

POTET FRA TRØNDELAG

Fra jord til (offentlige) bord

Innhold

Trøndersk mat i verdensklasse – men hva med de offentlige måltidene?.....s. 3
Poteten – Et perfekt utgangspunkt.....s. 5
Potet – Bærekraft i praksis.....s. 6
Seks råd – bærekraftig måltid.....s. 7
Fullverdige måltider.....s. 8
Matsystemene er komplekse – fra jord til bord er det mange målgrupper.....s. 10
Beslutningstakere – de som setter retningen.....s. 13
Uten bonden – ingen potet på tallerkenen..... s. 14
Innkjøp og anskaffelser – rigge for riktig innkjøp.....s. 17
Distribusjon - tilgang på trønderske poteter.....s. 18
Fra service til omsorg – kokken i offentlige kjøkken.....s. 21
Hverdagsgjesten - Mat for hode, kropp og klode.....s. 22
Tre piloter – én ambisjon.....s. 25
Luftforsvaret Ørland.....s. 27
Trondheim Kommune.....s. 29
Trøndelag Fylkeskommune.....s. 30
Potetbua på Trøndersk Matfestival.....s. 31

Regi: Ann Kristin Wang
Grafisk: Amanda Ramstad
Produsert: Oktober 2025
Potetfoto: Medieavdeling, Forsvaret Ørlandet



Trøndersk mat i verdensklasse – men hva med de offentlige måltidene?

Trøndelag har i mange år satset sterkt på matproduksjon og matkultur. Regionen har sitt eget matmanifest, har blitt kåret til europeisk gastronomiregion, og har vært vertskap for store matarrangementer som Oste-VM og Bocuse d'Or Europe.

Trøndersk Matmanifest løfter frem råvarer, matkultur og håndverk som selve grunnlaget for gode måltider, samtidig skal vi ivareta hensyn til miljø, helse, beredskap og lokal verdiskaping.

Men, hvordan ser det ut på den offentlige matscenen? Brukes trønderske råvarer i sykehjem, barnehager og skoler? Har det offentlige samme stolthet og ambisjoner som det private – og er det i det hele tatt mulig innenfor dagens matsystem?

Nå er Trøndelag i gang med en satsing som skal gi mer trøndersk mat i offentlige måltider. Ambisjonen er å bidra til en ny standard for offentlige måltid – og med dette ta Trøndersk Matmanifest ut i praksis.

Satsingen vil vise hvordan vi kan, og hvorfor vi bør, spise mer av maten vi produserer i Trøndelag. Sentrale aktører i Trøndelag er samlet, fra jord til bord, for å jobbe sammen og løse utfordringene.

Målet er klart: Trøndersk Matmanifest og flere lokale råvarer i offentlige kjøkken – til glede for både produsenter, forbrukere og miljøet.

Vi må jobbe parallelt med alle målgruppene for å lykkes – endring i én del alene er ikke nok.

Denne satsningen koordineres av Grønt Kompetansesenter på Mære-Skjetlein, Trøndelag Fylkeskommune, Statsforvalteren i Trøndelag, Trondheim Kommune, Matvalget, Luftforsvaret på Ørlandet, Trøndelag Bondelag, Økologisk Norge og Oi! Mat og drikke.

Fjellmandel

Historie: Fjellmandel er en variant av mandelpoteten. Mandelpoteten er en gammel sort kjent fra 1800-tallet. Den ble tatt inn i norsk sortsliste i 1953.

Dyrking: Mandelpotet er en av de mest dyrkede sorter i Norge. Den er en populær matpotet med svært god kvalitet og brukes til hverdag og fest. Ved dyrking i fjellet er mandelpoteten mindre utsatt for sykdommer. Sorten er sein, og avlingen er middels.

Fjellmandel fra Oppdal har fått beskyttet geografisk betegnelse, som er en offentlig merkeordning. Den skal være dyrket over 400 moh. og har god lagringsevne.

Bruk: Når potetene vokser så høyt, vokser de sakte og får en særegen smak. Fjellmandel har en intens, nøtteaktig smak og den er melen. Den er perfekt til stappe og lefsebaking. Lite brukt i storindustri, men ofte etterspurt til spesialretter.

Potetpai

Knus 5–6 kokte poteter med skall i en smurt paiform og trykk til bunn og kanter. Forstek i 15 min på 200 °C.
Fyll med blanding av 6 egg, 3 dl melk, 3 dl ost, salt og pepper. Ha i purre og brokkoli i biter. Stek ca. 25 min til egget har satt seg. *Andre smaksvarianter: asparges, spinat og hvit geitost/ finsnittet sommekål, Selbu Blå og bacon/ røkt makrell, purre og dill/ sopp, løk og timian.*



Poteten – Et perfekt utgangspunkt

Å svare ut ambisjonene i Trøndersk Matmanifest trengs smarte, bevisste valg og praktisk tilnærming.

Matsystemene er komplekse, og utfordringene mange. Derfor tar vi én råvare av gangen, fra jord til bord. Hva møter vi på veien? Hva må til for å få til endring?

Poteten er en kortreist råvare fra trønderske bønder som styrker både matsikkerheten og den lokale verdiskapingen. Den er arealeffektiv, gir lite matsvinn, og kan dyrkes i ulike jordsmonn – enten det er konvensjonelt eller økologisk.

Poteten er dessuten allsidig, næringsrik og rimelig – og den passer godt inn i både tradisjonelle og moderne måltider. Kombinert med sesongens grønnsaker og gode proteinkilder kan vi skape sunne, smakfulle og bærekraftige måltider i praksis.

Når vi bruker råvarer som dyrkes i Trøndelag i våre måltider gir vi landbruket langsiktighet og trygghet, som vil bidra til lønnsomhet og rekrutering. Poteten er en allsidig råvare – og det gjenspeiles i produksjonen i Trøndelag.

Vi skal følge potetens reise i Trøndelag, fra jord til bord og ned i mage. Dette heftet er starten på reisen.

Vi starter med POTETEN!

«Trønderske bønder sørger for at det finnes nok potet på bordet! Poteten er en råvare som både gir matsikkerhet, næring og mangfoldige muligheter i kjøkkenet. Skal vi bygge et mer robust og bærekraftig matsystem, må vi starte med å løfte fram bondens rolle og verdien av poteten.»

