

Vil du ha mere POV?

Sætter du pris på os? Støt POVs særlige mix af debat, ekspertanalyser og borgerjournalistik!

25 kr./md. →

50 kr./md. →

100 kr./md. →

pov. INTERNATIONAL
NYE STEMME, SYNSPUNKTER OG JOURNALISTIK - ONLINE HVER DAG - UGBREV HVER FREDAG



VELBEKOMME...

Skræmmekampagne eller madglæde? Det man spiser er man selv

af Monica Krog-Meyer

Publiceret 04/11/2019 i Bøger/Mad

BØGER // ANMELDELSE – Kombinationen stærkt kritisk debatbog om madproduktion og opskrifter kan ikke anbefales. Man mister appetitten, når Lone Landmand fortæller, hvad der ligger til grund for de fleste af de madvarer, vi putter i os. Det er synd for læseren, for meget af det, hun vil fortælle, er god og vigtig viden, når man skal lave mad til sig selv og familien: "I denne bog sås det helt rigtige frø, og du får på en let og appetitlig måde forklaret, hvilke valg man træffer, når man spiser og hvorfor." Nej, for jeg bliver skræmt fra vid og sans, og tør nærmest ikke putte noget som helst ind i min mund.

Nå, lad os tage det fra en ende af:

Lone Landmand, der hedder Vitus til efternavn i andre sammenhænge, fortæller: "Jeg bor på Brandbygegaard sammen med Søren Sørøver, og vi dyrker kun ca. 1/10 af jorden, de resterende 9/10 er udlagt til natur, med skovplantning, en sø, eng og vedvarende græs."

Nana Balle fortalte om deres produktion [her i POV](#) for nylig.

Jeg spiser, altså er jeg en synder

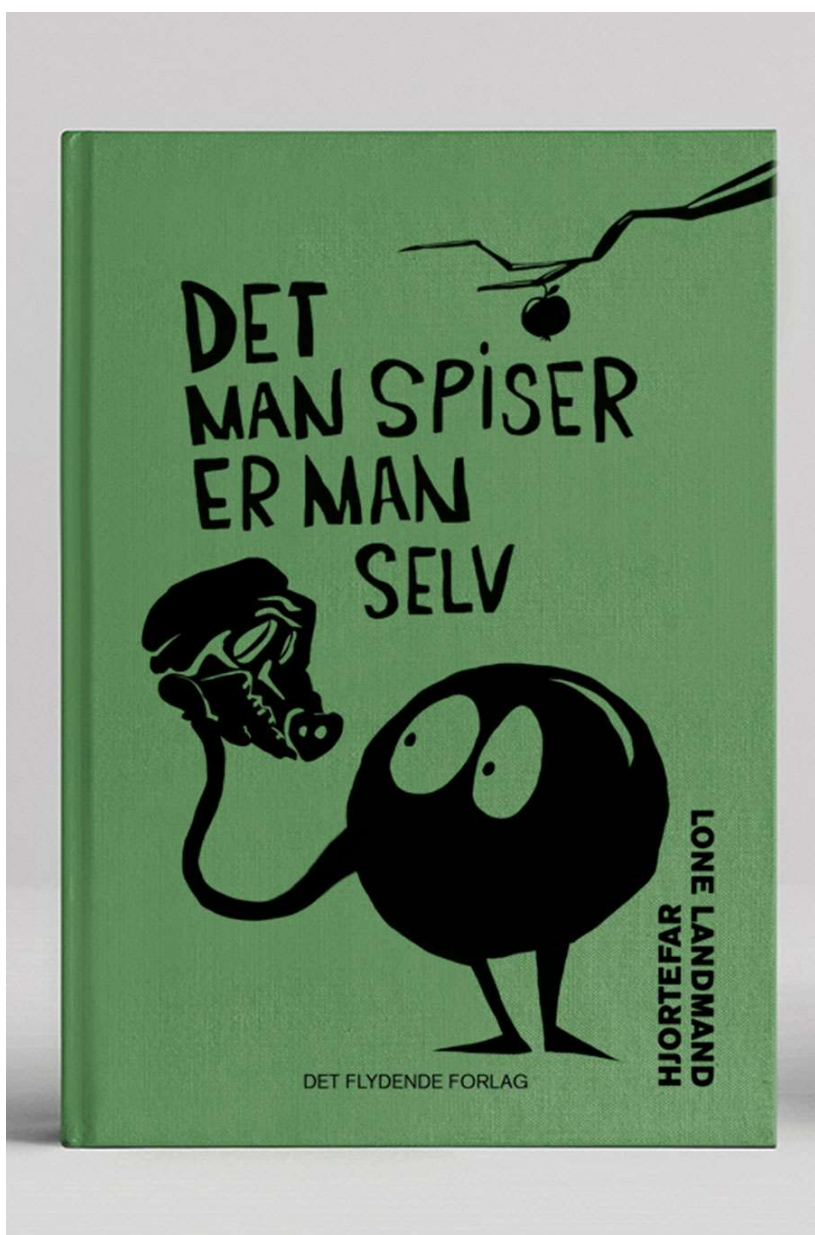
Her får jeg allerede første fornemmelse af 'skyld med skyld på'.

