

136. MAASEUDUN KÄSISSÄ ON MAAMME HYVINVOINTI

Terveys ja tarmokkuus kulkevat yhdessä. Vain aloitekykyisenä pystyy kohtaamaan vastaan tulevat huolet ja näkemään niissä uusia mahdollisuuksia. Suurin osa tuotannosta tapahtuu maaseudulla, ja kaupungit ovat sen myyntipisteitä. Kun tietoisuus, tarpeet ja kysyntä muuttuvat, maaseudun on reagoitava. Siitä aukeavat uudet näköalat.

Kamppailu laihtumisen ja sairauksien kanssa on ilman koronaakin käynnissä, ja niihin voimme tehokkaimmin vastata omalla ruokavaliollamme. Monet nuoret ovat jo siirtyneet laktovegetaariseen dieettiin, välttävät vehnää ja valitsevat luomulinjan. Siksi maaseudun tuotannon olisi näytettävä tietä suuremmille joukoille ja tuotava tarjolle ajanmukaisia, kotimaisia raaka-aineita ja ruokatuotteita.

Työ on raskasta, onnistuminen säästä riippuvaista, eikä ole mielekästä viljellä sellaista, joka synnyttää sairauksia. Sokeri ja vehnä ovat esimerkkejä ruoka-aineista, joita olisi viisasta alkaa korvata jo nyt. Nykyvehnän haittoja vailla on alkuperäisvehnä *spelt*. Parhaiten siitä saa tietoa *sunspelt.fi* -sivustolta ja speltin hyväksi jo parikymmentä vuotta toimineelta Kari Kaipaiselta. Spelt työllistää viljelijöitä, leipomoita sekä kahviloita, ja kaikki on luomua ja luonnollisesti terveyttä ylläpitävää.

Kun sokerin sijaan aletaan käyttää *luomuhunajaa*, sen kysyntä kasvaa moninkertaiseksi. Entsyymirikas hunaja on monin tavoin terveellistä, mutta sitä ei pidä kuumentaa yli 40 asteen. Raakahunaja auttaa ruoansulatuksessa ja yhdessä kotimaisen *luomumenaviinietikan* kanssa se on erinomainen janojuoma ja seurusteludrinkki. Hunajalla ja speltillä leivottaessa on kehitettävä uusia tapoja, miten speltillä parhaiten onnistutaan ja miten ei-kuumentunut hunaja liitetään korvapuustin tai kakun osaksi. Jos se tehdään oikein ja huolella, tuote ei lihota. Myös speltipasta ja -ruokaleivät ovat vatsaystävällisiä ja ravinteikkaita.

Jos peltoalaa riittää, olisi hyvä lisätä juuresten ja yrttien kasvatusta. Luomuiset punajuuret, palsternakka ja nauris ovat maukkaita juureksia, joita harvoin kaupoista löytää. Mangoldi, silopersilja, tuore korianteri, lipstikka ja tilli ovat auringossa kasvaneina voimakkaan makuisia ja täynnä ravinteita. Nokkosta voi käyttää monipuolisesti, ruoka-aineena, mutta myös moneen muuhun tarkoitukseen. Tekstiilin hienona raaka-aineena sillä on monisatavuotiset perinteet (*knokkon.fi*). Koska kasvava puu on paras puu – siksihän niitä istutetaan – on parempi herättää henkiin vanha, upea perinnekuitu ja säästää kasvavia puita – ja energiaa.

Tästä voimmekin sujuvasti siirtyä muihin perinteisiin tekstiilimateriaaleihin, monikäyttöisiin pellavaan ja villaan. Ei ole villan voittanutta eikä hienompaa tekstiiliä kuin pellava. Näitä kolmea kotimaista materiaalia sekoittamalla tai käyttämällä pelkästään yhtä yksinään saamme pitkäikäisiä tekstiilejä ja käsin tai koneella neulottuja neulekankaita ja neuleita, jotka voittavat oikeassa käyttötarkoituksessa uudet materiaalit menen tullen. Kaikkiin näihin tarvitaan maaseudun viljelijöiden ja asukkaiden käsiä, taitoja ja työtä.

Luomuvillaprojektista olen kirjoittanut laajemmin kohdassa 11. Uudet, nyt käytössä olevat materiaalit eivät herätä ihailua ja kunnioitusta materiaalia kohtaan, vaan ne ovat rättejä jo syntyessään. Siitä johtuen niitä käsitelläänkin sellaisina, ja siksi ne myös päätyvät jätteeksi nopeasti. Kun saamme tekstiilijätteen lajittelun ja kierrätyksen toimimaan kunnolla, meillä on mahdollisuus yhdistelemällä vanhaa kierrätettyä ja uutta viljeltyä tai kerittyä luoda uusia, eri tarkoituksiin soveltuvia materiaaleja kotimaahan ja vientiin.

Ulla Grünstein

suunnittelija

Helsinki