



EXAMENSARBETE

Våren 2014

Sektionen för lärande och miljö
Mat- och måltidskunskap

”Äter jag inte stark mat är jag inte riktigt människa”: en pilotstudie om mat- och måltidskultur i förhållande till ”proper meals” för fem singalesiska kvinnor boende i Sverige

”I am not really human if I don’t eat spicy food”: A pilot study on food and food culture in comparison to proper meals for five Sri Lankan women living in Sweden

Författare

Sherine Calloway

Handledare

Karin Höijer

Examinator

Maria Nyberg

Innehållsförteckning

| | |
|---|-----------|
| SAMMANFATTNING | 2 |
| ABSTRACT | 3 |
| FÖRORD | 4 |
| INLEDNING | 5 |
| SYFTE | 5 |
| AVGRÄNSNING | 6 |
| LITTERATURGENOMGÅNG | 6 |
| MATERIAL OCH METOD | 11 |
| ETISKA ÖVERVÄGANDE..... | 14 |
| RESULTAT | 14 |
| DISKUSSION | 22 |
| SLUTSATS | 26 |
| REFERENSER | 27 |
| BILAGA 1. INFORMATION TILL DELTAGARNA..... | 1 |
| BILAGA 2. INTERVJUFRÅGORNA | 2 |

Sammanfattning

En typiskt singalesisk måltid tar lång tid att göra, den ska bestå av flera smårätter och gärna med kryddor från hemlandet. Har den kulturella måltidssynen hos de singalesiska kvinnorna förändrats, förstärkts eller påverkats av att vara i ett annat land och i så fall varför? Är det fortfarande den singalesiska husmanskosten som anses vara ett ”proper meal”? Syftet är att undersöka fem singalesiska kvinnors egna uppfattningar om ämnet ”proper meal” från ett singalesiskt perspektiv och undersöka om deras uppfattning har förändrats under tiden de bott i Sverige. Studien är kvalitativ och för att undersöka hur singalesiska kvinnor uppfattade och tänkte kring dessa frågor har en pilotfokusgrupp samt en skarp fokusgrupp skulle utgjort metoden för datainsamling.

En lunch eller middag ska enligt denna studie vara singalesisk och därigenom bestå av en kött- eller fiskrätt, serveras med ris och två till tre grönsaker som tillbehör för att den ska vara en riktig måltid både till vardagar och helger. Kopplingen till ”proper meals” kan göras från ett singalesiskt perspektiv för vardags-, helg- och även festmåltider. Det framstod också hur matlagningen var förknippad med identiteten och den kulturella tillhörigheten.

Nyckelord: Proper meal, Singalesisk mat, Sri Lanka, Matkultur, Identitet

Abstract

A typical Sinhalese meal takes a long time to cook, the meal is to be accompanied by several dishes and preferably with spices from Sri Lanka. Has the cultural meal mind-set of Sinhala women changed, strengthened or been affected by living in another country and if so, why? Is it still the Sinhalese traditional home cooked meal that is considered a "proper meal"? The purpose is to examine five Sinhalese women's own perceptions about the topic "proper meal" from a Sinhalese perspective and examine if their perceptions have changed over time by them while living in another country. The study is of qualitative nature and to investigate how the Sinhalese women thought about these issues it was determined that interviews in a pilot focus group and a second focus group would be the method of data collection.

A lunch or dinner will according to this study be Sinhalese and consist of a meat or fish dish, served with rice and two to three vegetables as trimmings for it to be a real meal for both weekdays and weekends. The link to the "proper meals" can be made from a Sinhalese perspective for weekdays, weekends and even celebrations. There was an interesting fact that the author did not expect that cooking was associated with the women's identity.

Keywords: Proper meal, Sinhalese food, Sri Lanka, Food culture, Identity

Förord

Den här studien har gjorts som avslutande examensarbete inom ämnet mat och måltidskunskap som är huvudämnet inom Gastronomiprogrammet på högskolan i Kristianstad. Jag vill tacka samtliga deltagare som har tagit tiden för att delta i studien och för att de varit underbart öppna, glada och positiva genom alla förberedelser och intervjuer. Det här arbetet hade inte varit möjligt utan er. Tack även till Sri Lankas ambassad i Stockholm för information kring antalet singaleser boende i Sverige april 2014.

Jag vill även tacka min handledare Karin Höijer för all uppmuntran och stöd hon förmedlat under arbetets gång.

Inledning

Bugge och Almås (2006) tar upp ämnet ”proper meals” som ett ramverk format av sociala och kulturella avtal. Studien undersökte både diskurser gällande måltidsformen och rollen av den som skapade måltiden. Författarens egen anknytning till Sri Lanka sporrade letandet efter liknande studier gjorda för singalesisk matkultur. Studien som hittades gjordes på singaleser och pakistanier i Norge. Denna studie visade förändringstrender där singaleser ökade sin konsumtion av kött, mjölk, smör, margarin och potatis (Wandel et al, 2007).

En typiskt singalesisk måltid tar lång tid att göra, den ska bestå av flera smårätter och gärna med kryddor från hemlandet. Har det kulturella måltidssynen hos de singalesiska kvinnorna förändrats, förstärkts eller påverkats av att vara i ett annat land och i så fall varför? Är det fortfarande den singalesiska husmanskosten som anses vara ett ”proper meal”? Eller kan det vara så att trenden som Wandel et al. (2007) skriver om kan stämma för de kvinnorna om ingår i studien?

Det bor cirka 8000 singaleser i Sverige just nu (Sri Lankas ambassad i Stockholm, 2014-04-03) vilket är ett förhållandevis litet antal. Detta kan dock skapa en nyfikenhet för kulturens mat och traditioner, vilka annars kan vara svåra att få inblick i. Maten påverkar oss alla genom att frambringa minnen av smak, doft, utseende och känslor. Hur äter dessa kvinnor idag och hur ser en riktig måltid ut för dem?

Syfte

Syftet är undersöka fem singalesiska kvinnors egna uppfattningar om ämnet ”proper meal” från ett singalesiskt perspektiv och ta reda på om deras uppfattning har förändrats under tiden de bott i Sverige. Detta ska göras genom att undersöka följande:

- Vad är deras uppfattning om en ”proper meal”?
- Har de ändrat sin föreställning om en ”proper meal” efter att de lämnat sitt hemland?
- Har de anpassat sin singalesiska matkultur till det Svenska?
- Hur pratar de kring maten från sitt hemland?

Avgränsning

Den här studien är en pilotstudie då den är begränsad i omfång och antal deltagare. Studien ger en inblick i singalesisk matkultur hos fem kvinnor som har bott i Sverige i mer än fem år och speglar deras tankar kring mat och måltid från ett singalesiskt perspektiv.

Studien tittar närmare på huvudmålen i form av lunch och middag på vardagar och helger samt fester och mat vid högtider för att jämföra resultaten till koncepten ”proper meal” och ”cooked dinner”.

Namnen på maträtter och beskrivningarna som skrivits om i rapporten kan uppfattas som svårbegripliga för de läsare som inte är bekanta med rätterna och ingredienserna. Det hade underlättat läsaren att ha förkunskaper kring den singalesiska maten och kulturen. Denna rapport har ej gjort en sådan djupdykning utan har fokuserat på deltagarnas berättande, upplevelser och tankar kring deras mat.

De sociala faktorerna har inte utforskats i studiens, fokus har varit på måltidstrukturer och kompositionen av rätter. Resultaten är verifierbara till deltagarna i studiens två fokusgrupper.

Litteraturgenomgång

Cooked dinner och proper meal

Proper meal är ett begrepp och fenomen som studerats inom kostsociologin sedan 1980-talet. Forskare som Murcott (1982) jämför ”cooked dinner” med ”proper meal” genom att definiera dessa begrepp i hennes analys av ”cooked dinner” i en undersökning i södra Wales, England. Murcott beskriver ”cooked dinner” som följande, ”Essentially a cooked dinner is composed of meat, potatoes, at least one additional vegetable, and gravy”. Anne Murcott, 1982, s. 677.