– Jørn Magne Vaag, leder Trøndelag Bondelag.

Potet – Bærekraft i praksis

Poteten er en matvare fra planteriket, og i et bærekraftig kosthold skal vi spise mye mat fra planteriket. Poteten er den perfekte kandidaten da den dyrkes i Trøndelag, er lagringsdyktig og kan derfor være en del av kostholdet vårt gjennom hele året.

1. Poteten er kjent som en klimavennlig råvare som gir mye mat på lite areal.

2. Poteten har høy avling per kvadratmeter og krever lite energi i produksjonen.

3. Sammenlignet med mange andre matvarer gir den lavere utslipp per porsjon mat.

4. Poteten kan lagres i lang tid uten å miste næringsverdi, noe som reduserer matsvinn og gir stabil tilgang gjennom året.

5. Poteten er også allsidig i bruk – alt som ikke spises direkte kan bli til dyrefôr, potetmel eller sprit.

6. Siden poteten trives godt i norsk klima, krever den mindre transport og færre innsatsmidler enn importerte, varmekjære vekster.

Seks råd - bærekraftig måltid

Matvalgets seks råd for et bærekraftig måltid er en praktisk oppskrift på hvordan vi kan ta gode valg på kjøkkenet.

Ved å følge rådene, lager vi ikke bare mer bærekraftig mat – vi får også sunne, smakfulle og rimelige hverdagsmåltider.

Når vi lager mat fra bunnen av og bruker råvarer i sesong, åpner det for å velge lokale ingredienser – som for eksempel poteten.

Dette styrker norsk matproduksjon og matsikkerheten, fordi vi blir mindre avhengige av import og bedre rustet i krisetider.

Mer bruk av lokale råvarer og matlaging fra bunnen gir også rom for matfaglig kreativitet og utvikling.

Det øker behovet for fagkompetanse og bidrar til rekruttering i mat- og måltidsbransjen.

”Maten og måltidet angår oss alle – det er her vi kan møtes, uansett alder, rolle eller bakgrunn. Det offentlige måltidet når hele Norge: barna i barnehagen, elevene på skolen og de eldre på sykehjemmet. Det inspirerer meg og føles viktig!”

– Ann Kristin Wang, Matvalget



Fullverdige måltider

Fullverdig hverdagsmat inkluderer matvarer fra de tre matvaregruppene: grønnsaker/frukt/bær, karbohydratrike matvarer og proteinrike matvarer.

Det beste vi kan gjøre for å ha et sunt kosthold er å spise variert, med mye mat fra planteriket.

Å spise variert innebærer å spise mat fra ulike matvare-grupper, det kan vi gjerne gjøre i hvert måltid.

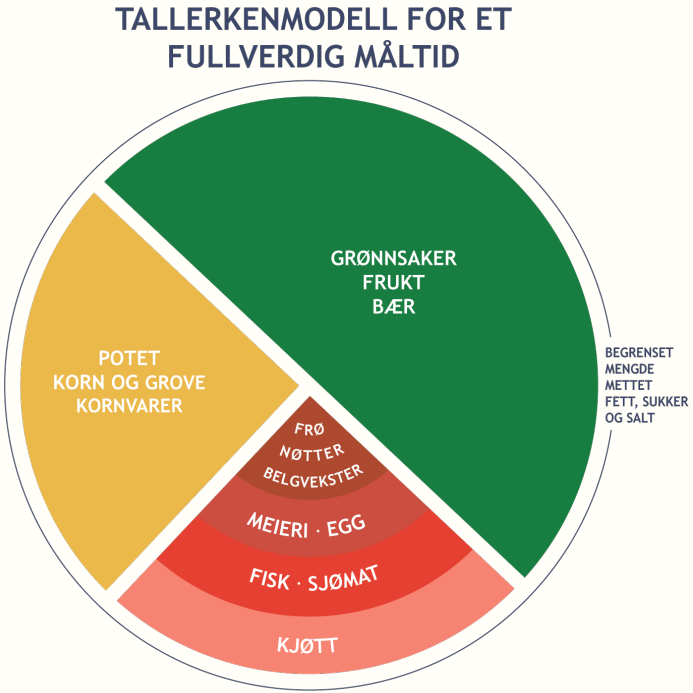
Tallerkenfiguren på denne siden viser hvordan hvert måltid kan settes sammen for å bidra til variasjon.

Potet har sin plass i et variert kosthold. Poteten er en matvare fra planteriket og er derfor en del av matvarene vi skal spise mye av. Sammen med kornet utgjør poteten de karbohydratrike matvarene.

Potet eller grovt korn kan gjerne være en del av alle måltider. Velg de mindre bearbeida variantene og trøndersk selvfølgelig!

Legger du til hyggelige sosiale og fysiske rammer har du alle ingrediensene til et fullverdig hverdagsmåltid.

Vann eller melk er anbefalt drikke i hverdagen.



British Queen

Historie: British Queen er en engelsk potetsort som er kjent fra 1894. British Queen regnes som en av de klassiske potetsortene i britisk mattradisjon, det finnes en liten produksjon i Trøndelag.

Dyrking: British Queen trives best i veldrenert jord, og er relativt hardfør. Sorten er middels tidlig.

Bruk: Poteten har en tørr og melen konsistens, men holder likevel formen godt ved steking. Smaken er lett nøtteaktig, noe som forsterkes ved baking og steking.
British Queen kan være en aktuell sort i nisjemarkeder og lokale gårdssalg, der kvalitet og smak vektlegges.

Fredagspotet

Bytt ut tacolefsa med en bakt potet – og fyll den med de samme gode smakene!

Du trenger ikke bruke store bakepoteter, variasjoner i størrelsen fungerer fint, da finnes alle sin egen.

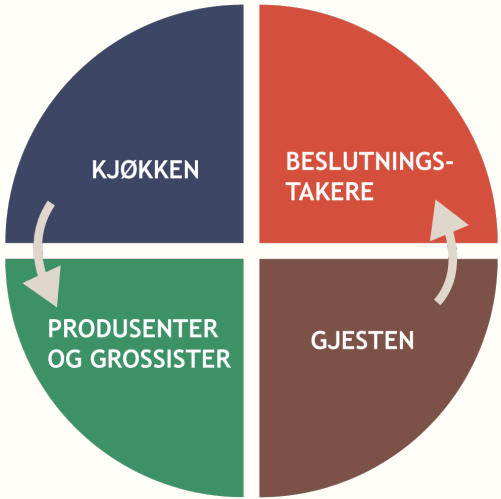
Bruk ferdigkokte eller vasket, rå poteter med skallet på.
Prikk poteten lett med en gaffel, ha på olje, salt og pepper.
Stek i ovnen til den er gyllen utvendig og mør inni.

