Interview F

RESPONDENT F: øhh, jeg arbejder 37 timer plus minus, øhm, ja jeg arbejder og har børn. Det er primært hvad tiden går med.

INTERVIEWER: ja, øhm, så kan vi snakke lidt om mad. Vil du fortælle lidt om øh, hvordan forholdet er til mad hjemme hos dig, i din familie?

RESPONDENT F: jamen forholdet er således at øh, at vi prioriterer en familiemiddag, det vil sige at vi spiser sammen om aftenen, øhh, (sukker) og der spiser vi lidt.. varieret. Men gerne noget der er praktisk, og let at komme henover.

INTERVIEWER: mm. Øhm, ja det spiller måske lidt i tråd, kan du fortælle lidt om madvanerne i hverdagen, og sådan fordelt over dagen?

RESPONDENT F: fordelt over dagen?

INTERVIEWER: ja

RESPONDENT F: morgenmad.. (sukker)  starter med at det bliver serveret som børnene står op løbende, øhh, som er en blanding af enten noget brød, eller noget havregryn eller nogen Corn Flakes.

INTERVIEWER: mm, hvem vælger hvad de får at spise?

RESPONDENT F: det gør børnene.

INTERVIEWER: mm

RESPONDENT F: børnene vælger selv hvad de vil have, til en vis grad.

INTERVIEWER: og hvad gør du selv?

RESPONDENT F: jeg spiser morgenmad, hvis jeg kan nå det. Og det bliver ofte et brød eller en bolle af en slags.

INTERVIEWER: ja. Og det var morgenmaden.

RESPONDENT F: frokosten indtager jeg på mit arbejde, der er noget kantineordning, så der kommer øh, forskellige varme retter, øhm som bliver serveret. Det er ikke altid jeg spiser der, ofte vælger jeg at tage.. tage væk. Gå ud. Gå en tur. Købe en sandwich et andet sted, spise, øhm, det varierer lidt an på vejr og humør og.. og selskabet (griner) til frokost.

INTERVIEWER: hvad med børnene til frokost?

RESPONDENT F: øh, de to små, øh, spiser i institutionen. Der aner jeg ikke hvad de får. De får vel et eller andet fornuftigt pædagogisk måltid måltid går jeg ud fra.

INTERVIEWER: (griner)

RESPONDENT F: den store hun øh, får en madpakke med som jeg smører om morgenen, som består af øh, to stykker rugbrød, og noget toastbrød øh, noget kødpålæg på og chokolade, og så får hun müslibarer sammen med nogle små tomater og eventuelt nogle små pølser.

INTERVIEWER: mm

RESPONDENT F: ja

INTERVIEWER: og hvem bestemmer hvad, eller hvem vælger kan man også sige, hvad hun får med?

RESPONDENT F: det gør jeg. (pause) i samarbejde med min ældste datter.

INTERVIEWER: mm, okay

RESPONDENT F: til en vis grad.

INTERVIEWER: øhh, og har du nogle overvejelser omkring hvad du giver hende med, og hvad hun.. i forhold til hvad hun selv ønsker? Eller hvad overvejelser er der?

RESPONDENT F: ja, jeg har da overvejet at noget af det skal være mere mættende end toastbrød (griner) så der skal være noget med noget.. noget gods i, men også noget som hun kan spise, som, bare fordi det smager godt. Så hun får spist noget.

INTERVIEWER: mm. (pause) ja, så er vi jo vel tilbage til eftermiddag, aftensmad, den slags.

RESPONDENT F: eftermiddag, der får ungerne ofte et eller andet snack til i ulvetimen som varierer lidt an på hvad vi har hjemme, noget brød eller noget yoghurt eller et eller andet så de kan klare sig til aftensmaden. Øhm, der ved jeg ikke præcis hvad jeg spiser selv. Det er sådan, nogen gange der spiser jeg ikke noget, og nogen gange der bliver det til lidt af det samme. Et eller andet stykke brød med noget på. Øh, og så er vi så ovre i aftensmaden, som igen er.. sådan lidt forskelligt, hvad der lige passer ind. Hvor vi prøver mere og mere på at lave øh, retter, øhh, som kan bruges over flere dage. Og ellers så bliver det sådan, så bliver det skabt.. på, på dagen.