“

Frem for alt savner jeg dokumentation for de
ret vilde påstande

Og jeg er endda en af dem, der både er interesseret i at leve sundt, købe de gode varer i den udstrækning, jeg har råd til det og ikke mindst være med til at sørge for balance i naturen og bæredygtighed i det hele taget.

Men jeg frygter, at ganske mange kaster bogen fra sig og fortvivler.



Bogen hedder *Det man spiser er man selv*, og her er samlet bunker af god og vigtig viden og derefter opskrifter. Lone Landmand har stor indsigt, og hun sparer ikke på krudtet! Man sidder stadig mere og mere uroligt på stolen, mens man læser, for hvad fanden er det, de gør ved mine madvarer?

Når jeg rækker ud efter en pose kartofler hos grønthandleren eller i supermarkedet, så forsøger jeg at købe økologisk dyrkede kartofler, men det lykkes ikke altid. Og først tager forfatteren mig nænsomt i hånden:

Men så går det ellers løs:

"Forbrugerne vil helst ikke have at kartoflerne koger ud. De skal ligge og være pæne i gryden og de må ikke revne eller blive smattede. Desuden må kartoflerne hverken være for store eller for små. Den slags styrer landmanden også med giftstoffer.

Når der er ved at være mange fine knolde under hver plante, sprøjtes alle kartoffelplanterne ihjel med en gift der kaldes et nedvisningsmiddel. Bladene og stænglerne optager giften og sender den rundt i hele planten. Mon ikke den også når de kartofler, forbrugerne senere spiser? Kartoflerne kan graves op omtrent 10 dage efter sidste giftsprøjtning og spises. Med alt hvad de indeholder..."

What? Velbekomme!

Hold dig fra kyllingen

Skulle jeg have lyst til kylling, så forsvinder den lyst sandelig hurtigt:

"Hvis du køber en kylling, har produktionen af den betydet udledning af drivhusgasser til atmosfæren, både i forbindelse med dyrkningen af kyllingens foder, landbrugsmaskinerne, transporten, slagtningen, mere transport og opholdet i supermarkedets køledisk. Hvis du i stedet for kyllingen køber grøntsager, er udledningen af gasserne, som ændrer klimaet, omtrent 90 % mindre pr. kg mad. Dit køb af kylling betyder derfor også noget for klimaet.

Det man spiser, er man selv. Bygget op af. Men du er også med til at påvirke dit landskab, dyrenes liv, naturen, vandet omkring dig og fremtiden, hver gang du vælger noget at spise. Derfor betyder dit valg alverden – du kan gøre en forskel!"

Mavesyren er vigtig for enzymerne - de arbejder bedst, når de er i et surt miljø, men mavesyren dræber også mange bakterier i maden. For at undgå at selve mavesækken bliver østet af syren, udskiller mavesækken hele tiden et slimlag, der beskytter overfladen. Når madsen er halvfordøjet, lukkes den ud gennem mavesporten og videre ned i noget, der hedder tolvfingertarmen. Et underligt navn, men den hedder sådan, fordi længden svarer til bredden af 12 fingre. Det var åbenbart det, der var ved hånden, da den i tidernes morgen skulle navngives.

Tolvfingertarmen er begyndelsen på hele tarmsystemet, og den er også første del af tyndtarmen. Alle tarmene er bygget på en helt særlig måde, der giver dem en stor overflade. Der er en masse folder og fryser og flere bittesmå fryser som udgår fra de større. Jo større overflade, des flere næringsstoffer kan din krop optage. Det svarer til, at en fisker lægger mere i et stort fiskegarn end i et lille kommeskældende.