Lag en splitt i poteten og legg inn en klikk med smør. Server med det du selv liker på fredagstacoen.



Matsystemene er komplekse – fra jord til bord er det mange målgrupper

Vi må jobbe parallelt med alle målgruppene for å lykkes – endringer i en del alene er ikke nok.



Kjøkken trenger handlingsrom fra beslutningstakere.

Beslutningstakere må sette mål og gi mandat til endring

Produsenter trenger kjøkken som etterspør lokal mat

Gjesten påvirker kjøkkenets valg gjennom etterspørsel

Nansen

Historie: Nansen er en ny norsk sort, som ble godkjent i 2018. Den er utviklet spesielt med tanke på norske dyrkingsforhold.

Dyrking: Nansen er en halvsein, rød matpotet, som modner litt tidligere enn Asterix. Sorten er lite utsatt for sykdom og godt egnet til økologisk dyrking.

Bruk: Nansen har en mild smak og den er kokefast, noe som gjør den allsidig i matlaging. Poteten beholder formen godt etter koking. Den har god lagringsevne.

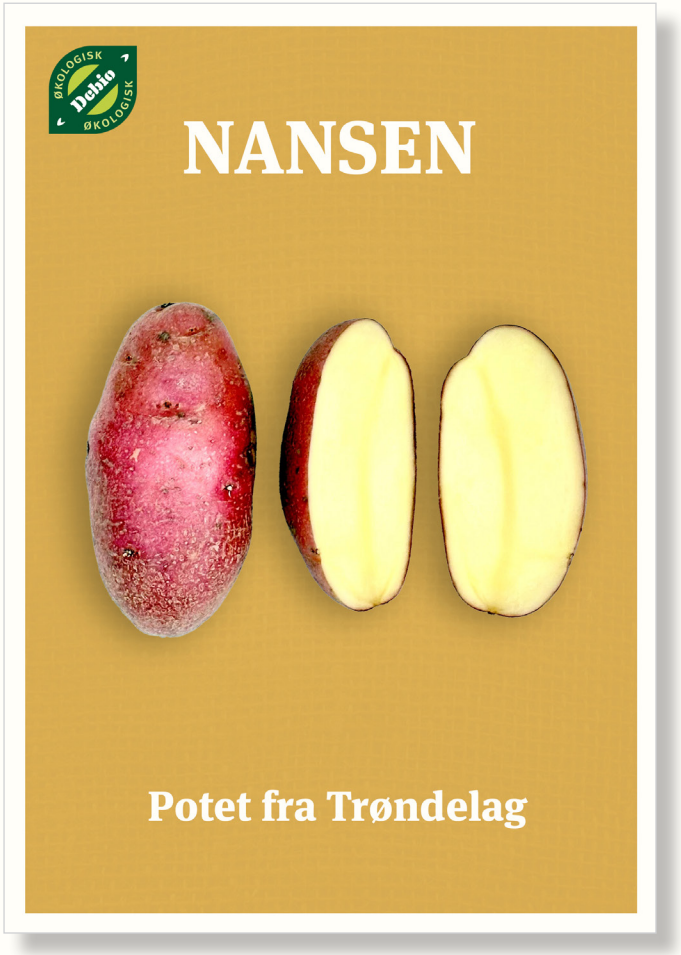
Bakt potet

Bakt potet er en allsidig rett som kan toppes med det du selv liker:

Prikk poteten med en gaffel og vend dem i olje, salt og pepper. Bak i ovnen på 220 °C i ca. 45 min, til de er myke inni og sprø utenpå.

Legg poteten på tallerken og skjær et kryss i midten, gi poteten et lite trykk fra hver side.

Fyll opp med de godeste ting: Råkost og rømme/ stekt grønnkål med hvitløk og revet ost/ stekt sopp og soyastekt løk/ertemos med sylta rødløk/ mais og bacon/alioli og tomatsalsa.



Anouk

Historie: Anouk er en ny Nederlandsk potetsort, som en forventer økt dyrking av i Trøndelag.

Dyrking: Sorten er en halvtidlig gul matpotet som er godt egnet for småpotetdyrking. Knollene er runde og avlinspotensialet er stort. Sorten har god ressistens mot tørråte og passer godt til økologisk dyrking. Den har god lagringsevne.

Bruk: Anouk har delikatessekarakter og et bredt bruksområde. Den er egnet til koking, sous vide, fritering, småpotet og som ferskpotet.

Dill, agurk og reddiksalat med poteter

Det er små variasjoner som skal til for å lage en helt ny type salat:

Knus kokte poteter på et stekebrett og ha på litt olje. Dryss over salt og pepper, og stek i ovnen på 230C til de er sprø.

Lag dressing ved å blande creme fraiche, majones, salt, pepper, dijonsennep, hvitløk, dill og gressløk.

Skjær agurk og reddik i biter og vend inn i dressingen. Skjær potetene i grove biter og server på toppen av salaten.



Beslutningstakere – De som setter retningen

Vi som forvalter offentlige midler på vegne av fellesskapet har et særlig ansvar for å ta valg som gir langsiktig gevinst for samfunnet. Offentlige måltider er ikke bare ernæring – det er politikk i praksis.

Stiklestadplattformen har satt en tydelig ambisjon: Innen 2030 skal 50 % av maten som kjøpes inn av fylkeskommunen ha trøndersk opprinnelse. Dette samsvarer med Trøndersk Matmanifest og nasjonale retningslinjer for mat og måltider i skole, helsevesen, forsvar og andre offentlige institusjoner.

Men beslutningstakere er ikke bare politikere – alle ledere i det offentlige må eie ansvaret som ligger i de politisk vedtatte målene.

Vi skal:
- Bruke innkjøpsmakta som et kraftfullt verktøy for bærekraftig utvikling, regional verdiskaping og styrket matberedskap.
- Prioritere lokal og bærekraftig mat i offentlige anbud og innkjøpsstrategier.
- Styrke det trønderske matsystemet og sikre bedre folkehelse.

