



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Foodscapes och matkultur i Kalifornien

Marika Jönsson och Anja Nordin

Rapportnummer:	VT14-68
Examensarbete:	15hp
Program:	Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	VT 2014
Handledare:	Anna Post
Examinator:	Kerstin Bergström



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Rapportnummer:	VT14-68
Titel:	Foodscapes och matkultur i Kalifornien
Författare:	Marika Jönsson och Anja Nordin
Uppsats/Examensarbete:	15hp
Program/kurs:	Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap
Nivå:	Grundnivå
Handledare:	Anna Post
Examinator:	Kerstin Bergström
Antal sidor:	31 sidor inklusive bilaga
Termin/år:	VT 2014
Nyckelord:	Kalifornien, foodscapes, intervju, matkultur, etnografi

Sammanfattning

Syfte med denna rapport är att undersöka och kartlägga matkultur, foodscapes och matvanor längs med Kaliforniens kust. Valet av mat har en betydande roll i våra liv och det finns många faktorer som påverkar dessa val. USA är ett av de länder i världen där människor lider mest av övervikt och fetma. Samtidigt skriver många svenska tidningar om hälsotrender från USA, framförallt från delstaten Kalifornien. Med dessa motiv åkte uppsatsförfattarna till USA för att intervjua amerikaner om deras foodscapes, matkultur och matval.

Uppsatsen grundar sig i en kvalitativ forskningsmetod med intervjuer om sex personer. Även observationer gjordes för att få en inblick i vad de har för matutbud i Kalifornien. Resan började i San Fransisco och första personen intervjuades, därefter intervjuades personer i Monterey, Santa Monica, Los Angeles och San Diego. För att kartlägga deras matval användes verktyget foodscapes. Foodscapes innefattar alla faktorer som kan påverka en människas val av mat. Tidigare forskning visar ett resultat att ekonomi, medvetenhet, kunskap, utbud, intresse och tillgänglighet är faktorer som påverkar en människas foodscapes, vilket även blev fokus för denna uppsats.

Eftersom uppsatsen fokuserar på respondenters foodscapes har den en etnografisk prägling. Resultatet visade att det är många olika faktorer som påverkar en människas val av mat. De faktorerna som alla respondenter hade gemensamt var medvetenhet och intresset för mat. De olika faktorerna hade inte samma betydelse för respondenterna och därmed skiljde sig deras matval åt.

Förord

Arbetet bakom denna uppsats har inneburit en mycket lärorik tid. Vår inblick och kunskap har breddats kring ämnena foodscapes, matkultur och amerikanernas matval.

Det finns många vi vill tacka som har hjälpt oss. Framförallt vill vi ge vårt varmaste tack till Anna Post som har varit en utmärkt handledare som med stort engagemang diskuterat tankar och kommit med inspirerande tips och idéer. Även tack till Stiftelsen Praktiska Hushållsskolans donationsfond och Adlerbertska stipendiestiftelsen för finansiellt stöd, utan ert bidrag hade resan inte varit möjlig. Tack till nära och kära för alla djupa och intressanta diskussioner, uppmuntran och stöttning ni har gett oss.

Tack till Pierre La Rochelle för mottagandet i San Fransisco och guidningen runt staden, detta gjorde att vi kunde komma igång med arbetet.

Vi vill självklart ge ett särskilt tack till de intervjupersoner som har ställt upp och tagit sig tid för våra frågor och intervjuer, utan er hjälp hade det inte blivit något arbete. Ni har alla bidragit med värdefull kunskap som har varit väldigt väsentlig för oss. Ett stort tack till er alla!

Arbetsuppgift	Procent utfört
	Marika/Anja
Planering av studien	50/50
Litteratursökning	50/50
Datinsamling	50/50
Analys	50/50
Skrivande	50/50
Layout	50/50

Innehållsförteckning

Introduktion	1
Syfte	2
Frågeställning	2
Bakgrund	2
Foodscapes	2
Matkultur	3
Hälsa	4
Näringsrekommendationer i Norden och USA	4
Tidigare forskning	5
Konklusion av bakgrunden	8
Metod	9
Intervju	9
Observationer och iakttagelser	10
Urval	11
Dataanalys	11
Etiska aspekter	12
Resultat	13
Diskussion	21
Metoddiskussion	21
Resultatdiskussion	22
Konklusion av diskussion	25
Slutsatser	26
Implikationer	26
Referenser	26
Bilagor	30

Introduktion

Majoriteten av ett urval svenskar skulle avstå att åka till USA om de ville konsumera bra mat (Bildtgård, 2009). Enligt Food and Agriculture Organization [FAO] (2013) är USA ett av de länder i världen där befolkningen har störst problem med fetma och övervikt. Statistiken visar att 31,8 procent har fetma, jämfört med Sverige som har en siffra på 16,6 procent (FAO, 2013). Samtidigt skriver många svenska tidningar om hälsotrender och träningstips från USA, särskilt från delstaten Kalifornien. Några exempel på tidningar där de nämner hälsotrender kopplade till Kalifornien är; I Sydsvenskan skriver Hobert (2014, 27 april) om tio olika sätt att jaga hälsan samt informerar om vad som görs i trendsätтарstaten Kalifornien. Hon menar att alla större hälsotrender kommer från Kalifornien med fokus på Los Angeles. I Aftonbladet skriver Klingener (2010, 20 januari) om 11 nya hälso- och skönhets-trender som råder i Hollywood. Svenska Dagbladet (2009, 11 mars) skriver om globala hälsotrender med flertalet från Los Angeles i Kalifornien. Även ICA-tidningen Buffé (2013, februari) skriver om hälsotrenderna i Kalifornien.

En inblick i hur amerikanarna resonerar kring deras matval, foodscapes samt vad de har för matkultur kändes som en lärorik insyn. Detta på grund av den ständiga penetreringen från media om hur hälsosamt det är i Kalifornien och med den vetenskapliga forskningen om att ett stort urval inte ville åka till USA på grund av deras dåliga matval.

Dock är det som Abrahamsson (2013) förklarar, att dåliga kostval inte enbart är grunden till övervikt och fetma utan även brist på fysisk aktivitet. Livsmedelsverket (2014) skriver att en av de viktigaste komponenterna för att må bra nu och framåt är att ha bra matvanor och göra bra matval.

Foodscapes används för att få en ökad förståelse över människans relation till mat och vilka faktorer som påverkar matvalet (Mikkelsen, 2011). Flertalet forskare inspirerade oss att använda foodscapes för att kartlägga faktorer som påverkar människor och mat. Symonds, Martins & Hartwell (2013) fick genom foodscapes, utförda i Storbritannien, fram ett resultat att individer var medvetna om vad som skulle ätas för att främja hälsan men de genomförde inte en överrensstämmande handling. Wenzer (2010) använde foodscapes i Göteborg för att kartlägga ungdomars matval under skoltiden. Resultatet blev att tid och pengar var en viktig aspekt vid val av mat samt socialiseringen med vänner och var matställena var belägna. Rick Dolphijns bok *Foodscapes* (2004) beskriver hans resa runt jorden där han gjorde spännande möten med människor och tog del av deras foodscapes.

Med inspiration av Rick Dolphijn bestämde vi oss för att resa till platsen vi ville undersöka, Kaliforniens kust. Uppsatsen innehåller sex kvalitativa intervjuer där fokus är att kartlägga hur intervjupersonerna ser på sina foodscapes, vad som har påverkat deras matkultur samt vad de anser är hälsosam mat. För att få en djupare förståelse kring deras matval har även korta observationer över utbudet i butiker, marknader och restauranger gjorts. För att förtydliga är avsikten i vår undersökning inte att rikta fokus på eventuella *felval* människor kan göra ur ett

hälsoperspektiv när de väljer mat utan en kartläggning över ett urval amerikaners matval. Studien syftar till att beskriva och utforska situationen som den ser ut idag. Vi är medvetna om att det inte kommer leda till någon förändring, utan syftet är att öppna våra sinnen och ge en bakgrund för vidare forskning inom området.

Syfte

Syftet med denna rapport är att få en djupare förståelse i matkultur, foodscapes och matval längs med Kaliforniens kust genom kartläggning av amerikaners matval.

Frågeställning

Vad påverkar matvalen utifrån foodscapes?

Hur har matkulturen förändrats från barndom till vuxenlivet?

Vad anser respondenten är hälsosamma matval?

Bakgrund

Foodscapes är ett användbart verktyg för att kartlägga en människas matval. För att läsaren ska få en djupare förståelse i vad alla begreppen betyder börjar uppsatsen med att förklara vad foodscapes är. Sedan presenteras matkultur, hälsa, näringsrekommendationer samt tidigare forskning.

Foodscapes

Ordet *scape* kan användas i många olika bemärkelser och kommer från den kända professorn och antropologen Arjun Appadurai (Rantanen, 2006). Människans dagliga möte med mat och hur den införskaffas kan ses som ett *landskap av livsmedel*. Människors relation till mat har ökat intresset för att använda ett verktyg eller modell som förklarar detta begrepp. Foodscapes togs fram just av den anledningen och används idag i både konst, fotografier och vetenskaplig litteratur. Foodscapes är en modell som ökar förståelsen för människors möte med mat i olika typ av miljöer. Detta för att förstå hur människor, platser och mat påverkar varandra och hur det i sin tur påverkar vår hållning till mat. Foodscapes kan undersökas utefter en individ, en grupp eller ett samhälle (Mikkelsen, 2011). Mikkelsen (citerad i Adema, 2009) menar att foodscapes är det som påverkar matval utifrån historiska, personliga, sociala, politiska, kulturella och ekonomiska faktorer samt hur människor tänker, anser och använder sig av mat.

Winson (2004), även han antropolog, förklarar foodscapes som en mängd platser där mat finns att köpas och förtäras. Wenzer (2010) ser även en koppling mellan foodscapes och *landscape* utifrån vad Cummins & McIntyre (2002) och Shanahan et al (2003) beskriver; Cummins & McIntyre (2002) definierar foodscapes om hur stor tillgängligheten samt fördelningen av livsmedel är över en landsbygd eller stadsområde. Shanahan et al (2003) menar att områdena längs med vägkanten även är inkluderat. För filosofen Rick Dolphijn (2004) är foodscapes mer inriktat på relationen mellan mat och människor. Hans bok handlar om hur vi tänker kring mat, ger oss olika perspektiv på matens komplicerade funktion i vår

vardag och är en resa mellan olika länder. Foodscapes används som verktyg i denna uppsats för att kartlägga de processer och faktorer som påverkar människornas val av kost.

Matkultur

En annan påverkan hur människor väljer sin kost är matkultur och varje individ i världen har någon form av matkultur. Den är baserad på olika levnadsmönster, synsätt och tro (Bryant, 1985). Alla olika sorters livsmedel och råvaror som finns tillgängliga för människor och som de sedan väljer att äta är grunden till matkultur. De vanor människan har runt måltiden är en förklaring till dennes matkultur. Det vill säga hur en måltid komponeras, ceremonier kring måltiden, hur ofta måltider intas och hur miljön i kombination med måltiden har en koppling (Jansson, 1981).

