

Tea Hirvinen

MIKSI LIHA MAISTUU?

Neljän miehen ajatuksia lihasta

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Kandidaatintutkielma

Huhtikuu 2022

TIIVISTELMÄ

Tea Hirvinen: Miksi liha maistuu? Neljän miehen ajatuksia lihasta
Kandidaatintutkielma
Tampereen yliopisto
Yhteiskuntatutkimuksen kandidaattiohjelma
Huhtikuu 2022

Tässä tutkielmassa selvitetään neljän miehen lihalle ja lihankulutukselle antamia merkityksiä. Tutkielman tarkoituksena on kartoittaa, miten lihankulutusta jäsenellään suhteessa kasvisruokaan, käsityksiä kunnon ruoasta ja lihalle annettavia merkityksiä. Tutkielman tavoitteena on kartoittaa lihaan liitettyjä merkityksen antoja kirjallisuuteen tutustumalla sekä haastattelujen avulla.

Laadullinen aineisto koostuu neljästä puolistrukturoidusta teemahaastattelusta, jotka toteutettiin lokakuun 2021 aikana. Haastateltavat olivat haastattelujen aikaan 52–60-vuotiaita. Aineiston analyysimenetelmänä toimii laadullinen sisällönanalyysi ja analyysi etenee teoriaohjaavasti haastattelun teemojen kautta. Tutkielmassa ei ole yhtä ohjaavaa teoriaa, vaan aineistoa käsiteltiin useammasta näkökulmasta. Tärkeimpinä tutkielman analyysia pohjustavina ajatuksina toimivat Jared Piazzan kollegoineen laatima 4N:n malli, sekä Johanna Mäkelän ravitsemussosiologiset tutkimukset.

Ruoanlaitto näyttäytyy aineistossa sukupuolittuneena, pitkälti naisten kotityönä. Ruoan hankinta kuten metsästys tai kalastus puolestaan koetaan miehisenä toimena. Kunnon ruokaan liitetään tärkeänä osana kasvikset, kuitenkin lisukkeena eikä pääruokana. Liha nähdään tarpeellisena osana monipuolista ruokavaliota turvaamassa riittävää proteiinin ja ravintoaineiden saantia. Merkittävin syy kuluttaa lihaa on tämän aineiston perusteella sen maku ja koostumus. Lihan ominaisuuksia on hankala jäljitellä, eivätkä kasvisvaihtoehdot näyttyä houkuttelevina vaihtoehtoina lihalle. Lihan kulutukseen vaikuttaa myös sen normatiivisuus osana ruokavaliotamme sekä tottumus lihaa sisältävien tuotteiden valitsemiseen ja valmistustapoihin.

Aineiston perusteella lihan kulutukseen liittyy fyysisen nälän tyydyttämisen lisäksi henkilökohtaisia, sosiaalisia sekä yhteiskunnallisia rakenteita. Liharuokiin yhdistyy tunteita ja muistoja, ruoka jaetaan perheen tai ystävien kanssa. Samaan aikaan lihan nähdään yhteiskunnassamme normaalina osana ruokavaliota. Miellyttävä maku, tuttuus, helppous ja hyvä suutuntuma ohjaavat valitsemaan lihatuotteita.

Avainsanat: lihan kulutus, sekasyöjä, maskuliinisuus, ruokailutottumukset, kunnon ruoka

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	1
2. MIKSI KULUTAMME LIHAA?	3
3. TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT	6
3.1 Tutkimuskysymys	6
3.2 Tutkimusaineisto ja analyysimenetelmät	6
3.3 Merkitysten löytäminen	8
3.4 Tutkimusetiikka	9
4. TULOKSET	10
4.1 Ruoan laittaa ja ravintolaruokaa	10
4.2 Kunnan ruokaan kuuluvat kasvikset	12
4.3 Lihan määrittelyä ja kulutuksen rajat	13
4.4 Maku, tuntuma, tottumus, halu ja välttämättömyys	15
5. POHDINTA	17
6. YHTEENVETO	20
LÄHTEET	22
LIITTEET	24
Liite 1: Haastattelurunko	24
Liite 2: Litterointimerkit	25

1. JOHDANTO

Ruoka liittyy vahvasti muistiin sen kokonaisvaltaisen olemuksen vuoksi, se tuottaa kognitiivisen, emotionaalisen sekä fyysisen kokemuksen, joka jää monien aistien välityksellä mieleen. (Eräsaari ja Uusihakala, 2016, 27.) Muistellessamme lapsuuden kesiä mummolassa tai ensimmäisiä päiviä koulussa, usein mieleemme tulevat siellä koetut maut ja tuoksut. Suomessa näihin muistoihin liittyy monessa tapauksessa liha. Lapsuuden lempiruoka saattaa olla äidin tekemä jauhelihakastike tai mummon lihapullat. Nämä tutut ja turvalliset maut siivittävät meidät matkalle menneisyyteen ja mahdollistavat muistoihin palaamisen vielä aikuisenakin.

Lihan kulutuksen syyt ovat moninaisia, ja yksilön valintoihin vaikuttavat useat tekijät niin lähipiirissä kuin kulttuurisessa kontekstissa. Lihan kulutusta pidetään yhteiskunnassamme normaalina, ja siitä poikkeaminen saattaa herättää hämmennystä muissa ihmisissä. Totuttujen tapojen muuttaminen on vaikeaa, ja usein arjen kiireessä valitaankin tuttu ja helppo tapa valmistaa ruokaa. Se, miten ruoan laitamme ja kuinka sitä syömme, onkin osa monimutkaisten kulttuuristen käytänteiden verkkoa, joka kumpuaa historiasta, tavoista, rituaaleista, sekä preferensseistä ja makumieltymyksistä. Myös ruoan hankintaan ja valmistukseen liittyvät toimet lähtevät arvoista, normeista ja traditioista. (Shakian ym., 2018, 2.)

Suomessa pitkä agraaritausta on tarjonnut rajatun tilan ruokakulttuurin kehitykselle. Vasta nopea teollistuminen ja 1960-luvulta lähtenyt murros on mahdollistanut uudenlaisen tarjonnan globaalin kaupankäynnin lisätessä kulutusvaihtoehtoja. Erot suomalaisten kulutusluokkien välillä ovat kuitenkin olleet pieniä, sillä ajanjakso maun eriytymiselle on ollut erittäin lyhyt. (Mäkelä, 1990, 59.) Kulutustottumuksissa on kuitenkin mahdollisuuksien lisääntyessä tapahtunut muutoksia, esimerkiksi ravintolatarjonnan monipuolistumisen myötä.

Lihan kulutus on kuitenkin yksi esimerkki toiminnoista, joka on juurtunut osaksi historiallisia ja kulttuurisia traditioitamme (Bell & Neill, 2014, 49–50). Esimerkiksi Suomessa joulukinkku on jo pitkään ollut tärkeä osa jouluateriaa. Joulukinkku voisikin olla esimerkki valinnasta, joita toteuttamalla pääsemme osaksi laajempia kulttuurisia normeja sekä ilmaisemaan kansallista sosiaalista identiteettiämme. Omaksumme ympäröivien ruokakulttuurien piirteitä ja syömistä ohjaavia sosiaalisia normeja, joiden perusteella teemme kulutus päätöksiämme.

Myös kunnon ruoalla on omat tunnusmerkkinsä, jonka perusteella käsitämme tietyn kokonaisuuden ateriaksi. Ateriat vaihtelevat viikon, vuodenajan ja elämäntilanteen mukaan. Ravinnon muuttuminen ruoaksi edellyttää tiettyjä toimia, ja se rakentuu sosiaalisesti sekä kulttuurisesti. (Mäkelä, 1990, 8.) Tyypillisesti kunnon ruoka nähdään valmistettuna ateriana, jota ei välttämättä syödä joka päivä ja johon kuuluu tärkeänä osana liha (Mäkelä 1990, 32; 2001). Aterian vastinpari, napostelu ei ole tilaan tai aikaan sidottu, mutta sekään ei ole täysin sattumanvarainen, vaan liittyy tiettyihin paikkoihin ja rituaaleihin, kuten elokuvan katseluun. Naposteluun liittyy usein herkuiksi, kunnon ruoan vastakohtaksi miellettyjä ruoka-aineita, kuten karkkia tai sipsiä. (em., 9.) Napostelu voi kuitenkin olla myös nopea tapa saada energiaa päivän aikana, kuten palautusjuoma kuntosaliharjoittelun jälkeen tai välipalaleivät opiskelun lomassa.

Ruoka on luonnollinen osa päiviämme, oli kyse kunnon aterioista tai napostelusta, eikä valinnoissamme useinkaan tapahdu radikaaleja muutoksia. Bettina Heinz ja Ronald Lee (1998, 92–93) pohtivat, kuinka jo 1990-luvulla Yhdysvalloissa tietoisuus runsaan lihankulutuksen terveydelle aiheuttamista haitoista lisääntyi samaan aikaan naudan lihassa esiintyneen prionin aiheuttaman hullunlehmäntaudin ja kolibakteerin muunnoksen aiheuttamien vakavien ruokamyrkytysten aloittaman kriisin kanssa. Nämä unohtuivat kuitenkin nopeasti ja lihan kulutus palasi ennalleen. Lihankulutuksen diskurssiin on vakiintunut lihan syöminen oikeana, normaalina ja järkevänä, mistä seuraa lihattomien ruokavalioiden kategorisoituminen vääriksi, epänormaaleiksi tai järjettömiksi (em., 95). Lihankulutus on normalisoitunut osaksi kulutuskäyttäytymistämme ja kietoutunut toimintatapoihimme. Sen tarkasteleminen vaatii pureutumista ihmisten arkeen ja sanattomien käytänteiden sanoittamista.