Denne satsingen er et politisk valg som gjør det mulig å gå fra mål til handling!

Vi inviterer alle til å være med på å sette mat på den politiske agendaen og vedta egne, konkrete mål for bruk av lokal og bærekraftig mat i sine virksomheter.

Sammen kan vi gjøre offentlige måltider til en drivkraft for en sunnere, mer robust og bærekraftig matregion.

”Jeg elsker poteten! Denne allsidige, sunne og ikke minst gode delen av måltidet. I tillegg bidrar poteten til folkehelse, bærekraft, beredskap, miljø og verdiskaping. Vi dyrker mye potet i Trøndelag – den er til for å nytes.”

– Frank Jenssen, Statsforvalteren i Trøndelag

Uten bonden – ingen potet på tallerkenen

Trøndelag er blant de beste i landet på potetproduksjon og har 12 % av Norges potetareal. Vi har kunnskapen, jorda og klimaet som trengs for å dyrke poteter av høy kvalitet – både til middagstallerkenen og til industrien.

Omfang
Vi har i fylket 175 foretak innen produksjon av potet. Til sammen dyrkes det på omtrent 13 500 dekar i Trøndelag. Av dette blir rundt 50 dekar dyrket økologisk av til sammen 25 produsenter. Avlingene ligger på rundt 3000 kg per dekar, som gir en total produksjon på ca. 40 000 tonn potet.

Geografi
Potet dyrkes i store deler av Trøndelag, med høyest tetthet i kommunene Frosta, Levanger og Overhalla. Oppdal utmerker seg med sin Beskyttede Betegnelse, Fjellmandel. For å bære navnet Fjellmandel fra Oppdal må poteten være dyrket over 400 moh. Det mineralrike jordsmonnet og det kjølige fjellklimaet gir den en særegen smak og konsistens.

Bruksområder
I Trøndelag dyrkes potet både til konsum og industri. Ulike potetsorter har ulike bruksområder – noen egner seg til middagsbruk, andre til bearbeiding. Pakkeriene i fylket klargjør potet for salg ut til forbruker og storkjøkken. Poteter som ikke møter kravene til størrelse, utseende eller kvalitet (såkalt avrens), brukes til produksjon av potetmel, sprit eller dyrefôr.

Industriell foredling
Trøndelag har også et sterkt miljø for videreforedling. På Inderøy produserer Hoff Fabrikker Sundnes potetmel, potet flakes, vegetarprodukter og fryste varer som noisetter, røsti, churros og "potato tots" og på Frosta foredler både Grøntkutteriet og FrostaChips lokale poteter til ferdige produkter.

Økologisk produksjon
Stortinget har et mål om at 10 % av all dyrking skal være økologisk innen 2032. For å øke det økologiske arealet til 10 % av det totale jordbruksarealet er det nødvendig at flere produsenter begynner med økologisk drift, og at vi beholder de produsentene som allerede driver økologisk. Vår satsning er et bidrag til å nå dette målet.

Kerrs Pink

Historie: Kerrs Pink er en gammel skotsk potetsort fra begynnelsen av 1900-tallet. Den kom på den norske sortslista i 1953.

Dyrking: Kerrs Pink har i mange tiår vært hovedsort i norsk potetdyrking pga. kvaliteten, sin gode smak og melenhet. Den dyrkes fortsatt i stor skala i Norge. I Trøndelag dyrkes den i noe mindre skala. Kerrs Pink krever godt drenert dyrkingsjord. Sorten er sein, og den gir middels avling.

Bruk: Kerrs Pink er melen og har en rik, nesten søtlig smak. Den er perfekt til mosing, supper og bakst. Den har god lagringsevne.

Potet- og purresuppe

Suppe er et hjertevarmende måltid som passer ekstra godt på kaldere dager:

Fres purre, hvitløk og kokte poteter i olje. Tilsett 5 dl kraft og 3 dl melk/fløte, og kok i 10 minutter. Ha i 250 g kokte hvite bønner og kjør glatt med stavmikser. Smak til med 2 dl crème fraiche, 1 ss dijonsennep, salt og pepper.

Topp med råkost av rotgrønnsaker, stekt grønnkål, bacon, eller persille med friterte kapers og sitron.
Server med hjembakt brød.



Rutt

Historie: Rutt er en norsk potetsort som ble godkjent i 1982. Dette har vært den vanligste røde tidligsorten, men andre sorter har nå tatt over mye av dette markedet i Trøndelag.

Dyrking: Det dyrkes Rutt i Trøndelag både konvensjonelt og økologisk. Den krever moldrik sandholdig jord som er godt drenert.

Bruk: Rutt har en mild og søt smak. Rutt har det høyeste tørrstoffinnholdet av de tidlige sortene, og den er middels melen. Poteten holder formen under koking og gir en kremet konsistens. Sorten er aktuell i nisjemarkedet.

"Rett i kroppen" – potetmos med topping

Potetmos kan være et fullverdig måltid med en liten tvist:

Kjør 200 g kokte bønner med 5 dl varm melk og 100 g smør til en jevn blanding. Mos 1 kg kokte poteter og spe potetene med melkeblandingen. Smak til med salt, pepper og muskat.

Toppinger: Stekt bacon, revet ost, mais, sprøstekt potetskall, stekt løk, syltet løk, chili, syltede grønnsaker



Innkjøp og anskaffelser – Rigge for riktig innkjøp

Innkjøp er mer enn logistikk og pris – det er et av de viktigste virkemidlene vi har for å skape samfunnsendring.

Når offentlige aktører handler for milliarder hvert år, har det stor betydning hvordan og hva som kjøpes inn. Ved å rigge innkjøpsprosessene riktig, kan vi sørge for at maten som serveres i offentlige kjøkken også bygger beredskap, folkehelse, lokal verdiskaping og bærekraft.

For å få til dette må strategiske mål omsettes til krav i anbud og avtaler. Det krever at innkjøpere kjenner sitt handlingsrom, og bruker det. Anskaffelsesregelverket åpner allerede for miljø- og samfunnshensyn, og terskelverdier, dialog med markedet og innovative anskaffelser gir mange muligheter – hvis de tas i bruk.

Prosjektet "Mer Trøndersk mat i offentlige måltider" vil legge til rette for at det er mulig.

