä. Tavoitteena voisi olla kotimaisen kasviproteiinin lisääminen viljelijöiden, jatkojalostajien ja kuluttajien yhteisvoimin. Kysynnän kasvaminen ja erityisesti tuotekehitys elintarvikepuolella lisää kiinnostusta valkuaiskasvien viljelyyn.

**Kuvat:** Riitta Peräinen

## Trendikäs härkäpapu

Välillä jo unohduksiin jäänyt härkäpapu on kokenut uuden tulemisen ruokalautasille. Proteiinipitoista härkäpapua saa erilaisina kuivattuina tuotteina ja jalostettuina valmisteina. Niiden avulla onkin helppo lisätä kasviproteiinia ruokavalioon. Tuoreita palkoja voi syksyisin ostaa suoraan lähituottajalta ja onpa niitä välillä myynnissä kauppojen heviosastoillakin.

**Villiinny ihanista villiyrteistä. Kevät ja alkukesä ovat huippua villiyrttien keräys- ja käyttöaikaa. Villiyrtit ovat parhaimmillaan tuoreena mutta moni yrtti sopii myös kuivattavaksi, pakastettavaksi ja myös säilöttäväksi esim. pikkelöintiin.**

**Kuusenkerkät** (muista, että kuusenkerkkien keruu ei kuulu jokamiehenoikeuksiin) ovat kuusen vaaleanvihreitä versoja, jotka ovat parhaimmillaan kesäkuussa ihan tuoreeltaan ennen kuin neulaset muuttuvat tummemmiksi ja kovemmiksi. Kuusenkerkät sopivat hyvin erilaisiin juomiin ja kastikkeisiin mutta myös leivontaan.

RUOKA OHJE

### KUUSENKERKKÄBRIOSSI

6 dl maitoa
30 g hiivaa
13 munaa
40 g sokeria
0.1 kg hienonnettua kuusenkerkkää
15 ml suolaa
n 1.5 kg vehnäjauhoja
0.5 kg voita

Sekoita ainekset ja kohota taikinaa mielellään pari tuntia, sitten tee taikinalle kevyt riivaus. Laita taikina leivinpaperilla vuorattuun vuokaan. Kohota. Paistoaika n ½ tuntia, 175 asteessa.

Leikkaa jäähtynyt briossi paloiksi ja paista palat pannussa. Sopii mainiosti tarjottavaksi aurajuuston ja hillotun punasipulin kanssa.

**Käenkaalin** eli ketunleivän lehdet tunnetaan sen kirpeän happamasta mausta. Ne sisältävät raparperin tavoin oksaalihappoa. Käenkaali sopii hyvin erilaisiin yrttikastikkeisiin mutta myös moniin jälkiruokiin esim. jäätelöön tai pannacottaan. Käenkaalit kukat ovat myös herkullisia ja kauniita niin ruoanvalmistukseen sekä ruokien koristeluun.

RUOKA OHJE

**KÄENKAALIPANNACOTTA**

4 liivatetta
8 dl kermaa
2 dl sokeria
n 6 dl käenkaalia
1 dl täysmaitoa

Liota liivatteet. Kiehauta kerma ja sokeri kattilassa. Sekoita tehosekoittimessa käenkaali, maito ja kiehautettu kerma. Lisää joukkoon liotetut liivatteet ja jaa astioihin. Koristellaan mustikoilla ja käenkaalin kukilla.

# REKO – LÄHIRUOKAA SUORAAN TUOTTAJALTA KULUTTAJALLE

REKO eli Rejäl konsumtion tarkoittaa "Reilua kuluttamista". Tässä lähiruoan myynti- ja jakelumallissa elintarvikkeet vaihtavat omistajaa ilman välikäsiä, suoraan tuottajalta kuluttajalle. Toiminnan perusperiaatteet ovat: ei jälleenmyyntiä, mahdollisimman läheltä, eettistä tuotantoa – mielellään luomua sekä avointa ja läpinäkyvää – tuotannosta on velvollisuus kertoa.

Kuluttajana hyödyt monin eri tavoin REKO-piireistä ostaessasi. Tuotteiden hinnoissa ei ole markkinoinnin, logistiikan, pakkaamisen tai tukkuliikkeiden ylimääräisiä kustannuksia. Paikallisten tuotteiden hankinnalla tuet myös aluetaloutta ja työllisyyttä. Ostohetkellä tapaat henkilökohtaisesti ruoan tuottajan tai jalostajan ja muita samat arvot omaavia kuluttajia. Valikoiman vaihtelevuus sesonkien mukaan on osa ympäristövastuullisuutta. Ruoan makukokemukseen saattaa vaikuttaa myös se, että tietää ruoan alkuperän ja tuotantotavan.

Tuottajana hyödyt samoista kuluttajaa hyödyttävistä asioista, mutta lisäksi henkilökohtaisen myyntityön avulla voit saada välittömästi arvokasta kuluttajapalautetta valikoimasta, tuotteista tai asiakaspalvelusta. Lisätietoja REKO-tuottajaksi alkamisesta löydät *aitojamakuja.fi* -verkkosivuilta.

REKO Jyväskylän seutu -piirin yllpitäjä Leena Pölkki kertoo toiminnan laajenneen kuluttajien arvojen muutoksen myötä. Esimerkiksi REKO-asiakas Maria Hallman toteaa *Varmista huomisen ruoka. Osta läheltä.* -kampanjan haastattelussa, että REKO-toiminta on avannut hänen silmänsä: "Arvostan yhä enemmän suomalaisia ruokaa ja lähituotteita. Haluan kannustaa tuottajia, koska heidän työnsä on tärkeää," hän kertoo.

**Teksti:** Virpi Ruotsalainen, projektisihteeri, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuva:** Leena Pölkki

QR-koodin avulla pääset katsomaan kokonaisuudessa Hallmanin haastattelun **aitomaaseutu.fi** -verkkosivuilta. Sivustolta löydät myös muita aiheeseen liittyviä haastatteluja, REKO-toiminnan kuvauksen sekä listauksen Keski-Suomessa toimivista REKO-lähiruokapiireistä.

**Janne Ruokolainen**
kalatalousaktivaattori,
Sisä-Suomen kalatalousryhmä

**Katja Svahnbäck**
kalatalouskoordinaattori,
Sisä-Suomen kalatalousryhmä

# UUSIA KALASTAJIA SISÄ-SUOMEEN MESTARI-KISÄLLI-HANKKEEN AVULLA

Mestari-Kisälli-hankkeella on pyritty vastaamaan kalastusalan toimijoiden ikääntymisongelmaan, joka osaltaan on uhannut koko kalatalouden arvoketjun toimivuutta. Hankkeessa yhteistyökumppanina on alusta asti toiminut koulutuskeskus Salpaus, jonka ansiosta kisälleille on pystytty tarjoamaan myös kalatalousalan koulutusta työssäoppimisen tueksi.

Hankkeeseen haettiin avoimella haulla yhteensä kymmentä mestari-kisälli-paria. Mestareiksi valittiin kokeneet päätoimiset kaupalliset kalastajat ja kisälliksi pystyi hakemaan kuka tahansa alasta vakavasti kiinnostunut työkykyinen ja -ikäinen henkilö. Lopullinen valinta hakijoiden kesken tehtiin parien haastatteluiden ja Koulutuskekus Salpauksen kanssa tehtyjen auditointien perusteella.

Nyt valtaosa pareista on suorittanut Mestari-kisällikoulutuksen loppuun. Vain yhden parin osalta koulutus näyttäisi jäävän kesken. Lopputulos on kuitenkin erinomainen. Ainakin neljä kisälleistä on jäänyt jo suoraan yrittäjiksi kalastusalalle ja osa aikoo ryhtyä kalastajiksi myöhemmässä vaiheessa. Onneksemme lähikalaa tulee olemaan tarjolla alueellamme siis myös jatkossa.

**Kuvat:** Suvi-Tuulia Leinonen, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

## Sisä-Suomen kalatalousryhmä kouluttaa uusia kalastajia ja kehittää paikallisen kalan arvoketjua

Sisä-Suomen kalatalousryhmä, tuttavallisemmin Kala-Leader, toimii Keski-Suomen, Päijät-Hämeen, Kouvolan ja Pertunmaan alueella. Sen tehtävänä on edistää alueensa elinkeinokalataloutta ja matkailukalastusta. Ohjelmakaudella 2014–2020 Kala-Leaderin rahoituksella toteutettiin hyvin monenlaisia hankkeita Aquaponisen vesiviljelyn kehittämisestä matkailukalastusyritysten yritysryhmähankkeen esiselvitykseen. Merkittävimmäksi hankkeeksi nousi kuitenkin uusia ammattikalastajia alueelle kouluttava Mestari-Kisälli-hanke, jonka tulokset ovat olleet niin positiivisia, että toimintaa tullaan jossain muodossa jatkamaan myös ohjelmakaudella 2021–2027.

