

HUNGRIG VECKA MED FÄRDIGMAT

Sallad blev den självklara vinnaren när bygglaget på NCC testade färdigmat. Kycklingsallad med pasta var allas favoriträtt. Annars var det svårt att hitta färdigmat som mättade och som hade kryddning med drag i.

TEXT MARGITE FRANSSON FOTO ANNA SIMONSSON OCH ANKI SYDEGÅRD

Vi får väl sätta en femma då, säger snickaren och skyddsombudet Jan Nordenberg, 59 år, när han fyller i testprotokollet för salladen. Smaken var bra och han blev mätt. En kombination som annars var sällsynt när det gällde färdigmaten.

Jan och hans fem kollegor i Byggnadsarbetarens testgång diskuterar gärna näring och kryddor. Här finns till och med en kryddhylla i storboden i Sundbyberg, där de bygger om till kontor. Där samsas curry med sambal oelek och havssalt. Och skulle inte näringen i kosten räcka till finns Omega 3 och C-vitamin i brustabletter.

För alla, oavsett ålder, hamnade salladen som nummer ett. Den var beställd i delikatessdisken på närbelägna Hemköp och innehöll förutom kyckling och pasta också rikligt med grönsaker och en del frukt. Den betalas per gram och för en portion, 550 gram sallad, fick vi betala cirka 55 kronor.

Betonglärlingen Fredrik Pedersen, 20 år, brukar köpa sallad ibland. Han tyckte att denna från delikatessen var bättre än den vanliga, som kostar 13 kronor mindre.

– Faktiskt kan jag tänka mig att lägga till de här pengarna någon gång, för denna salladen smakar godare.

Bygglaget kunde bara hitta en nackdel. Vid minus 15 grader krävs det mat som är riktigt varm. Annars var det stora problemet att färdigrätterna inte mättade. Kycklingsalladen och hamburgermålet var det enda de blev helt mätta på. Fast då hamnade hamburgeraren på minussidan i nyttighet. Pommes frites och mycket dressing drog ner betyget.

Alla övriga färdigrätter innehöll för lite mat, tyckte gänget. Det skulle krävas nästan två portioner. Minst var fiskgratängen.

– Jag tyckte den var hyfsat god, men den var som en barnportion. Man undrar vem de gör dessa rätter för, är det för pensionärer? säger Jan Nordenberg.



Byggnadsarbetarens testlag med vinnarmaten. Anders Eriksson, Rickard Krusell, Mehdi Shams-Ghamari, Owe Gustavsson, Fredrik Pedersen och Jan Nordenberg.

Han tycker att fabrikanterna kunde göra matlådor ungefär som man gör kläder; i small, medium och large, så kan man välja efter behov. Just fiskgratängen finns också i en tvåportions-storlek på 600 gram, men den tar då elva minuter att värma och måste tas bort från en aluminiumform.

De flesta har normalt med sig egna matlådor med mat som byggnadsarbetarna blir mätta på. Annars testar de gärna nya rätter och vegetariskt är helt okej. De flesta kan tänka sig att äta färdigmat någon gång ibland, men absolut inte jämt. Ett problem med lådorna är att de tar ganska lång tid att mikra. Det kan driva ett bygglag till vansinne om alla ska äta färdigmat som normalt tar 7-8 minuter att få varm. Lösningen är flera mikrovågsugnar eller att ta in lådan i värmeskåpet.

Under veckan visar det sig att det är svårt att få maten lagom varm jämtöver när man mikrar, trots att vi följer instruktionerna.

Till kebaben blir potatisarna skällheta, medan kebaben blir ljummen.

I testlaget ingår också: betongarbetaren Mehdi Shams-Ghamari, 20 år och snickaren Rickard Krusell, 21 år, som är de som har kryddhyllan, vidare snickarna Owe Gustavsson, 59 år och Anders Eriksson, 51 år. ●

SÅ GJORDE VI

Vi lät ett bygglag i Sundbyberg testa maten under sex dagar. Vi köpte färdiga förpackningar i butiker och på en stormarknad i Stockholm, salladen beställde vi i delikatessen på närbelägna Hemköp. Sista testdagen fick killarna beställa något de trodde de kunde bli mätta av på McDonalds. De valde en meny som var ett specialerbjudande i oktober. Eftersom maten är inköpt i olika affärer i Stockholm varierar priserna.



	KYCKLINGSALLAD MED PASTA	SMOKEY LEE MENY*	FALAFEL MED COUSCOUS, PAPRIKA OCH AJVAR RELISH
Tillverkare	Hemköp	McDonalds	Findus
Pris	55 kr	59 kr	29,90
Vikt	552 gram per portion	150 grams hamburgare, cola och pommies frites	380 gram
Smak	4,5	4	3,5
Mättnad	4,5	4,5	2
Kommentarer	"Jag stod mig rätt bra på maten, annars brukar man bli hungrig fort av sallad", "Den här maten mår man bra av", "Kan vara tveksamt med sallad om det är riktigt kallt ute". BÄST	"Bäst efter salladen", "Om man tänker på nyttigheten så är det inte topp", "Kladdigt att äta", "Jag blev mätt", "Det är mat som lägger sig som en klump i magen, sedan blir man hungrig igen".	"Det borde vara fler falafel i", "Jättegod smak", "Lite torr i konsistensen", "Kryddningen var lagom, men den mättade inte så bra", "Bra smak, men för liten låda", "Det är nog bra och nyttigt bantarmat".
Betyg			



	KEBAB FAVORIT	BIFF STROGANOFF MED RIS OCH GRÖNSAKER	LAX MED SPENAT-LIMESÅS OCH POTATISMOS (fiskgratäng)
Tillverkare	Dafgårds	Felix	Coop
Pris	19,90 BILLIGAST	23,90	19,90
Vikt	400 gram	405 gram	350 gram BARNPORTION?
Smak	3,5	3	3
Mättnad	2,5	2	1,5
Kommentarer	"Lite lite mat, men rätt gott", "Allt var dåligt; det var konstig konsistens på klyftpotatisen, kebaberna smakade inte kebab utan köttbullar och såsen var inte god", "Jaså var det vitlöksås, jag trodde det var bearnaise".	"Hyfsad smak", "För lite mat", "Dåligt kryddat", "Ingen höjdare, ganska smaklös och mättade inget bra", "Sätt till mer smak på köttet och gör en större portion", "Det skulle varit mer kryddat, mer drag i rätten".	"Detta är som en barnportion, lådorna borde finnas i flera storlekar", "Kryddningen var väldigt bra, men det mättade ingenting. Man klarar inte att jobba en arbetsdag på lådan!", "Mer krydda skulle inte skada".
Betyg			

*(specialerbjudande som motsvaras av Big Tasty meny)