Vi inviterer alle innkjøpere og beslutningstakere til å la seg inspirere og lære av de som allerede har startet, som eksempelvis Trondheim Kommune, Trøndelag Fylkeskommune og Luftforsvaret Ørland Flystasjon.

"I 2025 har vi inngått nye avtaler som legger til rette for utvikling og gir handlingsrom til å inngå flere og mindre avtaler med lokale leverandører.

For å utnytte dette handlingsrommet er det viktig at ansatte har kompetanse om mulighetene som finnes og at disse faktisk benyttes".

– Wenche Øverbø, Innkjøpsrådgiver i Trondheim kommune.

Distribusjon – Tilgang på Trønderske poteter

Grossistleddet er en nøkkelaktør i arbeidet med å få lokal mat inn i offentlige kjøkken.

Som bindeledd mellom produsenter og storkjøkken, har grossistene ansvar for å gjøre lokale råvarer synlige, tilgjengelige og praktisk mulig å bestille i eksisterende innkjøpssystemer.

Gjennom sortiment, logistikk og informasjonsdeling kan de bidra til bedre sporbarhet, sesongtilpasning og enklere valg for offentlige innkjøpere.

Når grossistene prioriterer lokale produkter, løfter de både matsikkerhet, beredskap og lokal verdiskaping. Ikke minst sørge for logistikken som gjør at råvarene faktisk når frem – til rett sted, i rett mengde og til rett tid.

Vi har store distribusjonskanaler som leverer volum og har spesialkompetanse innen storhusholdningsmarkedet.

Det finnes i tillegg mindre aktører som for eksempel gårdsbutikker, potetbuer, REKO-ringen, Bondens Marked og andelssalg. Her kan man få tak i sorter som det ikke er så lett for de store grossistene å kunne tilby på grunn av små volum.

For økologiske potetprodusenter kan en gå inn på Debio sin nettside ”Finn Øko” for å finne godkjente produsenter.

Landbruks- og matdepartementet har gitt ut en egen oppskrift for å inspirere offentlige innkjøpere til å øke andelen mat og drikke som kjøpes inn lokalt. Da må denne maten gjøres tilgjengelig.

«Vi trenger alternative distribusjonskanaler, for jeg tror ikke de store grossistene er rigget for små produsenter. Jeg håper de store grossistene ser at vi små kan møte et behov, og at vi kan utfylle hverandre. Vi i Just Store er veldig glade for at Trondheim Kommune tok sjansen på oss som en liten aktør.»

– Daniel Ballo Lindseth, Just Store

Asterix

Historie: Asterix er utviklet i Nederland og ble godkjent i Norge i 1998. Det er opprinnelig en pommes frites-sort i Nederland.

Dyrking: Asterix er den potetsorten det dyrkes mest av i Trøndelag. Sorten er halvsein, og trives best på moldrik, lett mineraljord. Den har stort avlingspotensiale, høy andel store knoller og et fint skall. Sorten dyrkes også økologisk.

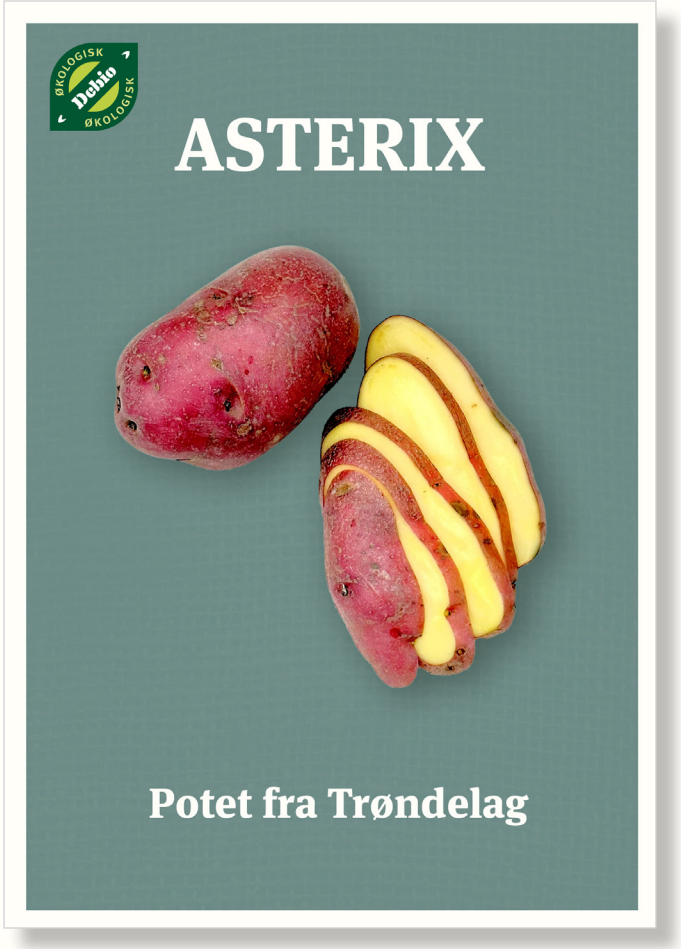
Bruk: Asterix er en mild kokefast potet som passer til det meste. Den er en av de beste til ovnsbaking og fritering fordi den lett får en sprø overflate ved steking. Den er også utmerket for baking, koking, og gryteretter. Den har god lagringsevne.

Pøbelpotet

Trøndernest svar på "dirty fries":

Skjær kokte poteter i staver og ved dem i salt, pepper og litt olje. Stek de i ovnen på 230C til de blir sprø. Dryss over revet ost og stek videre til osten er smeltet.

Topp med hjemmelaget chilimajo og syltet rødløk. Spis det sammen med friske friske grønnsaker for god helse og samvittighet.



Solist

Historie: Solist ble først utviklet i Tyskland, hvor den ble avlet frem med fokus på økologisk og bærekraftig produksjon. I Norge ble sorten godkjent i 2011.

Dyrking: Solist er den tidligpoteten det dyrkes mest av i Trøndelag. Den bør dyrkes i lett jord.

Bruk: Solist har en fast konsistens med en lett krydret smak. Den er svært egnet for potetsalat, da teksturen holder seg godt. Solist er også ypperlig i enkle retter hvor potetens smak får stå i sentrum.

