

Pressemelding

Oslo, 04.12.2009

Desember er nordmenns grøtmåned:

I julen spiser nesten hele Norge grøt

Grøt er for mange synonymt med jul og det er liten tvil om at desember er høysesong for grøtspising. – Risengrynsgrøt har en særstilling i det norske hjemmet i desember måned. Julegrøten er en tradisjon som har en sterk historie i Norge og som er videreført over mange generasjoner, forteller Marianne Hayes Antonsen, matfaglig konsulent i Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no)

En ny undersøkelse foretatt av Synovate, på vegne av Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no), bekrefter risengrynsgrøtens særstilling i det norske julehjemmet og desembers posisjon som nordmenns store grøtmåned.

Risengrynsgrøt - den offisielle julegrøten

Hele 9 av 10 nordmenn forbinder julegrøt med risengrynsgrøt. Undersøkelsen viser også at mer enn 7 av 10 spiser risengrynsgrøt i forbindelse med julen. De som mener rømmegrøt hører julen til, deler dette med 7 % av de spurte. (Synovate, oktober 2009).

-Julegrøten er en matrett som er helnorsk, det vil si at den har like sterk posisjon uansett hvor man bor i landet og hvor gammel man er, dette viser hvor viktig grøt er i norsk mattradisjon, forteller Marianne i Melk.no.

I julen spiser nesten hele Norge grøt

Nær 8 av 10 nordmenn spiser grøt i desember. Over hver tredje nordmann spiser grøt 3 ganger eller mer i løpet av julemåneden. De unge er veldig glade i julegrøt, og nesten 1 av 4 mellom 15 og 24 spiser koser seg med grøt mer enn fem ganger i desember.

Julaften er den store grøtdagen

På julaften spiser nesten fire av ti nordmenn grøt. Hele 38 prosent svarer at dette er dagen de koser seg med julegrøt, og dette er en spesielt sterk tradisjon på Vestlandet der halvparten svarer at dette er dagen de koser seg med julegrøt. Lille julaften er også en populær grøtdag for mange. Nesten en av fire spiser grøt denne dagen. Det er nordlendingene som er mest glad i grøt kvelden før kvelden.

Hjemmelaget til jul

Ferdiglaget grøt og halvfabrikata på pose har blitt populært, men til jul skal grøten være hjemmelaget. Over halvparten av befolkningen sier de spiser hjemmelaget grøt i julen, mens 23

prosent sier at de spiser halvfabrikat fra pose. Under én av ti sverger til ferdiggrøt til jul.

-En gyllen regel er at den beste grøten får du ved å lage den selv fra bunnen. Det er enklere enn du tror. I julen er det nok flere som tar seg tid til å kose seg ekstra med matlagingen. Dynegrøten er et eksempel på en langkokt risengrynsgrøt. Det er en risengrynsgrøt som settes i ovnen på svak varme i 3-4 timer, en fordel for de som ofte brenner grøten fordi de ikke liker å røre i grøten hele tiden. Siden denne grøten skal godgjøre seg i ovnen på egenhånd er det jo en unik mulighet til å få gjort unna andre ting også, tipser Marianne Antonsen i Melk.no.

Midt i smørøyet

Når grøten skal spises bruker over halvparten av Norge smør i grøten. Også smakssetterne, sukker, kanel og smør er populært. 18 prosent bruker mandel og 9 prosent bruker rosiner i grøten.

-Det finnes også mange andre måter å variere risengrynsgrøten på. Man kan for eksempel bruke litt vaniljesukker eller vaniljekesam. Eller et par spiseskjeer rømme som piskes inn i grøten etter at den er ferdigkokt, for å få en mer fyldig konsistens, fortsetter hun.

Julegrøt er tradisjonsgrøt

Å spise grøt i julen handler om tradisjon. Nær 8 av 10 som spiser grøt i julen sier at dette er en tradisjon de selv eller andre i familien har med seg hjemmefra.

-Bare 6 prosent av grøtspiserene sier at de ikke har tradisjon for dette, så det er altså ingen ting som tyder på at julegrøten kommer til å forsvinne med det første!, avslutter Marianne Antonsen i Melk.no.

Oppskrifter:

[Risengrynsgrøt og dynegrøt](#)
[Rømmegrøt](#)

Klikk på linken for høytoppløselige bilder til trykk: [Bilder](#)

Klikk på linken for å se flere spennende oppskrifter fra vår web tv: [Melk.tv](#)

For mer informasjon, mattips eller bilder, vennligst ta kontakt med:

Marianne Hayes Antonsen, Matfaglig konsulent Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no),
e-post: marianne.a@melk.no tlf: 23 30 20 17 / 90 04 5407

Kine Camilla Tøften, Kommunikasjonssjef Opplysningskontoret for Meieriprodukter (Melk.no),
e-post: kine@melk.no tlf: 23 30 20 15 / 41 61 93 46