# KOMPPA-SEPPÄLÄN LUOMUTILA VILJELEE JA TUOTTAA MONEEN TARKOITUKSEEN

**Marja Komppa** ja **Ari Seppälä** ostivat maatilan Korpilahdelta vuonna 1990 ja päättivät ryhtyä tuottamaan ruokaa omiin tarpeisiinsa. Pian mukaan tuli myös suoramyynti kuluttajille, ja siitä lähtien Komppa-Seppälän luomutilalla on viljelty monenlaisia raaka-aineita ja tuotettu ruokaa niin omaan käyttöön kuin myyntiin.

”Alussa tilamme oli ikään kuin monitoimitila: löytyi mehiläisiä ja eläimiä, viljelimme sieniä ja teimme monenlaista peltoviljelyä. Ensimmäisen vuosikymmen ajan tilalta myytiin raaka-aineita suoraan kuluttajille. 2000-luvun taitteessa päätimme kuitenkin erikoistua mehiläisten hoitoon ja loimme ensimmäisen tuotemerkkimme, Voi hyvin -hunajan”, Komppa kertoo tilan historiasta.

Noin kymmenen vuoden kuluttua Komppa-Seppälän tila kehitti toisen tuotteensa, kalasäilyke Järki Särjen. Aluksi säilykkeitä valmistettiin vain omaan käyttöön, mutta lopulta Komppa ja Seppälä rakensivat omat kalankäsittelytilat, ja vuodesta 2015 alkaen särjestä valmistetut säilykkeet ovat olleet myös kuluttajien saatavilla.

Nykyään Komppa ja Seppälä toimivat siis sekä yrittäjinä että maatilan omistajina. Yrityksiä ja maatilaa pyörittäessä on arki joskus kiireistä, mutta mielenkiintoiset ja vaihtelevat työtehtävät innostavat Komppaa ja Seppälää joka päivä:

”Päivään voi kuulua kaikkea koneiden korjaamisesta ja muusta käytännön työstä aina markkinointiin ja paperitöiden tekemiseen. Särjen ja hunajan sesongit ovat eri vuodenaikoina, joten kesäisin aikaa kuluu mehiläisten hoitoon ja talvisin kalasäilykkeiden valmistukseen.”

## Luomua alusta alkaen

Komppa-Seppälän tila on toiminut alusta alkaen luomutilana, ja vastuullisuus on kuulunut tilanomistajien periaatteisiin aina. Mehiläisten pölytys on hyödyksi ympäröivälle luonnolle ja särkikalojen kalastus vähentää rehevöitymistä ja fosforia vesistöissä. Komppa pohtiikin, olisivatko he koskaan ryhtyneet luomutilan pitäjiksi ja yrittäjiksi, elleivät heidän valitsemansa tuotantosuunnat olisi olleet aidosti ympäristölle hyödyllisiä.

**Tutustu Komppa-Seppälän tilaan ja heidän tuotteisiinsa: voihyvinhunaja.fi ja jarkisarki.fi**

”Kun sekä raaka-aineiden tuotannon että yrityksen perustana on kiinnostus ympäristön hyvinvointia kohtaan, ei yrittäjän tarvitse keksiä tarinoita kertomaan tuotteidensa laadusta ja vastuullisuudesta”, hän toteaa.

Kuluttajien kiinnostus luomua ja raaka-aineiden vastuullisuutta kohtaan on Kompan ja Seppälän mukaan kasvanut viime aikoina. Tärkeintä suomalaisille on heidän kokemuksensa mukaan silti ruoan kotimaisuus.

## Luomutilan ja yritysten toiminta jatkuvassa kehityksessä

Komppa-Seppälän tilalla viljellään edelleen monia kasviksia, ja oman tilan tarjoamia mahdollisuuksia pyritään kehittämään jatkuvasti. Tällä hetkellä suunnitteilla on valkosipulin viljely tilalla, jolloin kalasäilykkeisiin tarvittava valkosipuli saataisiin suoraan omilta mailta. Kompan mukaan tavoitteena on, että maatilakokonaisuus saadaan hyödynnettyä heidän tuotteissaan mahdollisimman hyvin.

Oman yritystoiminnan kehittämisessä auttaa yhteistyö muiden paikallisten yrittäjien kanssa. Komppa ja Seppälä ovat mukana esimerkiksi yritysryhmähankkeessa, jonka osallistujat tulevat useilta eri toimialoita.

”Korpilahdella on paljon aktiivista yritysyhteistyötä, eivätkä toimialat ole rajoitteena sille. Mielestäni on jopa parempi, että olemme tekemisissä eri aloilla toimivien yrittäjien kanssa, sillä se avaa silmät sekä uuden oppimiselle että yhtäläisyyksien löytämiselle”, Komppa tiivistää yhteistyön muiden yrittäjien kanssa jatkaen: ”Lisäksi yhteistyö on samalla oman alueen kehittämistä!”

**Teksti:** Viivi Kaartinen, viestintävastaava, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuvat:** Marja Komppa ja Ari Seppälä (viereisellä sivulla) Hanna-Kaisa Hämäläinen (tällä sivulla)

Haastattelu on luettavissa myös Visit Jyväskylä Regionin nettisivuilla: visitjyvaskyla.fi

**Eila Eerola**
Välitä viljelijästä -projekti, Keski-Suomi,
Maatalousyrittäjien eläkelaitos Mela

# Välitä viljelijästä -projekti jatkuu – lisänä tarttuminen työkykyhaasteisiin

Olen mukana Maatalousyrittäjien eläkelaitos Melan Välitä viljelijästä -projektissa. Tuttuun tapaan toimin viljelijöiden apuna ja tukena monenlaisissa elämäntilanteissa. Apuni on luottamuksellista ja maksutonta.

Viljelijän huoli tai murhe saa olla pienikin, vain aavistus pahasta olosta tai ensimmäinen pilvi helletaivaalla. Kunnon myräkänkin kohdalla apuuni voi luottaa. Haasteita, kysymyksiä ja epävarmuutta voi olla myös reilummin, yhdessä niitä on helpompi lähteä selättämään. Joskus auttaa jo turvallinen, luottamuksellinen juttelu ulkopuolisen kanssa. Yhdessä asiaa tuumaillen etsimme ratkaisuja.

Palvelumme kattaa myös työkykyyn liittyvät kysymykset. Iän karttuessa jaksaminen ja työkuntoisuus eivät olekaan itsestäänselvyyksiä, tapaturman tai sairauden kohdatessa joudumme miettimään työkuvioita ja tulevaa uusin askelmerkein. Olen tukena muutostilanteissa.

Yhteyttä voi ottaa puhelimella tai sähköpostilla. Luvan yhteydenottoon voi antaa myös läheiselle tai esimerkiksi yhteistyökumppanille. Mieluummin liian aikaisin kuin liian myöhään. Aina tulee uusi kevät.

# NIEMELÄN TILALLA VOIVAT HYVIN SEKÄ LAMPAAT ETTÄ LUONTO

**Laukaan Äijälässä sijaitsee Niemelän lammastila. Tilalla kävijä kohtaa nyky-Suomessa jokseenkin harvinaisen näyn, nimittäin lauman kainuunharmaslampaita, yhtä Suomen alkuperäisroduista. Rotu oli jo kadota kokonaan, mutta nykyään sitä löytyy maailmasta jokunen tuhat yksilöä. Tästä on kiittäminen Niemelän tilan kaltaisia lammastiloja, jotka ovat ottaneet rodun jalostuksen sydämensä asiaksi.**

Niemelän tila on seissyt samalla paikalla jo yli sata vuotta, ja tilanpitoa on jatkanut sama suku neljän sukupolven ajan. Vuonna 2011 tila siirtyi **Pia** ja **Pekka Niemeläisen** haltuun, jolloin he muuttivat entisen lypsykarjatilan lammas- ja emolehmätilaksi. Vuonna 2016 emolehmistä luovuttiin ja tila siirtyi kokonaan lammastilaksi ja luomutuotannon aikakausi alkoi.

”Liha on tilamme pääartikkeli, mutta sen ohella tilapuodistamme voi ostaa muun muassa lampaidemme villaa, taljoja ja lankaa. Lisäksi vuokraamme lampaitamme maisemanhoitopalveluna, ja tänä vuonna saimme jalostuslampolan statuksen, joten pian tilalta on mahdollista myös ostaa eläviä jalostuseläimiä”, Pia Niemeläinen kertoo tilansa toiminnasta.

”Meille rodun jalostaminen ja ylläpitäminen on kuitenkin se ensisijainen asia, mitä haluamme tehdä”, hän jatkaa.

## Kestävyys ja ekologisuus osana koko tilan toimintaa

Niemelän lammastila on luomutila, jossa ekologisuuteen ja kestävyyteen on haluttu kiinnittää erityistä huomiota. Tästä kertoo esimerkiksi se, että vuodesta 2018 asti tila on ollut mukana Carbon Action -hankkeessa, jossa tutkitaan ja edistetään tapoja sitoa hiiltä maaperään pois ilmakehästä.

”Pikkuhiljaa olemme päässeet myös käyttämään uusiutuvia energiamuotoja, kuten aurinkopaneeleita ja uusiutuvaa, jätteistä ja tähteistä valmistettua polttoöljyä. Nämä ovat isoja investointeja, mutta on tärkeää, että löydämme keinoja vähentää fossiilisten polttoaineiden käyttöä” Niemeläinen kertoo.

