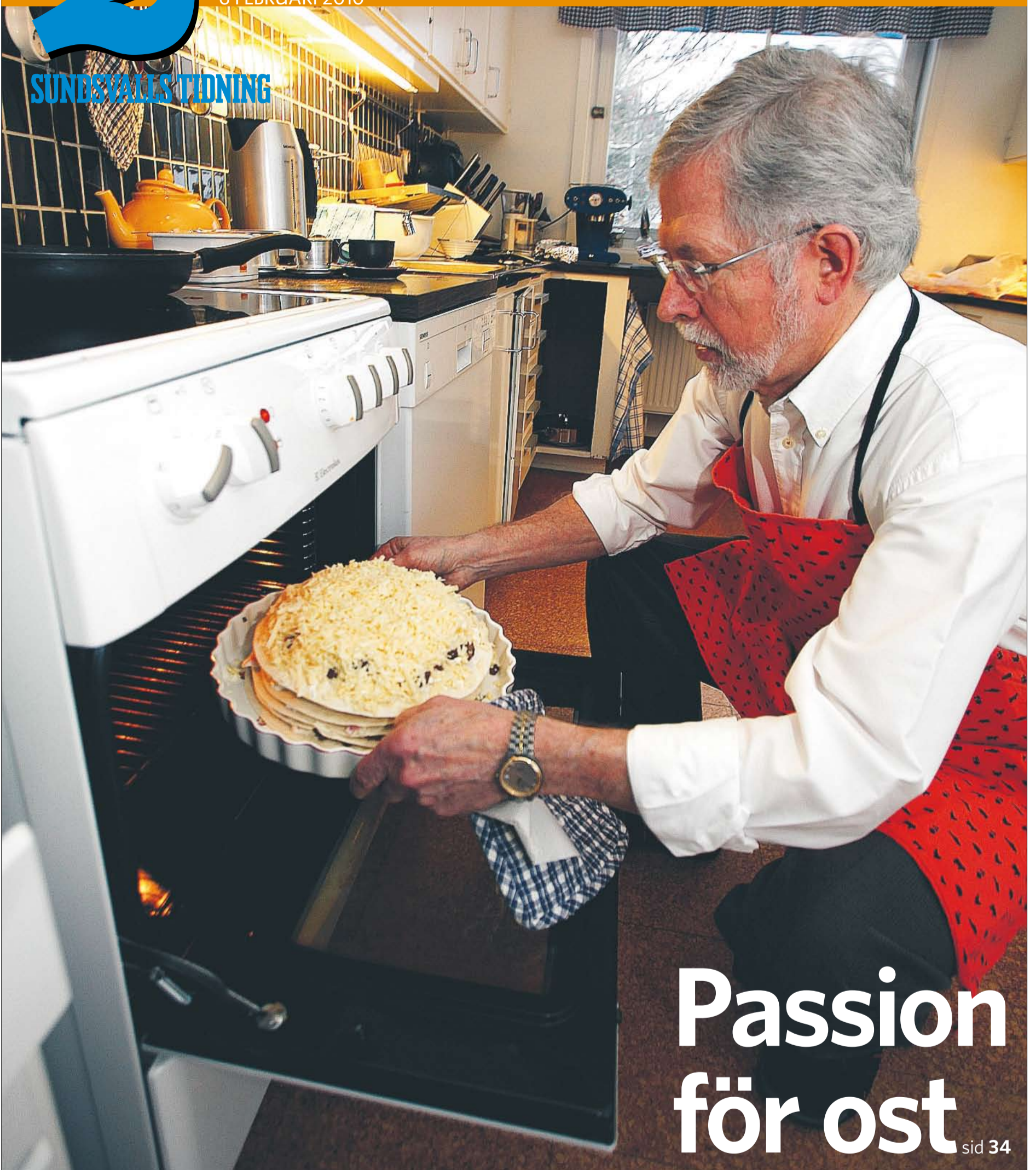


# 2 LÖRDAG

6 FEBRUARI 2010

SUNDSVALLS TIDNING



## Passion för ost

sid 34

Björn SigBjörn har mer än 40 års erfarenhet från mejeriindustrin. När han gör tacotårta innehåller den naturligtvis ost, både philadelphia och lagrad prästost.



