

# Sérstaða skyr

Með stolti kynnum við skyríð fyrir erlendum gestum sem séríslenska sérstaka vöru sem allir verða að smakka. En er skyríð á einhvern hátt sérstakt? Sambærilegar mjólkurafurðir má finna í mörgum öðrum löndum t.a.m. kvarg (quark, tvarog, topfen) sem er framleitt víða í mið- og austur Evrópu og labneh frá Mið-Austurlöndum og Balkanskaga. Það sem aðgreinir vörurnar hverja frá annari er fyrst og fremst staðbundin örveruflóra, handtök og hráefni en framleiðsluáferðin er að mestu sú sama.

Sem íslensk vara er skyríð vissulega sérstakt því það er ein af fátum vörum sem við getum sannarlega kallað íslenska. Skyrgerð hefur verið stunduð hér frá landnámi, eins og fornsögurnar bera með sér, í meira í 1000 ár! Skyr er íslenski osturinn sem náði að lifa af harðindi sérmiðaldra, líklega vegna þess að það var mun drýgra en annar ostur. Skyrgerð var mjög algeng fram á 20. öldina og fór fram á flestum sveitahúsum til eigin nota. Á sama tíma og framleiðsla skyr í mjólkurbúum hefur stóruvaxt hefur hins vegar dregið úr skyrgerð heimavíð og nú er svo komið að fáir gera skyr að staðaldri.

Skyrgerðin og þar með skyríð hefur þó breyst í tímann. Líklega hefur skyríð á landnámsöld verið bæði súrara og þynnra. Það er þó ekki vítað með vissu hversu ólíkt það var nútímaskyr. Skyríð hefur einnig líklega alltaf verið breytilegt frá einum bæ til annars í gegnum tíðina. Ástæðuna má finna í skyrgerðinni sjálfri. Hefðbundnið skyr felur í sér hitun og síðan kælingu á mjólk,

notkun á skyrþétti (eldra skyr), ostahleypni og síun í gegnum grísur. Bragð, áferð og geymsluþol skyrins ræðst að miklu leyti af því hvers konar örverugröður verður ríkjandi í mjólkinni þegar hún hleypur. Örveruflóra sjálfar mjólkurinnar, samsetning skyrþéttisins og umhverfisástæður við hleypinguna (svo sem hitastig, mengun úr umhverfi, o.fl.) ráða hver þessi örverugröður verður. Upprunaleg samsetning mjólkurinnar hefur einnig mikil áhrif á eiginleika skyrins, sem og hitun, kælingu og aðferðir við síun.

Eiginleikar skyr hafa því ávallt verið háðir hráefni, aðstæðum og aðferðum og því mismunandi eftir heimilum og mjólkurbúum, jafnvel verið breytileg frá einum tíma til annars því örverugröðurinn hefur ekki alltaf verið nákvæmlega eins. Skyríð, einkum skyrþéttirinn, hefur því líklega verið einkennandi fyrir hvern framleiðanda. Í sumum tegundum af iðnaðarskyri er hinsvegar notaðir nýir hreinræktaðir gerlar fyrir hverja lögun til að tryggja að skyríð sé alltaf eins og þar með er dregið úr fjölbreytileika örveruflórunnar. Rannsóknir á heimagerðu- og iðnaðarskyri hafa staðfest þetta og gefur það tilefni til þess að ætla að hver framleiðandi geti þróað skyr með sérstakt bragð og áferð án þess að vikja frá hefðbundnum aðferðum við skyrgerð og þannig skapað sér sérstöðu á markaði.

Í kjölfar tæknipróunar við framleiðslu iðnaðarskyrs undanfarna ára-tugi og aukins áhuga á framleiðslu og markaðssetningu erlendis, hefur verið



Þóra Valsdóttir.

rætt um hvort verndun á hefðbundnu skyri sé orðin tímabær. Skyr er almennt heiti og skilgreining á því er tiltölulega víð í reglugerð. Verndun á heitinu sem slíku er því erfið umfangs. Sérstaða skyr byður hinsvegar upp á tækifæri á mörkuðum sem leggja áherslu á hefðir, mynd, uppruna og/eða svæðisbundna framleiðslu. Slík skírskotun hefur verið mikilvæg í markaðssetningu á t.d. Champagne og vörum kenndum við Parma. Viðurkenning eða vottun á uppruna og sérstöðu er m.a. veitt af Evrópusambandinu og af Slow Food samtökunum. Nú er einmitt í gangi



Skyrgerð hefur verið stunduð hér á landi frá landnámi. Ljósmyndari Sesselja María Sveinsdóttir.

vinna innan Slow Food á Íslandi við að fá viðurkenningu samtakanna á hefðbundnu íslensku skyri. Slík vottun mun þó líklega fyrst og fremst styðja við markaðssetningu á hefðbundnu skyri og aðgreina það frá því sem er „iðnaðarframleitt“ í dag á Íslandi og erlendis. Vottunin gæti hinsvegar orðið grunnur að opinberri vottun Evrópusambandsins eða samþæftra stofnana á íslensku skyri í framtíðinni. Hvernig þau mál þróast áfram verður þó að miklu leyti háð því hvaða stefnu framleiðendur og aðrir hagsmunaaðilar á Íslandi vilja taka.