Kultur är en grund för personers identitet och uppväxten har en stor påverkan i hur en persons matval skapas. Familjen har en stor påverkan hur matkulturen blir hos en individ men även var i världen uppväxten sker. Det skiljer sig mycket mellan olika länders matkultur, men även storstad i förhållande till landsbygd kan ge variation av vilken matkultur en person får (Ehn & Löfgren, 2001). I vissa länder äts det insekter som ses som en delikatess medan i andra ses det som oätligt. Hur ofta mat intas är olika beroende på vilken nationalitet individen har. I Europa äter befolkningen vanligtvis fyra gånger om dagen medan i USA vanligtvis tre (Bryant, 1985). Watts (2008) som recenserar boken "Food is culture" menar att våra kostval påverkas både av vad vi äter lokalt men också globalt, i en kombination. Det visar sig i livsmedel som kaffe, bröd och choklad som brukar smaka olika beroende på vilka inhemska smaker som föredras. Olika religioner är också grund för vilka matvanor som skapas, som exempel kan nämnas att inom judendomen och islam äts inte fläskkött och det formar därför kostvalen (Ehn & Löfgren, 2001). Även om uppväxten spelar en central roll i vilken matkultur som uppkommer, att familjens matvanor präglar barnets, så inspireras personer i det vuxna livet att äta från alla världens kök. Ekonomiska förutsättningar styr också matkulturen, vid god ekonomi kan vissa råvaror införskaffas medan vid sämre ekonomi får köpet avstås. Matkulturen kan även skilja sig mellan individer som bor inom samma geografiska område och även inom samma familj kan de ha olika uppfattningar om vad som anses gott att äta (Bryant, 1985). Ehn & Löfgren (2001) skriver att om en karta granskas så lever alla i en och samma värld men de uppfattar händelser och förlopp olika beroende på vilka referensramar de har. Amerikaner har ett livsmönster som går tillbaka till deras tankar om europeiska bönder som hade hög status vilket gett betydelse för stor konsumtion av vitt bröd, socker och kött (Counihan & Esterik, 2008). Kropf (2009) skriver att matlagningen ligger till grund för hälsa, relationer, miljön och andra delar i vardagslivet. Den hotas av den västerländska matkulturen där snabbmat och bearbetade matvaror skadar hälsan, även att många äter ensam sänker individens välmående. För att främja hälsa så bör matkulturen gå tillbaka till innan snabbmaten existerade. Den traditionella matkulturens fokus är att laga mat tillsammans menar Kropf (2009).

Hälsa

Världshälsoorganisationen [WHO] formulerade år 1948 betydelsen av hälsa. Beskrivningen är *Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity*. Med det menas att hälsa är när en individ har en bra balans och är välmående på ett fysiskt, mentalt och socialt plan. Det räcker inte med att bara vara fri från sjukdom eller funktionshinder (WHO, 1948). WHO (2014) menar att nutrition är vad vi äter i relation till kostbehoven. En del av en god hälsa innebär en välbalanserad kost i kombination med kroppslig aktivitet. Vid sämre kostval kan det dels finnas risk för att kroppen blir mer mottaglig för sjukdomar, dels finnas risk till försämrade psykisk och fysisk utveckling. WHOs definition av vad hälsa är har fått kritik då det innebär att individer måste känna totalt välbefinnande för att få kalla sig friska, vilket Brülde & Tengland (2003) anser är omöjligt. I sådana fall skulle majoriteten av jordens befolkning kalla sig sjuka. Definitionen av hälsa är att det är bra och något som ska främjas. Människor har även ett inövat mönster genom att på ett ändamålsenligt sätt göra saker som ska vara bra för deras egen hälsa. Vid fråga till individer om de önskar sig något kan svaret ofta bli att de önskar sina nära och kära god hälsa (Brülde & Tengland, 2003).

Medin & Alexanderson (2000) lyfter fyra viktiga egenskaper som visar synen på vad hälsa kan vara. Den första egenskapen visar att hälsa kan ses som en resurs för att nå en människas livsmål. Tillsammans med andra resurser som utbildning, arbete och boende anses hälsa i vissa fall vara en del för att nå mål i livet. Det kan ses som ett tillstånd där sjukdom och hälsa samspelar och har en långsam övergång mellan varandra. Hälsan kan förbättras eller försämrats beroende på vad för handlingar en människa utför. Hälsa kan också definieras som en upplevelse som betyder att människor får uppleva exempelvis välbefinnande. Synen på hälsa som en process betyder att tillståndet ständigt kan växla och påverkas. Utifrån de fyra egenskaperna kan hälsa även definieras med att sjukdom inte existerar, vilket betyder att hälsa inte finns om individen har någon typ av sjukdom. Som nämns tidigare innebär en välbalanserad kost och hälsa att alla näringsämnen intas och det finns rekommendationer för att underlätta för befolkningen.

Näringsrekommendationer i Norden och USA

Anledningen till att de amerikanska och de Nordiska näringsrekommendationerna redovisas är för att ge en fördjupad kunskap samt visa på de bakgrundsfakta som fanns inför de intervjuer och observationer som gjordes. Eftersom uppsatsförfattarna är från Sverige redovisas de Nordiska näringsrekommendationerna för att förstå deras förkunskap.

Nordiska ministerrådet har tagit fram näringsrekommendationer som skall främja hälsa bland befolkningen och dessa beskrivs i de Nordiska näringsrekommendationerna [NNR]. Genom att följa dessa främjas hälsan på både ett kortsiktigt och långsiktigt plan.

Rekommendationerna innebär att ett intag av den typ av kost som rekommenderas i kombination med fysisk aktivitet kan förhindra en rad sjukdomar som är relaterade till intag av föda (Norden, 2012). Riktlinjerna för kostråd till invånarna i USA uppdateras vart femte år

av *US Department of Health and Human Services (HHS)* och *US Department of Agriculture (USDA)*. Kostråden är till för att få amerikanerna att fokusera på samt uppmuntras till att äta en hälsosam kost som även hjälper till att behålla en hälsosam vikt, förebygga sjukdomar och främja hälsa (Dietaryguidelines, 2014). Nya rekommendationer ska tas fram till år 2015, vilket innebär att de riktlinjer som finns tillgängliga just nu är från 2010. Nordiska och Amerikanska näringsrekommendationer har olika samt liknande riktlinjer. Dessa presenteras i Tabell 1 nedan för att få en överskådlig bild.

Tabell 1. Näringsrekommendationer för Norden och Amerika, likheter och skillnader (USDA, 2010) (Livsmedelsverket, 2012).

Nordiska näringsrekommendationer	Amerikanska näringsrekommendationer	Likheter
Magra mejeriprodukter	Fettfria mejeriprodukter	
		Frukt och Grönt
Främja fisk och skaldjurs intaget	Ät varierat protein	
Byt ut till fullkorn	Byt ut hälften till fullkorn	
		Olja och flytande margarin
		Minska intag av salt och socker

Tidigare forskning

Foodscape

Symonds et al. (2013) anser att foodscapes innefattar miljön där maten köps samt konsumeras och menar att många faktorer påverkar en persons beteende till mat. Den kvalitativa forskningen, Symonds et al. (2013) gjorde, innehåller fem studenter och fem lärare från Storbritannien. Deras syfte var att granska studenternas och lärarnas foodscapes. Inriktning på intervjufrågorna var tillgänglighet, tid, pris, gruppträck och hälsa. Forskarna bedömde utifrån Department of Health att olika företag hade en stor inverkan på vad som konsumeras. Företag kan antingen påverka genom sina anställda, via reklam eller annat inflytande i olika gruppkonstellationer, baserat på exempelvis religion, etnicitet eller människor som bor i samma områden. Resultatet, utifrån ett hälsoperspektiv, blev att även om respondenterna var medvetna och friska så återspeglade det inte deras beteende vid inköp av mat. Exempelvis i skolans cafeteria, kunde respondenterna välja mellan ett övermoget äpple eller ett bakverk som såg betydligt bättre ut.

Wenzer (2010) är ytterligare en forskare som använder sig av foodscapes. I hans rapport observerades och intervjuades ungdomar i Göteborg om deras foodscapes och relation till snabbmat under skoltid. Wenzer (2010) undersökte om det var möjligt för människor som går i skolan att konsumera den kost som behövs för att kunna optimera sitt lärande och må bra under skoldagen. I sin undersökning fann han att många elever valde att äta utanför skolområdet. Han menar att det är väldigt sällan som skolelever behöver äta utanför skolområdet eftersom skolmaten i Sverige finansieras av skattepengar. Han fann också att

priset spelade en stor roll i vad eleverna valde att äta, även lokalisering av restaurangerna och caféerna hade betydelse. Andra viktiga faktorer var egenskaperna hos lokalerna och socialiteten.

Dolphijn (2004) gjorde en resa runt om i världen där han intervjuade över hundra människor om deras foodscapes. Han besökte fyra olika städer, Boston, Hangzhou, Bangalore och Lyon. Dolphijn (2004) fokuserade på relationen till mat utifrån etik och inte moral. En fransk kock menade att mat inte enbart är mat utan allt som kan kopplas ihop med det. Samma person ansåg att matlagning inte handlar om produkterna utan hur matlagning kan göras för att få fram olika smaker. Resultatet av resan visade ett annat perspektiv att se mat på, att maten har en stor komplexitet i vårt liv, det handlar inte enbart om att relatera mat med hunger.

Winson (2004) skrev en rapport om fetmaepidemin och hur den politiska ekonomin debatterar detta. Han förtydligade foodscapes genom att undersöka den kanadensiska detaljhandeln samt granskade handelbranschens tidning. Detta tydliggjorde hur faktorer utifrån den politiska ekonomin påverkade kost och hälsa med anledning av att få en bild av den negativa hälsoeffekten. Forskaren nämner att snabbmatskedjornas påverkan inte ska förbises trots rapportens fokusering på stormarknader. Han kom fram till att det mänskliga beteendet har fått för lite uppmärksamhet från den ekonomiska politiska faktorn. Han menar att etiologi mellan fetma och övervikt är väldigt komplex.

Mikkelsen (2009) fann att foodscapes är ett bra verktyg att använda sig av vid analys av kost, platser och människor samt de i association till varandra. Modellen gör det lättare för forskare att studera människors relation till mat. Han definierar foodscapes som olika platser där människor möter mat och måltider. Användandet av foodscapes har ökat i vetenskaplig forskning och det kan vara ett bra komplement för att förstå människors attityder till mat kopplat med miljö.