### Känn värmen hos Careta!

Passa på att besöka Careta i vinter! Vi har ett brett urval av nästan nya bilar, öppet alla dagar och våra säljare ger dig bästa tänkbara service. Vår tillgänglighet, personliga service och stora variation av bilmärken gör oss till en svårslagen partner. Dessutom är våra bilar extrautrustade med en härlig fleecepläd av märket Queen Anne som värmer dig i vinterkylan. Besök oss - hos oss finns något för alla! ERBJUDANDET GÄLLER TOM 28/2 2010.

**CARETA**  
Bilvaruhuset för alla!

Terminalvägen 2, Timrå  
Tfn 060-53 56 00 • [www.careta.nu](http://www.careta.nu)

Öppet varje dag!  
Mån-Fre 9.00-18.00 • Lör-Sön 11.00-15.00

# LÖRDAG

SUNDSVALLS TIDNING, 85172 SUNDSVALL. FAX: 060-152515. SONDAG@ST.NU



**Featureredaktör:**  
Ingrid Jernberg  
ingrid.jernberg@st.nu  
060-197163

Redigering: Peter Edefors



**DAN TIPSAR**

## Veckans godaste

1. Färskt frukt. Ingen tid på året känns det lyxigare med färskt frukt än just nu.
2. Mörk choklad. Strunta i billig, söt choklad utan välj en mättad mörk choklad i stället. En liten bit till kaffet räcker.
3. Köttfärs. Hur skulle vi klara hushållsekonomi utan köttfärs? Välj gärna en blandfärs med fläsk som gör köttbullar och pannbiffar extra saftiga och goda.



## Tvi för ...

... svårigheten för små, lokala livsmedelsproducenter att nå ut på sin egen hemmarknad. Stormarknaderna talar gärna om ekologiskt producerad mat. Men varifrån kommer den egentligen?

## Dans kuriosa:

Den röda danska påsen har fått en konkurrent. Snabbmat med kvalitet kallas satsningen i Köpenhamn. Borta är den illröda korven och det pliktskyldiga korvbrödet. Kvalitetsatsningen innebär ekologiska, kötliga korvar helt utan tillsatser och långtidsbakat surdegsbröd. Till och med senapen, ketchupen och den rostade löken är ekologisk.



## Veckans tips!

Limefrukter kan vara svåra att pressa. Men lägg in frukten i mikron och kör 30 sekunder på normal effekt och pressningen går oändligt mycket lättare. Ett annat knep är att rulla frukten med tryck mot arbetsbänken en stund före pressning. Båda knepen ger mer limejuice, ibland så mycket som dubbla mängden.



## Beteendevetare med rättsvetenskapliga kunskaper och bred arbetslivserfarenhet

... så lyder rubriken på alla arbetsansökningar som undertecknad lönlöst delat ut likt flygblad i Svea rike. Beteendet har pågått i över ett år. Så många platsannonser har studerats så många cv:n och personliga brev har författats. Några frukter har visserligen skördats av bestyret då en och annan anställningsintervju avklarats. Det har varit riktigt trivsamt att åka tåg fram och tillbaka, kors och tvärs till Svealand, Gästrikland, Dalarna, Medelpad, Ångermanland och Jämtland. Tacksam är jag för Arbetsförmedlingens finansiering av dessa tågresor. Tråkigt för alla parter att de inte ger någon utdelning i form av förvärsarbete för den arbetssökande.

**Här är jag**, dryga 30 år, ensamstående och utan barn. Jag har inte ens ett husdjur att ansvara för. Tillgång till bil, en akademisk examen inom efterfrågat kompetensområde med alla möjligheter i världen att flytta vart som helst per omgående. Jag kan jobba från tidig morgon i till sena natten, året om, dygnet runt.

Det finns inte heller några vidlyftiga vanor eller kontakter som skulle få en arbetsgivare att rynka pannan. Trots den bakgrunden har ljuset från lyckans lykta inte tänts.

Hur ser det då ut för dem med betydligt sämre renommé? De som inte kan flytta, de som inte har tillgång till bil, de som inte har efterfrågad kompetens eller arbetslivserfarenhet. Hur ser arbetssökandet ut för dem som inte har de möjligheter jag har? Hur gör de för att taggla sig fram i arbetsmarknadsjungeln?

Frågorna poppar upp likt bubblorna i bubbelvattnet. Jag tar tacksamt emot en krönika som belyser ert perspektiv.