Niemeläisille on tärkeää vaalia sekä ympäristön että eläinten hyvinvointia. Tilan lampaat laiduntavat keväästä pitkälle syksyyn ja laajojen laidunmaiden kasvillisuus on monipuolista. Niemeläisen mukaan tilalla kiinnitetään myös paljon huomiota maaperän kasvukunnon ja satotasojen parantamiseen sekä luonnon monimuotoisuuden ylläpitämiseen. Tilalta löytyykin perinnebiotooppeja, eli perinteisen karjatalouden muovaamia luontotyyppejä, joilla lampaat laiduntavat.

## Yhteistyö avaa silmät uusille ideoille

Lammastilan toiminnan kehittäminen ja uusien ideoiden keksiminen itsekseen ei ole aina helppoa, ja sen vuoksi Niemeläinen vannookin yhteistyön nimeen. Yhteistyö erilaisten verkostojen ja muiden alojen yrittäjien kanssa on hänen mukaansa auttanut monipuolistamaan omaa ajattelumaailmaa ja kehittämään tilaa.

Niemeläinen kokee, että myös koko Laukaan alue hyötyy aktiivisesta yhteistyöstä eri ihmisten ja yritysten välillä:

**Tutustu Niemelän tilaan osoitteessa niemelantila.nettisivu.org**

”Sellainen seutukunta, jossa tehdään yhteistyötä ja ollaan yhdessä rintamassa, on paljon vahvempi. Silloin jokaiselle löytyy oma paikka ja omat vahvuudet, ja alueelle saadaan rakennettua toimiva kokonaisuus. Ja tämähän hyödyttää myös matkailua!” hän kuvailee jatkaen:

”Toisten ihmisten ja yritysten kanssa toimiminen on välttämätön konsti pysyä mukana maailman kehityksessä. Kun on enemmän päitä yhdessä, saadaan aikaan jalostuneempia ajatuksia. Yksin oma katsantokanta voi ruveta äkkiä näyttämään kapealta.”

## Erityinen kainuunharmas

Palataan vielä lopuksi itse lammastilan sydämeen, kainuunharmaslampaisiin. Niemeläisen mukaan rodun ylläpitäminen on haastavaa, sillä se ei sovi jokaiseen tapaan tuottaa. Esimerkiksi isoja lihaeriä tuottavalle rotu ei välttämättä näyttäydy houkuttelevana, sillä eläin ei ole yhtä tasaisen lihakas ja nopeakasvuinen, kuin esimerkiksi valkoinen suomenlammas, toinen alkuperäisrotumme. Kainuunharmas-rotua on kuitenkin ylläpidettävä, jotta sen geneettinen monimuotoisuus säilyy, ja Niemelän lammastilan harjoittamaan suoramyyntiin rotu sopii hyvin. Kainuunharmaan geeniperimä lisää lampaiden geneettistä monimuotoisuutta ja se kuuluu kansalliseen alkuperäisrotujen säilytysohjelmaan.

”Harmaksen lihassa on oma erityinen makunsa. Liha on aromikasta ja hienosyistä, ja olemme viime aikoina saaneet paljon kehuja lihaa kokeilleilta ihmisiltä. Tähän voi olla syynä se, että ihmiset ovat tehneet paljon ruokaa kotonaan, jolloin lihan maku on päässyt paremmin esille. Ravintola-annoksissa liha saattaa jäädä muiden annoksen elementtien varjoon”, Niemeläinen pohtii.

Lammastilan tuotteiden makuun vaikuttaa Niemeläisen mukaan moni seikka: tilan lampaat laiduntavat paljon, luomutuotannossa lampaiden syömä nurmi sisältää monia eri kasvilajeja ja rehussa käytettävä kaura ja härkäpapu on kasvatettu itse, eikä rehua ole prosessoitu.

Tilalla tavoitellaan lampaan ruhon mahdollisimman kokonaisvaltaista hyödyntämistä: kestävyyden kannalta raaka-aineen hukkaan heittäminen tuntuu hölmöltä. Siksi Niemelän lammastilalla myydään monenlaisten lihatuotteiden ohella myös muita lampaasta saatavia tuotteita. Näiden lisäksi uudet mahdolliset kanavat, joihin lihantuotannon sivutuotteita voisi käyttää, ovat jatkuvasti Niemeläisillä pohdinnassa.

**Teksti:** Viivi Kaartinen, viestintävastaava, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuvat:** Toni Laajalahti ja Pia Niemeläinen

# AITOJAMAKUJA.FI

## elintarvikkeiden hankinnan ja myynnin tuki

Aitojamakuja.fi -sivuilla oleva hakupalvelu toimii tietolähteenä, jossa tietoa voidaan etsiä rajaten
• tuoteryhmittäin • ostopaikoittain • toimialoittain, • maakunnittain / kunnittain • luomutuotteittain tai • nimisuojatuotteittain.

**YRITTÄJÄ/TUOTTAJA/JALOSTAJA**
aitojamakuja.fi/
ilmoita-yrityksesi-hakupalveluun/

aitoja makuja

**KULUTTAJA/AMMATTIKEITTIÖ**
aitojamakuja.fi/
hae-yrityksia/

# YLÄMAAN KARJAA JA MAATILAMATKAILUA

**Rintamamiestila, joka toimi aikoinaan lypsykarjatilana, tarjoaa nyt trendikkäästi lähiruokaa ja lähimatkailupalveluja. Yritystoiminnassa on mukana koko perhe.**

Konneveden Istunmäellä sijaitsevan Suopirtin tilan pörröiset lehmät Cognac-sonni etunenässään käyskentelevät uteliaina kurkistelemaan pihalle saapuvaa vierasta. Tällä karjatilalla eläimet eivät ole pelkästään lihantuotantoa varten. Ne kuuluvat osaksi Green Care -konseptin alla toimivan maaseutumatkailuyrityksen ”henkilökuntaa”, aivan kuten tilan muutkin eläimet, kuten islanninhevonen Brana, shetlannin poni Barbalala, saksanpaimenkoira Helga-neiti sekä terapiakissat Roni, Tohtori Holopainen, Meeri ja Mina.

Tilan ihmistyövoimaan kuuluvat **Paula** ja **Hannu Vetikko** sekä heidän tyttärensä 15-vuotias **Emmi** ja 17-vuotias **Hanna**. Kaikki heistä ovat yrittäjiä, sillä myös tyttärillä on omat 4H-yrityksensä. Ja kaikki puhaltavat yhteen hiileen, kehittäen pienimuotoista, kodinomaista ja luonnonläheistä bed & breakfast -toimintaa sekä luontoelämyspalveluja, kuten ikääntyvien hyvinvointia tukevaa maatilapäivätoimintaa.

”Olen itse omassa elämässäni huomannut luonnon hyvinvointivaikutukset, ja siksi tuntuu luontevalta tarjota sitä muillekin. On hienoa nähdä, kuinka jo yhden päivän aikana esimerkiksi muistisairaat piristyvät ja hymy alkaa irrota”, Green Care -koulutuksen käynyt ja nykyisin Green Care Finland -yhdistyksen hallituksessa varajäsenenä toimiva Hannu Vetikko kertoo.

”Meillä voi viettää aikaa eläinten kanssa ja luonnossa, askarrella verstaassa, keitellä nokipannukahvia ja osallistua puutarhatöihin ja vaikkapa ratsastaa”, hän luettelee.

## Pyöräilijöiden suosiossa

Suopirtin tila on niin sanottu rintamamiestila, joka päätyi Vetikkojen haltuun sukupolvenvaihdoksen myötä. Vuonna 2013 Vetikot päättivät uudistaa tilasta toimivan maatilan. Tilalle hankittiin ylämaan karjaa, jonka liha suoramyydään asiakkaille.

”Liha melkein viedään käsistä, niin haluttua se on”, Hannu Vetikko kertoo. ”Tällä hetkellä tilalla on 32 nautaeläintä. Niillä kaikilla on nimet ja ne saavat käyskennellä vapaasti ulkona aitauksessaan.”

Karjatilan hoito on vain osa-aikaista työtä Vetikoille, ja sen ohella he molemmat tekevät muita töitä yrittäjinä. Hannu toimii jätevesijärjestelmien suunnittelun ja

konsultoinnin parissa, ja Paulalla on ollut jo pitkään urheilumatkoja maailmalle järjestävä yritys Vetikko Travel. Paula on ollut aktiivisesti kehittämässä myös Konneveden matkailua, ja hän on muun muassa rakentanut visitkonnevesi.fi-sivuston. Niinpä oman tilan hyödyntäminen matkailuun tuntui järkevältä ja hyvältä askeleelta. Tilalta on lyhyt matka Etelä-Konneveden kansallispuistoon ja sen tarjoamien palvelujen pariin.