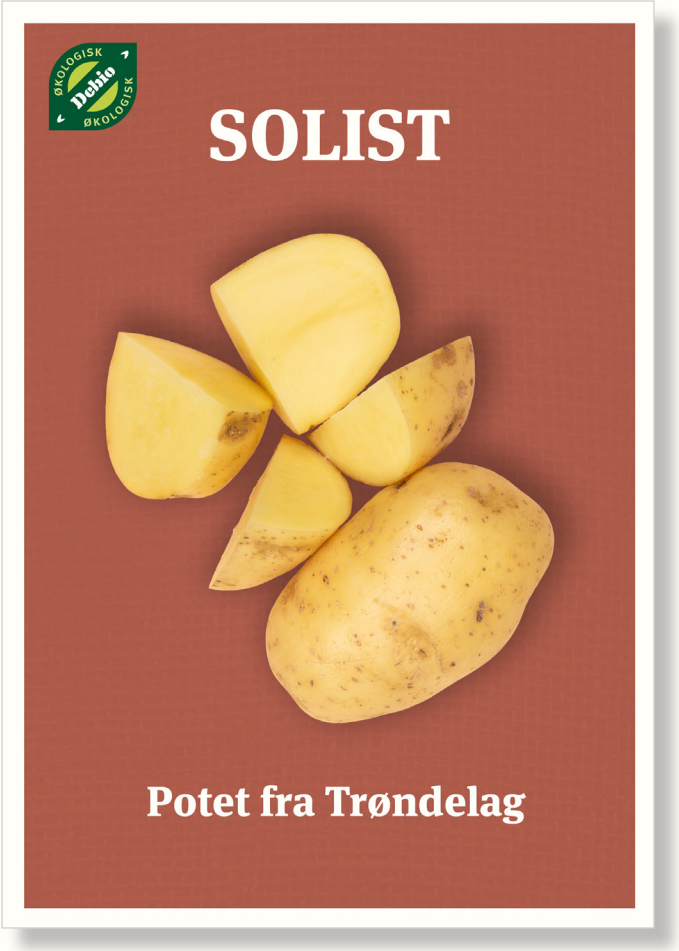
Potetsalat(er)

Med ferdigkokt potet i kjøleskapet kan du lage de deiligste potetsalater. Her er noen smaksvarianter:

1. Stangselleri, purre, kapers og persille
2. Gulrot, rødløk, rød chili og rød paprika
3. Agurk, sylteagurk, fennikel og gresskarkjerner
4. Eple, purre, stangselleri, dill og sild

Dressinger: Rømme og dill/Yoghurt, hvitløk og karri/Klassisk fransk vinaigrette

Inka-versjon: Press en sitron over potetene sammen med olje, salt og pepper.



Fra service til omsorg – kokken i offentlige kjøkken

Bak hvert offentlige måltid står det en fagperson. Kokken omsetter mål og retningslinjer til virkelighet.

Det er kokken som planlegger måltidene, tar hensyn til ulike behov, får råvarene til å strekke til – og sørger for at maten som serveres både er næringsrik, bærekraftig og god å spise.

Maten skal passe for mange – små og store, unge og gamle, friske og syke. Den skal følge anbefalingene, være trygg, vekke matlyst og fungere i hverdagen. Når måltidene i tillegg skal baseres på lokale råvarer, gjerne også med økologiske innslag, øker kompleksiteten. Det krever kreativitet og faglig styrke å lage smakfulle, næringsrike og bærekraftige måltider av råvarer som samtidig ivaretar budsjetter og logistikk.

Kokken er en praktisk kunnskapsformidler i livsmestring og en viktig rollemodell i arbeidet med å fremme god folkehelse.

Fra service til omsorg: I offentlige kjøkken handler det ikke alltid om å gi folk det de har lyst på, men det de faktisk trenger. Det innebærer god kommunikasjon og forventningsavklaring mellom virksomhet og spisegjesten.

Det offentlige måltidet er et samfunnsoppdrag og det kan ikke gjennomføres uten faglærte kokker. Hvis ikke vi har ansatte med kompetanse i bearbeiding av råvarer og forståelse for ernæring, matsikkerhet og matglede – hvem skal da ta vare på matkulturen og måltidskvaliteten i velferdssamfunnet?

Men kokken kan ikke stå alene. Hele virksomheten må støtte opp om måltidet som en verdibærer. Politikere, innkjøpere, ledere, rektorer og pårørende må forstå betydningen av kokkens arbeid – og bidra til at målene nås. For kokken kan trylle med råvarer, men det er i fellesskap vi bygger et godt måltidssystem.

”Jeg har ventet på denne jobben fordi jeg som faglært kokk har lenge ønsket å bidra i skolen. En viktig del av barns hverdag, med ansvar for å gi trygg, næringsrik mat som fremmer helse, læring og inkludering”.

– Carmen Beate Møller, Kjøkkensjef SFO på Katten skole.

Hverdagsgjesten – mat for hode, kropp og klode

Myndighetene har tydelige mål for offentlige måltider: bedre folkehelse, lavere miljøbelastning, styrket beredskap og støtte til norsk landbruk. I tillegg skal måltidene skape matglede og gode rammer rundt måltidet.

Likevel ser vi ofte at praksis ikke samsvarer med ambisjonene. Skolekantina selger energidrikk, mens elevene i mat og helse lærer om sunne og bærekraftige valg.

Dette handler ikke bare om økonomi, men også om hvilke matvarer som får oppmerksomhet og plass. Markedsføring former vanene våre – det som synes, selger. Matindustrien bruker identitet som virkemiddel: Når vi kjenner oss igjen i et produkt, blir vi lojale. Kan ikke offentlige måltider gjøre det samme? Skape stolthet og tilhørighet – en felles matidentitet?

Tenk om eleven var stolt av at skolen serverer lokal, næringsrik mat. At bestemor fikk poteter fra Frosta på sykehjemmet og at soldatene visste at råvarene i messa var en del av beredskapsplanen.

Men for å få dette til, må vi fortelle historien bak maten! Vi bruker for lite tid på å forklare hvor råvarene kommer fra og hvorfor de er valgt. Måltidet blir noe som bare skal gjennomføres i en kantine som ofte er anonym og tidsklemma er stram.