Det ska enligt Murcott (1982) vara helt igenkännbart för alla som vet något om brittisk kost. Dessutom skrivs att frekvensen för intag varierar mellan tre och fyra dagar i veckan och att det förekommer en större ”cooked dinner” om söndagen där det dukas upp större köttbitar och fler grönsaksalternativ. I arbetsklassen förekommer att intaget av ”cooked dinner” sker uteslutande av familjemedlemmarna som äter tillsammans.

Vidare förklarar Murcott (1982) att ”proper meal” kan jämföras med ”cooked dinner” men att ”proper meal” även kan förklaras som hela måltiden där flera rätter inkluderas. Det som fastställer en ”proper meal” förklaras genom att huvudrätten motsvarar en ”cooked dinner”. För att en måltid ska vara ”riktig” eller ”proper” ska den inkludera en ”cooked dinner”. Dessa kan

då likställas under förutsättningarna att de både koncepten motsvarar en tallrik varm mat bestående av kött och tillbehör.

En viktig detalj i kompositionen av måltiden var att kött och grönsaker kunde varieras men att potatisen framgår som en konstant del av vad som anses vara "cooked dinner" eller "proper meal". Att potatisen skulle vara kokt eller rostad var självklar, pommes eller andra varianter ansågs inte tillhöra "cooked dinner" och beskrevs t.o.m. som fusk. Till kött räknades ox, nöt, lamm, gris eller kyckling. Fisk anses inte tillhöra köttkategorin till nämnda koncept utan anses vara något annat än en "cooked dinner".

Slutligen skriver Murcott (1982) om hur metoden av säsframtagningen var viktig för att den skulle anses vara "proper". I denna diskussion framkommer även hur traditionen i könsroller i hemmet kvarstår. Kvinnan som den huvudansvariga för framställning av "cooked dinner" både vardagar och helger. Hon är den som planerar, köper in och tillagar maten i hemmet, mannen kan hjälpa till men det är kvinnan som trots arbete är ansvarig för maten. Murcott skriver även om hur kvinnan planerar maten till stor del med preferenser och smak av de som hon serverar maten till. Att tallriken har en genomarbetad och planerad komposition utifrån kvinnans familj eller de människor som äter maten.

Mäkelä(2001) skriver i om "proper meals" från ett skandinaviskt perspektiv som en komplettering till tidigare forskning. Detta har gjorts genom att titta på den nordiska maten och de strukturer som visades med trender i de fyra nordiska länderna, samhällsklass, ålder och kön. "Proper meals" definierades till en huvudkomponent, en stapelvara och/eller bröd, grönsaker samt tillbehör som alternativ. Resultaten i Mäkeläs studie visar bl.a. att 94% åt minst en "proper meal" om dagen i Sverige, Danmark hade lägst antal där 88% åt minst en "proper meal" om dagen och Norge rankades som det landet som åt flest "proper meals" med 95%. Finland och Sverige var de länder som hade flest deltagare som åt mer än en "proper meal" om dagen.

Könsroller och proper dinner modeller

Fenomenet med specifika uppfattningar kring vad som är riktig mat har i senare studier bland annat studerats i Norge av Bugge och Almås (2006). De skriver om hur måltider formas efter en ritual och inte rutin genom att måltiden innefattar kultur, social- och emotionell potential för kvinnorna som tillagar den. Vidare beskrivs matlagningstrenderna i samhället förlänga syftet från en service till familjen genom att servera en god och näringsrik middag till ett redskap för att framställa sig själv.

Könsrollerna är mer ojämna gällande matlagningen i hemmet. Kvinnorna har en ledande roll medan männen fungerar assisterande eller behjälpligande genom att frigöra tid för kvinnan som möjliggör henne att utföra matlagningen (Bugge och Almås, 2006). Kvinnorna i Bugges och Almås studie 2006 var eniga om att kvinnor som inte lagade mat sågs ner på och att man inte ville bli associerad till den typen av kvinnor. Viktiga faktorer som kvinnornas livscykel, karriär och social status var påverkande faktorer till matlagningstrendera.

Bugge och Almås(2006) kommer fram till tre modeller för ”proper dinner” som baserats på kodning där man sett ett mönster, en standard eller ett ideal i resultatet men det kan också vara baserat på värderingar, att sträva mot eller ta avstånd ifrån.

Den första modellen är den traditionella med mat gjort från grunden enligt tradition. Den trendiga där måltiden består av två rätter med tillbehör som sallad och ibland vin. Slutligen finns den terapeutiska modellen som är mer sund med smalare mat och grönsaker.

Bugge och Almås(2006) lyfter fram att ”proper meal” är något som kvinnorna i studien strävar efter men ofta blir det alternativ till detta då de arbetar själva och vardagen är tidspressad. Det framgår även att kvinnorna accepterar sin roll i köket och att det är just kvinnorna som är representerade medan män och barn har en assisterande roll.

Måltidens struktur

Ännu en utgångspunkt för forskning kring fenomenet med proper meals/riktiga måltider är en studie av Douglas och Nicod (1974). I denna skriver forskarna om hur måltidstrukturen eller ramen för en måltid är bestående trots att det kan förekomma små variationer eller experiment inom den. Måltiden är igenkänningsbar trots modifiering då ramen fungerar som konstant i sammanhanget.

De skriver även att de funnit tre typer av måltider i undersökningen. Huvudmåltiden som intogs på kvällen vid 18 på vardagar och tidigare på helgerna. Den mindre måltiden som intogs senare vid 21 på vardagar och tidigare på helgerna då även huvudmåltiden intogs tidigare. Slutligen lyfter författarna fram en liten måltid som består av ett sötare kex och en varm dryck. Denna måltid intogs vid hemkomst efter arbetet eller innan läggdags på helgerna. Frukost ansågs inte vara en måltid då den inte hade några regelverk utan intogs av vissa och inte av andra.

Douglas och Nicod (1974) beskriver huvudmåltiden som ”proper”, en varm rätt där kött, potatis, grönsaker och sås ingår. Det framgår tydligt att potatis endast tillhörde huvudmåltiden och att den mindre måltiden kunde fungera både som dessert efter huvudmåltiden eller som en liten kvällsmåltid med bröd, kaka samt te eller kaffe.

Strukturen var igenkännbar med Murcott(1982) studie ovan där måltidsfrekvens och trend för vardagar och helger kan liknas de i Douglas och Nicod(1974) artikel. Kompositionen av huvudmåltiden i Douglas och Nicods (1974) studie sammanfaller väl med koncepten ”cooked dinner” (Murcott, 1982) och Bugge och Almås(2006) ”proper meal”.

Mattraditionerna hos sydasiater i Oslo

Wandel et. al. (2007) skriver om hur utlandsföddas matvärderingar och traditioner kan utsättas för prövningar av normer, tillgänglighet och de ekonomiska förutsättningarna de utlandsfödda har i det nya landet. Elder (2002) i Wandel et.al (2007) beskriver hur man i USA har framtagit en modell för att förstå de förändringar som sker i livsmedelsintagen hos olika immigrerade kulturer. Fokus i modellen är på tre alternativa trender. Nämligen, underhållandet av mattraditioner, anpassning till det nya landets mattraditioner och slutligen bi-kulturella matvanor.

Resultatet i Wandel et.al(2007) visar hur immigranter från Sri Lanka och Pakistan anpassat sig till Norska matvanor. Författarna beskriver att singaleser och pakistanier äter tre mål varm mat om dagen. Dessa kan bestå stapelvaran ris och ibland bröd som tillsammans med flera vegetabiliska curryn eller köträtter utgöra en hel måltid. Fisk är vanligt i Sri Lanka medan det är mindre vanligt i Pakistan. Singaleserna som ingick Wandels et. al (2007) studie var av folkslaget tamiler som ursprungligen härstammar från Indien. Studien visar att deltagarna förändrat sina rutiner från tre mål varm mat till en varmrätt om dagen. Endast 10 % av deltagarna fortsatte med traditionen om tre varma måltider om dagen.