Styrning av matval

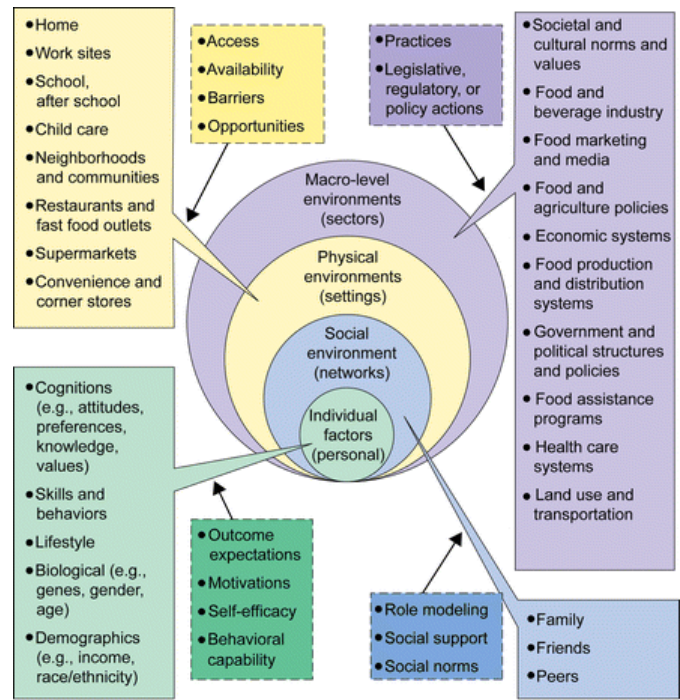
Vad som styr en människas val av kost, skapas genom ett samspel mellan ett flertal olika faktorer (Story et al. 2008). Dessa faktorer menar Story et al. (2008) är individuella, sociala, fysiska samt påverkan utifrån. Detta betyder att en kombination av dessa påverkar vad människan äter, vad den skulle vilja äta samt hur den äter.

Makronivån - det som är styrt utifrån - är det som påverkar individen först. Den innefattar bland annat media, ekonomi, matproduktion och matdistribution samt landets resurser. Därefter är det hemmet, arbetsplatsen, restauranger och stormarknader som inverkar på människan. Dessa miljöer påverkas i sin tur sedan av tillgänglighet och möjlighet.

Utifrån den sociala miljön påverkar personens familj, vänner och bekanta och dessa påverkas i sin tur av förebilder, socialt stöd och sociala normer. Det sista som påverkar är på ett individuellt plan, vilket innefattar en persons attityder, preferenser, kunskaper, livsstil, inkomst, samt etnicitet. Motivation och förväntningar påverkar i sin tur det individuella planet (Story et al. 2008). För tydligare överblick se Figur 1.

Story et al. (2008) menar att en viktig faktor för hälsosamma kostval är tillgängligheten på livsmedelsprodukter och förekomsten av livsmedelsbutiker samt att utbudet bestäms av varje enskild butik. Livsmedelsbutikerna har därför en väldigt stor inverkan på kostvalen och hälsan för en individ, detta på grund av att vissa hushåll besöker butikerna flera gånger i veckan. Även Mikkelsen, (2011) anser att livsmedelsproduktion och konsumtionen har en stor betydelse på hälsan. Forskning visar samband mellan de individer som har större tillgänglighet till närbutiker och ett högre BMI samt övervikt. I USA har det visats att områden med låginkomsttagare ofta har ett sämre utbud av livsmedelsbutiker jämfört med områden med medel- och höginkomsttagare.

Även restauranger påverkar hälsan. År 2008 konsumerade amerikanen ungefär 32 procent av sitt kaloriintag utanför hemmet och portionerna är oftast väldigt stora vilket är en trend som leder till en högre konsumtion. Det är inte enbart måltidernas portionsstorlekar som har ökat utan även desserterna och dryckerna. Detta kan vara orsaken till att studier har bevisat att högt kaloriintag, fetma och övervikt oftast är orsakad av matkonsumtion utanför hemmet. Dock har trenden gått mot att näringsinnehållet och kaloriintaget ska stå på menyerna, för lättare



Story M, et al. 2008.
Annu. Rev. Public Health. 29:253-72

Källa; Story, M., Kaphingst, K. M., Robinson-O'Brien, R., & Glanz, K. (2008). Creating healthy food and eating environments: Policy and environmental approaches. *Annual Review of Public Health*, 29(1), 253-272.
doi:10.1146/annurev.publhealth.29.020907.090926

överblick vad som konsumeras. Femtio procent av kaloriintaget för den typiska amerikanen kom år 2008 från tillsatt socker och fett. Anledningen till den höga halten beror på det låga priset på majs och sojabönor som sötningsingrediens. Orsaken att det är billigare är att regeringen ger ett större ekonomiskt stöd till de bönder som odlar majs och sojabönor medan det enbart ges en liten del till de som odlar frukt, grönsaker och grödor. Detta kan vara en orsak till det höga priset och att de därmed väljer att köpa soja och majs. Varför producenterna sötar många livsmedel görs för smakens skull och forskarna menar att smaken är den första faktorn som påverkar en individs val av mat. På andra plats kommer priset. Den amerikanska regeringens regelverk påverkar priset för färsk frukt, grönsaker och kött medan matprodukter med hög sockerhalt och hög fetthalt har den lägsta kostnaden. Det kan vara ytterligare en av anledningarna till att familjer med låg inkomst väljer mat med högre energiinnehåll, tillsatt socker och fett. Räknat på kalorier är färska råvaror så som frukt och grönt dyrare (Story et al., 2008).

USA - ohälsosamma matval

Det finns omfattande forskning som visar på att det vi äter spelar en väldigt viktig roll i våra liv. Inte enbart för att förebygga kroniska sjukdomar och fetma utan för att gynna vår egen hälsa. Hade den amerikanska befolkningen ändrat sin kost och sitt livsstilmönster hade det gynnat deras hälsa, till exempel genom att öka konsumtionen av frukt och grönt, fullkorn och samtidigt minska på det mättade fett, transfetterna samt det tillsatta sockret och natriumet. Dessa livsstilmönster hade varit bra att ändra redan i tidig ålder. Det är bara skolor i 16 stater i USA som följer näringsrekommendationerna på grund av de konkurrerande snabbmatskedjorna (Story et al. 2008). De ohälsosamma matvalen och brist på fysisk aktivitet ökar risken för övervikt (Müller, Koertzing, Mast, Langnäse & Grund, 1999). Det är inte enbart Story et al. (2008), som påpekar att USA är ett ohälsosamt land. FAO använder statistik som visar att USA är placerad på andra plats av länder i världen som har mest problem med fetma (FAO, 2013). Även Bildtgård (2009) gjorde en undersökning där 480 svenska blev tillfrågade om vart de inte skulle åka om de ville äta bra mat. Resultatet blev att 37 procent valde att inte åka till USA och av dessa var det 83 procent som uppgav anledningen att de ansåg den amerikanska maten ohälsosam då den uppfattas som söt, fet och dåligt tillagad. Det uppgavs även att amerikansk mat är synonym med snabbmat och industriellt framställd samt vara gjord av halvfabrikat (Bildtgård 2009).

Konklusion av bakgrunden

För att kartlägga amerikaners foodscapes och matkultur måste begreppen först förstås och för att förtydliga utifrån tidigare forskning är skillnaden mellan foodscapes och matkultur att matkultur definieras som relationen till mat en individ har. Det vill säga hur maten tillagas, vilken kultur, religion, etik eller andra relevanta aspekter. Foodscapes är händelser och orsaker som leder till att matvalen ser olika ut hos individer. Det vill säga platsers och processers relation till hur mat konsumeras. Detta gäller inte enbart på individnivå utan båda begreppen kan även användas vid beskrivning av ett helt land eller en specifik grupp. Valet av resan till Kalifornien var att flertalet tidningar skriver om hälsotrender och hälsotips från

exakt den staten samtidigt som statistik visar att USA är ett av de länder där befolkningen har mest övervikt.

Metod

Metod är ett redskap som används för att lösa något problem eller för att komma fram till en ny kunskap. För att en forskare ska göra ett samhällsvetenskapligt forsknings- och utvecklingsarbete måste de uppfylla vissa krav. Dessa krav är bland annat att det som undersöks måste stämma överens med verkligheten. Ett annat är att informationen ska kunna utnyttjas på bästa sätt, resultatet ska kunna kontrolleras och hållbarheten ska kunna granskas. Resultatet ska bidra till ny kunskap, fortsatt forskning och utvecklingsarbete och även bidra till en ökad förståelse (Holme, Solvang, & Nilsson, 1997).

Forskningsmetoden för denna uppsats har varit intervjuer, observationer och fotografier. För att kunna kartlägga invånarens foodscapes i USA är det en självklarhet att åka till landet för att på plats kunna sondera hur individer uppfattar sin värld och sitt liv genom en öppen dialog (Kvale et al. 2009). Eftersom intresset var att få en djupare förståelse i några utvalda individers liv blev därför forskningsstrategin en kvalitativ metod. Ordet kvalitet är egenskapen eller karaktären hos någon medan kvantitet är mängden egenskaper eller karaktärsdrag (Widerberg, 2002). Med detta förtydligande ger det oss ett bättre motiv för vår forskningsmetod.

Forskningsdesign är en ram för vilken metod som används för att samla in och analysera data. (Bryman, 2011) Uppsatsens forskningsdesign och referensram är inspirerad utifrån ett etnografiskt perspektiv. Harper (2000) förklarar begreppet som ett sätt att förstå människan samt få en inblick av vad deras handling betyder för just den individen. Forskaren anser att om studien inte går ut på att undersöka hur världen uppfattas av respondenterna, då är det inte en etnografisk metod. Merriam, & Nilsson (1994) beskriver att en etnografisk metod är en metod där människans kultur och samhälle studeras. Insamling av data kan göras utefter flera metoder som sedan skapar en skriftlig sammanställning, det vill säga ett resultat. Vanliga tekniker som används för insamling av data i etnografisk forskning är bland annat källanalys, intervjuer, observationer och biografier ("life histories") (Merriam & Nilsson, 1994). Uppsatsen är etnografisk då den baseras på de enskilda intervjuerna om de individers foodscapes som vi möter längst med Kaliforniens kust.

Intervju

Forskning med intervju kan verka som en okomplicerad och enkel uppgift, men i själva verket finns det en rad olika sätt att intervjua. Det finns intervjuer i form av samtal i vardagslivet till professionella och kvalitativa forskningsintervjuer. Forskningsintervjuer är utformade som samtal i vardagslivet fast som ett professionellt samtal, det vill säga att samtalet är mellan två personer som har ett gemensamt tema och ett intresse av att utbyta åsikter kring detta. Med andra ord är det *en intervju där kunskap konstrueras i interaktionen mellan intervjuaren och*

den intervjuade (Holme, Solvang & Nilsson, 1997). Kvalitativa intervjuer är intervjuer där det finns ett direkt möte med intervjupersonen. Ett kännetecken är att intervjuaren följer upp respondentens berättelse och belyser respondentens förståelse i temat (Widerberg, 2002). För att få en lyckad intervju krävs det bland annat att tydlighet finns, att den som intervjuar visar hänsyn, lyssnar uppmärksamt, är öppen och flexibel samt kommer ihåg om frågor redan har blivit besvarade utan att frågan har ställts (Bryman 2011).