INTERVIEWER: mm, ja, så har vi, ja det er jo lidt det samme. Hvordan beslutter I hvad i skal spise, og hvilke parametre vælger I ud fra? Hvad i spiser? Det ved jeg ikke om det er lidt det du lige sagde. Eller om du har noget at tilføje til det?

RESPONDENT F: jeg tror vi vælger, øhh, nogle af retterne er valgt ud fra at det (griner) at det skal være kødfrit (griner)

INTERVIEWER: og det bakker du fuldt op om? (griner) kan jeg høre.

RESPONDENT F: det bakker jeg fuldt op om. Hvis det bare smager godt, så er jeg ligeglad med om der er kød i som sådan. Øh, ellers er det jo primært retter som, som kan, igen kan bruges over flere måltider, og kan varmes af praktiske årsager, når man har små børn. Og ellers er det sådan lidt forskelligt hvad det kan være. Men oftest er det nok noget som, som er mere praktisk og hurtigt at lave, fremfor for lange retter, eller retter som tager for lang tid.

INTERVIEWER: mm. Det leder mig jo direkte over i det næste spørgsmål. Hvilke udfordringer ser du i forhold til jeres madvaner i hverdagen?

RESPONDENT F: øhm, manglende tid er den største udfordring. Og så måske også kreativitet. Men kreativiteten ville nok ofte følge med, hvis man havde mere tid til at lave det i. så tid. Tidsparametret er i min optik den største udfordring.

INTERVIEWER: mm. Er der nogle udfordringer i forhold til børnene? I forhold til madvaner?

RESPONDENT F: der er kun udfordringer. Med hensyn til børnene.

INTERVIEWER: (griner)

RESPONDENT F: øhh, de er ikke så eventyrlystne når det kommer til aftensmad, de ved hvad de kan lide. Øhh, hvor vi har den mindste som er villig til at smage hvad som helst. Hun kan heller ikke rigtig sige fra. Som sådan. De to andre kan godt sige fra, og det gør de så i ny og næ. Og vil til tider hellere springe aftensmaden over end at smage på maden. Så det er en konstant udfordring at finde ud af hvad vi kan.. hvad vi kan lokke i dem. Men der kommer da flere og flere retter på. Ikke at de altid får det, men øh, ja.

INTERVIEWER: ja. Så vil jeg gerne høre om øh, hvad du mener er grundelementer, det er lige et spring, hvad mener du er grundelementer i jeres køkken?

RESPONDENT F: ris og kartofler..

INTERVIEWER: mm

RESPONDENT F: ..er grundelementer.

INTERVIEWER: hvorfor det?

RESPONDENT F: fordi det passer til de fleste retter. (griner) når man laver retter som kan varmes, så er det jo ofte noget der passer til en af de to.. produkter. Og ellers så er vi jo ovre i suppe, som vi jo også laver i ny og næ, der skal selvfølgelig ikke så meget til. Men grundelementerne må være, ja, ris og kartofler og eventuelt en eller anden form for kødart.

INTERVIEWER: mm. (pause) så kunne jeg godt tænke mig at høre lidt om hvad du tænker i forhold til sund og usund mad. Hvad synes du er sundt? Hvad synes du er usundt?

RESPONDENT F: man kan sige alt friturestegt mad er vel mere eller mindre usundt. Øhh, Og sundt, det må jo være altså flere grøntsager. Enten.. ja, det, det er jo primært grøntsagerne, man kan sige, altså kartoflerne og risene kan jo også være til, i for store mængder usundt, men trods alt noget fyld man er nødt til at have, men øh, jeg tror, det mest sunde er vel i virkeligheden grøntsager, og så noget fisk som ikke er smurt ind i alt muligt usundt, olie og panering.

INTERVIEWER: ja. Øhh, hvad er dit eget forhold til sund og usund mad? Har du selv nogen særlige madvaner?

RESPONDENT F: ja, jeg har jo usunde vaner. (griner)

INTERVIEWER: (griner)

RESPONDENT F: i forhold til hvis man selv skal vælge, og det skal gå hurtigt, ja så bliver det noget bestilt mad af en slags, eller noget som man hurtigt kan varme.

INTERVIEWER: mm

RESPONDENT F: ja. Og man ved at ungerne gider at spise det.

INTERVIEWER: ja

RESPONDENT F: Så bliver det noget pizza eller noget med nogen pommes fritter og noget forskelligt, så ved man at til en hyggeaften hvor man skal være alene med dem, hvor man ikke selv gider stå og lave det, så er det den lette løsning at køre den vej. Og det er nok mere en dårlig vane end det er.. men øh, det virker. Når man har tre unger alene.