Í hinu stóra samhengi felst sérstaða íslenska skyrins því að mestu leyti í menningararfleifðinni, sögunni og hefðinni, sem er líklega eitt sterkasta vopnið í markaðssetningu á iðnaðarskyri erlendis í dag. Hver framleiðandi getur hinsvegar skapað sér sérstöðu í bragði, útliti og áferð skyrins út frá staðbundnum áhrifum umhverfis á vöruna. Á þann hátt getur opnast fyrir flóru af ólíkum, sérstæðum skyrgerðum víðs vegar um landið, sem upplifun væri að smakka.

Höfundur: Þóra Valsdóttir, matvælfraeðingur hjá Matis.

## Breytingar á ávaxta- og grænmetisneyslu 11 ára íslenskra barna 2003 og 2009

Þrátt fyrir sterkar vísbendingar um heilsufarslegan ávinning af aukinni ávaxta- og grænmetisneyslu hafa rannsóknir endurtekið sýnt að neysla

íslenskra skólaborna er alltof lítil. Undanfarin ár hefur þó mikil áhersla verið lögð á að auka ávaxta- og grænmetisneyslu íslenskra skólaborna. Í rannsókn, sem framkvæmd var af Rannsóknarstofu í næringarfræði, var ávaxta- og grænmetisneysla 11 ára skólaborna á höfuðborgarsvæðinu árin 2003 (n=577) og 2009 (n=699) borin saman.

Jákvæð þróun varð á ávaxta- og grænmetisneyslu frá árinu 2003 til ársins 2009 þar sem heildarneysla ávaxta og grænmetis jókst úr 141 g/dag árið 2003 í 211 g/dag árið 2009. Mest var aukningin í ávaxtaneyslu sem útskýrir 84% af heildaraukningunni. Þessi breyting var mest áberandi á skólatíma sem útskýrir 63% af heildaraukningunni.

Ákveðnir þættir sem mögulega ákvarða neyslumynstur barnanna, svo sem aðgengi, jákvætt viðhorf og þekking á ráðleggingum mældust hærrí 2009 en 2003. Þessi aukning var sérstaklega áberandi í skólaumhverfinu. Þessar jákvæðu breytingar milli ára benda til þess að aðgerðir til að auka ávaxta- og grænmetisneyslu í íslenskum grunnskólum hafi skilað árangri. Líklegt er að íhluatanir í skólum, skólamáltíðir, fræðslufni, hvatning undir kjörorðinu „veljum 5 á dag“ og fleiri þættir hafi alltt átt þátt í þessari breytingu.



Hrafnildur Eva Stephensen.

Þrátt fyrir góðan árangur í þessum málum má ekki gleyma að íslensk skólaborn eru ennþá töluvert undir þeim ráðleggingum sem Lýðheilsustöð gefur um ávaxta- og grænmetisneyslu (500 g/d) og því mikilvægt að halda áfram að stuðla að aukinni neyslu á þessum matvælum og þá sérstaklega grænmetisneyslu.

Höfundur: Hrafnildur Eva Stephensen, næringarfræðingur á Rannsóknarstofu í næringarfræði.

www.kjotpol.is

Heill heimur af pylsum!

Kjötþól framleiðir gæðapylsur og skinkur án allra auka- og fylliefna og án MSG. Framleiddar eftir uppskriftum frá öllum heimshornum.

Séiustaðir: Falkon Traffic, Akureyri • Júbi, Reykjanæsbæ • Kaupnaðirinn á borunni, Síumúla 29  
Kjöthöllin, Háaleitisbraut • Kjöthöllin, Skippholti • Kjötöskan, Dalshrauni • Kostur, Dalvegi  
Melabólin, Þín verslun • Mini Market, Drafnarfelli 14 • Mini Market, Reykjanæsbæ • Verslunin Albína, Patreksfríri  
Verslunin Smáallni, Patreksfríri • Verslunin Virkið, Snæfellbæ • Þín verslun, Seljabraut

Pylsu  
meistarinn

Laugalæk

KjötPól

Íslensk framleiðsla úr íslensku hráefni



Mikilvægt er að halda áfram að stuðla að aukinni ávaxta- og grænmetisneyslu.

Ljósmyndari Sesselja María Sveinsdóttir.