Latvala ym. (2012, s. 74) tutkivat suomalaisten lihankulutuksessa tapahtuneita muutoksia ja selvittivät, että liki puolet vastaajista ei ollut halukkaita muuttamaan ruokailutottumuksiaan lihan ja kasvien kulutuksen suhteen. Reilu kymmenesosa oli vähentänyt sian- ja naudanlihan ja lisännyt broilerin ja kasvien kulutusta. Lisäksi lähes viidesosa halusi vielä tulevaisuudessa jatkaa kasvien lisäämistä. Kuitenkaan sian- ja naudanlihan kulutus ei ollut vielä vähentynyt merkittävästi. (Latvala ym., 2012, s. 74.) Ihmisillä on monenlaisia motiiveja kuluttaa lihaa ja muutoksen tekeminen on usein vaikeaa, sillä arjessa on helpompaa toimia totuttujen tapojen mukaan.

Tässä tutkielmassa tarkastelen lihan kulutuksen syitä sekä sille annettuja merkityksiä. Selvitän, miten liha sijoitetaan suhteessa kasvisruokaan, ja mitkä tekijät vaikuttavat lihan valitsemiseen. Seuraavaksi esittelen lihaan liitettyjä käsitteitä ja lihan kulutuksen keskeisiä syitä tutkimuskirjallisuuden näkökulmasta.

2. MIKSI KULUTAMME LIHAA?

Lihan kulutuksen liittyy erilaisia merkitysrakenteita ja kulttuurisia normeja. Onkin mahdollista tunnistaa erilaisia motivaattoreita ja tekijöitä, jotka vaikuttavat liharuoan valintaan. Näistä maku on yksi merkittävimmistä kulutusta ylläpitävistä tekijöistä (Heinz & Lee, 1998, 90; Hopwood ym., 2021, 9; Piazza ym., 2015, 115–116): monen mielestä liha yksinkertaisesti maistuu hyvältä, ja sen makua ja koostumusta on hankala jäljitellä. Lisäksi useat ihmiset eivät käsitä syömistä moraalisenä toimintana, vaan nautinnon lähteenä. Tästä näkökulmasta lihan syöminen on luonnollista ihmisille, jotka pitävät sen mausta (Hopwood ym., s. 9). Mikäli lihalle ei löydy mielekästä korvaajaa, on kynnys vähentää lihankulutusta korkea.

Lévi-Straussin kulinaarinen kolmio tarjoaa viitekehyksen ruoan tarkastelulle kulttuurisena ilmiönä. Tässä mallissa kolmion kärkenä on raaka, vasemmassa alareunassa kypsennetty ja oikeassa mädäntynyt. Hänen näkemyksensä mukaan mädäntynyt on luonnollista ja kypsennetty kulttuurista. (Mäkelä, 1990, 25.) Tässä tutkielmassa tarkastelun keskiössä on liha, sen kuluttaminen ja sen valmistukseen liittyvät toiminnot. Kulinaarista kolmiota mukailleen kypsennetty liha on kulttuurista ja mädäntynyt luonnollista, kolmion kärkenä näiden välissä on raaka, joka on osittain luonnollista osittain kulttuurista (em., 25). Tästä näkökulmasta lihan kulutus sijaitsee jossain luonnollisen ja kulttuurisen välissä, eikä ole yksinomaan luonnollista ihmiselle, vaan myös kulttuurisesti väritynyttä. Kulttuuri näkyy esimerkiksi tavoissamme laittaa ruokaa ja valmiissa aterioissa, mutta myös siinä millaista ja minkä eläimen lihaa kulutamme.

Lihaa kuluttaessa ihmiset usein erottelevat tämän elävästä eläimestä. Englannin kielessä tästä on hyvänä esimerkkinä tapa, jossa elävästä eläimestä puhutaan tyypillisesti eri termeillä kuin lihatuotteista. Puhuttaessa lehmästä, käytetään tyypillisesti sanaa ”cow”, kun taas lihaksi prosessoidusta tuotteesta voidaan käyttää termiä ”beef”. Lihaan viitataan usein myös ruokana, jolloin häivytetään sen alkuperä ja yhteydet tiettyyn eläimeen. (Heinz & Lee, 1998, 94.) Arjessa ihmiset näkevät lihan tiettyssä kontekstissa, kuten terveys, hinta tai perheen makumieltymykset, jotka ovat erillään eläinten tai luonnon hyvinvoinnin viitekehyksestä (Latvala ym., 2012, 76). Harvat ovat tekemisissä ruoantuotannon eri vaiheiden kanssa, sillä teurastus ja karjan käsittely on viety suljettujen ovien taakse pienen ammattikunnan hoidettavaksi. Tämä siirtymä on mahdollistanut etäännyttämisen ruoan alkuperästä.

Liharuokiin liitetään usein myös traditiot. Liha toimii osana kulttuurisia kuvastoa ja sloganeita (Heinz & Lee, 1998, 91–92). Selatessa ruokakauppojen mainoslehtisiä on nähtävillä erilaisia liha-tuotteita, joilla ihmisiä houkutellaan tekemään ostoksensa juuri kyseisessä liikkeessä. Tämä uusintaa käsitystä lihasta merkittävänä osana ateriala ja arkiruokailua. Lisäksi juhlapyyhiin, kuten jouluun ja pääsiäiseen, liitetään Suomessa vahvasti lihan kuluttaminen osana kulttuurisia traditioita. Toisaalta käsitykset lihasta vaihtelevat, etenkin puhuttaessa lihasta ruokana. Esimerkiksi Fiddesin (2004, 3) mukaan liha nähdään kaikkena elävänä, joka liikkuu, toisenlaisen lihan ollessa suotavampaa kuluttaa kuin toisen. Ruokatabut ovat vältettäviä ruoka-aineita, joita ei ole sopivaa syödä. Nämä toimivat sosiaalisina merkkijärjestelminä. (Mäkelä, 1990, 19) Suomessa ruokatabuna voisi pitää kissan tai koiran lihan kuluttamista, sillä ne nähdään lemmikkeinä ja niiden lihan kuluttaminen on sosiaalisesti paheksuttuna. Ruokatabut saattavat vaihdella eri maissa sekä uskontokunnissa paljonkin ja ne ulottuvat myös muuhun kuin lihan kulutukseen.

Heinzen ja Leen (1998, 98) tutkimuksessa terveys nähtiin vain pienenä osana lihankulutuskeskustelua. He esittävät, että terveyttä käsitellään pitkälti kysymyksenä ruokaturvasta ja keskustelua heräsi, mikäli siinä ilmeni ongelmia. 2000-luvun puolelle siirryttäessä keskustelu terveydestä on kuitenkin muuttunut, sillä etenkin runsaan punaisen lihan kulutuksen terveysriskit ovat yhä laajemmin tiedostettuja länsimaissa, jossa keskimäärin lihankulutus on runsasta. Terveellisyys ja painonhallinta olivatkin tärkeitä syitä sian- ja naudanlihan kulutuksen vähentämiseen ja broilerin kulutuksen lisäämiseen (Latvalan ym. 2012, 76). Vastapainona tälle lihankulutus voidaan nähdä myös terveydelle välttämättömänä (Piazza ym., 2015, 118), mutta tämä liitetään pääsääntöisesti konservatiiviseen maailmankatsomukseen (Hopwood ym., 2021, 9).

Selvitän tässä tutkielmassa lihan kuluttamisen maskuliinisuutta ja sitä, kuinka liha liitetään osaksi miehistä kuvastoa. Lihankulutukseen saatetaan yhdistää myös maskuliinisia piirteitä, jotka lähtevät stereotyyppisestä ajattelusta, jossa voima liitetään osaksi lihankulutusta ja nähdään miehisenä ominaisuutena. Tämä on kuitenkin erikoista kulttuurissa, jossa ruoan tuotanto, valmistus sekä kulutus sijoitetaan pitkälti naisten toiminta-alueelle. (Heinz & Lee, 92, 1998.) Maskuliinisuuden kuvaan kuuluu siis tässä yhteydessä lihankulutus, mutta sen valmistaminen suljetaan tämän ulkopuolelle. Samanlainen ajatusmalli on nähtävissä myös ruoan hankintaan liittyvässä toiminnassa - naiset harrastavat tyypillisemmin sienestystä ja marjastusta, kun taas suuri osa metsästäjistä ja kalastajista on miehiä (Hanifi, 2019).