Det finns även olika sätt att välja ut sina respondenter och olika sätt att intervju. Bryman (2011) förklarar att vid semistrukturerade intervjuer används ett frågeschema med en uppsättning frågor men där frågorna som ställs inte behöver ställas i samma ordning. Frågeschema kan ses i bilaga 1. De intervjuer som gjordes i denna uppsats var av kvalitativ struktur med ett angreppssätt som är semistrukturerat. Frågorna har inte alltid ställts i samma ordning, och beroende på hur respondenten har svarat har intervjun utvecklats på olika sätt. Innan vi tog fram anteckningsblock frågade vi om det var okej att skriva ner vad de svarade. Varje intervju tog ungefär en timme beroende på hur mycket respondenten berättade.

Observationer och iakttagelser

Olika observationer har gjorts och de har varit dolda, vilket innebär att personer inte är medvetna eller vet om att de blir det. Användningen av dolda observationer görs för omgivningen ska ha ett så naturligt beteende som möjligt (Holme et al, 1997). Inga observeringsscheman användes av den anledningen att observationerna var väldigt korta och gjordes för att få en tydligare inblick och förståelse för respondenternas matval samt utbud.

Observation av livsmedelsbutiker

Observationer i livsmedelsbutiker gjordes i San Francisco och Los Angeles. De var dolda, det vill säga att inget tillstånd från eller information gavs till vare sig butikspersonalen eller ägaren om att vi observerade utbudet i butiken. Livsmedelsbutikerna som besöktes var två Whole Foods Market en i San Francisco och en i Los Angeles. En Vons i Santa Monica samt en Trader Joe's i San Francisco och en i Los Angeles. Observationerna gjordes med utgångspunkt i de amerikanska näringsrekommendationerna för att få en förståelse för om butiken anpassade utbudet efter dem eller inte. Ett annat skäl till observationerna var att se vad butiker har för utbud i USA, för en ökad förståelse för de val invånarna som intervjuades kan göra när de handlar mat. Under observationerna användes anteckningsblock och fotografering. Fotografering är ett bra komplement till observationer enligt Yin (2006). Fotografering användes enbart till att förstärka uppsatsförfattarnas minnebild och kommer inte dokumenteras i denna uppsats. Observatörerna granskade butikerna var och en för sig, men samlades i slutet för diskussion och genomgång om vad som hade observerats.

Farmers Market

I samband med intervjuerna framkom det att Farmers Market var populärt, vilket gjorde att vi även observerade dessa. Farmers Market hålls oftast två gånger i veckan i olika städer och består av lokala bönders skörd eller fångst. Det är en stor marknad med olika stånd med både ekologiskt och/eller närodlat råvaror.

Restauranger

Det gjordes även observationer om vad för restaurangutbud olika platser hade. I städerna San Francisco, Los Angeles och San Diego lokaliserades antal snabbmatsrestauranger, antalet restauranger med hälsosammare val och om det gick att få hälsosammare alternativ än det som stod på menyn. Exempelvis byta ut pommes frites mot sallad.

Urval

Uppsatsen blev inspirerad av Wenzer (2010) och Dolphijn (2004), och då även på hur urvalet gjordes. Urvalet är helt ett bekvämlighetsval, vilket innebär att utifrån vilka människor som är tillgängliga vid just ett specifikt tillfälle, valdes ut. I och med att bekvämlighetsval gjordes blev det inte något bortfall, vilket innebär att svarsfrekvensen blir hög. Dock blir det svårt att generalisera resultatet av den anledningen att det i princip är omöjligt eftersom populationen som stickprovet representerar är så få (Bryman 2011).

De respondenter som valdes ut var personer som vi kom i kontakt med längs med Kaliforniens kust. Vi färdades med bil från San Francisco ner till Los Angeles och San Diego och de personer vi träffade på stan, i en restaurang eller på ett vandrarhem intervjuades. Intervjuerna genomfördes genom att vi åt tillsammans med respondenten, att respondenten åt ensam eller att individen verkade intressant och frågorna kunde ställas spontant. De vi kom i kontakt med var två amerikanska män, fyra amerikanska kvinnor och alla i en ålder av 27-30 år med ett undantag, en var 44 år.

Dataanalys

Den information som samlades in via intervjuerna består av anteckningar som översatts från engelska till svenska. Även observationerna består av anteckningar som analyserats, men skrevs på svenska. Vi transkriberade i den grad att intervjuerna har registrerats för dokumentering och analys. Anteckningar gjordes direkt under intervjun, pauser, skratt och andra irrelevanta faktorer för intervjus resultat skrevs inte ned. Kvale et al. (2009) kritiserar användandet av endast anteckningar på grund av att det kan störa intervjun men i denna uppsats var det en intervjuare och en antecknare.

För att få fram ett resultat har tidigare forskare påverkat vårt sätt att tolka. Uppsatsförfattarna har använt sig av faktorerna; ekonomi, kunskap, medvetenhet, tillgänglighet, intresse och utbud vilket är utifrån forskarna Story et al (2008). Det vill säga att vi inte har använt oss av slumpmässiga faktorer utan av de tidigare forskarnas begrepp. Det kan vara svårt och

komplext att definiera skillnaden på betydelsen av kunskap och medvetenhet. I denna uppsats har begreppet kunskap resonerats som det respondenterna har lärt sig i exempelvis skolan kring bland annat näringsinnehållet i livsmedel. Medvetenhet definieras utefter hur respondenten tänker utifrån ett samhällsansvar och miljöaspekt samt kring sin personliga hälsa.

På första frågeställningen granskades intervju svaren varje respondent för sig. Därefter har de utifrån de vetenskapliga forskningsrapporterna, där det bland annat står om medvetenhet, försökt sammanställa vad respondenten har sagt om medvetenhet, enligt uppsatsförfattarnas definition. Detta för att få en inblick i vilka faktorer som påverkar de olika respondenterna. På fråga två har analysen kring matkulturen granskats efter hur de har växt upp och hur de har blivit påverkade av sina vänner, hur deras skoltid var samt påverkan från familjen. Fakta från svaren har valts ut och placerats under fråga ett och två.

Sista frågeställningen hade alla respondenter åsikt om och gav mest svar, där fick svaren kortas ner och enbart det mest relevanta tas med. De enskilda fallen analyserades senare i diskussionen, där paralleller, jämförelser och slutsatser drogs.

Etiska aspekter

Olsson och Sörensen (2011) beskriver de etiska aspekterna utifrån en forskningsprocess och vilka regler en forskare ska förhålla sig till. Det är viktigt att data som används i bakgrunden inte plagieras från andra vetenskapliga artiklar och deras resultat samt att säkerställa att alla referenser och citat är angivna på ett korrekt sätt. Uppsatsförfattarna får inte heller förvränga orden som forskarna till de vetenskapliga artiklarna använder, eller göra sig ägande utav dessa. När tolkning utifrån de vetenskapliga artiklarna görs, eller en förtydligande beskrivning av forskarnas meningar, används inte några referenser i paranteshänvisningar i slutet på meningen, detta visar då på att det är uppsatsförfattarnas egna meningar. Informations-, samtyckes-, konfidentialitets- och nyttjandekravet innebär att respondenterna ska informeras innan en intervju om vad syftet är, själva välja om de vill vara med eller inte, att deras personuppgifter sekretessbeläggs samt att informationen från respondenterna enbart ska användas till studiens syfte (Bryman 2011). Av den anledningen är de namn som står i denna uppsats inte deras riktiga utan påhittade av uppsatsförfattarna. Alla respondenter blev även informerade om att vi var från Sverige och skrev en uppsats om foodscapes och matkulturen i USA och att deras svar enbart skulle användas i syfte att ge ett resultat till skolarbetet.

Resultat

Nedan presenteras varje person för sig utifrån uppsatsens frågeställning. Först redovisas en kort beskrivning av personens bakgrund och därefter inleds svaren på respektive fråga. Frågan om foodscapes utgår från Story et al. (2008) tidigare forskning.

Intervjuperson 1

Pontus är en kille som är 27 år och bor i San Francisco. Hans mamma kommer från Kuba och hans pappa är från Kanada, själv är han uppvuxen, tillsammans med familjen, i Miami. Han började studera i Kalifornien och flyttade därför till San Francisco för tre år sedan.

Vad påverkar matvalen utifrån foodscapes?

Medvetenhet

Pontus berättar att han åt väldigt mycket fisk och kött som liten men att han anser att det inte behövs längre. Han anser att det inte är bra för miljön samt att fisken snart är utfiskad. Av den anledningen äter han vegetariskt och veganskt på vardagar men på helger när han äter med vänner och när han ska lyxa till det äter han kött och fisk.

Kunskap

Under skoltiden lärdes näringsrekommendationerna ut i klassen. Dock lyssnade eleverna inte speciellt mycket eftersom läraren var väldigt tjock. Han minns ändå att läraren lärde ut något om matpyramiden och att måltider skulle ätas efter den.

Intresse

Pontus tycker det är väldigt roligt att laga mat. Han menar att det ska vara lätt men roligt. Han anser att jobbar han hela dagen så blir det ett avbrott och en naturlig paus från allt och kan vara ifred med sina tankar.

Utbud

Han handlar ofta eller nästintill enbart på Farmers market, dit han även tar med oss, där är alla grönsaker närodlade, i säsong och oftast ekologiska. Han anser att det är bättre att handla på Farmers market än i affär eftersom han då vet att det är just närodlat och i säsong, annars hade det inte sålts där. Han vill stödja de lokala bönderna samtidigt som han inte vill handla livsmedel som han inte är hundra procent säker på hur de har blivit hanterade.

Hur har matkultur förändrats från barndom till vuxenlivet?

Under skoltiden i Miami fick han betala sin egen mat och eftersom det enbart fanns mat från cafeterian fick han ta det som serverades där. Det varierade en del men det bestod oftast av pizza, lasagne, hamburgare och liknande rätter. Han upplevde att människorna som lagade maten inte brydde sig om hur det smakade eftersom de inte behövde äta den själv. När han blev lite äldre och kom upp till högstadiet fanns det tillgång till en salladsbar, vilket gjorde att han kunde kombinera olika varianter av sallader. Vidare till gymnasiet bestod måltiderna nästan enbart av utbud från McDonalds, Subway och Pizza Hut, genom att de fanns på

skolområdet. Nuförtiden äter han i princip aldrig snabbmat, aldrig i San Francisco, men det kan hända de gånger han åker till Miami och träffar sina gamla vänner att de då äter snabbmat tillsammans. Hans matval är idag mycket ris, couscous, quinoa, baljväxter, sallad, potatis och rödbetor. Mycket är influerat av hans kubanska mammas matlagning. Han följer inga dieter som dyker upp, eller andra trender. Han anser att gamla kulturtrender är något som ska följas eftersom människorna i de "gamla"- mexikanska, kubanska eller andra matkulturer inte hade överlevt om maten inte hade varit hälsosam.