I tolvfingertarmen dannes noget slim som neutraliserer al syren, ellers ville der gå hul på tarmene, for mavesyren kan ødelægge cellerne. En kanal fra leveren og galdeblæren sender et stof, som kaldes galde ind i tarmen. Galden hjælper til med at nedbryde fedtstoffer i madsen. En forbindelse fra bugspytkirtlen sender hormonet insulin og en hær af effektive enzymer ind i tarmen, og enzymene går straks i gang med at klippe madsens bestanddele - proteiner, fedt og kulhydrater - i bittesmå stykker. Fra tolvfingertarmen flyttes madsen videre til resten af tyndtarmen. Det forholdsvis tynde rør har en imponerende overflade, som gør, at næringsstofferne kan optages og ikke går til spilde. De nedbrudte stoffer passerer cellerne i tarmvæggen og sendes ud i blodet, så de kan komme omkring i hele kroppen og blive bygget ind i cellerne, hvor det er nødvendigt. I tyndtarmen er der desuden mange betydningsfulde bakterier, og de er med til at sørge for, at du kan optage vitaminerne i madsen. Vær glad for dine tarmbakterier, de er dine venner.

Tyndtarmens indhold skubbes over i et nyt stykke tarm, der kaldes tyktarmen. I tyktarmen skilles vandet fra, det siver gennem tarmvæggen og videre ud i blodbanen. På den måde kommer indholdet i tarmen til at udgøre en fast masse.

Den består af nogle ufordøjelige reststoffer og millioner af tarmbakterier. Massen kaldes afføring og udskilles gennem endetarmsåbningen. Der har du også en muskel, så du selv kan styre, hvornår det skal væk. Ligesom blodet fører næringsstofferne.



FIN BESKRIVELSE AF, HVAD DER SKER I KROPPEN. GOD ANSKUELSEUNDERVISNING. ILLUSTRATION HJORTEFAR.

Nu bliver jeg for alvor bekymret. For hvis unge mennesker får læst denne bog, der er meget stålsat på, at konventionelt landbrug er skadeligt for mennesker, dyr og natur, modsat det økologiske, så kunne Lone Landmand nemt være årsag til udbredt spisevægring. Man vil stort set ikke kunne spise noget, man ikke selv har lavet.

Hvad gør barnet med en Brandbygegaard-opdragelse til en børnefødselsdag, hvor traktamentet formentlig vil få dumpekarakter og karakteriseres som forgiftende, farligt og forkasteligt?

Der er ingen mellemveje, og der er ingen glæde over, at dansk fødevareproduktion formentlig er i den bedre ende, sammenlignet med hvad der foregår i andre lande.

Frem for alt savner jeg dokumentation for de ret vilde påstande.

Tag fx dyrkning af hvidt sukker. Der er ifølge teksten masser af gift, når sukkeret starter sin vækst som roe, og i den grad også efter høst:

"Den udvundne sukkersaft renses med læsket kalk, og der tilsættes en svovlforbindelse for at hindre sukkeret i at blive mørkt. Til sidst udkrystalliseres og centrifugeres sukkeret, og det er klar til salg som almindeligt hvidt sukker."

Løgens Danmark er der efterhånden mistænkt et antal af samfundskritiker, så den der er kære, men folk har travlt, hamsterhjulet ruller og madlavning skal være nem. Folk orker ikke eller gider ikke lave mad selv. Take-away er vanvittig populært og især i byerne er mulighederne mange. Forarbejdet mad modsat gode råvarer. Alt det modsatte af, hvad denne bog vil inspirere til.

Så ros for initiativet:

"I den vestlige verden, som i Danmark, har udviklingen medført, at vi har mistet forbindelsen til landet, til jorden og hele den mangfoldighed af herligheder, vi kan putte i munden for at stille sulten. Vi må tage fornøjelsen ved at lave vores mad tilbage, for den har vi nemlig ret til!"

Men jeg synes måske ikke hun lykkes med det projekt. Jeg er i tvivl, om hun får ret mange med, for barometerstanden er på lav. Der er ikke mange formildende omstændigheder. Der er lagt lidt for meget op til sort-hvide betragtninger, mest sorte.

"Vi må tage fornøjelsen ved at lave vores mad tilbage", skriver hun, men spænder i den grad ben for netop det.