”Matkailutoimintamme on vielä melko alussa, mutta kesäisin meillä yöpyy etenkin pyöräilijöitä. Tämä osuu sopivasti EuroVelo-pyöräreitistön varrelle. Nykyään voimme tarjota kaksi neljän hengen majoitustilaa. Rakennamme pihalle myös kesäkeittiön, jota matkailijat voivat hyödyntää”, Paula Vetikko sanoo.

### Markkinointia käynnistetty

Toistaiseksi matkailijat ovat löytäneet Suopirtin tilan lähinnä Airbnb:n ja Visit Finlandin My stay-palvelun kautta, mutta Vetikot ovat käynnistäneet muuta aktiivista markkinointia, koskien sekä majoituspalveluja että luontoelämystoimintaa.

Vetikot kertovat, että Maaseutukehitys ry:n myöntämä yrityksen investointituki maaseutumatkailutoiminnan kehittämiseen oli merkittävä apu, kun tilaa alettiin kehittää – eikä suinkaan pelkästään euroissa mitattuna.

”Rahoituksen hyötynä on myös se, että jo hakuprosessin aikana tulee mietittyä tarkkaan taloudellisia lähtökohtia ja saa myös uusia ideoita”, he kertovat ja rohkaisevat muitakin ottamaan yhteyttä paikalliseen Leader-ryhmään, ”jos mielessä muhii yritystoiminnan aloittaminen tai kehittäminen. Sieltä saa kyllä apua ja kannustusta.”

**Teksti ja kuvat:** Maria Markus

Juttua päivitetty 1.4.2021
Juttu on alun perin julkaistu Keski-Suomen Leader-ryhmien tiedotuslehdessä.

Mathantverkarna
Ruoka-artesaanit

## Suomen Artesaaniruoka ry/ Mathantverkarna i Finland

Vuonna 2017 perustettu yhdistys, joka kehittää ja edistää artesaaniruokaa jakamalla tietoa, auttamalla koulutusten järjestelyissä, tukemalla ruoka-artesaanien keskinäistä verkostoitumista ja artesaaniruoan näkyvyyttä sekä tekijöiden mahdollisuuksia Suomessa. Yhdistys omistaa Suomen Artesaaniruoka SM -kilpailujen säännöt ja vastaa kilpailun vuosittaisesta järjestämisestä. Seuraavat kilpailut: 2021 Ahvenanmaa, 2022 Lappeenranta ja 2023 Ranua. Lisätietoa SM-kilpailuista löydät Facebookista *@artesaaniruokaSMmathantverkFM*

Yhdistyksen määritelmän (Ruotsin Eldrimnerin) mukaan artesaaniruoka
- on ainutlaatuisia tuotteita, joissa on paljon makua
- on laadukkaita tuotteita, joilla on selkeä identiteetti
- valmistetaan pääosin paikallisista raaka-aineista, huolella jalostaen, pienissä erissä ja usein omalla tilalla
- tunnistetaan ammattitaitoisesta käsin tekemisestä läpi koko tuotantoketjun, joka takaa terveelliset tuotteet ilman turhia lisäaineita – tuotteita, joiden alkuperä on jäljitettävissä
- nostaa esiin perinteet ruoanlaitossa, jalostaa näitä perinteitä ja luo innovatiivisia tuotteita

Yhdistys toimii jo vakiintuneiden ruoka-artesaanien edunvalvojana ja kokoaa yhteen yrittäjiä ja kehittäjiä sekä muita artesaaniruoasta kiinnostuneita. Keski-Suomesta yhdistyksen hallituksessa kaksivuotiskaudella 2021–2022 varsinaisena jäsenenä toimii Maija Suutarinen/ Hakamaan lammastila ja varajäsenenä Minna Junttila/JAMK.

Tervetuloa mukaan jäseneksi. Liittyminen tapahtuu helposti yhdistyksen sivuilta *mathantverkarna.fi*.

KESKI-SUOMEN
RUOKAPOLUILLA
FOOD TRAILS
IN CENTRAL FINLAND

## Keski-Suomen ruokamatkailu

Kestävästi tuotettu ruoka on tärkeä ja näkyvä osa keskisuomalaista matkailua. Tarjolla on erilaisia ruokapolkuja, joissa yhdistyvät tarinat, ainutlaatuinen luonto, vieraanvaraisuus ja omaperäisyys. Maakunnan raaka-aineiden monipuolisuus ja ruokakulttuurien moninaisuus yhdistyvät aidoiksi elämyksiksi luonnon helmassa, kaupungin sykkeessä, valmiissa pöydässä tai oman eväskorin äärellä.
(Keski-Suomen ruokamatkailun toimenpideohjelma 2021–2025)

# TOMMI LINDHOLM, JÄÄTELÖIDEN MESTARI

**Tommi Lindholm ei ole mikä tahansa mestari, vaan jäätelömestari. Äänekoskelainen yrittäjä työskentelee Art Food Heaven Oy:ssä Jyväskylässä Art Gelato -brändin jäätelömestarina ja haluaa tuoda herkullisia, paikallisia ja yllätyksellisiä makukokemuksia kaikkien saataville.**

”Kiinnostus ja palo ruoka-alaa kohtaan syntyi 13-vuotiaana, kun seurasin vanhempieni ravintolassa työskennelleen kokin toimintaa”, Lindholm kertoo tiestään keittiö- ja jäätelömestariksi ja jatkaa: ”siitä tuli minulle intohimo, kutsumusammatti, josta nautin suunnattomasti.”

Lindholm kunnioittaa ammattiaan syvästi ja vaalii samalla tarkasti asiakkaan kokemusta. Hänen ruokafilosofiaansa kuuluu keskeisesti asiakkaiden toiveiden ja tavoitteiden kartoittaminen sekä niiden täyttäminen. Lindholm haluaa tarjota asiakkailleen erilaisia ratkaisuja, joista asiakas saa itse valita sopivimman.

”Koen, että elämäntehtäväni on laajentaa tarjolla olevia makuvaihtoehtoja ja tuoda hyviä makukokemuksia kaikkien saataville. En tee kompromisseja tai valmista mitään ruokaa tai jäätelöä huonolaatuisista raaka-aineista”, hän kuvailee ruokafilosofiaansa.

Myös paikallisuus merkitsee Lindholmille paljon. Keski-Suomesta löytyy monia loistavia raaka-aineiden tuottajia, joiden tarjoamia mahdollisuuksia hän haluaa hyödyntää raaka-ainehankinnoissaan. Lindholmille on tärkeää päästä tuomaan paikallisuus ja raaka-aineiden takana olevat tuottajat esille omissa tuotteissaan ja mauissaan.

Yhteistyö paikallisten tuottajien kanssa on johtanut esimerkiksi Lindholmin kehittämän Äänekoski-gelaton syntymiseen. Gelatossa maistuu Valion Äänekosken tehtaalla valmistettu Aura Gold -sinihomejuusto. ”Paikallisuutta parhaimmillaan!” Lindholm riemuitsee.

## Uusia makuja kokeilemalla ja kuuntelemalla

Erilaisia jäätelömakuja on olemassa varmasti satoja, ellei jopa tuhansia. Mistä jäätelömestari sitten löytää inspiraation jäätelöihinsä?

”On sanonta, että ’aina ei tarvitse keksiä pyörää uudestaan’, ja se pitää paikkaansa”, Lindholm kuvailee uuden jäätelömaun kehittämisprosessia. Hän kehittää uusia makuja ottaen huomioon sen hetkiset trendit ja kokeilee näitä sitten omalla twistillään. Myös yhteistyökumppa-

**Tutustu Art Gelato -jäätelöihin ja lue lisää Tommi Lindholmista ja Art Food Heavenista osoitteessa artfoodheaven.fi**

nit ja asiakkaat kertovat usein ehdotuksia uusiksi mauiksi, ja heitä Lindholm kuuntelee mielellään, sillä ihmiset itse tietävät millaiset maut palvelevat juuri heitä parhaiten.

”Olen valmis kokeilemaan mitä tahansa raaka-ainetta ja luomaan näin uusia makuja ja makuyhdistelmiä. Haluan houkutella myös muita testaamaan ja löytämään omat suosikkimakunsa.”

## Yhteistyötä ja yllätyksiä jäätelön parissa

Muiden paikallisten osaajien ja tuottajien kanssa ”sparrailu” on Lindholmille mieleistä. Hän kertoo, että sparraaminen auttaa keksimään uusia makuja, jotka voisivat toimia tietyn ravintolan tulevalla ruokalistalla joko sellaisenaan tai annoksen komponenttina. Yhteistyö auttaa myös tuomaan esille paikallisia raaka-aineita ja tuottajia sekä vaalimaan keskisuomalaista ruokakulttuuria.

”Meillä on Keski-Suomessa erittäin osaava keittiöalan ammattikunta sekä keittiömestariverkosto, jossa saan olla mukana. Kun vaalimme yhdessä paikallisuutta, rakennamme samalla tiivistä verkostoa, jota jokainen paikallinen yritys pystyy hyödyntämään parhaalla mahdollisella tavalla”, Lindholm kertoo.