Lihan kulutus ja asenteet lihaa kohtaan ovat olleet suuressa muutoksessa kuluneiden vuosikymmenten aikana. Erilaisten kasvipohjaisten tuotteiden saatavuus on parantunut merkittävästi kasvisten käytön lisääntyessä. Samaan aikaan lihan kulutus on kuitenkin edelleen kasvussa (Valtion ravitse-

musneuvottelukunta, 2014, 13). Kasvua voidaan selittää osittain lihan uniikilla maulla, totutuilla tavoilla sekä kulttuurisella kuvastolla, joka luo tietynlaista kuvaa kuluttamisesta (mm. Heinz & Lee, 1998, 90; Hopwood ym., 2021, 9; Piazza ym., 2015, 115–116). Terveysnäkökulman painottuessa ihmiset pyrkivät usein vähentämään vain punaisen lihan kulutusta, mikä saattaa jopa lisätä broilerin kysyntää (Latvala ym. 2012, 74). Piazzan kollegoineen (2015) tiivistää lihan kulutuksen 4N:n malliin, joka kuvaa lihan kulutuksen motiiveja. Näitä ovat ihmisen luonnollinen halu syödä lihaa (natural), lihan kulutuksen normaalius yhteiskunnassamme (normal), lihan tarpeellisuus terveyden ylläpitämisessä (necessity) ja hyvä maku (nice).

Seuraavassa luvussa esittelen tutkimuskysymyksen ja tutkimusmenetelmät. Käyn läpi haastatteluaineiston keräämisen vaiheet ja sen käsittelyn, sekä aineiston käsittelyyn liittyvät analyysimenetelmät. Lisäksi käsittelen tutkielman toteutukseen liittyviä eettisiä kysymyksiä ja miten lähdin tarkastelemaan haastatteluaineistoa ja siitä löytyviä merkitysrakenteita.

3. TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

3.1 Tutkimuskysymys

Lihankulutus on hyvin yleistä ja lisääntynyt tasaisesti koko 2000-luvun ajan (Valtion ravitsemusneuvottelukunta, 2014, 13). Lihaan liitetään monenlaisia merkityksiä ja oletuksia, ja sillä luodaan identiteettiä. Tässä tutkielmassa tarkastelen lihan merkitystä keski-ikäisillä miehillä. Päädyin kyseiseen ryhmään, sillä lihaa on suositeltu kulutettavaksi alle 500 g viikossa, mutta Finnravinto - tutkimuksen mukaan tämä ylittyi 79 %:lla miehistä ja 26 %:lla naisista (Valsta ym. 2018, 56). Miehillä lihankulutus on siis keskimäärin runsaampaa kuin naisilla.

Miesten keskuudessa liha- ja makkaraleikkeleitä sekä -valmisteita, ja lihalaatikoita ja -patoja kulutettiin 45–64-vuotiaiden ryhmässä keskimäärin enemmän kuin 18–44-vuotiaiden tai 65–74-vuotiaiden ryhmässä (Valsta ym. 2018, 51). Tämä ikäryhmä kiinnostaa myös siksi, että he eivät ole eläneet koko elämänsä yhteiskunnassa, jossa lihankulutuksen terveydelliset haitat ja ympäristövaiikutukset ovat olleet jatkuvasti läsnä keskusteluissa. Lähden lähestymään aihetta selvittämällä millaisia tunteita liha herättää sekasyöjissä? Entä onko lihalla roolia käsityksessä ”kunnon ruoasta”? Tarkoitukseni on löytää syitä sille, miksi henkilöt kuluttavat lihaa ja lihatuotteita sekä millaisia merkityksiä he tälle antavat. Aihetta tutkiakseni olen kerännyt haastatteluaineiston, jonka analyysiin sovellan teema-analyysia. Seuraavassa alaluvussa esittelen haastatteluaineiston ja kuvaan tarkemmin analyysimenetelmät.

3.2 Tutkimusaineisto ja analyysimenetelmät

Tutkielmani aineisto koostuu neljästä 30–90 minuutin haastattelusta, joista litteraattia muodostui 86 liuskaa. Laadullisessa tutkimuksessa yleinen informanttien määrä vaihtelee yhdestä kolmeen kymmeneen (Bengtsson, 2016, 10), joten resurssieni puitteissa ja tutkielman laajuuteen nähden haastateltavia on riittävä määrä. Kolme haastatteluista toteutui kasvokkaisessa kanssakäymisessä ja yksi Teams-videopuhelun välityksellä. Valitsin menetelmäksi haastattelun, sillä se on joustava tapa kerätä tietoa, jossa ymmärrys aiheesta luodaan yhdessä haastateltavan kanssa. Haastattelut toteutettiin kahden keskeisinä tilanteina. Haastattelumenetelmänäni käytin puolistrukturoitua teemahaastattelua, jossa haastattelu eteni valitsemieni teemojen ja kysymysten mukaan, mutta sen edetessä oli mahdollista tarkentaa ja syventää kysymyksiä perustuen haastateltavien vastauksiin. (ks. Tuomi & Sarajär-

vi, 2018, s. 64–66; Puusa, 2020, 107–108.) Haastattelut etenivät vapaamuotoisesti ja mikäli haastateltava nosti jonkin teeman esiin jo aiemmin, käsittelimme aiheen heti. Näin osoitin haastateltavalle kuuntelevani ja loin haastattelusta mahdollisimman luonnollisen vuorovaikutustilanteen. Haastattelujen aikaan kaksi haastateltavista oli 60-vuotiaita ja loput 59- ja 52-vuotiaita.

Teemahaastattelun periaatteen mukaan haastattelut jakautuivat teemoihin. Näissä pyydettiin henkilöä määrittelemään mitä hän mieltää lihaksi, kartoitettiin henkilön ruoanlaittotottumuksia, hänen näkemyksiään kasvisruoasta ja lopuksi selvitettiin ajatuksia kasvien ja lihan kulutukseen liittyvää julkisesta keskustelusta. Lihan määrittely oli tärkeää, sillä ihmisillä on erilaisia käsityksiä siitä mikä kaikki luetaan lihaksi (ks. esim. Fiddes, 2004, 3; Ovaskainen, 2016, 29). Näin vältettiin myös väärinkäsityksiä puhuttaessa liharuoista ja lihan kuluttamisesta. Haastattelurunko on nähtävissä liitteessä 1.

Jäsensin aineistoa laadullisen sisällönanalyysin keinoin, joka tarjoaa työkalut aineiston systemaattiseen luokitteluun (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 87). Käytin sisällönanalyysiä analyysimenetelmänä enkä teoreettisena viitekehyksenä. Jäsensin aineistoa teoriaohjaavasti, jolloin käsitteistö perustui aiempaan tutkimukseen, ja tarkastelin haastatteluaineistoa aiempien teorioiden ja tutkimusten pohjalta. Teemahaastattelu mahdollisti puolestaan sen, että saatoin edetä analyysissäni omien kysymysteni kautta, jolloin pääsin teemojen etsimisen sijasta keskittymään siihen, mitä tutkittavat puhuivat ja tarkastelemaan keskustelussa ilmeneviä merkityksiä (Moilanen ja Rähä, 2015, s. 63).

Merkityksiä tutkittaessa on huomioitava, että inhimillinen todellisuus on monimerkityksistä, ja ymmärrämme toistemme viestejä välillä väärin (Moilanen ja Rähä, 2015, 53). Väärinymmärrys on riskinä myös tässä tutkielmassa, sillä jäsensin haastatteluaineistoa omasta näkökulmastani, joka eroaa haastateltavien ajatuksista ja kokemuksista. Olen haastattelujen aikana pyrkinyt esittämään mahdollisimman paljon tarkentavia kysymyksiä minimoidakseni väärinymmärrysten riskin, ja haastateltavat ovat antaneet luvan esittää tarkentavia kysymyksiä jälkikäteen, mikäli epäselvyyksiä ilmenee analyysivaiheessa.

Tutkielman eri vaiheita on vaikeaa erottaa omiksi tarkkarajaisiksi osa-alueikseen, sillä aineiston keruu ja analyysi ovat hyvin lähellä toisiaan (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 131). Olen jo haastattelujen sekä litteroinnin aikana tutustunut aineistoon ja muodostanut alustavia näkemyksiä analyysin etenemisestä kirjaamalla ylös näistä syntyneitä ajatuksia ja ideoita. Keskityn tutkielmassani haastatteluaineiston asiasisältöön, joten haastattelujen äärimmäisen yksityiskohtainen litterointi, kuten äänenpainojen merkitseminen ei ole tarpeen. Olen kuitenkin litteroinut haastattelut sanatarkasti, jotta myöhemmin on mahdollista arvioida, olenko nostanut haastattelussa keskusteluun joitakin termejä

vai ovatko ne olleet haastateltavien itsensä valitsemia. (ks. Ruusuvuori, 2010, 356). Merkitsen litteeraatissa myös, mikäli haastateltava on nauranut tai naurahtanut, tai pitänyt tauon puheessa, sillä tämä saattaa vaikuttaa lauseen merkitykseen. Naurahdukset tai nauraen sanotut asiat on merkattu kaksoisulkein ja tauot on merkattu sulkeilla, jonka sisällä on piste. Mikäli haastatteluotetta on lyhennetty, se on merkattu kaksoisviivalla. Tässä tutkielmassa käyttämäni litterointimerkit ovat nähtävissä liitteessä 2.