**Man kan konstatera** att man har det ganska bra, trots rådande omständigheter. En stötande familj, vänner och bekanta, håller en person i min situation flytande. Möjligheter-na är oändliga.

Nya idéer dyker upp om hur man på största

möjliga vis ska få tag i ett jobb. Jag har bland annat provat att sälja min kompetens gratis: "En månad gratis arbetskraft" – man tycker den frasen ska locka till sig jobb men ack så hon bedrog sig, arbetsgivarna tror väl man är galen! Nej, jag är inte galen bara lite förtvivalad, än så länge.

**Sänder en blygsam** önskan till regeringen: Ge arbetsgivarna ökade möjligheter att våga anställa personal. Se över anställningsvillkoren så att de som vill göra annat vågar ta steget bort från sina arbetsplatser och testa på nya arbetsuppgifter hos nya arbetsgivare. Se över anställningsskyddet så att arbetsgivarna får rättighet att säga upp dem som inte passar på sin post. Sätt fart på personalomsättningen! Var rädd om svenska folkets kompetens innan vi alla arbetssökande drar utomlands!

Vem ska då täcka pensionsavgångarna? Det måste ju kosta ohyggliga summor att ha folk som åker tåg runt, runt i landet och samtidigt lyfter a-kassa, utan att det leder någon vart och det lär kosta ännu mer om vi försvinner till kontinenten.

Till veckan är det dags för en ny anställningsintervju.

Ni håller väl tummarna?

## LÄSARKRÖNIKA

**Sofia Edström, 32 år** Arbetssökande beteendevetare från Mittuniversitetet, 2006. Har tidigare arbetat för kriminalvård och socialtjänst. Jag har aldrig skrivit någon krönika förut så jag vet inte riktigt vad de får innehålla. Men hur som helst så har jag gjort ett tappert försök.



# Ost är livet för mejerimannen Björn

För många är osten bara ett frukostpålägg. För mejerimannen Björn Sigbjörn i Sundsvall är det ett helt liv.

– Jag blir aldrig less på ost. Varje kväll äter jag och min fru några skivor parmesanost och dricker ett glas varm mjölk.

text  
**Lasse Hallberg**  
lasse.hallberg@st.nu  
060-197270

foto  
**Anki Haglund**  
anki.haglund@st.nu  
060-197253

## MAT & MÄNNISKOR

Många ostar har en lång historia och bygger på tradition. Det kan man säga att Björn Sigbjörn i Sundsvall också gör. Hans farfar Olaus Bengtsson byggde upp ett mejeri utanför Lit, Jämtland. Hans pappa Olof var mejerikonstulent i norra Sverige. Det var inte så konstigt att han själv hamnade bland grevöstar, mjölk och fil.

– Vi hade alltid mycket ost hemma när jag växte upp i Umeå. Och vi åt stark ost. Jag kan fortfarande känna hur pulslagen slog i gommen när jag åt Västerbotensost som liten, berättar Björn och serverar vietnamesiskt kaffe.

Kaffet bryggs i varje kopp, i en speciell hållare som sätts över koppen. Först har han skopat i lite kondenserad mjölk. När kaffet runnit ner så rör man om – det ser ut som Mekongflodens vatten. Det luktar choklad och smakar lite bitterstarkt – och sött.

– Det här dricker jag och min fru Ingrid efter middagen varje lördag och söndag. Det är lite som en efterrätt, men vi gillar det, säger han.

Deras äldsta son, Martin, bor i Hanoi – och är gift med vietnamesiskan Yen. Björn och Ingrid var naturligtvis med vid bröllopet och fick lära sig nya, annorlunda festtraditioner. Och kaffedrickandet.

Att resa i väg till ett annat land och plugga – det är bara positivt, tycker Björn. Det gjorde han själv.

– Efter lumpen insåg jag att jag måste göra något som jag kunde lite om, så jag sökte in till mejeriingenjörsutbildningen i Alnarp, Skåne, berättar han.

## Praktiserade hos bonde

Det här var i början av 60-talet. För att komma in på utbildningen var han tvungen att ha tolv månaders mejeripraktik. Dessutom en månads ladugårdspraktik. För att få den var han tvungen att

jobba gratis hos en Umeåbonde och handmjölka 25 kor i en månad.