Uransa aikana Lindholm on työskennellyt ulkomailla ja päässyt kokemaan erilaisia ruokakulttuureita. Yksi merkittävä osa yrittäjien välistä yhteistyötä onkin hänen mukaansa kokemusten ja tiedon jakaminen toinen toisilleen. Jakamalla ja hyödyntämällä kokemuksia yhdessä on mahdollista saada aikaan jotain uutta. Yllätyksellisyys on Lindholmin mukaan tärkeää ja luo vau-efektin, joka jää asiakkaan mieleen.

”Tärkeintä minulle on se, että pystyn tuottamaan kaikille jäätelön ystäville makuelämyksen, kokemuksen rauhoittumisesta, nautinnosta ja mausta, jonka he muistavat”, Lindholm kuvailee jatkaen pilke silmäkulmassa: ”aina on hyvä hetki syödä jäätelöä, eikö?”

**Teksti:** Viivi Kaartinen, viestintävastaava, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuvat:** Leena Pölkki ja Viivi Kaartinen

Haastattelu on luettavissa myös Visit Jyväskylä Regionin nettisivuilla: visitjyvaskyla.fi

**Siankärsämö** on kaikille tuttu niittykasvi. Se on voimakasarominen ja -tuoksuinen. Siankärsämön tuoreissa, uusissa lehdissä on kiva hieman pippurinen maku, joka sopii hyvin esim. pataruokien mausteeksi. Se sopii myös mainiosti kastikkeiden ja esimerkiksi sinapin mausteeksi.

RUOKA OHJE

### SIANKÄRSÄMÖSINAPPI

Grillikausi on alkamassa, siankärsämösinappi sopii mainiosti niin grillimakkaran, grillattujen kasvisten kuin hyvän pihvinkin seuraksi.

2 dl sinappijauhetta
2 dl sokeria
2 kananmunaa
3 dl kermaa
1 rkl maustekurkkujen lientä
3 rkl hunajaa
2 kourallista hienonnettuja, tuoreita siankärsämönlehtiä

Laita aineet kattilaan, sekoita koko ajan, kiehauta ja anna sitten vetäytyä tovi. Laita sinappi tiiviskantiseen purkkiin.

Reseptit ja kuvat:
Anne Rantanen,
Pohjoisen Keski-Suomen ammattiopisto

# KOKEILEVAA JA OMALAATUISTA OLUTTA KESKI-SUOMESTA

**Mikko Mäkelä** on jyväskyläläinen panimoyrittäjä ja HIISI-panimon toimitusjohtaja. Halu tehdä omalaatuista olutta ja päästä kokeilemaan jopa omituisia ideoita toimivat lähtölaukauksena perustaa panimo, jonka luovat ja käsityönä tehdyt oluet ovat herättäneet innostusta myös yleisössä ja asiakkaissa.

”HIISI on omalaatuinen panimo. Ammennamme oluiden tarinoihin kieli poskessa muun muassa suomalaisen mytologian omituisuuksia”, Mäkelä kuvailee panimoa ja työtään.

Kun pienpanimo HIISI perustettiin vuonna 2013, oli panimo Keski-Suomen ainoa. Kuluneiden vuosien aikana erilaisia oluita on HIISI:llä syntynyt noin 300, eli ideat eivät yrittäjiltä kesken lopu:

”Olemme haastaneet sekä itseämme oluentekijöinä että oluitamme juovaa yleisöä uudenlaisilla makuelämyksillä, ja samalla tiellä ollaan edelleen. Vuosien saatossa Keski-Suomeen on hiljalleen nousut muitakin panimoita, ja epäilisin, että kokeilunhalu on tarttuvaa sorttia!"

## Paikallinen yhteistyö johtaa yllätyksellisyyteen

Vuosien varrella HIISI on vakiinnuttanut asemansa suomalaisessa (pien)panimokulttuurissa, mutta menestyksestä huolimatta on panimon toiminta säilynyt synnyinsijoillaan Keski-Suomessa. Mäkelän mukaan paikallinen yhteistyö on alusta asti ollut osa panimon toimintaa, oli sitten kyseessä uusien makujen löytäminen tai auton tankkaaminen:

”Vuosien saatossa on olueen laitettu niin paikallista kuusenkerkkää, hillomunkkeja kuin kiuaskiviäkin. Panimolla käytetty mäski voi mennä paikalliselle leipomolle, ravintoloihin, hevosille tai vaikka särjen syötiksi. Mikäli mäskille ei ole tilausta näissä, se toimitetaan läheiselle maatilalle biokaasulaitokseen, ja tankkaamme panimon pakua sitten omilla jätöksillämme."

Mäkelän mukaan monelle paikallisesti toimivalle yritykselle suurimpia kilpailuetuja ovat nimenomaan paikallisuus ja erikoisuus, ja uusien tuotteiden kehittämisessä paikallinen yhteistyö on usein avaintekijä.

**Lue lisää HIISI:stä ja tutustu panimon tuotteisiin: hiisi.beer**

”Syitä yhteistyöhön on monia. Luova hulluus, tuttu tekijä ja molemminpuolinen luottamus, tai vaikkapa ihan kokeilunhalu ja sattuma! Meilläkin nämä projektit ovat melkeinpä aina lähteneet vähän erilaisista kantimista", Mäkelä kertoo paikallisen yhteistyön syntymisestä.

Myös vastuullisuus kuuluu tärkeänä osana panimon toimintaa, mikä näkyy esimerkiksi mäskin hyötykäytössä. Mäkelän mukaan vastuullinen toiminta on kuitenkin myös pieniä päivittäisiä tekoja ja jo sen ymmärtäminen on vastuullisuutta.

"Halusimme perustaa sellaisen panimon, jossa kokeilunhalua ja erilaisuutta arvostetaan, sekä toisaalta uskalletaan ja halutaan myös kehittyä. Meille on myös aina ollut tärkeämpää ja nautinnollisempaa oluen laatu kuin sen määrä", Mäkelä kuvailee yrityksen toimintaperiaatteita.

### Täydellinen olut rakentuu yhdessä tilanteen ja tunteen kanssa

Kysyttäessä täydellisestä keskisuomalaisesta oluesta Mäkelä rakentaa mielikuvan oluen nauttimisesta erilaisissa tilanteissa ja tunnelmissa:

"Yksi panimomme pohja-ajatuksia on se, että ei ole olemassa vain ’yhtä parasta olutta’, koska tilanne vaikuttaa aina. Paras olut voi riippua siitä, ollaanko juhannusyönä laiturin nokassa, jouluiltana takkatulen äärellä, vaiko paikallisen panimon taproomissa keikan alkua odottamassa (kuukausia kestäneen keikkatauon jälkeen). Siksi niitä oluitakin on syntynyt joka lähtöön.”

Yhden tarkemman esimerkin hyvästä keskisuomalaisesta oluesta Mäkelä kuitenkin nimeää, nimittäin kolme kertaa peräkkäin Suomen parhaaksi stoutiksi valitun HIISI:n Ikiiurson:

”Sitä keskisuomalainen voi aina nauttia ylpeydellä!”

**Teksti:** Viivi Kaartinen, viestintävastaava, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuva:** Mikko Mäkelä

Haastattelu on luettavissa myös Visit Jyväskylä Regionin nettisivuilla: visitjyvaskyla.fi

# Keski-Suomen ruokapoluilla

Keski-Suomen runsaat metsäiset maastot kätkevät kulkijan löydettäviksi monipuolisesti villiruokaa ja riistaa. Metsien aarteiden ohella maakunnassa viljellään muun muassa mansikkaa, herukoita, vadelmaa, pensasmustikkaa ja jonkin verran tyrniä. Erityisesti hyvinä satovuosina on elämys myös päästä itse poimimaan omenat, päärynät, luumut ja kirsikat suoraan puista.

Järviä Keski-Suomessa on yli 3700. Ei siis ihme, että maakunnassa kalastetaan paljon ja vapaa-ajankalastajillekin kiinnostavia kohteita löytyy runsaasti. Pääkalansaaliita ovat ahven ja hauki, mutta yhä useampi onnistuu saamaan koukkuunsa myös arvostetun kuhan. Vertaansa vailla ovat tietysti kirkaskylkinen lohikala muikku ja sen mäti. Myös upeat särkituotteet uivat kuluttajien pöytiin.

Suomen suvi tarjoaa paikallisille viljelijöille lyhyen ja intensiivisen kasvukauden. Puhtaasta maaperästä ja ilmasta sekä kesän auringosta voimakkaat värinsä ja arominsa saavat monet juurekset, kaalit, salaatit, yrtit ja tomaatit. Keskisuomalaiseen maaseutumaisemaan liittyvät metsien ja vesistöjen ohella oleellisesti pellot. Ruokaviljan viljelyn lisäksi peltoalasta lähes puolet on nurmiviljelyä ja kolmannes rehuviljaa, ja näitä hyödyntävät ravintonaan niin lypsy- kuin pihvikarjakin. Eläinten hyvinvointi ja eettisyys ovat tuottajiemme perusarvoja, lisäksi laiduntamisella vaalitaan perinteistä hoidettua maalaismaisemaa. Keski-Suomesta löytyy myös paikallista lammasta/karitsaa, possua sekä jonkin verran kalkkunaa ja kaninlihaa.