INTERVIEWER: mm. (pause) øhh, hvordan ser du jeres fælles madvaner i forhold til sundhed?

RESPONDENT F: jeg, jeg tror det er okay, men det er ikke takket være mig. (griner)

INTERVIEWER: årh (griner) (pause) og så tænkte jeg egentlig også på i forhold til det, er der noget du kan tænke tilbage på sådan fra i løbet af dit liv der er gået igen i forhold til dine madvaner, og dit forhold til sund og usund kost?

RESPONDENT F: ej ikke i forhold til sund og usund kost, men det der går igen, det er familiemiddagen, at man trods alt sidder ved spisebordet samlet hele familien til det her måltid når vi kommer hjem, hvor, hvor der er mulighed for at drøfte hvad der er sket i løber af dagen, det har jeg selv med fra min egen barndom, og det har jeg kammerater der, jeg ved der ikke har haft, øh, og de er vel til nød sådan set også endt med det her familiemiddag alligevel, men har ikke haft det i deres eget liv, men det er noget der har været gennemgående for mig, at øh, at aftensmaden har man skulle melde fra til, især som stor.. som stort barn, hvor man ikke nødvendigvis kom hjem til tiden, så var det stadigvæk noget man skulle melde fra til, fordi det var en fast dagsorden, som det forventedes at man deltog i hvis ikke man havde andet, men ellers så var det der man spiste.

INTERVIEWER: mm. (pause) er der noget du godt kunne tænke dig at der blev gjort anderledes? I forhold til madvaner i hverdagen.

RESPONDENT F: øhh ja. Jeg ville godt have at man (sukker) at vi hurtigere kunne have maden klar. Så vi kunne springe den der snack over, den der ulvetimesnack over, og kunne komme hurtigere i gang med aftensmaden, så der var større chance for at de spiste aftensmaden og ikke var for trætte. Men det er igen tidsparameteret der spiller ind, hvornår man.. hvor hurtigt man kan komme i gang med det. Men ellers så, altså (pause) nej, jeg tror ikke der er noget som.. igen bliver det, bliver middagen, eller maden i det hele taget, bliver mere en praktisk ting for mig. Det er ikke fordi det, at det betyder så meget præcis hvad det er der bliver lavet, men mest at der er noget, og at vi kan, at man kan komme i gang med det uden at det bliver den største udfordring. Igen med henblik på tre børn. Havde der ikke været børn havde det nok været noget andet. Så havde det nok været kreativiteten i hvad man fandt på. Øh, og at man kunne bruge mere tid på det. Men øh, det er ikke lige.. det er ikke tilfældet.

INTERVIEWER: nej. (pause) ja, det svarer jo næsten også på det næste, hvad skulle der til for at I kunne ændre jeres madvaner? Hvis de skulle ændres altså?

RESPONDENT F: ahøøh, ja, igen tid. (griner) Mere tid. Men øh, jaa, det ved jeg sgu ik hvad der skulle. Jeg synes jo som sådan at madvanerne er vel som sådan udmærket. Så skulle det bare være, måske, en bedre planlægning. Som at man køber ind til en hel uge og har tingene klar.

INTERVIEWER: mm

RESPONDENT F: i den ideelle verden. Det er måske det der skal forbedres. Eller kan forbedres. Men det ændrer jo ikke på at selvom man køber ind til en uge, så skal retterne stadig laves, og det vil jo så stadig kræve tid. Og så er vi tilbage til den.

INTERVIEWER: mm.

RESPONDENT F: ja.

INTERVIEWER: ja. (Pause) øhh, ja, til sidst så, vi skal til at slutte af, så vil jeg bare høre om du ellers har noget i forhold til mad og madvaner, som vi måske ikke har været inde over? Hvis der er noget du tænker vi mangler at snakke om?

RESPONDENT F: mmm.

INTERVIEWER: eller du gerne vil fortælle, som jeg ikke har fået spurgt om?

RESPONDENT F: (pause) nej. Jeg tror det er fint. Jeg kan ikke lige komme på noget.

INTERVIEWER: nej, det er fint, jamen så siger jeg mange tak fordi du ville være med.

RESPONDENT F: jamen det var så lidt, det var en fornøjelse at få lov at deltage.

INTERVIEWER: (griner)