– Precis innan jag hann börja på utbildningen i Skåne så lades den ner. Då stack jag och en kompis över till Norge, först ett år i Trondheim och sedan tre år på landbrukshögskolan i Ås söder om Oslo.

De var då de enda svenska studenterna där.

– Det var det bästa som kunde ha skett. Jag fick lära mig norska och så fick jag ett stort kontaktnät inom mejeri-branschen i Danmark, Norge och på Island, berättar Björn.

Han hade trott att han skulle träffa någon trevlig norsk tjej under utbildningen. Det blev inte så. Men första dagen på jobbet vid Arlas kontor i Stockholm såg han sin blivande fru.

Björn och Ingrid gifte sig 1972. Samtidigt bytte han sitt vanliga Bengtson till hennes Sigbjörn.

De tröttnade på Stockholm och jobbade några år på ett mejeri i Oslo.

– Det var där vi lärde oss älska mesost, brunost. Vi äter något kilo om någon ost. Det är bara hopkokad vassa, säger han och börjar packa upp ett gäng ostar på arbetsbänken.

Ost gör man förenklat av mjölk och löpe. När mjölkfettet binds kring proteinet och blir ostmassa så blir det också kvar vatten, mjölksocker och mjölksyra. Det är vassa.

## Har flyttat 17 gånger

Mjölk, smör och ost har fått familjen att flytta 17 gånger – till olika mejerierter. 1991 kom de till Sundsvall och köpte den röda tegelvillan i Bydalen.

Björn håller upp en emmentalerost, den klassiska schweizerosten med körsbärsstora hål – eller pipor som man säger om man är mejerikunnig.

– Utseendet på en ost är viktigt. Är den snygg så är den



Ost är livet. Björn Sigbjörn, är mejeriman i tredje generationen och norskutbildad mejeriingenjör med mer än 40 års erfarenhet från norsk och svensk mejeriindustri.



Björn Sigbjörn har ett enormt intresse för ost. På kontoret i villan har han cirka 50 böcker om ost.



Många ostar har en lång historia men Saint Agur skapades på 1980-talet i Frankrike. Den är mjukare än roquefort, och godare tycker Björn. Gott med fikon- eller tomatmarmelad till.



Morbier: en kittost – behandlas med bakteriekulturer på ytan för att påskynda mogningen. Det är en halvård ost från Frankrike, som har ett lager av träaska i mitten. Förr använde herdarna sot från ystskaret för att skilja morgon- och kvällsmjölken åt, och detta blev den så kallade Morbierosten.

## Berglin





Noggrannhet är A och O för en erfaren mejeriman. Därför väger Björn Sigbjörn säsen så att alla lager i tacotårten får lika mycket krämig smet på sig.

”Det här är en perfekt rätt. Den är lätt att förbereda och den är lika god att värma upp och äta senare om det blir någon bit över”

► god. Det ska vara runda fina hål. Om det är oregelbundna pipor så är den syrlig, säger han tvärsäkert.

Han radar upp olika typer av ostar och kommenterar:

**Kryddost:** Smak av bland annat kummin. Den gjordes helt enkelt när mjölken var dålig. Då skulle smaken döljas – för all ost ska säljas.

**Prästost:** Gammal svensk ostsort. Omtalas som Smålands- eller prästost redan 1771. Medan ”vanlig” ost gjordes av skummjolk tillverkades prästostarna i början för det mesta av oskummad mjölk.

**Gran Padano:** typ parmesan. En grynig italiensk ost med hård textur.

**Emmentaler:** som svensk grévé och norska Jarlsberg. Propionsyrakultur tillsätts som ger smak och runda hål.

**Gruyere:** Av emmentalertyp, men inga hål. Kittbehandlad. God.

**Cambozola:** blå-vit mögelost med karaktär.

**Saint Agur:** En av favoriterna. Skapades på 80-talet – bättre än roquefort. Lite mjukare.

**Morbier:** En kittost som behandlas med bakteriekulturer på ytan för att påskynda mognandet. Det är en halvhård ost från Frankrike, som har ett lager av träaska i mitten. Förr använde

herdarna sot från ystket för att skilja morgon- och kvällsmjölken åt.

– Lukta på osten precis innan du smakar. Och känn på konsistensen. Den ska vara smidig. Ska du prova ostar, börja med de milda och sluta med de starkare – kryddostar och så vidare, tipsar Björn.