Maakunnassa tuotetusta maidosta jalostuu osaavissa käsissä maankuuluja tuotteita, kuten Aitoa Cheddar-juustoa Leivonmäellä ja Aura-sinihomejuustoa Äänekoskella. Tiesitkö, että näitä ei tehdä missään muualla maailmassa? Keski-Suomessa valmistetaan myös huomattava määrä muita maitotuotteita, erityisesti erilaisia maitojuomia.

Leipäkulttuurimme monipuolista. Varsinkin ruisleipää maakunnasta löytyy todella monenlaisia, riihiruislimpusta jyväiseen eväspalaan. Samoin perinteistä pullaa eri variaatioina valmistaa lähes jokainen leipomo. Mukaan kannattaa napata myös ainakin vaaleaa kohotettua hiivaleipää, jota siis Keski-Suomessa kutsutaan rieskaksi, ja tietysti ohutta perunarieskaa sekä erilaisia piirakoita.

Tuotteet ja raaka-aineet löytyvät paikallisista suoramyyntipisteistä, tiloilta, toreilta, REKO-jaoista, kauppojen hyllyiltä ja palvelutiskeiltä sekä tietysti ravintoloista, kahviloista ja maaseutumatkailukohteista. Lähde ruokamatkalle! Kysy paikallista!

(Teksti on lyhennelmä Visit Jyväskylä Regionin sivuille tuotetusta tekstistä)

**Teksti:** Leena Pölkki, projektipäällikkö, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuva:** Pekka Rötkönen

# YHDESSÄ INNOVOIDEN – KOKEMUKSIA KANSAINVÄLISESTÄ INNOVAATIOTAPAHTUMASTA

Vanhat liiketoimintamallit kuten yksin puurtaminen ja pitkän aikavälin toimintasuunnitelmat eivät enää palvele yrityksiä tänä päivänä, sillä toimintaympäristöstämme on muovautunut yhä verkottuneemmaksi ja jatkuva muutos on vakio. *Kuinka siis pysyä maailman menossa mukana ja luoda jatkuvasti uutta?* **Jakamalla avoimesti tietoa ja osaamista sekä verkostoitumalla – yli toimialojen sekä yli maanrajojen!**

*Biobord-verkkoalusta on paikka avoimelle innovoinnille ja verkostoitumiselle.*

## Miksi verkostoitua ja luoda yhdessä uutta?

Jatkuva muutostila johtuu muun muassa yhä enemmän verkottuneemmasta maailmasta (globalisaatio), sen mukana tuomasta kiristyvästä kilpailusta sekä yhä monimutkaisimmista asiakastarpeista. Jatkuvan muutoksen lisäksi, työelämä on myös elänyt murrosta teknologian, palvelutalouden lisääntymisen, vastuullisuuden vaatimusten sekä väestörakenteen osalta. Tämän pohjalta voidaankin todeta, että yksittäisen yrityksen on vaikea pärjätä yksin kasvavien vaatimuksien kanssa globaalissa kilpailussa.

Verkostoituminen tarjoaa yrityksille vertaistukea, uusia näkökulmia ja ideoita, tehostaa tuotanto- ja palveluketjuja sekä mahdollistaa taloudellista kasvua. Yhdessä kehittäminen verkostoissa on oiva tapa säästää resursseja, oppia toisilta ja avartaa näkemyksiä.

*Biotalouden yrityskiihdyttämö*

## Miten verkostoitua ja ottaa osaa yhdessä kehittämiseen?

Verkostoitua voi monella tavalla, mutta verkossa verkostoituminen on yleistynyt Korona-pandemian myötä. Verkostoituminen ja avoin innovointi on ominaista biotalouden alalla, sillä se yhdistää alana monia perinteisiä luonnonvara-aloja kuten esimerkiksi ruoantuotannon ja luontomatkailun. Kansainväliseen biotalouden alan verkostoitumiseen on tarjolla monia työkaluja, esimerkiksi avoin ja ilmainen Biobord foorumi; biobord.eu.

Kaikille avoimet innovaatiotapahtumat, kuten hackathonit, ovat erinomainen väylä yrityksille verkostoitua, jakaa ja saada tietoa sekä luoda yhdessä uutta. Hackathon on intensiivinen, tietyn aikarajan tapahtuma (esimerkiksi 24 h tai 48 h), jossa alan asiantuntijat sekä kaikki teemasta kiinnostuneet kokoontuvat samaan tilaan ratkomaan yhteisesti tunnistettuja haasteita. Tapahtuman juuret ovat syvällä IT-alassa, jossa alan toimijat ovat kokoontuneet yhteen etsimään ratkaisuja tietoteknisiin ongelmiin. Hackathonien tavoitteena on kilpailla ratkaisuilla ja kehittää toimialaa sen kautta. Keski-Suomessa yhtenä innovatiivisena yrityskentän hackathonien järjestäjänä toimii Jyväskylän ammattikorkeakoulun biotalouden yrityskiihdyttämö BioPaavo. BioPaavo etsii ratkaisuja kestävään liiketoimintaan liittyviin haasteisiin, yhdessä globaaleilla markkinoilla toimivien veturiyrityksien kanssa. Ratkaisuja etsitään yli rajojen ja yli toimialojen.

## Kokemuksia Keski-Suomesta

Kaksi keskisuomalaista yritystä kefir-tuotekehittäjä The Kefir Guy sekä hampun eri käyttötapojen edistämisen esiintuojat Suomen Hampputuotteet Oy ottivat maaliskuussa 2021 osaa digitaaliseen ja kansainväliseen hackathoniin Food Hack by Biobord. Tapahtuman järjesti kansainvälinen biotalouden innovaatioita edistävä ConnectedByBiobord-hanke (Interreg BSR).

**The Kefir Guy "Suurimmat ja parhaat asiat tapahtuvat vahingossa"**
Innovaatiohenkisyyttä, ideointia ja ajatustulvaa on se mitä Henri Hekanaho odottaa hackathoneilta ja tapahtumista, joissa on oman kiinnostuksen kohteen asiantuntijoita ja muita kanssayrittäjiä. Tutkijan työ on merkittävä osuus uusien elintarvikkeiden kehittämisessä ja siinä on hyötyä olla sekä esillä että kuulolla monenlaisissa tapahtumissa. Hackathoniin osallistuminen kiinnostaa jatkossakin, asiantuntijaesitysten kuuntelu ja verkostoitumismahdollisuudet kannattaa hyödyntää, kun sellaisia on tarjolla.

**Suomen Hampputuotteet Oy "Yllättäviäkin yhteyksiä voi avautua, kun vain on aktiivisesti mukana"**
Mikko Ilmoniemi muistuttaa, että osallistuminen mielenkiintoisiin tapahtumiin kannattaa aina, tulokset eivät useinkaan näy kovinkaan nopeasti varsinkaan kansainvälisellä kentällä pelatessa. Joskus tapahtumissa saatuihin verkostoihin palataan vasta vuosienkin kuluttua ensimmäisestä kohtaamisesta, sitten kun asiasta tulee ajankohtainen esimerkiksi tuotekehityksen merkeissä. Tämän vuoksi yrittäjän kannattaa olla aktiivisesti mukana ja esillä. Tapahtumista saa vähintään kokemusta ja on taas asteen viisaampi. Aktivoitumalla avautuvat niin omat silmät, maailma kuin verkostotkin.

The Kefir Guyn ja Suomen Hampputuotteiden yrittäjät olivat yhtä mieltä tämänkaltaisten tapahtumien mahdollisuuksista ja kiinnostavuudesta; elintarvikealan yrittäjän työ on kaiken muun ohella myös paljon kehittämis- ja tutkimustyötä, hackathon tyyppisissä tapahtumissa mahdollisuudet inspiroitumiseen, ajatusvirtaan ja uusien verkostojen luomiseen ovat hyvin tarjolla. Kummankin yrityksen hackathoniin osallistumisen suurimmaksi haasteeksi nousi aikataulu ja yrittäjän kiireet käytännön työssä. Pienissä yrityksissä on harvemmin mahdollisuutta järjestää lisähenkilöstöä vastaamaan tuotannosta sille ajalle, kun yrittäjä itse osallistuu tapahtumiin tai koulutuksiin. Palkinto on kuitenkin panostusta suurempi, joten jos tällaisen innovaatiotapahtuman saa mahdutettua kalenteriin, vaivannäkö palkitaan varmasti uusien kontaktien, ideoiden ja oppien kautta!

**Teksti:** Riikka Kumpulainen ja Suvi-Tuulia Leinonen, Jyväskylän ammattikorkeakoulut

**Riitta Palho** ja **Timo Rasinaho**
ruokatuotannon opettajat, Gradia

# Ravitsemisalan opiskelijat hyödyntämään luonnontuotteita

Jyväskylän koulutuskuntayhtymä Gradiassa jokaisen teoilla on merkitystä. Gradian 2020+ strategiassa yksi kolmesta päätavoitteesta on hyvinvoiva ja kestävästi toimiva Gradia-yhteisö. Kestävä kehitys on koulutuskuntayhtymässä arvovalinta ja se tarkoittaa sitä, että kaikessa toiminnassa huomioidaan ekologinen, taloudellinen, sosiaalinen ja kulttuurinen kestävyys ja se on osa Gradian yhteiskuntavastuuta. Päämääränä on toimia niin, että ympäristö, ihminen ja talous otetaan tasavertaisesti huomioon päätöksenteossa ja toiminnassa.