Tanken med bogen, formoder jeg, er at inspirere til madglæde med baggrund i viden. Men hvis man vil inspirere til at lave lækker mad, til at udfolde sig kulinarisk og åbne for madglæden, så er det ikke i samme sætning, man skal udpensle dyremishandling, skader på kroppen og misbrug af naturen.

Man mister appetitten, gør man.

Men opskrifterne så?

Læseren skal igennem 200 sider om fødevareproduktionens mange faldgruber og svinestreger, før den første opskrift dukker op: "Salat med bagte radiser"!!!! Jeg elsker radiser, men den opskrift er svær at skabe kæmpe begejstring for.

Nå, tilbage på sporet. Bogen er let at læse, der er herlig layout, med små faktabokse: Når det handler om livet på gården, er der to gummistøvler; når det er korte oplysninger, er det et åbent øje. De farverige, muntre illustrationer i en blanding af tegninger, klip og talebobler kan vi takke Hjortefar (??) for.

Og ja, det er vigtigt at opfordre folk til at tænke over, hvad de propper i deres krop, at kroppens tilstand afhænger af det. At 'man skal være politimand overfor sin krop', som der står.

Jeg forventede mig så en svada mod kødspiserne, men den er der meget overraskende ikke: Hvis dyrene har haft det godt og aflives på en måde, så de ikke lider, er det ok at spise kød, men i små mængder.

Forfatterens mand, Søren Sørøver (??), spiser kun dyr, han selv har slået ihjel! Meget reelt, meget ædelt. Der er dog ikke kød i nogle af opskrifterne. Det er ren vegetarmad.

Man sidder som almindelig forbruger, og tænker: Er det virkelig så slemt? Det kan da ikke passe, at det står så skralt til? Er myndighederne helt inficeret af det værste, man hører om Landbrug og Fødevarer?

Forfatterens ord buldrer i hovedet:

"Det er din krop – ikke dine forældres, statens eller medicinalindustriens.

Din alene, og den skal rumme din tilværelse hele livet, så hvad kan være vigtigere, end at passe på den. Med ordentlig mad. Man tanker ikke spildevand på en motor, og regner med at bilen kører godt. Hvorfor så fylde affaldsprodukter i en menneskekrop?"

Man bliver næsten helt skræmt ved tanken om, at man selv har ansvaret, og føler sig lidt som Palle alene i verden.

Det er vel ikke meningen.

Du kan følge med i livet på gården, også dyrenes, på siden www.lonelandmand.dk eller søg på Lone Landmand på Instagram eller facebook

Bogen udkom 3. november

Det Flydende Forlag

Pris 349 kr

TAGS:

BRANDBYGEGAARD

FØDEVARER

HJORTEFAR

HVIDT SUKKER

KARTOFLER

KYLLING

LONE LANDMAND

ØKOLOGISKE LANDBRUG

SØREN SØRØVER

DU KAN MÅSKE OGSÅ VÆRE INTERESSERET I
FØLGENDE:

25/10/2019

**Sørøverne,
samfundet,
svampelasagnen
og det sofaløse
hjem**MADKLUMME // ØKOLOGI –
De ejer ikke en sofa. For hvad
pokker skal man bruge den

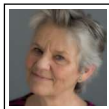
02/07/2019

**Jagten på bedre
fødevarer er sat
ind**POV BUSINESS // FØDEVARER
– Novo Nordisk Fonden har
bevilget 203 mio. kr. til et
internationalt

25/06/2019

**Økomuslinger er
klar til at indtage
danskernes
middagsborde**POV BUSINESS // FØDEVARER
– Længere høstsæson, stabil
produktion og samarbejde med
detailhandelen skal øge
danskernes

MONICA KROG-MEYER · SENESTE ARTIKLER



Monica Krog-Meyer, tidl. radiovært, nu skribent, pensionist og mormor. Født 1950, programmerarbejder og studievært. Har taget turen fra P3, via P4 og til P5. Jeg skrev i 2010 "Plus-alderen - vi bliver jo bare ved!", der medfører mange muntre foredrag rundt i Danmark.



MEST LÆSTE

**Vi har vidst det i mange år:
Tidspres smadrer
medarbejdernes
nervesystem**af Thomas Milsted | posted on December 3, 2019 | under
Arbejdsmarked, POV Business**Kvinden på bænken er
nogens mor - Maries
historie**af Mai Trosborg Rasmussen | posted on November 30,
2019 | under Essays, Liv & Mennesker