Saadakseni aineistosta hallittavamman aloitin aineiston käsittelyn pelkistämällä, eli karsimalla ylimääräisen aineiston pois, joka ei vastannut tarpeitani tätä tutkimusta varten (vrt. Tuomi & Sarajärvi, 2018, 91–93, 95). Tämän jälkeen ryhmittelin aineistoa etsimällä haastatteluista eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia teemojen sisältä. Tarkoituksena oli aineiston järjestelmällinen läpikäynti tutkimusongelman ja keskeisten käsitteiden määrittämällä tavalla (Ruusuvuori ym., 2010, 15), joita olivat käsitykset lihasta ja kasvisruoista, sekä haastateltavien ruoanlaittotottumukset ja suhtautuminen julkiseen keskusteluun lihan ja kasvien kulutuksesta. Etsin haastatteluista merkityksenantoja, yhtäläisyyksiä ja eroja, ja mitä nämä kertovat esimerkiksi lihankulutuksesta ja maskuliinisuudesta yhteiskunnassamme (ks. Ruusuvuori ym., 2010, 14). Lopuksi vertasin analyysini tuloksia myös aiempaan tutkimukseen, erityisesti Piazzan ym. (2015) 4N:n mallin mukaisiin motiiveihin kuluttaa lihaa. Tämän lisäksi tarkastelin lihan kulutusta maskuliinisuuden näkökulmasta tutkimalla, assosioidaanko miehisuus lihaan tai tarpeeseen kuluttaa lihaa, kuten vielä Heinzin ja Leen (1998) tutkimuksessa liha assosioitiin maskuliinisuuteen.

3.3 Merkitysten löytäminen

Merkityksiä etsittäessä etsimme ihmisten henkilökohtaisia merkityksenantoja, nämä ovat kuitenkin rakentuneet kulttuuristen toimintatapojen sekä tarinoiden varaan (Moilanen ja Räihä, 2015, 54). Lihankulutus voidaan nähdä normaalina yhteiskunnassamme ja samaan aikaan yksilö voi kokea tämän olevan välttämätöntä hänen terveydellensä (Piazza ym., 2015, 115), molemmissa tapauksissa merkityksiä luodaan niin yleisellä kuin yksityiselläkin tasolla.

Merkitykset riippuvat kontekstista ja näin ollen niiden tulkinnassa tulee olla herkkyyttä ja tarkkanäköisyyttä (Moilanen ja Räihä, 2015, 52). Analyysiä tehdessäni kiinnitinkin erityistä huomiota kontekstiin ja erilaisiin tulkinnan mahdollisuuksiin. On tärkeää kyseenalaistaa tulkintansa aiheesta ja pohtia useampia tulkinnan mahdollisuuksia sekä katsoa laajempaa kokonaisuutta. Merkitykset niveltävät toisiinsa ja luovat merkitysrakenteita (Moilanen ja Räihä, 2015, 53). Tutkielmassani lihan merkitykset toimivat muun muassa suhteessa kasvisruokaan, henkilöiden totuttuihin tapoihin sekä

julkiseen keskusteluun aiheesta. Merkitysrakenteet ovat siis monimutkaisia kokonaisuuksia, joita ei ole mahdollista ymmärtää tutustumatta myös ilmiön laajempaan kontekstiin.

3.4 Tutkimusetiikka

Haastateltavani olivat tässä tutkielmassa yksityishenkilöitä, joten keräsin heiltä luvat haastattelun yhteydessä. Tämän lisäksi he ovat saaneet tutkimuskutsun, tietosuojailmoituksen sekä tutkimusluvan, jonka he allekirjoittivat ennen haastattelun alkamista. Yksi näistä tutkimusluvista on sähköisessä muodossa. Haastateltavia on tiedotettu heidän oikeuksistaan, joihin kuuluu muun muassa se, että he saavat missä tahansa tutkimuksen vaiheessa kieltää aineistojen käytön tai nähdä haastattelusta tehdyn litteraatin ja oikaista sitä. Kaikkien tutkimukseen osallistuneiden tiedot on pseudonymisoitu litteroinnin yhteydessä sekä mahdolliset haastatteluissa esille tulleet nimet poistettu. Haastateltavat on numeroitu satunnaisesti yhdestä neljään. Haastateltavia on informoitu aineiston säilytyksestä ja kaikki antoivat suostumuksensa aineiston käytölle myös pro gradu -tutkielmassani, mikäli päädyn jatkamaan aiheen parissa. Äänitallenteet poistan heti tämän tutkielman valmistuttua.

Tutkielmassa kerätyt tiedot eivät ole pääsääntöisesti erityisen arkaluontoisia, sillä ne liittyvät henkilöiden ruokailutottumuksiin ja näkökulmiin liha- sekä kasvisruoista. Haastattelussa mainittiin joidenkin haastateltavien yksityiskohtaisempia terveystietoja, joten anonymiteetin varmistamiseksi olen poistanut nämä aineistoista ja korvannut yleisemmillä ilmauksilla. Onkin erityisen tärkeää, että aineistoa käsitellään huolellisesti ja tietoturvakysymykset huomioon ottaen. Sähköiset aineistot säilytetään salasanan takana ja fyysiset tulosteet ovat lukollisessa tilassa.

4. TULOKSET

Tässä luvussa käsittelen tutkielman tuloksia. Esittelen haastateltavien näkemyksiä eri teemoihin liittyen ja erittelen samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia vastauksissa aineisto-otteiden avulla. Tämän luvun tarkoituksena on esitellä aineistoa ja tehdä alustavia huomioita, joita vertaan aiempaan tutkimukseen seuraavassa luvussa.

4.1 Ruoan laitto ja ravintolaruokaa

Ruoanlaitto on perinteisesti kuulunut muiden kotitöiden ohella naisten vastuulle (Mäkelä, 1990, 50–51). Haastateltavat 1 ja 2 asuvat yhdessä puolisonsa kanssa ja he kuvailevat kuinka päätökset ruoasta ovat pitkälti vaimon tehtävä, mutta he tarvittaessa osallistuvat ruokahuoltoon esimerkiksi käymälä kaupassa ja toisinaan laittamalla ruokaa. Haastateltava 1:

– – mutta että [vaimo] tekee sen verran hyvää ruokaa että niin mulle kyllä yleensä putoo ne kaikki ettei tuota siinä. – – No nyt viime aikoina oon tehny tosi vähän [ruokaa] että paremmin mä niinku osallistun siihen semmosena avustavana henkilöä vain siihen kyllä mä joskus oon tehny aikasemmin mutten mä nyt oo tehny en mä tiedä miks en mä oo tehny – –

Yksin asuvat haastateltavat 3 ja 4 kertovat ruoanlaittonsa olevan pitkälti tuttujen ruokien valmistamista, sillä silloin tietää ruoan valmistuvan helposti sekä olevan maistuvaa. Haastateltava 3 kuvailee ruokailuaan pitkälti ”naposteluksi” ja ettei hän juurikaan syö ”kunnon ruokia”, joilla hän viittaa kypsennettyihin ruokiin. Kuitenkin naisystävän ollessa läsnä hän syö mielellään tämän laittamaa ruokaa. Ruoanlaitto vaikuttaakin haastattelujen perusteella näyttävätyvän enemmän naisten kuin miesten kotityönä. Haastateltavan 2 puheenvuorossa kuului miehen ja naisen perinteinen asetelma ruoanlaitossa:

– – ykskin [mies] asu [yksin] taikka ei ollut siis ketään kokkia hänelle niin se soitteli äitellensä ja puhelimesta tuota sai neuvoja (.) Hänestä kehittyi todella hyvä kokki – – Et kyl se miehellekin on mahdollista mutta sekin ehkä sillä oli tota alku lähtökohta oli että pakon sanelemana mutta kai se varmaan sitten että tällä ilmeisesti oli ihan oikeasti lahjakkuutta siihen hommaan.

Haastateltava kuvailee toisinaan laittavansa ruokaa, muttei koe itseään erityisen hyväksi siinä. Yksin asuvilla haastateltavilla ruoanlaitto näyttävätyy enemmänkin velvollisuutena, joka haluttan hoi-

taa mahdollisimman helposti ja nopeasti. Kukaan haastateltavista ei ole innostunut tuntien ruoanlaitosta ja käyttävätkin mielellään puolivalmisteita tai hoitavat ruokailun kodin ulkopuolella.

Kolme neljästä haastateltavasta kokeilevat uusia reseptejä hyvin harvoin laittaessaan ruokaa ja luottavat tuttuihin ja turvallisiin vaihtoehtoihin tai kuten haastateltava 2 kertoi:

– – mähän en keittokirjan mukaan oikeastaan tee yhtään mitään että mä vedän päästä kaikki

Haastateltava 1 kuitenkin sanoo pitävänsä uusien ruokien kokeilemisesta ja ottavansa esimerkiksi lehdistä talteen reseptejä, joita haluaa kokeilla. Haastateltava 4 kertoo olleensa ennen kiinnostunut ruoanlaitosta ja leiponeensa myös leipää, mutta nykyisen elämäntilanteen kuormittavan niin ettei ruokailun suunnitteluun löydy viitseliäisyyttä.