Vad är hälsosamma matval?

Pontus upplevde redan under skoltiden att maten som serverades inte var hälsosam, men han åt det då. Han anser att halvfabrikat är ohälsosamt och uttrycker istället att hälsosam mat är fräsch, nyttig och känns naturlig, som exempelvis vegetarisk mat - därav valet av mat på vardagarna. Han anser även att den hälsosammaste staten att leva i är Kalifornien speciellt staden San Francisco men även staten Washington. Han menar att dessa stater har förutsättningarna till att få bra råvaror eftersom vädret är bra. Han tycker att dessa platser verkligen ska utnyttja att de har möjlighet att odla bra och nyttig mat.

Intervjuperson 2

Mary är 27 år och bor i kuststaden Monterey. Hennes föräldrar kommer från Mexico och Peru men hon växte upp i Monterey, Kalifornien.

Vad påverkar matvalen utifrån foodscapes?

Ekonomi

Mary har för tillfället sämre ekonomi och får då köpa mycket färdigmat för det är billigare. Hon brukar köpa färdig pannkaksmix men för att få det lite hälsosammare brukar hon tillsätta färska bär som tillbehör.

Kunskap

I skolan lärde sig Mary om näringsrekommendationer och en näringspyramid med det som skulle ätas mest av längst ner i pyramiden och det som skulle ätas minst längst upp. Förr åt hon mycket halvfabrikat och mycket socker, men nu har hon börjat läsa innehållsförteckningen på produkten och försöker undvika vissa ingredienser. Mary lyssnar och tar in fakta om vad som är hälsosamt att äta från media och vad som skrivs i tidningar.

Medvetenhet

Vad som är i säsong, ekologiskt och närodlat är viktiga kriterier vid köp av grönsaker för Mary, men hon har även som prioritet att det ska vara lätt att laga. Om hon köper fisk är hon noga med informationen om vart fisken har fångats och att det inte är en art som riskerar att bli utfiskad.

Tillgänglighet

När hon ska köpa grönsaker gör hon det gärna på Farmers Market och i Monterey finns det två stycken.

Intresse

Mary tycker det är roligt att laga mat. Oftast blir det mycket kolhydrater i form av ris eller potatis. Det blir även en del måltider från snabbmatskedjor som McDonalds.

Hur har matkulturen förändrats från barndom till vuxenlivet?

I skolan serverades måltider som inte kostade mycket pengar, där fanns det en snabbmats- och en halvfabrikatsektion. Vanliga maträtter var nachos, spaghetti, sallad och pizza. Dryck som serverades var juice och mjölk. Mary upplevde att maten i skolan inte var den bästa eller mest näringsriktiga och det berodde på att den var billig. Den typ av maträtter som Mary mest lagar hemma är rätter från Peru. Hon gillar även att äta italiensk mat, pasta och färska grönsaker. Mary lyssnar mycket på vad vännerna säger om deras matval, vad som ska ätas och tar inspiration efter vad de äter.

Vad är hälsosamma matval?

Mary anser att hälsosam mat är ekologisk och lokal men ändå mat som väljs efter bekvämlighet. Hon tycker det är viktigt att ha en bra balans.

Intervjuperson 3

Sandra är 30 år och bor nu i Los Angeles, hennes mamma är från Ohio men kommer ursprungligen från Tyskland. Hennes pappa är från Kalifornien och tillsammans med hennes familj är hon uppväxt i New Mexico.

Vad påverkar matvalen utifrån foodscapes?

Medvetenhet

Hon anser att alla kan äta vad de vill bara det äts med måtta. Dock anser hon att nu när hon blivit äldre är det mycket viktigare att tänka på vad som äts.

Intresse,

Hon tycker det är roligt med mat och eftersom hennes man är kock blir det väldigt många måltider som lagas hemma. Hon uttrycker det som att hennes man är besatt av mat, detta gör att intresset är stort hos båda två.

Utbud

Hon vill köpa råvaror av bästa kvalitet och som följer etiska metoder. Finns exempelvis inte kycklingbröst som uppfyller dessa krav, väljer hon istället att köpa något annat livsmedel.

Hur har matkulturen förändrats från barndom till vuxenlivet?

Hon har inga bra minnen från skoltiden. Hon menar att skolmaten var dålig, äcklig och de fick mat som hade varit frusen. *Chicken nuggets* och andra halvfabrikats produkter var en återkommande maträtt. Hon berättar att måltiderna skiljer sig åt mellan de olika staterna. Hennes mamma var väldigt hälsosam vilket gjorde att hon växte upp med bra mat. Hon uttrycker det själv att hon fick allt som små barn inte vill ha. Hennes mamma valde väldigt

mycket ekologiskt på grund av att hon är uppväxt med ekologisk mat väljer hon att handla det.

Vad är hälsosamma matval?

Sandra köper aldrig halvfabrikat eller behandlad mat i affären för hon anser att det inte är hälsosamt. Hon anser däremot att hälsosam mat är grönsaker och frukt från lokala bönder samt att de, tillsammans med proteinet, inte ska vara besprutad. Hon menar att det tar mer tid att äta hälsosam mat av den anledningen att maten blir sämre snabbare eftersom den inte är besprutad och att hon då måste gå till affären oftare.

Intervjuperson 4

Amanda är 27 år och bor i Santa Monica, en del av Los Angeles. Hennes mamma är från Florida och hennes pappa från Kalifornien. Hon växte upp i södern, det vill säga Florida.

Vad påverkar matvalen utifrån foodscapes?

Kunskap

I skolan anser Amanda att hon lärde sig allt hon behövde kring kunskap om mat. Amanda äter utefter vad hennes kropp vill ha förklarar hon. På grund av en hjärtsjukdom har hon bytt ut mjölk till kokosmjölk och hon försöker att inte äta så mycket rött kött. Hon förklarar att anledningen till att hon har valt att ändra sin kost är att det är bättre för hennes hjärta. Jordnötssmör är något som Amanda äter mycket och hon beskriver att det ska det vara bra för huden.

Medvetenhet

Amanda räknar aldrig kalorier utan äter det hon känner för. Hon försöker äta tre frukter om dagen och det brukar bli banan, äpple och apelsin. Amanda förklarar att maten i USA kan få en ekologisk märkning även om matvaran inte är det. Det är upp till varje butik att sätta kraven på vad som får kallas ekologisk berättar hon. På butikskedjan Trader Joe's kanske det behövs fem olika krav för att en vara ska få kallas ekologisk medan det i andra butiker kanske enbart behövs tre. Hon berättar att en butik därför kan ha större utbud av ekologiska varor, men i själva verket kanske de bara har lägre krav. Av den anledningen väljer Amanda att köpa det mesta från Farmers Market där allt är ekologiskt eller närodlat. Hon anser att det är bättre och föredrar att köpa närodlat och närproducerat än ekologiskt för dels gynnar hon bönderna i området och dels är det inte besprutad.

Tillgänglighet

Hon brukar handla mat på kedjorna Whole Foods Market och Trader Joe's men mest på Farmers Market i Santa Monica.

Intresse

Hon tycker det är roligt att laga mat och när människor samlas på grund av maten.

Utbud

Amanda köper matvaror som hon tycker ser hälsosamma eller fräscha ut.

Hur har matkulturen förändrats från barndom till vuxenlivet?

I skolan serverades mycket pizza och på fredagarna var det alltid något som hade varit fryst innan, rester som blivit över från någon annan dag. Varje måndag serverades det makaroner med ostsås för att det var första dagen i veckan och att det var enkelt att göra. När det serverades hälsosammare måltider som exempelvis kyckling försökte personalen göra så den såg aptitlig ut. Amanda tyckte inte det såg lockande ut, så hon och hennes vänner köpte snabbmat istället på skolans område. Amanda bodde på en gård i Florida under sin uppväxt. Detta gjorde att de odlade mycket själva och därför åt Amanda mycket från gården. Hon åt mycket grönsaker, frukt, fisk och som hon kallar det mycket södermat som är kött och potatis. Idag äter hon inte lika mycket av det. Till frukost äter Amanda omelett med kyckling för det tycker hon är en bra och hälsosam frukost. Om hon gör pizza brukar hon göra den utan ost för att minska på fett. När Amanda lagar mat hemma så gör hon allt från grunden, hon köper aldrig halvfabrikat eller liknande.

Vad är hälsosamma matval?

Amanda anser att hälsosam mat är vad hennes kropp vill ha. Känner hon att hennes kropp vill ha järn äter hon järnrik kost ett tag. Hon läser mycket på internet om vad som är hälsosam mat och gillar även att bläddra i kokböcker.

Intervjuperson 5

I Santa Monica träffade vi även Ginger 44 år. Hennes föräldrar kommer från Chicago, där hon även är uppväxt. Hon flyttade runt lite under college men för sex år sedan flyttade hon till San Francisco.

Vad påverkar matvalen utifrån foodscapes?

Ekonomi

Efter att ha förlorat sitt jobb för två månader sedan har hon blivit väldigt prismedveten. Hon går därför till tre olika affärer när hon ska handla. Det är inte enbart för priset som hon går till tre olika utan för att hennes dotter är kräsen och hon måste därför köpa speciella märken av vissa livsmedel. Eftersom hon redan går till tre olika väljer hon bort att gå till Farmers Market.

Kunskap

Hon blev glutenintolerant när hon blev äldre, vilket gör att hennes matval ändrades, nu äter hon mycket kyckling. Kött äts en gång i månaden - för att fylla på järnhalten. Hon älskade pretzels som liten men slutade äta det dels för hon blev glutenintolerant och dels för att hon inte ville äta tomma kalorier. Pretsel är en salt amerikansk brödkringla. Hon får sin kunskap om hälsosam mat från tidningen "Women's Health". Hon berättar intressant fakta om att i de riktigt fattiga områdena i USA finns enbart spritbutiker och i dessa affärer har de inte mycket

bra mat utan enbart snacks till spriten, men att regeringen nu har gjort så att alla dessa butiker måste ha någon typ av frukt till försäljning samt eventuellt någon bok. Anledningen är för att hälsan ska bli bättre och att människorna i de fattiga områdena ska få någon typ av utbildning.

Medvetenhet

Hon tränar mycket, springer varje dag och klättrar några dagar i veckan. Hon väljer att inte äta så mycket kolhydrater med anledningen att inte gå upp i vikt.

Intresse

Hon har stort intresse för mat och vill veta vad som är bra och nyttig mat, dels med anledning av den nya glutenintoleransen och dels för att hon inte vill bli tjock. Efter att hennes dotter har blivit lite äldre så började hon laga all mat från grunden. Hennes intresse för mat har även gjort att hon nu har ett eget citronträd, vilket gör att hon kan göra många dressingar till salladen själv istället för att köpa.