Når vi ikke synliggjør maten, antar vi lett at gjestene «bare vil ha» det de kjenner fra reklame og butikk. Men erfaringene viser noe annet: Når gjestene får vite mer om maten og verdiene bak, endres holdningene. Når trønderpoteten serveres med stolthet og god smak, blir den fort en favoritt.

Offentlige måltider handler ikke bare om ernæring og regler – de handler om kultur, omgivelser og fellesskap. De kan fremme integrering, kulturutveksling og sosial utjevning. Måltidet kan være en viktig arena for dannelse og livsmestring – og en inngang til bærekraft i praksis.

For å lykkes, må vi synliggjøre valgene og invitere gjestene inn som aktive deltakere i måltidets fortelling.

Mat er identitet og kultur







Folva

Historie: Folva er en Dansk sort som ble godkjent i Norge i 2000. Selv om den er forholdsvis ny, har den allerede blitt populær i Norge.

Dyrking: Folva er en av de mest dyrkede sortene i Trøndelag. Det er en halvtidlig sort, som gir gode avlinger. Den har en høy motstandsdyktighet mot vanlige potetsykdommer. Den bør dyrkes på lette jordarter.

Bruk: Folva har en mild, god smak, og er veldig allsidig. Den er kokefast, sterk mot mørkfarging og godt egnet for skrelling. Folva egner seg spesielt til potetsalater og ovnsbaking. Den er lite brukt industrielt, men har potensial. Den har god lagringsevne.

Potetbrød

Godt brød er en viktid del av mange måltid, enten med pålegg eller til å ha ved siden av suppe, gryter, m.m.:

Bland sammen 1 kg hvete-, 1 l sammalt mel, 1 l havregryn, 2 ts salt, 1 ts tørrgjær, ca. 6 dl vann og 1 dl olje. Juster konsistensen som tykk grøt og la stå over natta. Vil du bake raskt tar du 50 g gjær og lunkent vann.

Riv 300 g kokt potet og bland inn. Form små brød eller ha i form, etterhev 30 min. Stek på 200 °C til gylne.



Tré piloter – én ambisjon

Luftforsvaret Ørland, Trondheim kommune og Trøndelag fylkeskommune går foran i arbeidet med å styrke bruken av trønderske råvarer i offentlige måltider.

Gjennom disse pilotene skal vi utvikle og teste modeller for hvordan offentlige innkjøp kan bidra til mer lokal mat, styrket beredskap og økt bærekraft.

Satsingen handler om mer enn valg av råvarer – det handler om å bruke det offentlige måltidet som et verktøy for folkehelse, lokal verdiskaping og systemendring. Målet er å finne praktiske løsninger, én råvare av gangen, fra jord til bord.

I oppstarten har vi hatt tett dialog med beslutningstakere, kantineeiere og innkjøpere i pilotene. Sammen setter vi mål og retning for å øke andelen lokal mat, og legger til rette for å følge utviklingen over tid.

Gjennom pilotene ønsker vi å vise at det er mulig – og nødvendig – å gjøre offentlige måltider til en drivkraft for et mer bærekraftig matsystem.

Erfaringene skal deles og gi inspirasjon til andre som ønsker å spise verden bedre.



Cerisa

Historie: Cerisa er en Nederlandsk sort, som ble godkjent i Norge i 2023. Med Cerisa tok norske potetprodusenter opp kampen mot importerte gourmet poteter.

Dyrking: Sorten er halvtidlig og egnet for høsting fra sensommeren. Den har relativt høy avkastning og er kjent for stabilitet i produksjonen, noe som er verdifullt for både små og store potetprodusenter. Cerisa bør dyrkes på litt tyngre jord.

Bruk: Cerisa er en delikatessepotet, som har en lett nøtteaktig smak. Den er liten i størrelse, har fast konsistens og kort koketid. Poteten er allsidig og kan kokes, steikes, bakes og saltes. Sorten har god lagringsevne.

Stekte poteter med aioli

En enkel måte å løfte kokte poteter:

Skjær 500 g kokte poteter med skall i ønsket fasong. Vend de i olje, salt og pepper og stek de sprø i ovnen på 230C.

Aioli: 1 egg, 2 fedd hvitløk, 1 ss dijonsennep, 1 ss sitron/eddik, salt, pepper, 3 dl solsikkeolje, 2 dl olivenolje. Ha alt i en smal beholder, olje til slutt. Kjør stavmikseren fra bunnen og opp til det tykner. Smak til. Juster med litt kaldt vann om den blir for tykk.



Luftforsvaret Ørland

Forsvaret på Ørland er en av tre piloter i arbeidet med å utvikle en ny standard for offentlige måltider – med fokus på lokalmat, beredskap og bærekraft.

Målet er å bruke mer av den maten som faktisk produseres lokalt, og samtidig styrke matsikkerheten.

Ørland ligger midt i matfatet, men dagens innkjøpssystem gjør det krevende å handle lokalt. Gjennom pilotprosjektet tester Forsvaret hvordan de kan bruke og på sikt øke handlingsrommet i sine avtaler.

Et robust matsystem forutsetter lokal produksjon og desentraliserte verdikjeder. I en krisesituasjon, når transport og infrastruktur rammes, er lokal matforsyning helt avgjørende.

Her spiller Forsvaret en viktig rolle – ikke bare som matserverende institusjon, men som en aktør med mulighet til å styrke hele verdikjeden fra bonde til bord.

”Ambisjonen om å bruke mer lokal mat for å styrke beredskap og bærekraft er som musikk i mine ører. Det betyr at vi må være fleksible, bruke råvarer i sesong, og lage mat fra bunnen av med det vi har tilgjengelig”.

– Stig Bjørnar Mandal, kjøkkensjef Luftforsvaret Ørland.

¨Måltidene i Forsvaret er langt mer enn ernæring. De skaper fellesskap og god korpsånd, og bidrar dermed direkte til økt stridsevne og beredskap. God og sunn mat gir gode soldater!”

– Oberstløytnant Tom Christiansen, NK/Stabsjef 132 Luftving.

Beate

Historie: Beate er utviklet i Norge, for det nordiske klimaet. Sorten ble introdusert på 1960-tallet og har vært en av Norges mest brukte potetsorter.

Dyrking: Beate trives best på litt tyngre jord med noe leire og mold. Det er en halvsein sort. Den har god motstand mot sykdommer som tørråte og flatskurv. Det dyrkes noe Beate i Trøndelag.