#### Tröttnar aldrig på ostar

Han skär en ganska tunn stav och böjer den innan han stoppar den i munnen.

Han njuter och säger sig aldrig bli less på ost. Men när han var ostdomare vid en bedömning i Umeå mätte han inte så bra.

– Vi gjorde tre bedömningar på 80 ostar – i slutet var det ett 40-tal Västerbottensostar. Så när kvällen var över hade jag provat 240 ostar, berättar han.

I tre år var han mejerichef i Sundsvall. Sedan startade han det egna företaget Milkum och jobbade som ost- och mejerikonstuler. I dag är han 67 år och fortsätter bland annat som ostkonsult.

Dags för lite varm ost. Björn bjuder på tacotårta. I vanliga fall är det hans fru Ingrid, som dagligen jobbar med fisk i en Ica-butik, som lagar maten.

– Det här är en perfekt rätt. Den är lätt att förbereda och den är lika god att värma upp och äta se-



Starka ostar kan man med fördel använda osthyveln till. Smaken kommer fram bättre då. Som hos en parmesan eller Grand Pardano, tycker Björn.



En ostburr måste en ostmästare ha. Med den plockas en bit ut från mitten, toppen bryts av och avsmakas. Sedan skjuter man in ostpelaren igen. Det görs regelbundet under hela mognadsprocessen.

nare om det blir någon bit över, tycker han.

Det som ska vara mellan tortillablåren har han redan rört ihop: philadelphiaost, crème fraiche, tucosås, paprika och lök. Björn går systematiskt till väga och väger smeten.

– Det är för att jag ska få lika mycket på varje lager. Det är så lätt att det är slut när man kommer till det sista, säger han och strör över prästost på toppen.

En halvtimme i ugnen – sedan är det klart.

På 1930-talet fanns det 1600 mejerier i Sverige. När man kun-

de transporterade mjölken blev det färre. 600 fanns kvar på 1960-talet. I dag återstår 35 vanliga mejerier.

#### Marknad för små aktörer

På 1970-talet, när man byggde om mejeriet i Östersund, så försvann de jämtländska ostsorterna. Då öppnade sig en marknad för de små gårdsmjolkarna. De senaste tio åren har det tillkommit 100 stycken som tillverkar get-, får- och komjölksostar. Och svenska köper.

– Det är för att svenskarna har rest mycket och folk är inte råd-

da för att prova på nytt, då kan gårdsmjolkarna experimentera med olika ostsorter. Kvaliteten har också blivit mycket bättre i dag. En ost kostar mycket, men man köper inte så stora bitar. Det här har den svenska mejeriindustrin missat, att utveckla dyra ostar, säger Björn Sigbjörn och skär upp en bit av tacotårten.

Han slår sig ner vid matbordet i det stora vardagsrummet och öppnar en liter mjölk.

– Det finns ingenting godare än kall mellanmjölk. Jag dricker en liter om dagen, säger han och huggar in på maten. ■



Sex lager tortillas är det i Sigbjörns tacotårta. Översta lagret täcks med prästost.



Naturligtvis innehåller tårten ost; philadelphia och lagrad prästost.



Vietnamesiskt kaffe bryggs direkt i koppen. Med en sked kondenserad mjölk blir det en söt efterrätt.

#### RECEPT

##### Sigbjörns tacotårta

6 hg köttfärs  
2 påsar tacomixkryddor  
6 stora tortillas  
2 hg färskost (Philadelphia)  
3 dl Crème Fraiche  
1 burk medium eller hot tucosås  
1 st gul lök, hackad  
1 st röd paprika, hackad  
riven ost, till exempel lagrad prästost

Blanda Philadelphiaost, crème fraiche, tucosås, hackad paprika, hackad lök till en smet.

Bryn köttfärs och tillsätt tacomixkryddor.

Smörj en form. Lägg i en tortilla och bred på smet, strö över köttfärs. Upprepa det på den andra, tredje, fjärde och femte tortillan. På den sjätte tortillan bred ut smet och riven ost så att det täcker hela. Grädda tacotårten i 200 grader i ugnen i cirka 30 minuter.

Servera med sallad och iskall mjölk – eller vatten.

Sigbjörns tacotårta är lätt att göra. Den går att förbereda och så skjutar man in den i ugnen när gästerna kommer.

FOTO: ANKI HAGLUND