Utbud

Hennes främsta prioritet när hon handlar mat är att den ska vara hälsosam. Hon anser att det är lätt att vara hälsosam när hon lever och bor i Kalifornien eftersom tillgången till bra råvaror är stort. Exempelvis kan hon äta bra avokados året runt.

Hur har matkulturen förändrats från barndom till vuxenlivet?

Hennes mamma lagade hälsosam mat, mycket grönsaker, fisk en till två gånger i veckan. Mamman kryddade inte maten så mycket vilket har resulterat i att Ginger nu gärna äter mer kryddrik mat som mexikanskt-, thai-, vietnamesiskt- eller indiskt. Hon är uppväxt på 70-talet och då fanns det ingen läsk. Det som fanns var *Root beer* och när hon väl fick det var det riktig lyx. Hennes systrar älskade choklad men det var inget som de fick så ofta utan godiset som äts var ost med tomat eller bara ost.

Vad är hälsosamma matval?

Ginger anser att hälsosam mat är råvaror som kommer direkt från odlingen. Mat som inte är halvfabrikat utan färskt, näringsrikt och mycket grönsaker. Hon väljer inte ekologiskt utan fokuserar på hälsosam mat. Hennes anledning till att inte välja ekologiskt är att det finns olika krav på de ekologiska livsmedlen. Exempelvis att kycklingar eller ägghöns som får ekologiskt foder men som samtidigt får stå i en bur med ljus dag och natt för att lägga mer ägg eller växa, ändå kan få en ekologisk stämpel i vissa butiker. Därför väljer hon att inte koncentrera sig på det ekologiska utan istället på innehållet i maten. Hon flyttade till Kalifornien för hon ansåg att det var väldigt hälsosamt där. Hennes teori till att det är hälsosamt är att det är många som bor där som är utbildade och medvetna. Hon menar även att det beror på att det från början var mycket hippiekultur och 60-talet med sex, fred och droger samt även att det finns många katoliker och judar men att de inte utövar sin religion utan de tänker *så länge du inte skadar mig, gör vad fasiken du vill*. Hon anser att denna kultur lever vidare och att det därför är fokus på en hälsosam livsstil med vegansk och vegetarisk mat samt mycket yoga och meditation.

Intervjuperson 6

Owen är 27 år och bor i San Diego. Hans föräldrar kommer från Dominikanska Republiken men han är uppvuxen i Florida, han har bott i New York men bor nu i San Diego.

Vad påverkar matvalen utifrån foodscapes?

Kunskap

I skolan lärde sig inte Owen om näringsrekommendationer utan det är något han lärt sig själv. Owen läser på nätet om vad som är hälsosamt att äta både fakta och i forum där folk skriver sina åsikter om bra mat därefter väljer han ut det som han anser är pålitligt.

Medvetenhet

Owen lyssnar mycket på sin personliga tränare om vad som är bra mat och vad som är dålig mat för en bra hälsa.

Tillgänglighet

Owen handlar all mat på olika supermarkets.

Intresse

För tre år sedan bytte Owen diet och har nu ett stort intresse för mat.

Utbud

Owen prioriterar pris och bra mat som mättar när han ska köpa mat. Han väljer aldrig ekologiskt.

Hur har matkulturen förändrats från barndom till vuxenlivet?

I skolan serverades bland annat makaroner med ost och pizza, det såg lockande ut för barnen men var inte så nyttigt förklarar Owen. Under sin uppväxt åt Owen mycket karibisk mat, som är kyckling, ris och grönsaker. Owen berättar att han var överviktig som liten men har nu blivit av med det genom rätt mat och träning.

Vad är hälsosamma matval?

Owen tränar varje dag och har en personlig tränare. Han anser att han äter hälsosam mat och äter två lagade mål mat om dagen som han lagar själv från grunden. Han äter alltid frukt på morgonen, biff två gånger i veckan, fisk fyra gånger i veckan. För att få i sig mycket protein äter han äggvita varje dag. Han äter 14 ägg i veckan och gör omelett med äggvita från två ägg varje dag. Han brukar ha ett mål i veckan som han kallar för *fusk mål*, det vill säga ett mindre hälsosamt mål. Om det är exempelvis hamburgare så försöker han ändå göra det nyttigare genom att byta bort brödet eller välja till sallad. Han förklarar att hur han ser ut är huvudsyftet hur han väljer mat. Owen har bott på olika ställen och anser att de som bor nära kusten äter bättre och tänker mer på vad de äter än de som bor inne i landet. Detta på grund av att de måste tänka på hur de ser ut för där går de ofta utan tröja. Owen berättar även att han är noga med att inte äta något som innehåller socker och är noga med att kolla innehållsförteckningen.

Han visar oss sin flaska med salladsdressing att den inte innehåller socker eller sötning. Mat med lågt natrium- och sockernehåll är viktigt för Owen. Det är viktigt med bra näringsnehåll och balans mellan protein, kolhydrater och fett.

Observationer över utbud

Studiens fokus är intervjupersonerna samt deras svar. Observationerna användes som ett komplement för att få en inblick i vad utbudet var och för att få en ökad förståelse för intervjuvaren.

Butiker

Butikerna som utforskades var Whole Foods Market, Trader Joe's och Vons. Whole Foods Market hade störst utbud av ekologiska produkter. Samtliga butiker hade en stor grönsak- och fruktsektion, där både ekologiskt- och konventionellt odlade råvaror fanns att välja. Mejeriavdelningen bestod nästan enbart av fettfria produkter men en del hade låg fetthalt. Dock var de flesta yoghurtar sötade med majssirap, rörsockersirap eller vanligt socker. Gelatin användes som stabilisering då fett tagits bort. Utbudet av färdiglagade rätter var stort i frysdisk. Det fanns även utbud av ta-självarer med stor salladsbuffé, flertalet varma maträtter och pizzaslices som kunde köpas över disk. Godisutbudet fanns enbart vid kassorna, medan det var större utbud av chips och kakor och hade en hel sektion.

Farmers Market

Fyra Farmers Market observerades i San Francisco, Monterey, Santa Monica och Los Angeles, en i varje stad. Alla Farmers Market hade utbud av både grönsaker, frukt, fisk och nötter, medan den i Los Angeles även erbjöd flertalet restauranger. De råvaror som såldes var från lokala bönder, i säsong och det fanns även ett ekologiskt utbud.

Restauranger

Utbudet av snabbmatskedjor observerades längs med kusten. I San Francisco lokaliserades ett fåtal medan efter Santa Maria, ner till Los Angeles, ökade avsevärt i antal. Det var inte enbart antalet som ökade utan även olika typer av snabbmatskedjor. I Los Angeles fanns det betydligt fler restauranger som serverade snabbmat än i San Francisco. McDonalds observerades och där fanns tydliga tabeller med samtliga måltiders kaloriinnehåll. Några andra restauranger, som inte serverade snabbmat, valde att visa kaloriinnehållet på maträtter samt drycker. Det fanns möjlighet att byta ut pommes frites till sallad på snabbmatsrestaurangerna, men det blev då betydligt dyrare och alternativet redovisades inte på menytaflan.

Diskussion

I diskussionen diskuterar och reflekterar uppsatsförfattarna över val av metod och vad resultatet visade.

Metoddiskussion

För att undersöka någons foodscapes och matkultur anser vi att det är lättare att åka till ett annat land och undersöka deras förhållande till mat. Anledningen anser vi är för att vi är uppväxta med vår egen matkultur och foodscapes. Det kan leda till att vi inte ser eller reflekterar över våra egna kostval som för oss är självklara. Detta var anledningen till att vi valde att åka till USA och intervju amerikanska på plats. Det gav oss en större inblick i hur det faktiskt är, än om vi hade sökt data hemifrån Sverige.

Intervjuer

Urvalet av respondenter gjordes genom att vi ville intervju människor som har bott i USA i hela sitt liv och nu bor i Kalifornien. Förtydligande - inte människor som är på resande fot och befinner sig tillfälligt i Kalifornien. Därför valde vi bort många människor som vi träffade. Intresset var att intervju människor med olika kroppsformer men det blev aldrig tillfälle att intervju någon som hade fetma eller var överviktig. Anledningen var att vi alltid ville använda ett anteckningsblock när vi skulle intervju för att få ner så mycket av svaren som möjligt. En tanke från början var att spela in intervjuerna men vi ansåg att det kunde ge oss svar som inte var lika spontana och kunde ha en mer skrämmande känsla (Bryman, 2011). Innan intervjun gjordes så frågade vi om det gick bra att ställa några frågor samt vad svaren skulle användas till. Detta med anledning av den etiska aspekten att dels ska intervjupersonerna veta anledningen till frågorna och dels för att de kunde välja om de ville vara med eller inte.

Anledningen till att vi gjorde ett frågeschema är samma anledning som Bryman (2011) skriver, att när intervjuerna görs ska frågorna kunnas utantill. Eftersom det är stressande och krävande att intervju en person kan det hända att frågor tappas bort eller fel fråga ställs. Eftersom alla intervjuer skulle gå till på samma sätt var det den en av oss som alltid ställde frågorna och den andra som alltid antecknade.

Vad som kan ha varit en negativ aspekt var att vi berättade att vi utbildade oss till kostekonomer, detta kan ha gett oss ett mer vinklat svar om vad respondenterna valde att äta, men våra observationer om matutbudet visade ändå att deras svar var pålitliga. Frågeschemat som användes testades först på en person för att se om typen av frågor var relevanta samt om ordningsföljden hade ett bra flyt. Vi ansåg att 10 frågor var lagom eftersom det dels tillkom följdfrågor och dels att för många frågor hade kanske tystat ner respondenten mer än att denne fick svara fritt. Svaren från respondenterna kan tolkas på olika sätt, som Granskär och Höglund-Nielsen (2008) skriver så finns det ibland inte en sanning utan flera. Men genom att

vi varit två delaktiga under intervjuerna så har våra individuella sanningar stämt överrens med varandras.

Observationer

Våra observationer studerade platser och inte människor och var därmed enklare utformade. För att få ett mer djupt och ingående resultat hade mer tid och planering kunnat göras kring observationerna. Vi hade kunnat göra observeringsschema där vi hade haft med; typ av butik, stad/plats, antal olika märken av samma vara - skillnader/likheter, eller typ av restaurang, stad/plats, utbudet på menyn, möjlighet till hälsosammare val och så vidare. I efterhand hade det antagligen varit bättre, men vi ansåg att fokus var på intervjuerna och att observationerna endast gjordes för att få en tydligare inblick och förståelse för matutbudet i Kalifornien.