Haastateltavien laittaessa ruokaa painottuvat tuttuus, nopeus ja helppous. Tutuista raaka-aineista on helppoa valmistaa ruokaa ja tietää, että sen saa ”säädylisessä ajassa valmiiksi”. Tällöin voi myös olla varma, että ruokaa on miellyttävä syödä ja se poistaa nälän. Tuttuus näkyi myös siinä, että laittaessaan ruokaa, lähes jokaisella haastateltavalla siihen kuului lihaa tai lihatuotteita. Haastateltava 2 kuvaili:

– – Mutta kyllä se voi voi kyllä sanoa että silloin kun mä teen ruokaa niin ei se kyllä mitään kasvisruokaa ole että kyllä siinä on se liha tai kala

Ainoastaan haastateltava 1 kertoo aina silloin tällöin ruokaa laittaessaan kokeilevansa mielellään erilaisia uusia kasvipohjaisia proteiininlähteitä, niin sanottuja ”lihankorvikkeita”.

Ravintola puolestaan nähdään paikkana, jossa voidaan kokeilla uudenlaisia vaihtoehtoja ja erikoisiakin ruokia. Haastateltava 4 kertoo uteliaisuuttaan kokeilleensa ravintolassa nyhtökaurapihviä, 2 puolestaan sanoo syövänsä kotona harvoin ”puhdasta kasvisruokaa”, mutta ravintolassa on välillä mukavaa maistaa erilaisia vaihtoehtoja. Ravintolamaailman monipuolistuminen on mahdollistanut haastateltavienkin makumaailman laajentamisen ja heistä etenkin 1, 2 ja 3 ovat kiinnostuneita kokeilemaan uudenlaisia makuja ja ruokalajeja ravintoloissa. He kuitenkin painottavat, että usein ruoassa on joko kanaa tai kalaa.

Vaikka ruoanlaitto ei näyttäytynyt kiinnostavana toimintona, ruoan hankintaan liittyvät toimet, kuten kalastus ja metsästys ovat aineistossa osa miehuuden ilmaisua. Haastateltava 2 kertoi, ettei miesten kanssa jaeta mitään reseptejä, mutta metsästyksestä ja kalastamisesta puhuminen on sopivaa. Aineiston perusteella näkisin, että myös kaupassa käyminen voi olla osa miehistä toimintaa, niin sanottua modernia metsästystä. 3 jakoi sankarillisen tarinan:

Se tuota niin silloin kun mä lähdin vähän niin kuin metsämies metsälle (.) Ehkä vähän lähdin hakemaan Kangasalan Prismasta sitä tarjous kinkkua, kun se oli tuota niin tuolta Tampereen Prismasta loppu semmoisella vanhalla retkipyörällä ja oli hemmetin liukas keli ja siinä oli ylämäkeä alamäkeä ja se 8 kilon kinkku oli siinä tarakalla ja mä tulin siellä hontelolla retkipyörällä niin kun niitä mäkiä alaisia se keikkui siellä tarakalla mutta haettiin se tarjouskinkku kuitenkin (.) Sitä me sanottiin sitä mammutiksi sitä kinkkua sitten koska se toi mieleen niinku tämmöisen mammutin metsästäjät – –

Muutkin haastateltavat kuvailevat käyvänsä kaupassa ja hoitavansa perheen ruokaostoksia, he eivät kuitenkaan ole päävastuussa siitä mitä kaupasta ostetaan, vaan usein puoliso on tehnyt kauppailistan valmiiksi.

4.2 Kunnan ruokaan kuuluvat kasvikset

Syömisen voidaan nähdä jakautuvan vapaammaksi, epämuodolliseksi syömiseksi – naposteluksi, sekä muodollisemmaksi ateriaksi. Molempiin kuuluvat yhtä lailla rituaalit sekä sitoutuminen aikaan ja paikkaan. (Mäkelä, 1990, 8–9.) Aineistossani käsityksiä kunnan ruoasta värittävä vahvasti lautasmalli, joka vaikuttaa ohjaavan syömisen ideaalia. Tärkeimpänä osana kunnan ruokaa nähdään kasvikset (1, 2 ja 4) sillä ilman näitä aterian koetaan olevan vajaa. Kasvikset eivät kuitenkaan ole pääosassa aterialla, vaan niitä tulee olla lisukkeena tai salaattina muun ruoan lisänä. Vaikka kasvisruokaa ei sinällään suljettu pois, sain haastatteluista vaikutelman, että liha jossain muodossa nähdään kuuluvaksi kunnan ruokaan. Haastateltava 1:

Sen verran on mutta pakko jotakin kasviksia olla että en mä nyt kasvisruokaa pelkästään – –
Kyllä tuntuu vähän että jotakin puuttuu jos ei oo jotaki salaattia kurkkua tomaattia ihan tämmöisiä perus juttuja että kasvikset kuuluu siihen

Kunnan ruoka näyttäytyy enemmänkin ruokailun ideaalina, jota kaikki haastateltavat eivät välttämättä syöneet päivittäin. Kunnan ruokaan viitataan myös muuttuvana kategoriana, sillä kaksi haastateltavaa kuvasi, kuinka aikaisemmin kunnan ruokaan kuuluivat perunat ja lihasoosi, jota syötiin kaksi kertaa päivässä. Nykyään kunnan ruoan käsite vaikuttaa aineiston perusteella olevan joustavampi ja laajempi, sekä etenkin kasvien tulleen tärkeäksi osaksi sitä.

Huomionarvoista mielestäni on, että kaikki liharuoka ei kuitenkaan kuulu osaksi kunnan ruokaa. Haastatteluaineistossa esimerkkejä tällaisista ovat pizza, erilaiset makkarat sellaisenaan sekä niin sanottu napostelu, kuten voileivät leikkeleellä. Kuitenkin makkara saattaa olla kunnan ruokaa, mikäli se valmistetaan ja siitä tehdään esimerkiksi makkarakastiketta. Haastateltava 3 ei kuitenkaan

koe esimerkiksi makkaraa varsinaiseksi liharuoksi. Kasviksilla samanlainen ristiriita esiintyy aineistossa ainoastaan perunalla, jossa ranskalaiset suljetaan kunnan ruoan ulkopuolelle, mutta muusi sekä keitetyt perunat luetaan osaksi kunnan ruokaa.

Kasvisruoka nähdään kevyenä ja sen kykyä viedä nälkä epäillään, ja esimerkiksi salaattit liitetään laihduttamiseen, eikä niitä nähdä varsinaisena ruokana. Haastateltava 3 kuvasi kuinka hän söi aikanaan tomaatti-tonnikalasalaattia osana painonhallintaa. Vastauksissa kuuluu lihan normatiivisuus ruokavalinnoissa, sillä lihaa ei aina mainita vaan sitä pidetään automaattisena osana ruokia. Tämä on havaittavissa esimerkiksi puhuttaessa perunasopasta, jolla tarkoitetaan keittoa, joka sisältää lihanpaloja. Kielessämme yleisemminkin liha on löytänyt paikkansa luonnollisena osana ruokia. Vaikka liha ei kuuluisikaan ruokien nimissä, kuten hernekeitto tai kaalilaatikko, saattaa se kuitenkin sisältää sitä. Vaatii kulttuurista ymmärrystä, jotta on mahdollista ymmärtää mitkä ruoista sisältävät lihaa ja mitkä ovat kasvisruokia. Myös lihan määrittely ja kategorisointi kuuluu aineistossa, sillä liharuokiin viitataan usein vain puhuttaessa punaisesta lihasta tai ruoassa näkyvästä lihasta, jolloin kala-, sisäelin- ja kanaruoat jäivät liharuokien kategorian ulkopuolelle. Käsittelen seuraavaksi haastateltujen käsityksiä lihasta ja lihan määrittelmästä.

4.3 Lihan määrittelyä ja kulutuksen rajat

Haastateltavat ovat yksimielisiä siitä, että liha on jotakin, joka tulee elävästä eläimestä. Lihaa määritellään myös negaation kautta rajaamalla synteettinen, laboratoriossa valmistettu liha tämän jaotellun ulkopuolelle. Liha jaetaan useampaan alakategoriaan, sillä punaisesta lihasta puhuttiin lihana, ja kanaa sekä kalaa käsiteltiin omina luokkina. Näin ollen liharuosta puhuttaessa viitataan pääosin punaista lihaa sisältäviin ruokiin, kun taas kana- ja kalaruoista puhutaan erikseen. Haastateltava 1 muistelee:

Ei nykkään taida tällä viikolla mitään liharuokaa varsinaista oo ollu mutta leivän päälle oon
(.) Ai äsken söin metvurstipitsaa tosin se oli pakastepitsa mutta kyllä sekin jostakin lihasta on
lähtösin se metvursti siinä

Vaikkakin liha määritellään melko laajasti, erottelemme ruoan muusta lihasta, kaikki liha ei ole yhtä suotavaa kuluttaa kuin toinen (Murrcott, 2019, 18). Haastatteluissa tämä näkyi siten, että keskustelussa mainittiin useammin vain nauta, possu, kana sekä kala. Näiden eläinten liha on jo vakiintunut osaksi kulutustottumuksiamme ja niiden kuluttaminen nähdään luonnollisena osana ruokavaliota. Näiden lisäksi haastateltava 4 puhui porosta ja haastateltava 2 myönsi todennäköisesti syöneensä käärmeen lihaa asuessaan Aasiassa, muttei valitsisi sitä tietoisesti. Ruokatabutkin siis vaikuttavat kulutusvalintoihimme. Haastateltava 3 kuvasi tätä seuraavasti:

