

Mat i Norge

Přečtěte si následující texty a vyhledejte si neznámé výrazy.

godt å vite

Frokost

Mange spiser brød med pålegg til frokost. Pålegget er for eksempel ost, skinke, syltetøy, egg eller leverpostei. Mange spiser også havregrøt eller kornblandinger med frukt og melk eller yoghurt. Det er vanlig å drikke jus, melk og kaffe eller te.

Lunsj

Det er ganske vanlig å ha **matpakke** med på jobben eller på skolen. I matpakka er det noen skiver brød med pålegg. Matpakka spiser man til lunsj. Mange har også med frukt – et eple, en banan eller en appelsin. På mange skoler og arbeidsplasser er det **kantine**, og man kan kjøpe smørbrød, varm mat eller salat til lunsj.

Hva spiser en nordmann?

Når spiser en nordmann?

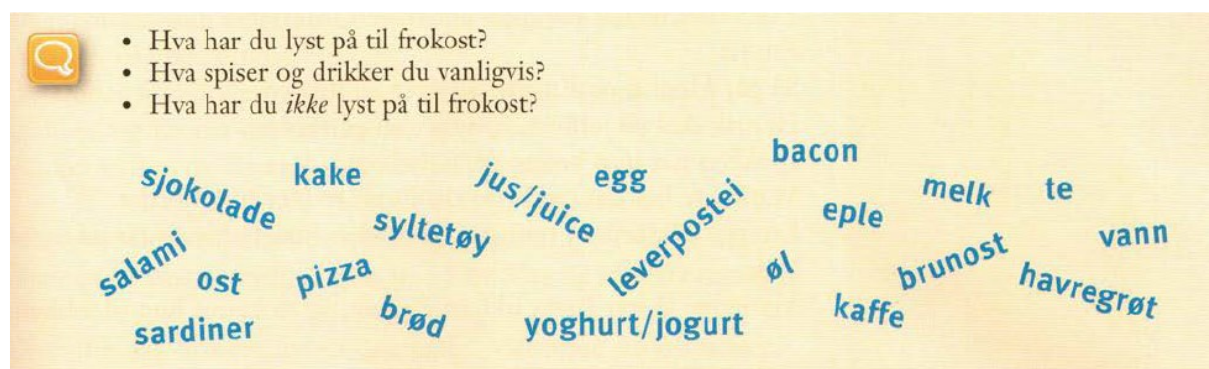
Dette er en vanlig nordmann. Han pleier å spise en god frokost med grovbrød, forskjellig pålegg, kaffe og melk.

I tolvtida spiser han lunsj. Da spiser han også noen skiver grovbrød med forskjellig pålegg og drikker kaffe eller te.

Etter jobben spiser han middag sammen med familien. Han liker kjøttkaker, pølser og fisk. Han spiser ofte poteter og av og til ris eller pasta. Han prøver å spise grønnsaker til middagen hver dag.

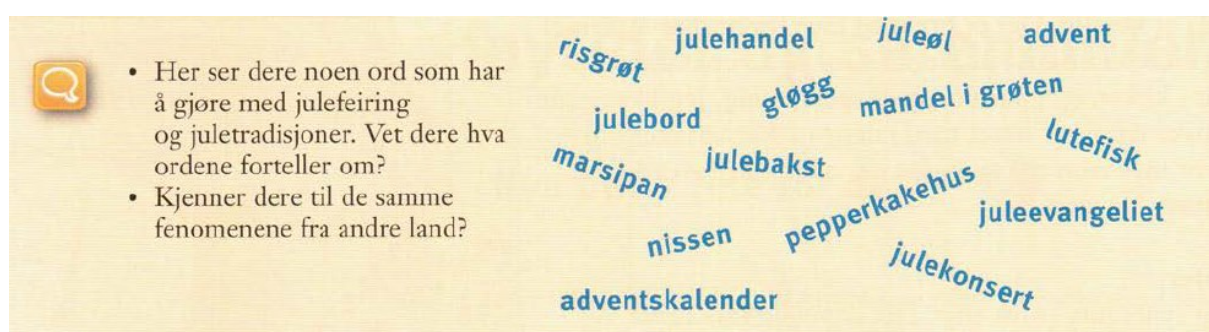
I sjutida drikker han kaffe sammen med kona si eller samboeren sin. De prater og ser på nyheter på TV.