Endast 24 % av deltagarna fortsatte med en till dem traditionell kost. 62 % hade en bi-kulturell kostmönster där majoriteten bestod av sin traditionella kost med inslag av kostvanor från Norge. Med detta menas att många av ursprungsrätterna nu kunde ha inslag av mejeriprodukter, alternativa fettkällor och ingredienser som annat eller mer kött och mindre baljväxter som förändring. Endast 2 % av deltagarna hade helt övergått till norska maträtter eller kostvanor. Wandel et.al (2007) lyfter även fram att resultatet påverkas av att informanterna genomgått en transformation av levnadssätt genom att komma från landsbygden till en mer urban livsstil. Livet i Norge innebar ett annat klimat och arbetssätt men medförde även mindre utomhusaktiviteter jämfört med hemlandet som kanske krävde mer fysiskt aktivitet än livet i Norge.

Mattraditioner och ritualer på Sri Lanka

I Sri Lanka förekommer matlagning även inom symboliska ritualer. Till en av dessa tillhör maträtten ”kiribath”, det är en rätt bestående av ris kokt i färsk kokosmjölk tillsammans med lite salt. ”Kiribath” kokas i de flesta hem som en hyllning till framgång, lycka och vid livsförändringar som bröllop och begravningar. Kokos är en viktig råvara för Sri Lanka och används inom flera områden som resulterar i ett beroende och status för folket. Exempelvis använder bönderna kokosnöten som offer till gud vid varje års skörd för att få ett skydd mot bakslag som skadedjur, torrperioder eller översvämning. Bonden hänger upp nöten i ett träd varje år för att försäkra sig att skörden blir skyddad. Ritualen är att bönderna kokar ”kiribath” med det första riset från fältet och med mjölken från den upphängda kokosnöten (Deale, 2013).

Vidare beskriver Deale (2013) hur skörderitualen går till, enligt tradition låter man kokosmjölken koka över som en symbol för att väcka till liv och frambringa välgång och lycka. Ritualen av att koka över kokosmjölken är stark i Sri Lanka och kallas för ”kiriutecreme”.

I städerna utförs ritualen av ”kiriutecreme” som tradition vid det buddistiska nyåret i de flesta singalesiska hem. Med detta har man en stark lök och chili sallad ”cutasambol” och bananer som efterrätt. Skillnader i ritualerna kring ”kiribath” och ”kiriutecreme” är ”kiribath” görs vid högtider eller vid livsförändringar och ”kiriutecreme” utförs vid skördetider och nyår. Nedan finns en bild på hur ”kiribath” ser ut tillsammans med traditionella tillbehör.



(Bildkälla 1: Wikimedia commons, sökord: kiribath, hämtad 2014-03-15)

Bilden nedan visar hur traditionen av ”kiriutecreme” följs av alla, nedan en bild på presidenten Mahinda Rajapaksa och hans fru som firar singalesiskt nyår 2007.



(Bildkälla 2: www.president.gov.lk, hämtad 2014-03-15)

Material och metod

Arbetet påbörjades genom litteraturstudier för att skapa förståelse och hitta kärnfrågorna kring ämnet ”proper meal” och även för att sätta dessa frågor i relation till den singalesiska matkulturen. Koncepten ”proper meal” och ”cooked dinner” användes för att kunna redovisa de måltidstrukturer och uppfattningar som framträdde i studien. För att undersöka hur de singalesiska kvinnorna tänkte kring dessa frågor bestämdes att intervjuer inom en pilotfokusgrupp och en skarp fokusgrupp skulle utgöra metoden för datainsamling till studien. Data från både fokusgrupperna har tagits med och bearbetas i studien, de har behandlats som likvärdiga då de påvisat viktiga resultat genom liknelser vid bearbetning. Deltagarna från de båda fokusgrupperna utgör tillsammans de fem kvinnorna i studien. För att kunna tolka både det som sägs och hur det sägs under fokusgrupperna videospelades intervjuerna. Insamling, kodning och analys har utförts av författaren.

Urval

Författaren utförde ett bekvämlighetsurval för pilotgruppen genom att kontakta två bekanta som författaren kände sedan tidigare. Författaren visste att de kunde vara representativa för studien. Ett snöbollsurval utfördes för den skarpa gruppen genom att författaren kände en av deltagarna men denna kontaktade de andra kvinnorna ingick i studien. Urvalsmetoden kallas

för skarpa gruppen kallas även för kedjeurval (Patton, 2002). Men också Patel & Davidson(2011) beskriver hur man kan göra ett slumpmässigt urval där inte hela populationen kan undersökas.

Snöbollsurvalet gjordes för att få ihop individer som inte författaren kände till sedan tidigare och därmed inte hade en relation eller partiskt förhållande till. Urvalet begränsades till kvinnor då det är mest kvinnor som lagar maten på Sri Lanka, vilket även togs upp i studien.

Datainsamling

Den kvalitativa ansatsen valdes ut då det var informanternas uppfattningar och tankar kring ämnet som skulle tolkas. Den hermeneutiska metoden ansågs vara lämplig, speciellt för analysen där tolkning av det som sägs och hur det sägs undersöktes (Thurén, 2007). Detta bekräftas av Patel & Davidson(2011) där den hermeneutiska metodiken beskrivs som lämplig inom kvalitativa studier där mänsklig verklighet tolkas genom både det talade och skrivna språket. Utifrån detta bestämdes att fokusgrupp skulle skapas och deltagarna skulle få prata om ämnena ”proper meal”, mat i Sverige och Sri lanka samt egen matkultur och betydelsen av denna. Intervjuns struktur bestämdes till semistrukturerad, där ovanstående ämnen skulle ingå men som ändå gav intervjupersonerna frihet att själva utforma svaren (Patel & Davidson, 2011). Se bilaga 2.

Det utfördes två intervjuer, en pilotfokusgrupp och en skarp fokusgrupp. I pilotfokusgruppen intervjuades två singalesiska kvinnor En av kvinnorna i pilotgruppen levde delvis på Sri Lanka, sex månader på Sri Lanka och sex månader i Sverige. Den andra i pilotgruppen var representant för målgruppen, hon har bott i Sverige sen 80-talet och reste regelbundet på semester ner till Sri Lanka. Pilotgruppen användes för att undersöka frågeställningarnas relevans och testa intervjufrågorna inför skarpa fokusgruppens intervju, denna metodik förklaras i Patel & Davidson(2011).

I den skarpa gruppen ingick tre stycken informanter som hade singalesiskt ursprung och hade bott i Sverige i mer än fem år som också var målgruppen i studien. Två av de tre kvinnorna i denna fokusgrupp hade med sig recept på maträtter som de tyckte om. Recepten var en idé som författaren hade, recepten var avsedda för att bidra till datainsamlingen. Recepten togs dock inte med i analysen då dessa var skrivna på singalesiska och författaren hade inte kunnat bearbeta dem själv då hon endast talar språket.

Båda intervjuerna spelades in med hjälp av videokamera med informanternas tillstånd för att underlätta författarens tolkning av både det som sades och hur det sades. Detta gjordes för att få

en komplett bild av det som sades och för att kunna förmedla deltagarnas berättande rättvist vid analysen. Enligt Patel & Davidson(2011) är tal- och skriftspråk olika och information kan misstolkas och förbises vid transkribering. För att underlätta för deltagarna genomfördes pilotgruppens intervju på svenska medan intervjun för den skarpa gruppens utfördes på både svenska och singalesiska.