– – Ei ja enkä mitään heinäsirkkojakaan pysty syömään vaikka niitäkin on ollut tarjolla jos-sain messuilla (.) Mutta kiersin ne kyllä kaukaa

Broileri ja kala eritellään erillisiin kategorioihin puhuttaessa lihasta niiden punaisesta lihasta poikkeavien ominaisuuksien vuoksi. Etenkin kalaa perustellaan terveellisyydellä ja toisaalta siihen voi liittyä myös kokemus omasta osallistumisesta ruoan hankintaan. Haastateltava 2:

Niin ja sitten kun sitä itse kalastaa niin se on lähiruokaa joka tekee siitä vielä erittäin terveellistä ja muutenkin niinku mielekästä että se on tuore tuoreus takuu silloin kun se on itse pyydetty

Kala edustaa kuitenkin myös hyväosaisuutta ja mahdollisuutta valita. Se on usein hintavaa ja sen kulutusta rajoittaa saatavuus. Järvikalaa edustaa toiselle haastateltavalle keskiluokkaisuutta ja hyvä-tuloisuutta, siinä missä haastateltava 1 saattaa käyttää enemmänkin rahaa tuoreeseen kalaan haastateltava 3 kommentoi:

Muutenkin tällainen niinku lähiruoka joka on sitten taas suurimmalle osa suurella osa osaa ihmisiä niinku niin kallista, että sitä ei voi hankkia, että tehotuotanto tuotetut kalapuikot on hintaansa nähden ku- kohtuullisen hyviä ja ja herkullisia ja ravitsevia (.) Et et jos siihen sitten joku valopää tulee sanomaan että söisit järvikalaa tästä läheltä joka maksaa 70 kilo (.) ((Niin niin juoskoon mutkia))

Samanlaista keskustelua heräsi eri ihmisten mahdollisuudesta kuluttaa lihaa sen eri muodoissa, etenkin kulutusmahdollisuuksien epätasa-arvosta. Tietynlaiset kulutuspäätökset eivät ole mahdollisia taloudellisessa niukkuudessa elävälle, kuten säännöllinen ravintolassa syöminen tai kalliiden lähellä tuotettujen lihojen ja kalan kulutus.

Rahan lisäksi lihan kulutusta aineiston perusteella rajoittaa terveys. Etenkin pitkäaikaissairauden kanssa elävä haastateltava 1 kertoo useiden rasvaisten liharuokien aiheuttavan raskaan olon ja tämän vuoksi niiden kulutuksen vähentyneen. Useammalla haastateltavalla on itsellään tai asuin-kumppanillaan ärtyvän suolen oireyhtymän oireita, jotka vaikuttavat haluun ja mielenkiintoon kekeilla erilaisia ruokia. Haastateltava 3:lla on ristiriitainen suhtautuminen lihan kultukseen, sillä hän mielellään lisäisi laadukkaampien lihojen, kuten pihvien kulutusta, mutta samaan aikaan hän kokee, että makkaroita ja meetvurstin kulutusta pitäisi vähentää veriarvojen vuoksi. Näkyvin rajoittava tekijä, joka vaikuttaa jokaisen haastateltavan ostopäätöksiin, on sijainti ja lähikauppojen tuotevalikoima. Niitä tuotteita kulutetaan, jotka ovat tuttuja, alennuksessa tai aseteltu hyllyyn näkyvälle paikalle.

4.4 Maku, tuntuma, tottumus, halu ja välttämättömyys

Haastateltava 1:

– – äite teki tosi hyvää jauhelihasoosia se ei ollu sellasta pientä murua vaan seilä oli semmosia klönttejä semmosia vähän isompia sitten oli reilusti sitä jauhelihaa sielä

Kolmen haastateltavan (1, 3 ja 4) vastauksissa kuuluvat ruokaan liitetyt muistot elämän varrelta. Ruoan äärellä on sattunut hauskoja ja traagisiakin sattumia, jotka ovat jääneet henkilöiden mieleen. Ruokaan liittyy paljon tunteita erilaisista hetkistä ja ihmisistä. Haastateltavien muistoissa yhteistä on se, että suolaisista ruoista heidän merkittävimmät muistonsa liittyivät liharuokiin.

Lihan maku ja suutuntuma ovat haastateltaville merkittäviä syitä kuluttaa lihaa. Niitä kuvailtiin ”tutuksi”, ”turvalliseksi” ja ”hyväksi”. Lihaa verrattiin kasvisruokaan, jonka tuntumaa haastateltava 4 kuvasi ”vetiseksi”, eikä kasvisruoassa ole samanlaista ”purutuntumaa” kuin ”normiruoassa”, jolla hän viittaa liharuokiin. Näissäkin sanavalinnoissa on nähtävissä liharuoan normatiivisuus ja luonnollisuus suhteessa kasvisruokaan. Myös haastateltava 1 kuvasi:

Niin no kyllä kyllä mä kiinnostaa kokeilla että kyll meillä on kaikkia Mifua ja Härkistä ja Falleroita ja Boltseja ja ja ja on kokeiltu muttei ei niissä niin ei niissä niin tota ei ne nyt sellasia oo että niitä mitenkään mieli tekis

Kaikki haastateltavat ovat kokeilleet erilaisia kasvipohjaisia tuotteita, mutta juuri mikään näistä ei ole vakuuttanut heitä erikoisen koostumuksen tai maun vuoksi. Nämä ominaisuudet ovatkin tärkeitä ruoan valinnassa. Kaikki suhtautuvat kasvipohjaisiin tuotteisiin kuitenkin neutraalisti ja kertoivat syövänsä kasvisruokaa, mikäli sitä on tarjolla, mutta mielellään ottavat lihaa, kanaa tai kalaa.

Tärkeää osaa lihan kulutuksessa näyttelee myös tottumus. Aineistosta selviää, että tavat laittaa ruokaa ja tutut raaka-aineet ovat miltei välttämättömiä ruokailun onnistumiselle arjessa. Ruokaa on helppoa laittaa samalla totutulla tavalla sen sijasta, että opettelisi uusia menetelmiä. Uskon tämän liittyvän myös haastateltavien aseteisiin ruoanlaittoa kohtaan, joka nähtiin pitkälti välttämättömyytenä ja heillä ei ole paljoakaan kiinnostusta kehittää itseään kokkina. Tottumus näkyy myös kaupassakäynnissä, henkilöt ostavat pitkälti samoja tuotteita, jotka tietävät hyväksi ja toimiviksi. Haastateltava 1 kuvasi tätä jopa rasiitteeksi:

– – haluaisin kyllä siihen leivän päällekin sitten kun sitä leipää on niin keksiä jotakin muuta kuin sitä perinteistä palvikinkkua – – minkälaiseks nirppanokaks sitä tullu ku ei oikeen mitään tee mieli ottaa ja sitten kumminkin jotakin [lihaleikkelettä] ottaa et saa jotakin leivän päälle

Vaikka haastateltavat ovat avoimia kasvipohjaisten tuotteiden kokeilemiselle, he haluavat syödä lihaa. Lihan miellyttävän ja tutun maun sekä koostumuksen lisäksi lihaan liitetään tarpeita ja asenteita. Tämän lisäksi lihaa tarkasteltiin eläinkategorian ulkopuolella, lihan alkuperä tiedostettiin, mutta arjessa valintoja ohjasivat muut tekijät, kuten perheen makumieltymykset ja tutut raaka-aineet. I haluaa agraaritaustansa perusteella säilyttää lihantuotantoa Suomessa ja kokee sen vuoksi tärkeäksi kuluttaa etenkin suomessa tuotettua lihaa. Tulkitsen tämän myös tietynlaiseksi statusta muokkavaksi toiminnaksi, sillä kulutusvalinnoillamme voimme ilmentää arvojamme, kuten tässä tapauksessa kotimaisen lihatuotannon tukeminen.

Aineistossa lihan kulutus nähdään välttämättömyytenä etenkin terveyden kannalta. Tämä kuuluu haastateltavien tavassa korostaa lautasmallia ja kaiken kuluttamista kohtuudella. Haastateltava 4 on huolissaan, onko kaikki tärkeät ravintoaineet mahdollista saada kasvisruoasta, jonka vuoksi hän kuluttaa mielellään lihaa osana aterioita. Lihan kulutusta perustellaan myös jaksamisella ja riittäväällä proteiinin saannilla, jota etenkin ruumiillista työtä tekevät tai kuntosalilla treenaavat miehet tarvitsevat lihastensa ylläpitoon.

5. POHDINTA

Vaikka naisen ja miehen rooli perheen kodinhoidossa on muuttunut, ruoanlaitto on silti pitkälti naisen toiminta-aluetta (Mäkelä, 1990, 50–51; Heinz & Lee, 92, 1998). Aineistosta on havaittavissa naisen asema ruoanlaittajana, muttei niinkään ääneen sanottuna, vaan hiljaisena oletuksena perheen dynamiikasta. Aineiston perusteella tätä ajaa enemmänkin sosiaalistuminen yhteiskuntaan ja sukupuolirooleihin, kuin tietoinen päätös. Perheissä toteutetaan sitä toimintamallia, joka on opittu lapsuudessa ja jota on noudatettu jo useamman sukupolven ajan.