Ravintola- ja catering-alan koulutuksessa alkaa syksyllä 2021 uusi valinnainen tutkinnonosa, jossa syvennetään osaamista luonnontuotteiden hyödyntämiseen ravitsemispalveluissa. Tavoitteena on, että jakson käytyään opiskelija osaisi tunnistaa ja suunnitella luonnontuotteista ruoka- ja juomatuotteita. Hankkia ja käsitellä satokauden raaka-aineita sekä valmistaa ja laittaa esille luonnosta saatavia tuotteita eri toimintaympäristöihin ja yrityksiin. Opinnoissa lähdetään liikkeelle jokamiehenoikeuksista, tutustutaan luonnosta saataviin raaka-aineisiin, poimintaan, käsittelyyn, säilytykseen aina valmistettavaan tuotteeseen saakka. Toimimme yhteistyössä paikallisten tuottajien, -yhteisöjen ja yritysten kanssa.

**Kuva:** Pekka Rötkönen

**Tuomas Paloniemi**
Visit Jyväskylä Region

# VIETÄ KESÄÄ HERKUTELLEN JA HEMMOTELLEN - KESKI-SUOMI TARJOAA LÄHILOMAILUUN MAHTAVAT PUITTEET

Keskisuomalainen lähiloma on täynnä toinen toistaan upeampia elämyksiä. Maakunnan raaka-aineiden monipuolisuus, kekseliäät yhdistelmät ja erilaiset miljööt ovat ikimuistoinen kesäkokemus paikallisellekin. Seudun kesäkohteista esimerkiksi upeat kesäkahvilat ja -ravintolat ovat kokemisen arvoisia.

"Keski-Suomen panimokulttuuri on nosteessa. Lähituottajien herkkuihin yhdistettynä paikallisten panimoiden juomat ovatkin kesänautintoa parhaimmillaan! Monet majoituskohteet hyödyntävät paikallisia raaka-aineita, esimerkiksi aamiaispöydässä. Kesälomalla voi syödä paikallista jäätelöä, herkutella ravintoloissa tai kerätä piknikille lähikohteiden antimia", markkinointisuunnittelija Tiia Masalin Visit Jyväskylä Regionista kertoo.

Keski-Suomen luonto näyttäytyy upeasti neljässä kansallispuistossa ja tuhansilla järvillä. Kokeilemisen arvoisia ovat erilaiset luontoaktiviteetit. Myös Jyväskylän Lutakon satamassa päivä kuluu rattoisasti.

"Satamassa on paljon elämyksiä, ja ravintolalaivojen lisäksi kippistellä ja syödä voi vaikka Lutakonaukion isolla kesäterassilla. Keski-Suomessa on myös muita kiinnostavia satamia uusine elämyksineen. Toivolan vanha piha on myös upea käyntikohde."

Alvar Aallon pääkaupungissa Jyväskylässä on 29 Aalto-kohdetta, eniten koko maailmassa. Keski-Suomessa on myös kaksi Unescon maailmanperintökohdetta. Kesän kuumin tapahtumakokonaisuus on Saunamaakuntaviikko, joka huipentuu Saunanlämmityksen MM-kisoihin. Tänä vuonna voi seurata myös virtuaalista Lauteilla-keskustelutilaisuutta.

"Kaikki tämä yhdistettynä mieleenpainuviin, upeisiin majoituskohteisiin. Seudulla on esimerkiksi monia palkittuja kohteita, kuten Suomen paras aamupala ja vuoden paras hostelli, vain muutamia esimerkkejä mainitakseni", Masalin kommentoi.

**Kuva:** Julia Kivelä, Visit Jyväskylä Region

**visitjyvaskyla.fi/ainutlaatuiseen-aikaan**

# SAUNAMAAKUNNASSA NAUTITAAN LÖYLYISTÄ JA RUOASTA

**Keski-Suomi on saanut kunnian toimia suomalaisen saunakulttuurin esittelijänä koko maailmalle. Saunamaakunnastamme löytyy monipuolisia saunakohteita ja -kokemuksia, jotka tutustuttavat kävijän suomalaisen saunan tapoihin ja saloihin.**

Suomalainen sauna-asianatuntijaverkoston Sauna from Finlandin viestintä- ja markkinointipäällikkö Vilma Torppala kertoo, ettei Keski-Suomessa kenenkään tarvitse jäädä värjöttelemään kylmään, sillä yleisiä saunoja löytyy ympäri maakuntaa:

"Keski-Suomesta löytyy useita yleisiä saunoja, jotka sijaitsevat upeissa paikoissa keskellä luontoa. Tällaisia ovat muun muassa Revontuli Resort Hankasalmella ja Varjolan tila Laukaassa", Torppala listaa jatkaen:

"Entisaikojen saunomisesta ja tunnelmasta kiinnostuneen matkailijan kannattaa puolestaan suunnata esimerkiksi Savutuvan Apajalle Jyväskylässä, maailman suurimpaan savusaunaan Tupaswillan perinnekylässä Laukaassa tai Kumpusen maatilalle Petäjävedelle."

Lukuisten saunojen lisäksi saunamaakunta tulee näkyväksi myös muilla tavoilla. Torppalan mukaan yksi saunamaakunnan näkyvimmistä osista on vuosittain järjestettävä saunamaakuntaviikko. Tapahtuman aikana saunapalveluntarjoajat järjestävät useita avoimia saunailtoja, joten vierailija pääsee halutessaan kokemaan useita saunoja lyhyellä aikavälillä, hän kertoo. Viikkoon kuuluu lisäksi saunanlämmityksen MM-kisat.

## Ruokanautintoja saunomisen lomassa

Saunassa käyminen on elämys, joka ei rajoitu ainoastaan lauteilla lepäilyyn. Saunomisen ohella nautitaan usein virkistäviä juomia, mutta kokemukseen voi myös yhdistää siihen tarkoin suunnitellun ruoan.

"Saunaruoka täydentää suomalaisen saunaelämyksen moniaistisuutta tuomalla maut osaksi elämystä. Nesteytys on joka tapauksessa tärkeä osa saunomista ja siitä täytyy huolehtia, joten miksipä ei kokeilisi lisätä veteen makuja, esimerkiksi koivunmahlaa tai marjoja hyödyntäen? Ihanan saunahetken jälkeen maukas ruoka myös päättää elämyksen ja parhaimmillaan lisää hyvinvoinnin tunnetta", Torppala kuvailee saunaruokaa.

Sauna from Finland on kehottanut saunakohteita suunnittelemaan oman saunan teemaan ja ympäristöön sopivia saunaruokia osaksi kokemusta. Tällöin elämys on entistä yhtenäisempi ja kattavampi.

"Toivomme myös, että saunaruokaa kehitettäisiin tälle vuosikymmenelle ja variaatioita tarjottaisiin mahdollisimman monelle sopivaksi", Torppala kertoo Sauna from Finlandin tavoitteista saunaruoalle.

Juuri uusien ideoiden löytämiseksi ja vanhojen päivittämiseksi nykyaikaan järjesti Sauna from Finland kevään 2021 aikana Saunamakumaailma-kilpailun. Kilpailussa etsittiin uusia suomalaiseen saunaelämykseen liitettäviä ruoka- ja juomareseptejä. Myös annosten kaunis esillepano ja kattaus olivat keskeinen osa kilpailua.

Kilpailun päätuomarina sai kunnian toimia KEKO2-hankkeen projektipäällikkö Leena Pölkki Jyväskylän ammattikorkeakoulun liiketoimintayksiköstä.

"Asiantuntevalla ja pieteetillä tuomaristotyöskentelyyn osallistuneella raadilla oli haasteellinen, mutta erittäin mieluisa tehtävä arvioida reseptien perusteella finaaliin valitut tuotteet", Pölkki kertoo tuomariston työstä jatkaen:

"Iloitsimme monipuolisesta suomalaisten raaka-aineiden käytöstä ja perinteisten valmistustapojen tuunaamisesta nykyaikaan myös kansainväliselle asiakkaalle sopiviksi. Odotimme ehkä vieläkin villimpiä ideoita ja innovatiivisempaa otetta, mutta tästä on kyllä erittäin hyvä jatkaa. Hienoja tuotteita kaiken kaikkiaan ja upeaa työtä Gradian opiskelijoilta, jotka valmistivat tuotteet tuomaristolle!"