Båda intervjuerna pågick i cirka 50 min vardera. Pilotintervjun genomfördes hemma hos författaren medan den skarpa fokusgruppen intervjuades hemma hos en av deltagarna. Val av plats, datum och tid för intervjuerna har deltagarna själva fått bestämma för att de ska känna sig bekväma och avslappnade under deltagandet.

Deltagarna

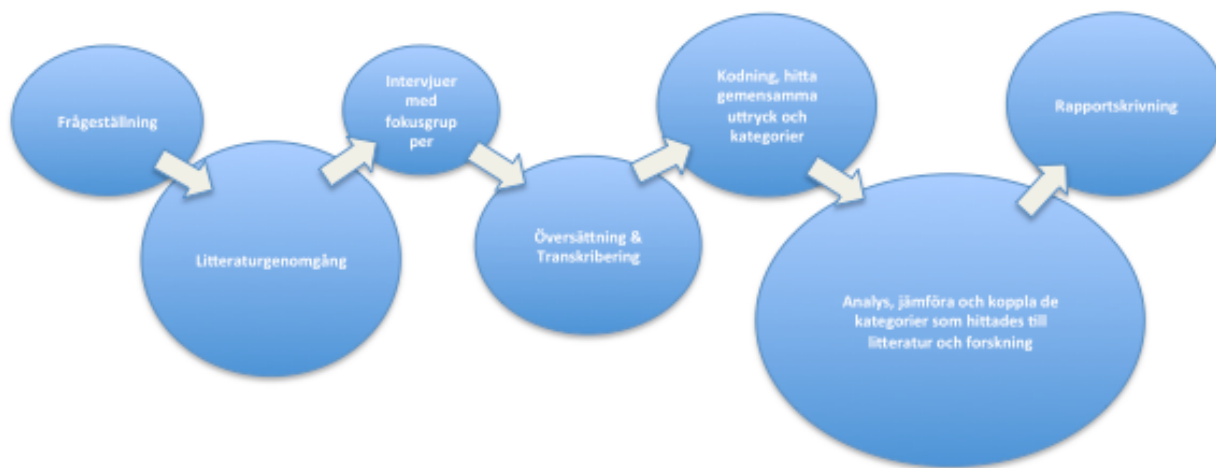
Studiens samtliga deltagare har Sri Lanka som födelse-land och har bott i Sverige i runt 20 år. Dessa kvinnor är i 50-60 års åldern och samtliga är gifta med svenska män eller har varit gifta med en svensk man vid någon tidpunkt. Samtliga deltagare reser med jämna mellanrum till Sri Lanka, några oftare än andra. Senaste resan till Sri Lanka var enligt tre av deltagarna mindre än fem år sedan medan två kvinnor åkte till Sri Lanka varje eller vart annat år. Deltagarna bor på olika orter från södra till mellersta Sverige, två kvinnor arbetade vid tillfället av intervjuerna medan tre av kvinnorna inte gjorde det. Författaren har valt att hålla deltagarna anonyma för att uppmuntra dem till att vara öppna i sina berättelser kring forskningsämnet.

Kvinnorna har fått fiktiva namn enligt nedan.

Kvinna A i pilotgruppen kallas Naslin och kvinna B i pilotgruppen kallas Charitha i rapporten. Naslin och Charitha är syskon och var de första till att bli intervjuade. I den skarpa fokusgruppen har samtliga tre kvinnor fått följande namn i rapporten, kvinna A kallas Fernanda, kvinna B kallas Kusum och kallas kvinna C för Shalini.

Bearbetning och analys

Båda fokusgruppens resultat har tagits med i rapporten och materialet från både intervjuerna transkriberades. Då intervjun i den skarpa gruppen delvis genomfördes på singalesiska har författaren fått översätta det som sades vid transkriberingen. All text har sedan kodats genom att jämföra texten mellan gruppens deltagare men även texten mellan pilotfokusgruppen och den skarpa fokusgruppen. Kodningen har utförts genom att leta efter gemensamma begrepp, beskrivningar och kategorier i transkriberingen. Analys och tolkning har skett genom att hitta liknelser, fenomen eller förklaringar i relevant litteratur.



Figur 1. En beskrivning av arbetsprocessens flöde där storleken på områdena framhäver vilka delar i arbetsprocessen som varit mest arbetskrävande.

Etiska övervägande

För att följa Hemerén et.al. (2011) gällande god forskningsetik har samtliga deltagare informerats om studiens syfte och deras roll i studien. Deltagarna har fått muntlig och skriftlig information och förklaring till deras rättigheter kring deltagandet och att de när som helst kan avbryta sin medverkan. Författaren har även lämnat sina kontaktuppgifter till alla deltagare för att vara tillgänglig i de fall de uppstår frågor kring studien. Se Bilaga 1. Då deltagarna är utlandsfödda och flera av dem talar mindre svenska har all information även förmedlats på deltagarnas hemspråk singalesiska innan intervjuerna påbörjats.

Resultat

Måltidsmönster och "proper meals"

Resultaten i studien visade att det fanns tankar om hur en "proper meal" skulle se ut för samtliga deltagare i Sverige. Deltagarna beskriver "proper meals" som en måltid där en kött- eller fiskrätt som serveras med ris och två till tre grönsaker. Samtliga fem kvinnor berättar om hur strukturen redan fanns på Sri Lanka och hur den strukturen skildras hos dem i Sverige när de lagar mat i sina hem. Måltidens utformning hade inte ändrats trots att deltagarna bott i Sverige i ca. 20 år och hade svenska familjemedlemmar runt sig. Det fanns ett tydligt måltidsmönster men även ett regelverk för kompositioner av måltider i olika sammanhang samt infall av identitet och mattraditioner hos deltagarna. Deltagarnas uppfattning var att singalesisk mat alltid var deras första val och att måltidstrukturen för den singalesiska maten är det som anses vara ett "proper meal" för dem.

Det fanns en struktur för dagens tre huvudmåltider frukost, lunch och middag enligt tabell 1. Det man kunde se var att kokos, ris och chili i olika former var närvarande i alla rätter. Det var dock skillnad om man jobbade eller var hemmafru, för tiden som matlagningen tog påverkade också rätterna och måltidens komposition. Exempelvis berättade en deltagare att de gott kunde nöja sig med bröd och en kokossallad till frukost p.g.a. av tidsbrist då hon jobbade medan de vanliga traditionella frukostarna fanns representerade i de hushållen där kvinnan var hemma. Resultaten i tabell 1 visar vad deltagarna åt på Sri Lanka när de bodde där.

Samtliga deltagare åt dock singalesisk mat mer än fem dagar i veckan, tre av de fem deltagarna åt uteslutande singalesisk mat hemma. De kvinnorna som arbetade åt svensk mat oftare och lagade även svensk mat någon dag i veckan till sin man eller familj. De två kvinnorna åt den svenska maten på jobbet men lagade fortfarande mest singalesisk mat hemma. Dessa två kvinnor fick ibland även hjälp av sina män med matlagningen.

Tabell 1. Deltagarnas beskrivning av hur måltider under en dag kunde se ut på Sri Lanka.

| Måltid | Ingår |
|---------|---|
| Frukost | Stringhoppers (tunn pasta på rismjöl med curry och kokos sallad) Pittu (ångad mjöl med kokos och curry) Hoppers (tunna pannkakor med <i>lunnu miriss</i> (chili- och lökröra) |
| Lunch | 1 kött eller fiskrätt (curry) 2-3 grönsaksrätter Ris |
| Middag | 1 kött eller fiskrätt (curry) 2-3 grönsaksrätter Ris |

Både grupperna i studien pratade om hur en måltid bestod av kötträtt, två till tre grönsaksrätter samt ris:

”Jag tycker om att det är en ordentlig måltid så är den så. Minst tre grönsaker, en sallad och fisk eller kött” (Charitha)

”Ris och grönsaker, kött eller fisk” (Fernanda).