Vaikka ruoanlaitto ei aineistossa näyttäydy kiinnostuksen kohteena, hyvästä ruoasta nautitaan ja ruon ympärillä toimitaan. Kukaan haastateltavista ei harrasta metsästystä, mutta he tuntevat kyllä muita miehiä, jotka käyvät metsällä. Yksi haastateltavista kalastaa, mutta loput eivät ole kiinnostuneita kummastakaan. Myöskään puoliset eivät harrasta kumpaakaan. Kalastus ja metsästys kuitenkin nähdään miehisenä harrastuksena. Tulokset ovat linjassa Hanifin (2019) avaamiin tilastoihin, jossa kalastus ja metsästys on selvästi tyypillisemmin miesten kuin naisten harrastus. Jokainen haastateltava hoitaa kuitenkin perheen ruokaostoksia, etenkin liittyen lihan ja kalan hankkimiseen. Tästä herääkin ajatus voisiko moderniin maskuliinisuuden kuvastoon ja ruoan metsästämiseen kuulua myös ruoan hankkiminen kaupasta, etenkin mikäli hankintoja tehdään juhlaruokille tai erityisiin tilaisuuksiin, ja kyse on lihatuotteista. Aineistoni ei vastaa tähän kysymykseen ja tarvitaankin lisää tutkimusta asian kartoittamiseksi.

Mäkelän (1990, 32; 2001) tutkimustulosten tavoin kunnan ruoka nähdään valmistettuna ateriana, jota ei välttämättä syödä joka päivä. Aineistossani puheessa kunnan ruoasta korostetaan lautasmallia, johon kuuluu pääruoka, lisäke sekä salaatti. Pääruokana liha, erityisesti kana tai kala, toimii normatiivisena osana ateriana, kuten myös Mäkelän (2001) tutkimuksessa. Liha ei aineistossani näyttäydy eettisenä valintana, vaan valinnoissa painottuvat muut tekijät, kuten hinta ja makumieltymykset. Latvalan ym. (2012) tutkimuksessa samanlaiset tulokset selittyivät viitekehyksellä, joka arjessa erosi eläinten tai luonnon hyvinvoinnin viitekehyksestä. Omassa aineistossa mainintoja eläimistä on vähän ja näistä ei puhuta suoraan ravintona, vaan ne erotellaan omaksi kategoriakseen liittämättä näitä kulutettuun lihaan.

Aiemmissä tutkimuksissa etenkin miehet ovat pitäneet lihaa välttämättömänä osana kunnan ruokaa (Murcott, 2019, 18; Heinz ja Lee, 1998, 91; Mäkelä, 1990, 32). Tässäkin aineistossa korostuu lihan

merkitys osana ateriaa. Lihaa ei nähdä joka tilanteessa tarpeellisena osana ateriaa, mutta sen puuttuminen aiheuttaa ihmetystä ja herättää epävarmuutta aterian täyttävyydestä sekä ravitsevuudesta. Lihan kulutus liitetään voimaan samoin kuin Heinzin ja Leen (1998, 92) tutkimuksessa ja ruumiilliseen työhön. Lihan lisäksi kasvikset ovat aineistossani tärkeä osa kunnon ruokaa. Siinä missä lihaa ei juurikaan mainita, tulkintani mukaan sen normatiivisuuden vuoksi, kasvien roolia ja tarvetta aterian osana korostetaan ja painotetaan erityisesti. Ilman kasviksia ei voi olla kunnon ruokaa.

Aineistossani on löydettävissä kaikki Piazzan ym. (2015) 4N:n mallin motiivit syödä lihaa. Tämän lisäksi tunnistan haastatteluista tottumuksen tärkeäksi lihan kulutuksen ylläpitäjäksi. Ihmisen luonnollinen halu syödä lihaa (natural) (em., 115–116), kuuluu lihan normatiivisuutena ja lihan kulutuksen vähäisenä kyseenalaistamisena. Kukaan haastateltavista ei suunnittele lihan kulutuksen lopettamista tai vähentämistä. Lévi-Straussin kulinaarinen kolmio esittää luonnollisen ja kulttuurisen kategorian tavalla, joka ei mahdollista lihan kulutuksen näkemistä täysin luonnollisena (Mäkelä, 1990, 25). Perustelut luonnollisuudesta ovatkin tässä mielessä mielenkiintoisia, sillä valitsemamme liha ja sen valmistustavat ovat kulttuurin värittämiä. Se miten lihan valmistamme, on opittua ja toisaalta ruokatabut määrittävät syötäväksi kelpaavan materiaalin rajat. Väitänkin, että lihan kulutuksen näkeminen luonnollisena on peräisin enemmän ympäröivästä kulttuurista, kuin ihmisen sisäsyntyisistä ominaisuuksista ja tarpeista tai yksilön harkituista valinnoista.

Näkemykseen lihan kulutuksesta luonnollisena toimintana liittyy myös sen normaalius yhteiskunnassamme (normal) (Piazza ym., 2015, 115–116), kun suurin osa väestöstä kuluttaa lihaa sen kulutusta on helpompi perustella. Liitän normaaliuteen myös aineistosta havaitsemani tottumuksen. Puolet haastateltavista kuvailivat, kuinka he haluaisivat tehdä parempia valintoja, kuten vaihtaa leikkeleitähän terveydellisesti parempiin vaihtoehtoihin, mutta tottumuksesta päätyivät samoihin tuotteisiin kuin ennenkin. Sama kuuluu kasvistuotteisiin siirtymisen esteenä, tuotteet, jotka ovat jo tuttuja, olivat helpompia kuluttaa ja valita kaupassa, sillä niiden toimivuudesta ja maistuvuudesta saattoi olla varma.

Piazza ym. (2015, 118) tunnistivat kolmantena lihan kulutuksen perusteena sen tarpeellisuuden terveyden ylläpitämisessä (necessity). Aineistossani lihan välttämättömyys käy ilmi kasvisruoan kategorian kautta. Kasvisruoka nähdään kevyenä ja sen kykyä täyttää ravitsemukselliset tarpeet epäillään. Haastatteluissa kasvisruokaan luettiin pääsääntöisesti mukaan myös salaattit, jotka sisälsivät lihatuotteita, kuten kanaa tai kalaa. Tulkitsen näiden kasvisruokaan liittyvien asenteiden olevan vahvasti yhteydessä käsityksiin kunnon ruoasta, johon nähtiin kuuluvan normatiivisena osana liha, kana tai kala.

Maku liitetään useammassa tutkimuksessa lihan kulutuksen merkittäväksi ylläpitäjäksi (Heinz & Lee, 1998, 90; Hopwood ym., 2021, s. 9; Piazza ym., 2015, 115–116.) Tulkitseen sen myös tässä tutkielmassa tärkeimmäksi lihan kultusta ylläpitäväksi tekijäksi, sillä mausta, lihan uniikista koostumuksesta sekä tuntumasta on aineistossa useita mainintoja. Samalla kasvisruokaa kuvataan termeillä, jotka antavat ymmärtää, etteivät ne makunsa ja koostumuksensa puolesta ole lihan veroisia. Toisaalta haastatteluista välittyy viesti, että mikäli kasvisvaihtoehdot olisivat ominaisuuksiltaan lihaa muistuttavia, lihaa voitaisiin korvata kasvituotteilla. Uskoisin maun olevan tärkeä myös ruoan kokonaisvaltaisen olemuksen vuoksi. Sen aiheuttama kognitiivinen, emotionaalinen sekä fyysinen kokemus jää monien aistien välityksellä mieleen. (Eräsaari ja Uusihakala, 2016, 27.) Puolella haastateltavissa tietty maku- tai hajumaailma muistuttaa lapsuuden hetkistä, ensimmäisestä pitseria käynnistä tai äidin laittamasta jauhelihakastikkeesta. Eri ruokiin liittyy myös tarinoita ja tapahtumia elämän varrelta, jotka ovat muodostuneet osaksi haastateltavien elämäntarinaa. Merkityksellistä on silläkin, kuka ruoan oli laittanut, tietyt ihmiset jäivät mieleen heidän tekemiensä ruokien kautta ja ruoka herätti tunteita syöjässä.

Tämän tutkielman tarkoituksena ei ole arvottaa liha- ja kasvisruokia keskenään tai nähdä näitä eriarvoisina valintoina. Tarkoitukseni on ollut selvittää mitkä tekijät vaikuttavat lihan kulutukseen ja millaisia merkityksiä tälle annetaan. Ymmärtääkseni lihankulutusta koin, että minun on selvitettävä myös haastateltujen näkökulmia kasvisruoasta. Aineistosta selvisi, että binäärinen jako liha- ja kasvisruokiin on hyvin teennäinen eikä vastaa todellisia näkemyksiä. Lihaa sisältävät ruoat saatetaan nähdä kasvisruokina, kuten kanasalaatti, ja kaikkea lihaa ja lihatuotteita ei jaotella yhtä paljon lihaksi kuin toisia, kuten verratessa sisäfileepihviä makkaraan. Lisäksi on tärkeää huomioida, että tutkielma on laadullinen ja otos on erittäin pieni, joten sen tulokset eivät ole yleistettävissä koskemaan laajempaa joukkoa. Olen myös tehnyt tulkintoja aineistosta oman taustani läpi, joka vaikuttaa väistämättä tuloksiin, vaikkakin pyrin tiedostamaan omat ennakko-oletukseni.