Přeložte si následující slova:



• Hva har du lyst på til frokost?
• Hva spiser og drikker du vanligvis?
• Hva har du *ikke* lyst på til frokost?

sjokolade kake jus/juice egg bacon
salami ost pizza syltetøy leverpostei eple melk te vann
sardiner brød yoghurt/jogurt øl kaffe brunost havregrøt



• Her ser dere noen ord som har å gjøre med julefeiring og juletradisjoner. Vet dere hva ordene forteller om?
• Kjenner dere til de samme fenomenene fra andre land?

risgrøt julehandel juleøl advent
julebord gløgg mandel i grøten
marsipan julebakst lutefisk
nissen pepperkakehus juleevangeliet
adventskalender julekonsert

Nachstejte si krátké odpovědi na následující otázky:

Fortell om tradisjonell festmat i andre land.
Hva spiser dere?
Hva drikker dere?

Přečtěte si následující článek z Aftenposten, vyhledejte si neznámé výrazy a připravte se mluvit na toto téma.

Vi trenger matkasteloven nå!

- Andreas George Halsey (19)

2. september 2021

Bare i Norge kunne all den spiselige maten som kastes, mett over 850.000 mennesker, skriver Andreas George Halsey (19).

Hvorfor snakker vi så lite om matsvinn?

Nå som stortingsvalget nærmer seg, debatteres det mye om hva vi skal gjøre for å håndtere klimakrisen. Men hvorfor snakker vi nesten aldri om hva vi skal gjøre for å redusere det enorme matsvinnet vi har i Norge?

Matsvinn er et av de største miljøproblemene vi har i verden i dag. Globalt kastes mellom [20–50 prosent av all produsert mat](#). Bare i Norge kunne all den spiselige maten som kastes, mett over [850.000 mennesker](#).

Kunne mett flere

Samtidig som vi kaster enorme mengder spiselig mat, [rapporterer Statistisk Sentralbyrå](#) at antall barn i familier med lave inntekter har økt med over 70 prosent siden 2006. Antall barn har kun har økt med 2,7 prosent.

Det betyr at det nå er flere barnefamilier som sliter med å sette mat på bordet. Derfor er det helt nødvendig at vi jobber med å redusere matsvinnet både for miljøet og for dem.

Et av tiltakene vi trenger, er en matkastelov rettet mot dagligvarebransjen og restaurantene. En matkastelov vil innebære at dagligvarebutikker og restauranter, over en viss størrelse, blir pålagt å unngå å kaste spiselig mat.

Dette betyr at den spiselige maten de ikke får solgt, må doneres til matsentraler eller veldedige organisasjoner.

En slik lov har de allerede i Frankrike. Der rapporterte de at matdonasjonene økte med [30 prosent](#) året de innførte den. Det er oppmuntrende tall!

Hvor lenge skal vi vente?

I 2018 vedtok et bredt flertall på Stortinget at regjeringen måtte utarbeide en [matkastelov](#). De fleste er altså enige om at vi trenger en slik lov, men regjeringen har forløpig ikke kommet med noe konkret lovforslag.

For hver uke som går uten matkasteloven, kastes litt over [3500 tonn](#) spiselig mat fra matindustrien og dagligvarebutikkene.

Vi må gjøre mer!

Norge har gjennom FNs bærekraftsmål forpliktet seg til å halvere matsvinnet vårt innen 2030. For å få det til må vi gjøre mer enn i dag.

Gode endringer er blitt gjennomført, som for eksempel at momsen på å donere mat ble fjernet. I tillegg har mange innenfor matindustrien signert en [bransjeavtale](#) om å redusere matsvinnet deres i tråd med FNs bærekraftsmål.

Dette er helt fantastisk, men problemet er at det er frivillig å være med på avtalen. Vi har fortsatt en lang vei å gå med å redusere matsvinnet. Matkasteloven er derfor helt nødvendig!

Kapasitet til å gi bort

Det viktigste er at de som blir valgt 13. september, får matkasteloven på plass. Men matkasteloven kan ikke fungere uten et godt apparat rundt den.

Her må staten bidra med mer midler for å tilrettelegge for at de som faktisk tar imot overskuddsmat, har kapasitet til å gi den til dem som trenger den.

Matsentralen rapporterer for eksempel at de ofte får mer frukt og grønt enn de klarer å viderefordre. Det ville ha vært en falsk seier om innføringen av matkasteloven resulterte i at matsvinnet ble forflyttet til de veldedige organisasjonene.