Båda grupperna pratade om hur en av grönsaksrätterna kunde bestå av en sallad i form av hackade örter, salladen kunde antingen vara varm eller kall. Strukturen gällde för vardagar och informanterna beskrev hur den första strukturen byggdes på med flera eller svårare rätter till helgerna då familjen samlades och hade mer tid tillsammans.

”Man äter inte så, bara curry och ris” (Shalini).

Medlemmarna i pilotgruppen, som var syskon, träffades varje söndag hemma hos sina föräldrar även efter de gift sig och påpekade att det var sällan utomstående med vid söndagsmiddagarna. Kvinnorna antog att alla gjorde likadant och att det av den anledningen bara var familj och respektive som träffades på söndagarna.

Tabell 2. Lunch- eller middagstruktur- vardagar och helger i Sverige för deltagarna i studien

| Vardag | Helger |
|---------------------------|--|
| 1 kött eller fiskrätt | 1 kött eller fiskrätt av finare kvalité |
| 2-3 grönsaksrätter | 2-3 grönsaksrätter som var svårare eller tog längre tid att göra |
| Vitt ris | Vitt ris eller nudlar |
| Matchips (papadam) ibland | Tillbehör som matchips (papadam) och pickles |

Det fanns flera kryddor och råvaror som var viktiga för rätternas uppbyggnad, ris som tillbehör framgick som viktig tillsammans med chili och kokosmjölk. Alla deltagare nämnde även vitlök, curryblad, gurkmeja, ingefära och andra lokala kryddor som viktiga för smaken men även doften i rätterna. Det framgick även om curryn gjordes efter en bas, så smaksatte man efter eget tycke. Om alla lagade samma gryta skulle den ändå smaka annorlunda för vissa gjorde sina egna kryddor och andra köpte färdiga osv. Chili var dock en regel, även om man lagade med mindre styrka för sina barn eller gäster så skulle den vara närvarande och chilin återkom löpande under intervjuerna i både fokusgrupperna.

”Chili är viktigt. Speciellt när man är sjuk och så, vill man ha något starkt” (Charitha om längtan till stark mat).

”Chili i Sri Lanka är ju en av de viktigaste kryddorna. Chili, gurkmeja, curry, alla sorters curry” (Naslin om singalesisk mat)

Det fanns en struktur eller huvudregel för att en curry skulle vara en curry. Enligt deltagarna var det chili, gurkmeja, vitlök, curryblad och currypulver och sedan varierade kryddningen något.

”Nej, de har inte vant sig vid chili från att de var små. Jag kan göra en vanlig gryta och lägga jättelite chili i den, de kan äta det då men bara lite. Oavsett så är det ju chilin man letar efter, eller hur?” (Kusum om hennes favoriträtt och chili till sina svenska barn).

”Jag är född i ett annat land och ätit stark mat hela livet. Äter jag inte stark mat är jag inte riktigt människa” (Fernanda om känslan till singalesisk mat).

De fanns en skillnad i de kvinnor som arbetade till skillnad från de kvinnor som var hemma. De arbetande kvinnorna berättade att de kunde använda substitutet till reglerna som matlagningsgräde istället för kokosmjölk till curryn ibland. Anledningen till substituten redovisades som avsaknad av ingredienser. Även kokosfettet som är det vanligaste fettet på Sri Lanka var utbytt av samtliga deltagare i studien p.g.a. att den varit svår att få tag i, alla deltagare hade denna gemensamma avvikelse från det singalesiska ursprunget. Den ena deltagaren berättade att hon använde kokosfett om hon hade det hemma. Alla andra deltagare hade olika substitut för kokosfettet i form av olivolja, majsolja eller solrosolja.

Huvudkryddorna som chili, gurkmeja, vitlök och currypulver var däremot regler som aldrig bröts. Samtliga deltagare hämtade sina kryddor från Sri Lanka när de reste och när kryddorna tog slut fick de hitta substitut för dessa eller få det skickat från Sri Lanka.

Utöver regler om kryddor och måltidens sammansättning fanns det även regler kring om ingredienser i vissa rätter eller tillbehör. Ingredienser som torkad fisk (*umbalakada*) och tillbehör som chili och lök röran (*lunu miriss*) för en viss rätt var tydliga regler för samtliga deltagare.

”Gör jag en kiritbath (ris med kokosmjölk) eller en risgrynsgröt i sverige, även en svensk risgrynsgröt kan jag aldrig äta det som svenskarna gör med socker. Jag skulle ha *lunnu miriss* (chili och lök röra). Det kopplar mig direkt. Det är ju *umbalakada* (torkad fisk) också som också är symboliskt” (Naslin om tillbehör och måsten till rätter).

Könsroller och mat

Samtliga deltagare lagade maten i sina hem, i vissa fall kunde några av kvinnorna få hjälp i köket av sina män. Det finns en koppling i mellan kvinnorna i studien och introduktionen till maten inom den singalesiska kulturen. De flesta unga kvinnor lär sig redan som barn att hjälpa till med maten i hemmet och lär sig på det viset också strukturen om hur måltiden ska se ut och vad som ska ingå i del olika rätterna.

” Vi har aldrig pratat om det, vi ser och lär. Sen har vi varit med i köket och hjälpt till och då kommer man in i maten direkt. När man kommer in i en viss ålder så hjälper man till i köket och så lär man sig dom här rätterna”(Naslin).

Kvinnorna berättar om hur de lärt sig laga mat och hur de görs på Sri Lanka.

” I mitt land lär man sig automatiskt, alla singalesiska är uppdelade. Du vet, i fattiga och rika. Hos de fattiga måste alla flickorna till köket” (Fernanda).

Singalesisk mat i hemmet

Något som även framgick var att två av kvinnorna hade sin mamma boende hos sig och att det påverkade kvinnorna i frekvensen av den singalesiska matlagningen.

”Jag lagar ofta, jag har ju mamma hos mig så vi är två från Sri lanka i samma hushåll. Jag hamnar i en blandning av svensk och Sri lanka mat, det finns ju inte alla ingredienser här. Jag tar vissa saker som påminner om Sri lanka, gurkmeja använder jag nästan alltid. Curry har jag ju alltid och chili. Det är dom tre som dominerar” (Naslin som matlagningen hemma).

När man talade om vem maten lagades till och om det gjordes svensk eller singalesisk mat hemma så framgick det klart att även de få gånger det serverades svensk mat smögs en aning av Sri Lanka med i form av en krydda, en ingrediens eller en sidorätt.

“Det är lättare att laga mat här än på Sri Lanka. Där är mer problematiskt, man maler sina egna kryddor och skrapar sin egen kokos” (Kusum om matlagning i Sverige och Sri lanka).

Några deltagare lagade svensk mat till mannen och/eller barnen medan de lagade singalesisk mat till dem själva.

”Jag kokar potatis, gör köttbullar (till sin man). Ibland steker jag sillfiléer och gör potatismos. Ibland lagar jag ris och grönsaker till och sen äter jag tillsammans med köttet” (Fernanda om matlagningen hemma).

Fernanda berättar även om Kusums rutiner kring matlagningen hemma hos sig.

”Hon lagar svensk mat till sin man och sina barn. Hon lagar singalesisk mat till henne och sin mamma” (Fernanda).

En av deltagarna beskrev hur kärleken och tankarna kring den singalesiska maten spreds mellan generationerna.

”Det sitter nog i lite, vi ger det till barnen också tror jag. Den kärleken vi har till maten och speciella smaken, det ser dom säkert i oss när vi äter. Vi tycker om den på ett annat sätt och det sprider man vidare” (Naslin).

Mattraditioner, fester och högtider

En tradition som lyftes fram av samtliga deltagare är tekulturen som finns på Sri Lanka. Alla deltagare i fokusgruppen hade samma uppfattning om teets roll i uppväxten och samhället. Samtliga drack flera koppar te om dagen även i Sverige och två deltagarna drack även kaffe. Reaktionen från de andra var likadant i både fokusgrupperna, att dessa kvinnor hade lärt sig dricka kaffe i Sverige för i Sri Lanka dricker man mest te. En deltagare berättade att teet på Sri Lanka är lika viktigt som det svenska kaffet i Sverige.