6. YHTEENVETO

Tässä tutkielmassa selvitettiin lihan kulutuksen syitä ja tälle annettuja merkityksiä. Yllättävintä aineistossa oli, kuinka tärkeänä osana kunnan ruokaa kasvikset koetaan, ilman kasviksia ateria ei voi olla kunnan ruokaa. Kasvikset eivät kuitenkaan ole pääruokaa, vaan niitä tulee olla joko lisäkkeenä tai salaattissa. Lihan, mukaan lukien kanan ja kalan asema osana kunnan ruokaa ei aineistossa korostu, mahdollisesti siksi, että se koetaan automaattisena osana ruokia. Kasvisruoan kultusta rajoittaa sen aiheuttamat vatsaongelmat sekä monien kasvipohjaisten tuotteiden epämiellyttävä maku ja koostumus. Mikäli kasvituotteet olisivat houkuttelevampia ja ominaisuuksiltaan parempia, suurin osa haastateltavista haluaisi kuluttaa niitä enemmän. Muuten pyrkimystä lihan kulutuksen vähentämiseen en tässä aineistossa havainnut.

Piazzan kollegoineen (2015) laatiman 4N:n mallin mukaiset lihan kulutuksen motiivit, luonnollisuus, normaalius, tarpeellisuus ja maku ovat löydettävissä myös omasta aineistoistani. Tutkielmassani maku ja siihen liittyvä ruoan koostumus näyttävät tärkeimpinä lihankulutusta ylläpitävinä tekijöinä. Mielekkäitä vaihtoehtoja lihalle ei ole löytynyt. Toisaalta tottumus tiettyihin tuotteisiin ja valmistustapoihin vaikuttaa haastateltavien valintoihin suunniteltaessa arjen ruokahuoltoa etenkin yksin asuvilla haastateltavilla.

Aineistossani ruoanlaitto nähdään pitkälti naisen tehtävänä, jossa mies saattaa auttaa, mutta päävastuu ruoan suunnittelusta kuuluu naisille. Tämä heijastelee aiempia tutkimustuloksia (Mäkelä, 1990, 50–51; Heinz & Lee, 92, 1998), joissa ruoan laitto on liitetty osaksi naisten toiminta-alueita. Metsästys ja kalastus puolestaan liitetään mielikuvissa maskuliiniseen toimintaan, joskin vain yksi haastateltavista harrastaa kalastusta ja kukaan ei metsästystä.

Tulevaisuudessa tutkimusta voisi laajentaa selvittämällä voidaanko lihan hankinta kaupasta tai jopa kaupassa käyminen nähdä osana nykyaikaista maskuliinista metsästyskuvastoa, sillä harva metsästää ruokansa, mutta lihan hankinta koetaan aineistossa silti hyvin miehisenä toimintana. Lisäksi olisi mielenkiintoista laajentaa tutkimus koskemaan eri ikäryhmiä sekä muita sukupuoli-identiteettejä, jolloin olisi mahdollista saada laajempaa tietoa lihaan liitetyistä merkityksistä ja sen muutoksista, sekä perhedynamiikoista.

Ruoka vaikuttaa meihin ei vain fyysisellä, vaan myös psyykkisellä ja emotionaalisella tasolla (Eräsaari ja Uusihakala, 2016, 27). Aineistoni perusteella monipuoliset valinnat mahdollistavassa yh-

teiskunnassa ruokaa ei nautita vain fyysisen nälän tyydyttämisen vuoksi, vaan siihen liittyy yksityisiä, sosiaalisia sekä yhteiskunnallisia rakenteita. Lihan hyväksyttävyyttä ja normatiivisuus kannustavat lihan kulutukseen luonnollisena osana arkea. Toisaalta tietynlaisen lihan kuluttamisella ilmaistaan kuulumista johonkin joukkoon, kuten keskiluokkaan tai erästä haastateltavaa mukailleen, äijäporukkaan. Miellyttävä maku, tuttuus, helppous ja hyvä suutuntuma ohjaavat valitsemaan lihatuotteita.

Ruokaan liittyy usein myös muistoja ja tiettyjen ruokien syöminen voi palauttaa mieleen elämän tärkeitä hetkiä tai ihmisiä. Nämä tilanteet eivät välttämättä liity suuriin tapahtumiin tai juhliin, vaan mieleen ovat voineet jäädä myös arkiateriat, kuten vaimon laittama maukas vuokaruoka tai viikonlopuksi grilliltä haettu kokonainen kana. Lihan kulutuksesta puhuttaessa käsillä onkin paljon laajempi ilmiö kuin pala lihaa lautasella. Se on tunteita, muistoja, kokemuksia, yhteiskunnan rakenteita, sosiaalisia suhteita ja kulttuuria.

LÄHTEET

- Bell, & Neill, L. (2014). A Vernacular Food Tradition and National Identity in New Zealand. *Food, Culture, & Society*, 17(1), 49–64. <https://doi.org/10.2752/175174414X13828682779122>
- Bengtsson, M. (2016). How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *Nursing Plus Open*, 2, 8–14. <https://doi.org/10.1016/j.npls.2016.01.001>
- Eräsaari, M. ja Uusihakala, K. (2016). Johdanto. Teoksessa M. Eräsaari & K. Uusihakala. (toim.) *Ruoan kulttuuri: antropologia näkökulmia ruoan tutkimukseen* (s. 8–40). Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Fiddes, N. (2004). *Meat: A Natural Symbol*. Taylor & Francis.
- Hanifi, R. (11.7.2019). Luontoharrastukset ovat edelleen suosittuja, mutta aikaisempaan verrattuna vähentyneet. *Tieto & Trendit*. Tilastokeskus. <https://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2019/luontoharrastukset-ovat-edelleen-suosittuja-mutta-aikaisempaan-verrattuna-vahentyneet/>
- Heinz, B., & Lee, R. (1998). Getting down to the meat: The symbolic construction of meat consumption. *Communication Studies*, 49(1), 86–99. <https://doi.org/10.1080/10510979809368520>
- Hopwood, C. J., Piazza, J., Chen, S., & Bleidorn, W. (2021). Development and validation of the motivations to Eat Meat Inventory. *Appetite*, 163, 105210–105210. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105210>
- Juhila, K. (Päiväämätön). Teemoittelu. Teoksessa J. Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>
- Latvala, T., Niva, M., Mäkelä, J., Pouta, E., Heikkilä, J., Kotro, J., & Forsman-Hugg, S. (2012). Diversifying meat consumption patterns: Consumers' self-reported past behaviour and intentions for change. *Meat Science*, 92(1), 71–77. <https://doi.org/10.1016/j.meatsci.2012.04.014>
- Moilanen, P. & Rähkä, P. (2015). Merkitysrakenteiden tulkinta. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2*. PS-Kustannus.
- Mäkelä, J. (2001). Ikimuistoinen ateria. *Elore*, 8(2). <https://doi.org/10.30666/elore.78324>

- Mäkelä, J. (1990). Luonnosta kulttuuriksi, ravinnosta ruoaksi: neljä näkökulmaa ruoan sosiologiaan. *Nykykulttuurin tutkimusyksikön julkaisuja* (21). Jyväskylän yliopisto.
- Ovaskainen, M-L. (2016). Liha suomalaisessa ruokakulttuurissa. Teoksessa H. Mattila (toim.) *Vähemmän lihaa: kohti kestäväää ruokakulttuuria*. Gaudeamus.
- Piazza, J., Ruby, M. B., Loughnan, S., Luong, M., Kulik, J., Watkins, H. M., & Seigerman, M. (2015). Rationalizing meat consumption. The 4Ns. *Appetite*, 91, 114–128. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.04.011>
- Puusa, A. (2020). Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa A. Puusa, P. Juuti & I. Aaltio (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät* (s. 99–112). Gaudeamus.
- Ruusuvuori, J. (2010). Litteroijan muistilista. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.) *Haastattelun analyysi* (s. 356–362). Vastapaino.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P., & Hyvärinen, M. (2010). Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen. (toim.) *Haastattelun analyysi* (s. 8–29). Vastapaino.
- Sahakian, M., Saloma, C., & Ganguly, S. (2018). Exploring the Role of Taste in Middle-Class Household Practices. *Asian Journal of Social Science*, 46(3), 304–329. <https://doi-org.libproxy.tuni.fi/10.1163/15685314-04603005>
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (Uudistettu laitos). Tammi.
- Valsta, L., Kaartinen, N., Tapanainen, H., Männistö, S. ja Sääksjärvi, K. (toim.) (2018). *Ravitsemus Suomessa: FinRavinto 2017 -tutkimus* (Raportti 12/2018). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137433/Raportti_12_2018_nettiluusi%202020.4.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta (2014). *Terveyttä ruoasta: Suomalaiset ravitsemussuositukset 2014* (5. korjattu painos). https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/teemat/terveytta-edistava-ruokavaliokuluttaja-ja-ammattilaismateriaali/julkaisut/ravitsemussuositukset_2014_fi_web_versio_5.pdf

Liite 2: Litterointimerkit

[] tarkentava kommentti

(.) tauko puheessa

– – osa kommentista poistettu

(()) nauraen puhuttu