**Teksti:** Viivi Kaartinen, viestintävastaava, Keski-Suomen ruokaketjun koordinaatio 2 -hanke, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
**Kuvat:** Anna Ruotanen

**Suvi Bayr**
projektipäällikkö
Keski-Suomen liitto

# LÄHIRUOAN ILMASTONÄKÖKULMIA

**Lähiruoan suosiminen on tärkeää monesta syystä kuten sen positiivisten aluetalous-, elinkeino-, työllisyys- ja huoltovarmuusvaikutusten takia. Ilmastovaikutusten näkökulmasta lähiruoka ei ole yhtä yksinkertainen kysymys.**

Lähiruoka ei suoraan ole ilmastoteko, koska kuljetusten osuus monen elintarvikkeen päästöistä on pieni. Lähiruoka ei toisaalta ole myöskään yksioikoisesti ilmaston kannalta huono asia. Hyvin paljon on kyse siitä, mitä lähiruoka on ja miten se tuotetaan.

## Monenlaista lähiruokaa

Kasvisruoan osuus ilmastoystävällisessä ruokavaliossa on suuri – myös lähiruoassa. Toisaalta tiedetään, että keskiverto suomalainen syö lihaa tällä hetkellä suosituksiin nähden paljon. Lihan määrän vähentäminen ruokavaliossa onkin monelle sekä terveys-, että ilmastoteko. Samaan aikaan erilaisten paikallisten kasviproteiinituotteiden määrä kasvaa koko ajan ja lihan korvaamisesta paikallisilla kasvipohjaisilla vaihtoehdoilla tulee näin entistä helpompaa.

Lähiruokaa voivat olla myös marjat, sienet ja muut luonnonantimet, jos ne poimitaan läheltä. Luonnonmarjat ja sienet ovat lisäksi esimerkki ilmastoviisaasta kausiruoasta: niitä syödään tuoreena ainoastaan kesästä syksyyn. Lähimetsästä poimittujen luonnonherkkujen mukana poimija saa myös luonnon virkistyshyödyt.

## Tuotetaan viisaasti

Tärkeintä ei aina ole se, mitä tuotetaan vaan myös se, miten tuotetaan. Viljelyn ilmastovaikutuksiin voi vaikuttaa esimerkiksi viljelykierroilla tai ravinteiden kierrätyksellä. Uusiutuvan energian käyttö tuotanto- ja valmistusketjussa sekä kuljetuksissa vähentää myös osaltaan ilmastovaikutuksia. Lihan kohdalla nurmella laiduntanut eläin on eri asia kuin soijarehulla kasvatettu eläin. Maaperästä on tärkeää huolehtia, sillä hyvinvoiva maaperä sitoo hiiltä ja toimii näin hiilinieluna ja tulevien vuosien kestävän tuotannon alustana.

## Vastuullinen valinta

Kysymys lähiruoan ilmastovaikutuksista ei ole yksinkertainen eikä lähiruoka ole ilmastonkannalta yhtenäinen kokonaisuus. Päästömäärien lisäksi oma arvonsa on lyhyellä tuotantoketjulla. Lähiruoan arvoketju on usein lyhyt ja tarkasti tunnettu. Suosimalla lähiruokaa kuluttaja pitää päästöt lähellä eikä ulkoista niitä pois silmistä. Vastuullisen kuluttajan näkökulmasta korostuu tarve saada tietoa lähiruoan tuotantotavoista. Vastuulliselle lähiruokatuottajalle tämä on suuri mahdollisuus, joka pitää osata hyödyntää – kertomalla ja näyttämällä miten hyvin asiat hoidetaan!

Maaperästä huolehtiminen voi yhtä hyvin tapahtua lähiruoan kuin kauempaa tuodun ruoan kohdalla. Voisikin sanoa, että parasta puolustusta lähiruoalle on pitää huolta maaperästä ja kertoa se myös kuluttajalle.

**Kuva:** Reima Välivaara, Keski-Suomen liitto

### Keski-Suomen maatalous

- Vuonna 2020 maatiloja oli 2524 kappaletta
- Yleisin maatilatyyppi oli kasvinviljelytila
- Eläintuotannossa painotus maidon- ja naudanliha-tuotannossa
- Vuonna 2020 maatalousmaata oli 93 535 ha, josta suurimmalla osalla viljeltiin
  - nurmea
  - ohraa tai kauraa
- Muuta maata enemmän yritys-toimintaa, kuten koneyrittäjyyttä
- Tulevaisuudessa ennustetaan
  - maatilojen määrän vähenevän
  - tilojen keskikoon kasvavan

# RUOKA ON MUOTIA

**Anja Kettunen**
MTK Keski-Suomi

Muistan ajan, jolloin sai valittua omansa laajahkosta valikoimasta suomalaisia vaatteita, niitä suomalaisille suunniteltuja ja laadukkaita. Nyt on toisin. On mielenkiintoista ajatella miten kävisi, jos vaatteen tilalla onkin ruoka. Kilpailu ruokamarkkinoilla on epäreilua. Siinä kun suomalaiset viljelevät tiukasti säädeltynä ja huolehtivat eläinten hyvinvoinnista sekä noudattavat tunnollisesti ohjeita, voi Suomeen tuoda sellaista ruokaa, jota meidän ehdoilla ei saa täällä tuottaa. Mutta myydä saa. Ratkaisun reilusta kohtalosta tekee ruuankuluttaja, tai oikeastaan se henkilö, joka harkinnan tekee kaupassa.

Ihan tosissani en usko samanlaiseen kohtaloon vaateteollisuuden kanssa, vaan optimistisesti luotan suomalaisiin. He tietävät mikä ruoka on heille parasta. Minulle se on kotimaan maaperällä ja navetassa kasvanutta ruokaa. Usein arkaillaan puhua maailman parhaasta ruuasta. Väitteeseen voi löytää myös useita perusteita. Suomessa eläinten lääkitys tapahtuu eläinlääkärin määräämänä. Esimerkiksi, kun suomalainen saa yhden, saa EU/ETA alueen eläin kuusi annosta antibioottia. Tämä siis Euroopan ja Suomen välinen ero. Tuotteiden turvallisuus on kuluttajan etu. Se on maassamme vahvan elintarvikelainsäädännön ja viranomaisvalvonnan tulosta. Suomalaiset viljelijät ovat sitoutuneet vapaaehtoisesti myös salmonellan torjuntaan. Työn onnistumisesta kertoo se, että kakkutaikinakupin voi rapsia hyvillä mielin.

Ruuassa on kokonaisvaltainen vastuullisuus tärkeä näkökulma. Vastuullinen tuotanto sisältää ekologisen, sosiaalisen ja taloudellisen vastuullisuuden, siihen voidaan liittää myös muita ulottuvuuksia mm. kulttuuri. Ruokaamme tuotetaan maakuntaamme joka kolkassa, se tuottaa toimeentuloa ja verotuloja maaseudulle, muillekin kuin maanviljelijöille. Ruokaketju työllistää, muttei aiheuta esimerkiksi sosiaalista eriarvoistumista tai taloudellista riistoa. Ruuantuotannon ympäristövaikutukset kohdistuvat ilmastoon hiilidioksidina ja vesistöön ravinnekuormana, myös peltoviljely voi vaikuttaa lajiston monimuotoisuuteen. Toisaalta maanviljely sitoo hiiltä ja ravinnepäästössä on päästy vähennyksiin rajoitteilla sekä viljelytekniikan ja koneiden kehityksellä. Sato tarvitsee ravinteensa ja mitä voimakkaampaa kasvusto on, sitä enemmän hiiltä sitoutuu. Karjan laidunta-malla pellolla viihtyy kärpäset ja muut ötökät sekä niitä pyydystävät linnut. Karjanlanta tekee hyvää maan mikrobistolle sekä rakenteelle.

Uskallan väittää, että suomalaiselle parasta ruokaa on kotimainen, toisen suomalaisen viljelemä ruoka. Niin ikävä kuin koronavirus on ollutkin, on se tehnyt palveluksen suomalaiselle ruualle ja huoltovarmuudelle, mutta myös maaseudun elinvoimaisuudelle, kun niin moni on valinnut kotimaista lautaselleen.

**Kuva:** Piia Kykkänen, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

# VARMISTA HUOMISEN RUOKA.

*Osta läheltä!*

## LUE LISÄÄ TAPAHTUMISTA, KESKISUOMALAISESTA MAASEUTU-YRITTÄJYYDESTÄ JA RUOKAKETJUSTA. HYÖDYNNÄ RESEPTIIKKAA JA VALOKUVIA. TILAA UUTISKIRJE.

# AITOMAASEUTU.FI

Tilaa Aito Maaseutu Keski-Suomessa -uutiskirje
**aitomaaseutu.fi/aito-maaseutu-keski-suomessa-uutiskirjeet**

Inspiroidu keskisuomalaisten toimijoiden resepteistä
**aitomaaseutu.fi/reseptit**

Ota kuvat käyttöön (muista merkitä lähde ja kuvaaja!)
**aitomaaseutu.fi/galleriat**

Löydä keskisuomalainen lähiruoka
**aitomaaseutu.fi/lahiruokaa/keski-suomen-suoramyyntipisteet**

@ksruokaketju @keskisuomi_aitomaaseutu @aitomaaseutu Aito maaseutu Keski-Suomessa

Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahasto: Eurooppa investoi maaseutualueisiin
Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus
jamk
Keski-Suomi MTK
PRO Agria Keski-Suomi