“Hemma i Sri Lanka växer man upp, så är det te. Alltid te. Utan te är inte människorna glada, utan man vaknar med te. Te med ingefära eller mjölk, det är ett riktigt gott te” (Fernanda om te och uppväxten).

” Te är som man säger en vanlig vardag. Man säger, barnen väcks av en kopp te. Så när vi var barn så kom mamma med en bricka med te. Färdiga, mjölkte med lite socker i. Vi fick den i sängen varje morgon. Det var det första vi drack och det är så fortfarande” (Naslin om tetraditionen hemma).

Festmat liknade vardagsmaten i stora drag då den kunde bestå av kött, fisk, grönsaksrätter, ris eller nudlar samt festtillbehör. Tabellen nedan visar på skillnader i jämförelse med helgmaten. Det fanns även en standard för typiska rätter som skulle ingå vid en festmåltid och det var oftast tidskrävande tillbehör.

”Vissa saker är ju standard. Det kan vara auberginer, det är standard. Man steker och gör någon auberginerätt” (Naslin om festmat).

Tabell 3. Deltagarnas struktur kring festmat i jämförelse till helgmat på Sri Lanka.

| Festmat | Helgmat |
|---|--|
| 2 köträtter av finare delar samt 1 fisk- eller skaldjursrätt | 1 kött eller fiskrätt av finare kvalitet |
| 3-4 grönsaksrätter där vissa grönsaker var obligatoriska som färskpotatis i chili | 2-3 grönsaksrätter som var svårare eller tog längre tid att göra |
| Gult ris, grönsaksris eller nudlar | Vitt ris eller nudlar |
| Tillbehör som friterade hela chilin, pickels, matchips(papadam), chutney m.m. | Tillbehör som matchips (papadam) och pickles |

När det gällde festmaten var det klart att utbudet och mängden mat var viktigt i sammanhanget. Att bjuda generöst var något som lärts med från föräldrarna.

“Kommer det någon utifrån, de kommer och äter, folk får alltid mat. Jag har alltid vuxit upp med att folk knackar på dörren och det första vuxna frågar är, har du ätit? Vi gör aldrig exakt till familjen, vi gör alltid lite extra för vi räknar med att någon kommer, de måste få lite mat. Det är mitt lands sätt, detta” (Fernanda gruppen om festmat).

Alla utom en deltagare firar nyår med singalesisk mat. Istället för att fira det singalesiska nyåret som infaller i april månad firar de flesta av deltagarna det enligt den svenska kalendern den första januari. Då kokas mjölk över på spisen enligt singalesisk tradition för välmående, överflöd och framgång i det nya året. Det lagas då även *kiri bath* som är ris kokt i kokosmjölk ursprungligen men den kan även kokas i vanlig mjölk som risgrynsgröt. Detta äts sedan tillsammans med chili- och lökröran *lunnu miriss* och är en av de tillbehörsregler som deltagarna hade gemensamt.

Identitet, mat och längtan

Under intervjuernas gång ställdes frågor kring varför man valt att fortsätta med singalesisk kost trots att samtliga deltagare utom en bodde permanent i Sverige och trots att maten var mer tidskrävande att laga. Det blev uppenbart med att det fanns en längtan till hemlandet.

”Man lever här men hälften är nog där. Vardagen tar ju över men någonstans så har man längtan. För min del är det bättre status än den svenska maten. Den sitter i blodet på något vis. För mig är det mer kärleksfullt att äta den singalesiska maten” (Naslin om känslan när hon äter singalesisk mat).

”Det är gott, vi får gott samvete när vi ätit mitt eget hemlands mat” (Fernanda om känslan när hon äter singalesisk mat).

Minnena och hur stark maten var knuten till personens härkomst och identitet visades under intervjuernas gång. Maten fungerade som en påminnelse av ens härkomst, den stillade längtan och bekräftade vem man var.

”Jag är många gånger på svenska fester och äter svensk mat och då är jag inte riktigt jag. Jag kommer hem och öppnar kylskåpet och letar efter stark mat. Har jag ingen stark mat hittar jag en chili peppar eller spansk peppar. Jag skär och äter en liten bit, sen är jag människa igen” (Fernanda om längtan och identitet).

” Jag tror det sitter lite i att man vill vara där och så äter man släcker man lite av den längtan. För mig är det längtan” (Naslin om känslan när hon äter singalesisk mat).

”Läkande, för mig. Känslan av nu har jag fått” (Naslin om känslan när hon äter singalesisk mat).

”Verkligen, då känns det jättebra i hjärtat” (Charitha om känslan när hon äter singalesisk mat).

Det verkade som att den äldre generationen ansågs behöva den singalesiska maten för välbefinnande.

”Jag kokte till min mor häromdan sötpotatis och *pollsambol*(kokossallad med chili). Hon hade ingen matlust på hela dan men hon åt upp allting. Det är ännu viktigare för de äldre som är här tror jag, att äta detta” (Naslin om längtan till sin egen mat).

Diskussion

Metoddiskussion

Studien är av kvalitativ natur och inom ramarna för detta har metoden och dess problematik varit typisk. Detta fenomen beskrivs i Hermerén et.al (2011) där metodiken i kvalitativa studier förklaras kräva stor erfarenhet och djärvhet. Utmaningarna med målgruppen har dock bidragit till författarens lärande inom området för kvalitativ forskning. Urvalet hade sina begränsningar i att en av deltagarna valde ut de andra i den skarpa fokusgruppen. Trots detta är gruppen mer representativ för studien då författaren undvikit förenings-, religions och politiska grupper. Det var viktigt att det var individer som hade levt och anpassat sig till det svenska samhället för att få en mer korrekt bild för studiens validitet.

Datansamlingen har haft sina motgångar då deltagare till målgruppen varit svår att fånga in. Författaren underskattade urvalsstrategins komplexitet i projektplanen då kultur, generationsklyftor och begränsad tid varit påverkande i antalet deltagare. Metodvalet av fokusgrupper passar studiens syfte men urvalets storlek kan ej bidra till mättnaden som eftersträvas och fungerar därmed bäst som underlag i form av en pilotstudie. Dessutom så skriver Esposito (2001) att fokusgrupper var ett bra metodval för just syftet att undersöka små och svårtillgängliga samhällsgrupper.

Åldern i grupperna har varit homogent då kvinnorna varit i 50-60 års ålder, det hade varit intressant att utforska om det fanns liknelser om urvalet hade haft större spridning i åldrarna.

Då antalet deltagare i den skarpa fokusgruppen varit få bestämdes att även pilot gruppens intervjuer skulle räknas med och bidra till att förstärka studiens och rapportens innehåll. Både grupperna har visat liknelser som även varit relevanta för studiens analys. Trots att studien bestod av fem kvinnor kunde vissa koder tas fram. Detta fenomen beskrivs i Guest et.al(2006) där forskarna menar att i sin studie med 60 deltagare hittades 80 koder av sina totala 114 koder redan i de 6 första intervjuerna, studien hade en mättnad på 92 % redan vid den tolfte intervjun. Detta visar att trots fåtal deltagare kan även små studier påvisa betydelsefulla resultat.

Kodningen har gjorts av författaren själv och med mer erfarenhet i kvalitativa metoder och kodning hade kanske fler nyanser kunnat urskiljas från de insamlade data och ytterligare bidragit till rapporten. Även om författaren har varit ensam i arbetet så har förförståelsen till fenomenet och det singalesiska språket fungerat som stöd i arbetets kodning och analys. Författarens bakgrund som singales visade också vara en fördel då det medverkande visade öppenhet, förtroende och delaktighet i intervjun genom att själva ställa frågor och stämma av vissa ämnen med författaren.