Bruk: Beate har en mild smak og er middels melen, egnet for både koking, mosing og passer utmerket i gratenger. Den har god lagringsevne. Hovedsaklig en sort for konsum, men brukes også i industri til ferdigpotet og pommes frites.

Stekt potet med ”bearnaise”

Denne potetretten er som en godværssky i solnedgang, og hvis man vender inn kokte hele korn eller noen erter er den et fullverdig måltid i seg selv:

Knus kokte poteter lett i en ildfast form. Krydre med estragon, salt og pepper. Hell over litt melk og legg på smørklatter. Stek på 220 °C i 15–20 minutter.

Tips: Blir enda bedre med litt revet ost.



Trøndelag Fylkeskommune – en matregion med ansvar og mulighet

Trøndelag Fylkeskommune har ambisjoner om å være en drivkraft i utviklingen av et mer bærekraftig og robust matsystem, både som regional utviklingsaktør og som innkjøper.

Med sitt store nettverk av videregående skoler og kantiner har fylkeskommunen et betydelig ansvar for hva som serveres, og et stort potensial til å påvirke matsystemet i riktig retning.

Gjennom pilotprosjektet tar fylkeskommunen grep for å øke bruken av trøndersk mat i egne kjøkken, med mål om å styrke folkehelse, bærekraft, beredskap og lokal verdiskaping.

Et utvalg av skolekantinene blir viktige testmiljø for nye løsninger, kompetanseheving og konkrete endringer i praksis. Her vil kjøkkenpersonalet jobbe med råvarevalg, menyutvikling og kommunikasjon i tett samarbeid med leverandører og prosjektpartnere.

I tillegg deltar fylkeskommunens innkjøpsavdeling aktivt i piloten. De skal blant annet undersøke hvordan det offentlige regelverket kan brukes mer offensivt til å støtte lokale verdikjeder, og hvordan fremtidige anbudsprosesser kan tilpasses for å gi mer handlingsrom og bedre vilkår for lokale innkjøp.

Pilotprosjektet støtter opp under Trøndersk Matmanifest, Verdiskapingsstrategien for Trøndelag og fylkeskommunens vedtatte mål om at minst 50 % av maten som kjøpes inn skal ha trøndersk opprinnelse.

Bestillingen er klar!

¨Trøndelag fylkeskommune har en tydelig målsetting om økt bruk av lokalmat. Når vi satser på gode og sunne måltider, bidrar vi til bedre folkehelse, styrker lokal verdiskaping og løfter fram trønderske råvarer."

–Tomas Iver Hallem, Fylkesordfører i Trøndelag.

Trondheim Kommune

Trondheim kommune har lenge hatt ambisiøse mål for sitt arbeid med mat, noe som tidlig resulterte i en egen matstrategi og en tverrfaglig arbeidsgruppe.

Matstrategien ble vedtatt i 2022 og fokuserer på matglede, helse, og tettere samarbeid mellom matprodusenter, næringsliv, kunnskapsmiljøer og myndigheter for et bærekraftig matsystem.

Et mål kommunen fokuserer på nå er å øke andelen lokalprodusert, bærekraftig og sunn mat i kommunens egne virksomheter, med et spesielt fokus på å redusere klimagassutslipp og støtte regionalt landbruk.

Trondheim kommune har også vedtatt en ny anskaffelsesstrategi. Anskaffelser er et av kommunens viktigste verktøy for å nå egne mål.

Nå tar Trondheim kommune neste steg ved å etablere en felles standard for mat og måltider, med oppstart i SFO. Fem pilotskoler skal teste ut integrering av mer lokal mat og fokusere på økt bærekraft og bedre folkehelse i måltidene. Erfaringene herfra vil danne grunnlaget for fremtidige løsninger i alle SFO-er.

Prosjektet starter med potet, og det er det flere gode grunner til: Poteten er en viktig og tradisjonell matvare i regionen, den har et relativt lavt klimaavtrykk sammenlignet med mange andre karbohydratkilder, og den kan dyrkes lokalt i stor skala. Ved å fremhevepoteten ønsker kommunen å synliggjøre potensialet i lokale råvarer og inspirere til økt bruk av disse.

Trondheim kommune har allerede høyt fokus på lokalprodusert mat, noe kommunens egen pilot om tilgang til lokalprodusert mat og usorterte grønnsaker er et konkret eksempel på. Denne piloten gir kommunen verdifull erfaring med logistikk, samarbeid med lokale produsenter og aksept ved egne kjøkken. Satsingen på prosjektet Mer lokal mat i offentlige kjøkken er derfor en naturlig forlengelse av dette pågående arbeidet.

Potetbua på Trøndersk Matfestival

Potetbua under Trøndersk Matfestival, 31. juli-2. august 2025, ble et levende verksted for samarbeid.

Her møttes produsenter, kokker, byråkrater og politikere – ikke for å snakke om mat, men for å lage, servere og formidle den sammen. Resultatet var kø, utsolgte pøbelpoteter og en helt spesiell energi.

Med Potetbua ville vi vise at hverdagsmat laget med enkle, lokale råvarer kan være både attraktiv og velsmakende, og at offentlige måltider kan feires på samme måte som utsøkte nisjeprodukter.

Potetbua løftet fram lokale råvarer med Pøbelpoteten som symbol.

For Trøndelag handler dette om mer enn pris og innkjøp. Det handler om å skape fellesskap, fremme bærekraft, styrke beredskapen gjennom lokal matproduksjon, og inspirere til rekruttering til matfaget.





Mer lokalmat på offentlige fat i Trøndelag

er et tverrfaglig samarbeidsprosjekt hvor alle som ønsker å jobbe med dette i sine virksomheter skal finne felleskap, inspirasjon og kunnskap i dette samarbeidet.

Grønt kompetansesenter
Mære - Skjetlein

TRONDHEIM KOMMUNE
Tråanten tjïelte

Trøndelag fylkeskommune
Tröndelagen fylhkentjïelte

Matvalget

Statsforvalteren i Trøndelag
Tröndelagen Staatehaaltoje

Økologisk Norge

Oi! Mat & drikke

TRØNDELAG BONDELAG

Bli med i satsningen for mer lokalmat, bærekraft, matglede i offentlige måltider!

Ta kontakt:
Grønt Kompetansesenter,
gunbr@trondelagfylke.no

Mer info her!