Negativa aspekter -vid analys

Uppsatsens har etnografisk präglning samt innehåller intervjuer med bekvämlighetsurval. Detta innebär att uppsatsens resultat inte går att generalisera. Vi använde oss av en kvalitativ forskningsstrategi och det som är värt att tänka på är att det är vi som bestämmer vad som är relevant och väsentligt. Bryman (2011) menar att i kvalitativ forskning blir forskarna subjektiva. Han beskriver att det finns en stor risk att uppsatsskrivarna kan få en nära och personlig relation till respondenterna. Detta gör att uppsatsskrivarna kan välja viss typ av information samt välja bort något som kunde ha varit mer relevant. Bryman (2011) förklarar att det är författaren som har den avgörande rollen i den kvalitativa forskningen, då dennes intressen genomsyrar vad som observeras och registreras. Detta syns tydligt i vårt ämnesval där inriktningen var mat, kost och hälsa. Eftersom vår studie enbart var ett möte med intervjupersonerna fick vi inte ett lika djupgående resultat då inblicken enbart var en måltid. Ett mer trovärdigt och omfattande resultat hade getts med fler intervjutillfällen, eller en longitudinell design.

Resultatdiskussion

Alla begreppen inom foodscapes har varit komplexa att definiera och flera svar hade kunnat passa in i de olika faktorerna. Medvetenhet och kunskap är det vi anser är lättast att kopplas ihop och svårast att skilja ifrån varandra.

Intervju

Resultatet visade att de flesta av respondenterna inte påverkas av priset lika mycket som de andra faktorerna. Story et al. (2008) menade att priset var den andra faktorn, efter smaken, som påverkade en människas val av mat. Från våra intervjuer kan vi inte urskilja det. Dock visade Mary att hon har sämre ekonomi och därmed köpte en del färdig mat. Mary köpte det för att det är billigare med färdigmat i USA. Ginger visade att prisfrågan berör henne av den anledningen att hon precis har förlorat sitt jobb. Innan hon förlorade jobbet var priset inte det avgörande utan första prioritet vara glutenfria och hälsosamma varor. Den andra anledningen till att hon väljer att gå till tre olika livsmedelsbutiker är för att hennes dotter vill ha olika märken på vissa produkter.

Ginger och Amanda har fysiska åkommor som gör att de måste ha mer kunskap om vad de äter. Ginger på grund av sin glutenintolerans och Amanda med sitt hjärtfel. Denna kunskap är påtvingad och utan sina fysiska problem hade kanske deras kunskap om ämnet inte varit lika stort.

Vi noterade att respondenterna hade en väldigt stor medvetenhet utefter vad de prioriterade. Pontus och Mary med sin medvetenhet om fisk, att arter inte ska bli utfiskade. Fyra av sex var noga med att frukt och grönt skulle komma från lokala bönder och att det skulle vara ekologiskt. Dessa fyra promotade Farmers Market väldigt tydligt och tyckte det var väldigt bra för då visste de vad som var i säsong samt att lokala bönder gynnades. Under våra observationer blev det tydligt att ekologiskt hade stor betydelse i butikerna. Det fanns väldigt många produkter och råvaror med den märkningen. När Amanda lyfte frågan blev vi väldigt nyfikna då hon berättade att det inte fanns ett standardiserat lagkrav. Detta gjorde oss fundersamma på att många inte är medvetna om de olika reglerna samt att alla produkter och råvaror kanske inte är så ekologiska som de framstår.

Alla respondenter hade bra tillgänglighet att köpa mat, antingen till stora livsmedelsbutiker eller Farmers Market. Men som Ginger säger att i områden med låginkomsttagare är tillgängligheten på bra mat inte så stor. Det understryker även Story et al. (2008) att bra livsmedelsbutiker är viktigt dels var de är lokaliserade och dels vad de har för utbud. Detta på grund av att människor ska kunna göra hälsosamma kostval. Story et al. (2008) belyser även att det finns en koppling mellan högt BMI och begränsad tillgänglighet på stora livsmedelsbutiker. Med denna nya kunskap från Ginger och Story et al. (2008), kan det vara en anledning att vi inte hade någon intervjuperson som var överviktig eller hade fetma eftersom vi inte befann oss i fattigare områden.

Alla respondenterna hade intresse för mat men det var olika stort. Flera lagade mat från grunden och tyckte det var roligt.

De flesta av respondenterna lärde sig grunden om de amerikanska näringsrekommendationerna i skolan. I nuvarande ålder tar de till sig kunskap om vad de ska äta huvudsakligen genom media men även vänner och personlig tränare. I Symonds et al. (2013) forskning berättar de att det är olika företag som påverkar vår matkonsumtion på grund av vad som skrivs i olika typer av media. Hämtar respondenterna då enbart sin kunskap utifrån media kan den vara missvisande, då det egentligen inte finns några säkra källor.

Gemensamt för samtliga var att skolmåltiden bestod av mycket pizza, hamburgare, lasagne och annan snabbmat. Ingen av respondenterna ser idag maten i skolan som nyttig, näringsrik eller hälsosam. Owen menade att maten såg lockande ut för barnen samt att han gillade det som liten. Amanda och Pontus påpekar även att det fanns snabbmatskedjor på och i närheten av skolans område där många elever valde att köpa sin mat. Våra resultat styrks av Story et al (2008) forskning att det görs väldigt lite för att ändra maten till att bli mer hälsosam i skolan.

Trots den standard som finns är det inte många skolor som följer dem. Amanda berättade att när det fanns mer hälsosamma alternativ som kyckling, försökte personalen göra så den såg mer aptitlig ut, men eleverna valde ändå att gå ut och handla snabbmat. Vilket även Wenzers (2010) undersökning visade att skoleleverna handlade snabbmat utanför skolområdet under lunchtid. Våra spekulationer att de istället köpte mat är för de hade en vana att äta snabbmat. Vänner, familj och uppväxten påverkade respondenterna på olika sätt. För Pontus var det gruppträck från vännerna när han åkte tillbaka till Miami och hälsade på. Precis som i Wenzers (2010) undersökning betyder socialiteten mycket vid val av mat. Mary får sin inspiration från vänner och köper mat därefter. Sandra blev påverkad av sin hälsosamma mamma att fortsätta äta hälsosamt. Gingers uppväxt innefattade kryddfattig mat, vilket gjorde att hon vill använda stora mängder krydda i maten nu. Denna information visar att påverkan kan resultera i att respondenten vill äta antingen likt eller olikt sin uppväxt. Med detta resultat ser vi ett samband att uppväxt och familj har en avgörande roll i hur en individs matkultur utformas, precis som Ehn & Löfgren (2001) beskriver.

Utbudet är i nivå med tillgängligheten och eftersom de bor i städer där det är lätt att få bra råvaror har de lättare att äta hälsosamt. Både Ginger och Pontus, som bor i San Francisco, anser att Kalifornien är den stat människor ska bo i om de vill leva ett hälsosamt liv. Deras anledning var samma; att Kalifornien har ett väldigt bra klimat som gör det lätt att odla bra råvaror. Eftersom det är lätt att odla råvaror blir det enklare att öka intaget av frukt och grönt som de amerikanska näringsrekommendationerna föreslår.

Story et al. (2008) skriver att den avgörande och största faktorn vid val av mat är smaken. Enligt vår undersökning kan vi tyda på att hälsan är den avgörande faktorn för samtliga. Symonds et al. (2008) undersökning resulterade i att respondenterna var medvetna om vad de skulle äta för att främja hälsan men att de inte handlade efter det. Samtliga respondenter i denna undersökning var medvetna likt Symonds et al. (2008) respondenter, om vad som ska ätas för att främja hälsan. Dock visade våra respondenter på att deras medvetenhet var i samspel med vad de åt. Mary ansåg att hälsosam mat var ekologisk, medan andra respondenter ansåg att mat från lokala bönder var en viktig faktor. Owen upplevdes som den intervjupersonen med mest kunskap och hälsomedvetenhet. Det kan bero på hans kontakt med personlig tränare. Han ansåg att måltiden ska ha en bra balans och fördelning mellan protein, kolhydrater och fett. Amandas resonemang var på ett personligt plan, hon ansåg sig känna vad hennes kropp behövde i näringsväg. Pontus ansåg att hälsosam mat var vegetarisk mat. Sandra tycker som Pontus och anser att grönsaker tillsammans med protein är mest hälsosamt. Samtliga var överens om att det var mest hälsosamt att äta mat som gjorts från grunden vilket innebär att undvika halvfabrikat. Deras hälsosamma matval kan kopplas till Brülides & Tenglands (2003) teorier om att människan har ett inövat mönster och sätter mål som ska vara bra för sin egen hälsa. Efter analys av resultatet anser vi att samtliga respondenter strävar mot att främja sin egen hälsa genom sina matval.

Utifrån resultatet ser vi att val av mat skiljer sig från person till person. Alla har sin egen uppfattning om vad som är hälsosam mat och vad som bör ätas. Vi kunde tydligt urskilja att

betydelsen av vad som åts hemma vid uppväxten hade olika betydelse för respondenterna. Antingen var respondenterna uppväxta med en viss typ av mat och ville verkligen inte ha den igen eller så fördes matvanorna vidare. Precis som Dolphijns (2004) resultat som visar att maten har en stor komplexitet i våra liv visar även vårt resultat att det finns flera faktorer som avgör vid val av mat.

Observation

Vi anser att utbudet på frukt och grönsaker i butikerna var stort och fräscht och att det fanns många alternativ vid självtagningsdiskar. Vid dessa stationer var det lätt att välja hälsosamma val, på andra avdelningar var det betydligt svårare. Exempelvis yoghurt, flingor, portionsförpackningar med havregryn och tomatsås som innehåller mycket socker. På yoghurtförpackningens framsida stod det *fettfri och natriumfri* men granskas innehållsdeklarationen kommer socker eller sirap som andra ingrediens. Sötningen står oftast som andra ingrediens i flertalet produkters innehållsförteckning. Detta gör det svårare för konsumenterna om de vill göra hälsosamma val men inte läser innehållsförteckningen. Även priset har en stor betydelse då halvfabrikat är betydligt billigare än att köpa råvaror och laga från grunden.

Farmers Market fanns tillgängligt två dagar i veckan förutom i Los Angeles där det var öppet hela veckan. Dock var utbudet i Los Angeles helt annorlunda då det mer liknade en saluhall med flera restauranger. Där fanns bara ett grönsaksstånd medan det var kilometerlångt i andra städer. Priset skiljde sig inte märkbart från butikerna.

Då vi försökte välja ett nyttigare alternativ på McDonalds samt Burger King stötte vi på motstånd. Att byta pommes frites mot sallad eller läsk mot kolsyrat vatten var inte lika lätt som i Sverige. Det gick inte att bara byta ut sallad mot pommes frites för att det var dyrare med sallad. Det kolsyrade vattnet blev Sprite och efter mycket diskussion fick vi det nyttigare alternativet, priset blev då dyrare och storleken mindre. Resultatet visar att onyttigare alternativ, även på restauranger, är billigare än de hälsosamma, det vill säga pommes frites och läsk. Under våra observationer insåg vi att det är betydligt billigare med mat från snabbmatsrestauranger än att laga själv.