Det hade även vara intressant att intervjua dessa kvinnor igen för att ytterligare dyka ner i problemformuleringen och förtydliga vissa områden. Analysen byggde på kodning av text men observationerna under intervjuernas gång gav mycket information och stöd till den kodning och analys som gjordes i rapporten vilket även beskrivs i Patel & Davidson(2011) som vanlig metod. Interaktionen mellan deltagarna och hur det verifierade varandras berättande var till mycket hjälp men även hur de talade kring den singalesiska maten och den kärlek och längtan de hade till sitt hemland.

Språket hade sina utmaningar, eftersom intervjuerna genomfördes på två olika språk fanns det risk för felkällor. Samtidigt kunde författaren kommunicera bättre med informanterna. Då författaren fått översätta genom sin egen tolkning det som sades blev transkriberingen inte ordagrant. Att författaren kunde singalesiska hjälpte deltagarna i deras berättande men även författarens tillgänglighet gentemot informanterna underlättades genom att kunna kommunicera på samma språk. Vilket även styrks i Esposito (2001) artikel där hon berättar om hur forskaren som intervjuar på deltagarnas eget språk kan undvika misstolkningar och direkta felöversättningar som kan ske då en tredje part översätter. Med detta menar Esposito(2001) att fler flerspråkiga intervjuare kommer att bidra till att minska felkällorna vid fokusgrupper i framtiden. Forskaren blir även begränsad i att guida och återkoppla till deltagarnas kommentarer när inte intervjuerna görs på deltagarnas val av språk.

Två av de tre kvinnorna i den skarpa fokusgruppen hade valt ut recept på typiska singalesiska rätter. När de lästes upp var klart att metoden vid tillagning liknades en ritual med omsorg och noggrannhet. Recepten lästes upp på singalesiska och gav författaren en förståelse till hur djupt matkulturen verkligen var rotad i singalesiska kulturen. Författaren upptäckte detta i efterhand i samband med analysen, recepten togs inte med då dessa var skrivna på singalesiska. Kunskapen kan ge forskare av ämnet i framtiden möjlighet att utnyttja den typen av data vid liknande studier.

Författaren tillhörde målgruppen själv och hade en förförståelse till ämnet då denne själv lagade singalesisk mat regelbundet trots immigration till Sverige 1988. Denna förförståelse anses vara en tillgång inom hermeneutik och inte ett hinder för att tolka och förstå forskningsobjekten (Patel & Davidson, 2011). Genom att vara en del av målgruppen kunde författaren få en inblick i en annars svårtillgänglig målgrupp. Samhörigheten med deltagarna gav författaren fördelar som acceptans och förtroende från deltagarna som även kunde prata och uttrycka sig fritt. Samtidigt finns en risk för omedveten påverkan av deltagarna och intervjun men denna risk finns samtidigt när studier genomförs av författare utanför

målgruppen. Därför blir medvetenheten om forskarens roll viktig i sammanhanget (Dwyer et.al, 2009).

Resultatdiskussion

Det berättades mycket om barnminnen där smaker och dofter var mer i centrum för upplevelsen än idag. Författaren har haft möjligheten att komma nära och ta del av dessa singalesiska kvinnors tankar och erfarenheter och få insyn i matkulturen från hemlandet men även hur denna kultur framstår i förhållande till begreppen ”proper meals” (Bugge & Almås, 2006) och hur den singalesiska matkulturen framställs i det nya landet.

Strukturen eller kompositionen i tabell 2 ger en bild av hur deltagarnas huvudmåltider kan liknas vid Murcotts(1982) ”cooked dinner” där hon beskriver hur kompositionen var viktig för definitionen av vad en ”cooked dinner” ska vara. En lunch eller middag ska enligt denna studie vara singalesisk och bestå av en kött-eller fiskrätt, serveras med ris och två till tre grönsaker som tillhör för att den ska vara en riktig måltid både till på vardagar och helger. Singalesiska matkulturen tas till viss del upp i Wandel et.al(2008) där de beskriver att singaleser och pakistanier äter tre huvudmål om dagen, dessa måltider är varma. Vidare skriver de att lunch och middag byggs runt ris eller plattbröd som serveras med en eller flera curryrätter och att kokosfett- och kokosolja är vanligt förekommande vid singalesisk matlagning.

Detta påvisar att de fem deltagarna i denna studie har liknande matrader som deltagarna i Wandel et.al (2008) och att den bekräftar tidigare forskning kring ämnena men även måltidsstruktur, ingredienser och måltidsmönster hos deltagarna i denna studie.

Då denna studie utgått från ett huvudmål i form av lunch eller middag kan den även jämföras till Bugge & Almås (2006) ”proper meal” trots att denna kan bestå av flera rätter så är konceptet det samma och jämförbar med studiens resultat. Måltidsstrukturerna som påvisats gällande maten för helger och fester kan förklaras genom konceptet ”proper meals” (se tabell 3). Det fanns standarder för vad som skulle ingå i en riktig måltid både på vardagar och helger men även vid festmåltider kan konceptet ”proper meals” tillämpas i denna studie. Att samtliga var överens om att vissa rätter skulle ha vissa tillhör visade att även om reglerna är oskrivna så fanns de där och kvinnorna kände väl till dem.

Studien visade att de fem kvinnorna till största del föredrar kryddor och ingredienser från sitt hemland men att vid svår tillgång kunde dessa bytas ut till annat. Kokosfett kunde ersättas med oliv- eller majsolja, i ett enskilt fall valde en deltagare att byta ut kokosmjölken mot matlagningsgrädd. Detta kan jämföras med Wandel et.al (2008) där de fem kvinnorna hade

några inslag av andra ingredienser från Sverige. Skillnaden mellan deltagarna i denna studie och Wandel et.al.(2008) är att deltagarna i denna studie var singaleser till skillnad från Wandel et.al. studie där deltagarna från Sri Lanka var tamiler från södra Indien. Det fanns skillnader i folkslagens matkulturer som även kunde påverka resultatet trots att både grupperna var från Sri Lanka. De fem kvinnorna i denna studie hade regler som aldrig bröts och traditioner som följdes vilket inte framgick i Wandel et.al studie från 2008.

Flera deltagare i studien berättade om hur de lagade svensk mat och singalesisk mat separat, antingen till familjen eller vid festligheter. Detta liknas Rowe. E. Amy (2012) som berättar hur hennes informanter dukade upp både libanesiska rätter och amerikanska rätter till Thanksgiving i USA men hur de hålls ifrån varandra då den libanesiska maten hade bestämda regler och ingredienser som hämtades från hemlandet och tillagades enligt tradition.

Resultatet visade att majoriteten av kvinnorna i studien lagade maten hemma och likt studien om Domestic dinner och Proper meals (Bugge & Almås, 2006) kunde man se att kvinnorna hade den ledande rollen medan männen i få fall assisterade eller lagade sin egen mat. Eftersom deltagarna åt en kost bestående till största del av singalesisk mat som kräver mycket kunskap och erfarenhet kan detta förklaras naturligt i att männen inte har kunskap om hur de ska tillaga de singalesiska rätterna.

Det kan även vara som Bugge & Almås(2006) beskriver att kvinnorna inte vill lämna över uppgiften till männen då familjens mat och dess tillagning är en del av kvinnans identitet och speglar deras tankar kring ideal och familj. I studien framstod hur matlagningen var tydligt förknippad med identiteten. Som Holtzman (2006) i Rowe(2012) beskriver är matlagningen huvudmetoden för att upprätthålla etnisk identitet.

Identitet var återkommande i kodningen, de fem kvinnorna hade maten som ett verktyg för bekräftelse av sin identitet. Det kunde vara måltiden som helhet men även fragment som chilins styrka eller doften av en rätt som återskapade minnen, släckte en längtan eller bekräftade en kärlek till hemlandet.

Den här kopplingen kan även besvara frågan till varför deltagarna valde att laga den singalesiska maten trots att den är svårare och mer tidskrävande. Flera av kvinnorna i studien beskrev den singalesiska maten som helande, att maten stillade en längtan till hemlandet och att den bekräftade deras identitet. Detta beskrivs väl i Martes(2012) studie där matlagningen fungerade som ett verktyg för att höja självförtroendet, fungera läkande men även som ett verktyg för överlevnad i det nya landet. I samma studie påvisas kopplingen med

familjetraditioner i matlagning till en sorts minnesarbete som indirekt fungerar som ett kulturellt arkiv för deltagarna.

Slutsats

Denna studie hade som syfte att undersöka fem singalesiska kvinnors egna uppfattningar om ”proper meal” samt om deras uppfattning har förändrats under tiden de bott i Sverige.

Resultaten visar att det finns ett tydligt måltidsmönster med starka rötter i den ursprungliga kulturen bland studiens deltagare. Kopplingen till ”proper meals” kan göras från ett singalesiskt perspektiv för vardags-, helg- och även festmåltider. Kvinnorna i studien har visat förtroende och talat öppet om sin måltidssituation i Sverige och om mattraditionerna i hemlandet Sri Lanka. Dessutom har faktorer som identitet men även kärlek och längtan till den singalesiska maten visats hos deltagarna som använder maten som ett redskap i sin vardag i Sverige.

De singalesiska mattraditionerna lever kvar hos deltagarna även om de ibland kommer i anpassad form vid svår tillgång på ingredienser. Kvinnorna har även anpassat nyårsfirandet till det nya landet och på sitt sätt hittat en balans mellan det singalesiska och det svenska. Det framstår dock tydligt att de aktivt väljer att laga de singalesiska rätterna trots att det tar längre tid. Detta visar att det finns en motivation hos deltagarna till att använda maten för att verifiera sin identitet, status och återkoppla smaker och dofter till minnena från hemlandet så gott det går.

Slutsatsen för denna studie är dels att det finns starka uppfattningar om vad proper meals är dels att dessa följer med även om man flyttar över halva jordklotet för att bo i ett nytt land med en främmande matkultur. För deltagarna i denna studie innebar detta att de starka föreställningarna både var kompromisslösa och hade regler som aldrig bröts eller förändrades, samtidigt som en del detaljer anpassades efter de nya förutsättningarna. Det innebar även att de ursprungliga föreställningarna hade en identitetsbekräftande funktion. Deltagarnas uppfattning om vad som är ett ”proper meal” förblir oförändrad trots att de bott i Sverige i ca. 20 år.

Studien har gett författaren insikt i den egna kulturen och en större förståelse till det starka intrycket som mat och matkultur fört med sig från det egna landet. Det finns anledning till att fortsätta undersöka andra kulturer i samhället och jämföra dessa fenomen med varandra.

Referenser

- Bugge A. B., Almås R., 2006. "*Domestic dinner: Representations and practices of a proper meal among young suburban mother*". Journal of Consumer Culture. Vol. 6 no. 2. Page 203-228.
- Deale V., 2013. "*Ignition food assemblages in Sri Lanka: Ritual cooking to regenerate the world and interrelations*". Contribution to Indian Sociology. Vol 47. Page 33-60.
- Douglas M., Nicod M, 1974. "*Taking the biscuit: The structure of British meals*". New Society. Page 744-746.
- Dwyer S.C., 2009. "*The space between: On being an Insider-Outsider in Qualitative Research*". International Journal of Qualitative Methods. Vol.8(1). Page 55-63.
- Esposito N., 2001. "*From meaning to meaning: The influence of Translation Techniques on Non-English Focus group research*". Qualitative Health Research. Vol. 11 no. 4. Page 568-579.
- Guest G. et.al. 2006. "*How many interviews are enough?: An experiment with data Saturation and Vaiability*". Field Methods. Vol 18. No.1. Page 59-82.
- Hermerén G. et al., 2011. "*God forskningssted*". Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Martes L., 2012. "*Dominican Migrant Cooking: Food Struggles, Gender Labor, and Memory-Work in New York*". Food and Foodways. Vol 20. Page 279-306.
- Murcott A., 1982. "*On the social significance of the "cooked dinner" in South Wales*", Social Science Information. Vol. 21 no. 4-5 page:677-696
- Mäkelä J., 2001. "*The meal format*". I Kjærnes(red.) *Eating Patterns A Day in the Lives of Nordic People* Oslo: SIFO s.125-158.
- Patel R., Davidson B., 2011. "*Forskningsmetodikens grunder*". Lund: Studentlitteratur AB.
- Patton M. Q., 2002. "*Qualitative research & evaluation methods*". 3. ed. London: SAGE.

Rowe E. A., 2012. *"Mint Grows Through the cracks in the Foundation: Food Practices of the Assimilated Lebanese Diaspora in New England"*. Food and Foodways. Vol.20. Page 211-232.

Thurén T., 2007. *"Vetenskapsteori för nybörjare"*. 2 uppl. Stockholm: Liber.

Wandel M. et al, 2007. *"Changes in food habits after migration among South Asians settled in Oslo: The effect of demographic, socio-economic and integration factors"*. Elsevier, Appetite 50. Page 376–385.

Bild nr. 1: Kiribath med tillbehör:

<http://commons.wikimedia.org/w/index.php?search=kiribath&title=Special%3ASearch&go=Go&uselang=sv> (hämtad 2014-03-15).

Bild nr. 2: Sri Lankas president och fru vid singalesiskt nyår 2007:

http://www.president.gov.lk/sinhala/html/photoessays/2007/photo_large/photo324.htm (hämtad 2014-03-15).

Bilaga 1. Information till deltagarna

Information om studien till deltagare

Den här studien görs som ett examensarbete inom Gastronomiprogrammet med inriktning på Mat- och Måltidsvetenskap på Kristianstad högskola.

Deltagandet är helt frivilligt och man kan när som helst avbryta eller avsäga sin medverkan i studien. Den här intervjun kommer att spelas in för att underlätta renskrivning och analys. Alla deltagare förblir anonyma.

Känn dig välkommen att kontakta mig med frågor gällande studien.

Kontaktuppgifter:

Sherine Calloway

0739-747216

Information about the study for participants

This study is made as the final report/exam included in culinary arts program, with focus on Food and Meal Science at Kristianstad Högskola.

The participation in the study is voluntary and can be withdrawn at any time. This interview will be recorded to help in writing down and analysing. All participants will remain anonymous.

Feel free to contact me at any time if you have any questions regarding the study.

Contact details:

Sherine Calloway

0739-747216

Bilaga 2. Intervjufrågorna

- Berätta om hur ni åt på Sri Lanka? Berätta om maten...
- Beskriv er favoriträtt?
- Hur kan en typisk singalesisk rätt se ut? Vad måste var där för att det ska vara singalesisk?
- Hur ser en måltid ut hemma hos er? En vardag, när det är festligt?
- (När äter man vad) Vardag? Fest? Högtider? Något som är ett måste?
- Lagar ni singalesisk mat? Vad lagar ni då? Hur går det till?
- När lagar ni singalesisk mat? Varför?
- Hur lärde ni er att laga mat? Varför lagar ni den typen av mat?
- Vad är viktigt när ni lagar mat?
- Vem ska äta maten?
- Lagar ni annorlunda singalesisk mat nu? Varför?
- Vad tillhör (ingredienser/rätter) en singalesisk måltid?
- Kan ni blanda singalesisk mat med svenska ingredienser?
- Beskriv en ”riktig måltid”? Vad måste vara med? När äter man en riktig måltid?
- (Kulturen är att kvinnorna lagar maten) hur går matlagningen till hemma hos er? Vem gör vad?
- Om ni ska bjuda på en riktig måltid, vad måste vara med för att den ska vara komplett?
- Lagar ni svensk mat? Hur kan den se ut? Vad måste ingå i den svenska maten?