Konklusion av diskussion

Trots att statistik visar att USA är ett land där befolkningen lider av mest övervikt så ansåg inte vi att det var problemet i Kalifornien. Utifrån respondenternas svar och genom observationerna kring utbudet av mat insåg uppsatsförfattarna att respondenterna hade lätt för att vara hälsosamma. Intresset för mat kan även vara en faktor till varför just dessa respondenter väljer att äta hälsosamt. Genom observationerna framgick det att livsmedelsbutikerna och Farmers Market erbjuder ett stort utbud av frukt och grönt vilket stämde överens med respondenternas fokus på att öka intaget av vegetariskt. Trots att

respondenterna väljer hälsosam mat nu, serverades det under deras uppväxt i skolan i princip enbart halvfabrikat och snabbmat. Utifrån observationerna visades att snabbmat och halvfabrikat är billigare, vilket kan vara en av anledningarna till att det serverades i skolan.

Slutsatser

Det finns många faktorer som påverkar en persons foodscapes. Intervjupersonerna påverkas inte på samma sätt av de olika faktorerna när de införskaffar mat. Trots att tidigare forskning visar att smaken och priset är avgörande vid val av mat framkommer inte det i vårt resultat. De faktorer som samtliga respondenter belyste var deras medvetenhet och intresse. Samtliga faktorer som Story et al. (2008) redovisar kan vävas samman och uppsatsförfattarna menar att exempelvis kan ett intresse öka en medvetenhet och tvärtom. Uppväxten har påverkat respondenternas matkultur på olika sätt men det har spelat betydande roll för alla hur deras matkultur är i nuläget. Uppväxten har antingen bidragit till en förändrad matkultur eller så har individen fortsatt med matvalen från barndomen. Samtliga anser att det är viktigt att maten de väljer är nyttig och gjord från grunden. De värderar hälsa och hälsosamma matval stort, och många införskaffar sin mat utifrån hälsoaspekt. Varje individ har sin egen foodscapes och matkultur som är unik för just honom/henne.

Implikationer

Ska vidare forskning göras inom området är det lämpligt att enbart koncentrera sig på ett av begreppen foodscapes, matkultur eller hälsosamma matval, då alla tre blir för omfattande. För vidare forskning inom foodscapes kan en mer genomgripande undersökning vara intressant, det vill säga att forskaren följer personer under en längre tid och studerar mer än en måltid. Inom matkulturen kan forskningsmöjligheter vara mer klagörande gällande en person eller ett lands utveckling under längre tid. En intressant forskning hade varit att studera hur hälsosam mat definieras i olika länder. Liknar exempelvis indiernas hälsosamma matval japanernas.

Referenser

Abrahamsson, L. (2013). *Näringslära för högskolan: Från grundläggande till avancerad nutrition*. Stockholm: Liber

Adema, P. (2009). *Garlic capital of the world: Gilroy, garlic, and the making of a festive foodscape*. Mississippi: University Press of Mississippi.

Bildtgård, T. (2009). Mental foodscapes: Where swedes would go to eat well (and places they would avoid). *Food, Culture and Society: An International Journal of Multidisciplinary Research*, 12(4), 497-497. doi:10.2752/175174409X456764

Bryant, C. A. (1985). *The cultural feast: An introduction to food and society*. St. Paul: West publ

Bryman, A., & Nilsson, B. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.

Brülde, B., & Tengland, P. (2003). *Hälsa och sjukdom: En begreppslig utredning*. Lund: Studentlitteratur.

Buffé (2013) *Hälsosam njutning*. Hämtad den 14 maj 2014, från http://www.e-magin.se/v5/viewer/files/viewer_s.aspx?gKey=qj504r75&gInitPage=3

Counihan, C., & Van Esterik, P. (2008). *Food and culture: A reader*. London: Routledge.

Department of Health (2011), *Healthy Lives, Healthy People: A Call to Action on Obesity in England*, Department of Health, London. Hämtad den 14 juni 2014, från www.dh.gov.uk/prod_consum_dh/groups/dh_digitalassets/documents/digitalasset/dh_130487.pdf

Dietaryguidelines. (2014) *Dietary guidelines for Americans, 2015*. Hämtad den 18 mars 2014, från <http://www.health.gov/dietaryguidelines/2015.asp>

Dolphijn, R. (2004). *Foodscapes: Towards a deleuzian ethics of consumption*. Delft: Eburon

Ehn, B., & Löfgren, O. (2001). *Kulturanalyser*. Malmö: Gleerup.

FAO. (2013) *The state of food and agriculture*. Hämtad den 26 januari 2014, från <http://www.fao.org/docrep/018/i3300e/i3300e.pdf>

Granskär, M., & Höglund- Nielsen, B. (2008). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Lund: Studentlitteratur.

Harper, R. H. R. (2000). The organisation in ethnography –A discussion of ethnographic fieldwork programs in CSCW. *Computer Supported Cooperative Work (CSCW)*, 9(2), 239-264. doi:10.1023/A:1008793124669

Hobert, N. (2014 27 april). 10 sätt att jaga hälsan – så gör de trendiga i Kalifornien. *Sydsvenskan*. Hämtad den 15 maj 2014, från <http://www.sydsvenskan.se/halsa--motion/tio-satt-att-jaga-halsan--sa-gor-de-trendiga-i-kalifornien/>

Holme, I. M., Solvang, B. K., & Nilsson, B. (1997). *Forskningsmetodik: Om kvalitativa och kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur.

Hsieh, H-F., & Shannon, S, E. (2005). Three Approaches to Qualitative Content Analysis *Qualitative health research*, Vol. 15 No. 9, November 2005, 1277-1288.
doi:10.1177/1049732305276687

Jansson, I. (1981). *Icke av bröd allena: Om matkultur : Kompendium i matkunskap för institutionen för huslig utbildning, göteborgs universitet*. Göteborg: Inst. för huslig utbildning, Göteborgs univ.

Klingener, J. (2010 20 januari). 11 nya hälso- och skönhetsrender i Hollywood. *Aftonbladet*. Hämtad den 15 maj 2014, från <http://www.aftonbladet.se/halsa/article12097270.ab>

Kropf, A. (2009). The culture of food. *American Journal of Public Health*, 99(4), 615-615.
doi:10.2105/AJPH.2008.151522

Kvale, S., Brinkmann, S., & Torhell, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Livsmedelsverket. (2014). *Mat och näringsrekommendationer*. Hämtad den 15 maj 2014, från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/naringsrekommendationer/>

Livsmedelsverket. (2012) *Nordiska näringsrekommendationer 2012 – en presentation*. Hämtad den 13 maj 2014, från http://www.slv.se/upload/dokument/mat/rad_rek/livsmedelsverket_nnr_2012_presentationsbr oschyr_webb.pdf

Medin, J., & Alexanderson, K. (2000). *Begreppen hälsa och hälsofrämjande: En litteraturstudie*. Lund: Studentlitteratur.

Merriam, S. B., & Nilsson, B. (1994). *Fallstudien som forskningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Mikkelsen, B. E. (2011). Images of foodscapes: Introduction to foodscape studies and their application in the study of healthy eating out-of-home environments. *Perspectives in Public Health*, 131(5), 209-216. doi:10.1177/1757913911415150

Müller, M. J., Koertzing, I., Mast, M., Langnäse, K., & Grund, A. (1999). Physical activity and diet in 5 to 7 years old children. *Public Health Nutrition*, 2(3a), 443-444.
doi:10.1017/S1368980099000609

Norden. (2013) *Nya nordiska näringsrekommendationer – med fokus på hela kosten*. Hämtad den 13 maj 2014, från <http://www.norden.org/sv/aktuellt/nyheter/nya-nordiska-naeringsrekommendationer-2013-fokus-paa-hela-kosten>

Rantanen, T. (2006). A man behind scapes: An interview with arjun appadurai. *Global Media and Communication*, 2(1), 7-19. doi:10.1177/1742766506061814

Shanahan, H., Carlsson-Kanyama, A., Offei-Ansah, C., Ekström, M. P., & Potapova, M. (2003). Family meals and disparities in global ecosystem dependency. three examples: Ghana, russia and sweden. *International Journal of Consumer Studies*, 27(4), 283-293. doi:10.1046/j.1470-6431.2003.00321.x

Steven Cummins, & Sally Macintyre. (2002). A systematic study of an urban foodscape: The price and availability of food in greater glasgow. *Urban Studies*, 39(11), 2115

Svenska Dagbladet. (2009, 11 mars). Häng med hälsotrenderna globalt. *Svenska Dagbladet*. Hämtad den 15 maj 2014, från http://www.svd.se/naringsliv/karriar/hang-med-halsotrenderna-globalt_7053473.svd

Symonds, C.R, Martins, A.C & Hartwell, H.J. (2013). Foodscapes and wellbeing in the workplace: A university setting. *Nutrition & Food Science*, 43(4), 356-364. doi:10.1108/NFS-10-2012-0109

Olsson, H., & Sörensen, S. (2011). *Forskningsprocessen: Kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber.

The U.S. Department of Health and Human Services och U.S. Department of Agriculture. (2010) *Dietary Guidelines for Americans 2010*. Hämtad den 18 mars 2014, från <http://www.health.gov/dietaryguidelines/dga2010/DietaryGuidelines2010.pdf>

Watts, S. (2008). *Massimo montanari. food is culture*. New York, NY: Columbia University Press. doi:10.1093/es/khn039

Wenzer, J., & Handelshögskolan vid Göteborgs universitet. Centrum för konsumentvetenskap. (2010). *Eating out practices among swedish youth: Gothenburg area foodscapes*. Göteborg: Centrum för konsumentvetenskap (CFK), Handelshögskolan vid Göteborgs universitet

Widerberg, K. (2002). *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur.

Winson, A. (2004). Bringing political economy into the debate on the obesity epidemic. *Agriculture and Human Values*, 21(4), 299-312. doi:10.1007/s10460-003-1206-6

World Health Organization. (1948). *WHO definition of health*. Hämtad den 13 maj 2014, från <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

World Health Organization. (2014). *Nutrition*. Hämtad den 13 maj 2014, från <http://www.who.int/topics/nutrition/en/>

Yin, R. K. (2006). *Fallstudier: design och genomförande*. Malmö: Liber.

Bilagor

Bilaga 1: Frågeschema

Sex Age

1. Background - where are your parents from?
2. When you grew up what kind of food did you eat at home?

3. What kinds of dishes do you cook when you are at home?
4. Do you think it is fun and have interest for food?
5. What is the main reason that effects your choice of food?
6. What did they serve in school?
7. Did you learn about nutrition and the recommendations in school?
8. What are your priorities when you buy food?
9. Do you cook alot by yourself? Is it from scratch or do you buy prepered foodproducts?
10. What do you think is healthy food?