

Tare og gjæret te til salgs!

Tang og tare fra Frøya, og fermentert te fra Inderøy er uprøvd for folk flest, men selger godt under Trøndersk Matfestival. Nå håper lokalprodusentene at trøndere tar «nyvinningene» til sine hjerter.



Tang og tare er ukjent for de fleste, i alle fall som ingrediens på en mattalerken.

FOTO: KIRSTI KRINGSTAD / NRK

Preben Negård

Journalist

Kirsti Kringstad

Journalist

Morten Andersen

Fotograf

Publisert 4. aug. 2016 kl. 17:55



flere år gammel.

– **Du, dette var veldig godt, sier ordfører i Hitra kommune, Berit Flåmo, med en bit tare i hånda.**

Trøndersk Matfestival er sparket i gang, og ivrige lokalmatprodusenter står telt i telt, og bord i bord for å vise frem og selge sine produkter i Trondheim sentrum. Noen av produktene er litt mer urbane enn hva det norske folk kanskje er vant til.

Tare fra Frøya

– Tang og tare er utrolig næringsrikt! Det er en matvare som ligger i sjøen og bare venter på å bli plukket.

Tove Cecilie Fasting er markedssjef i Frøya Tare, og selger tare som håndhøstes fra farvannet i Sulas skjærgård på Hitra. Hun mener tare er noe man bør bruke mer av i kostholdet sitt.

– **Tare er fremmed for oss. Det blir brukt mye i Asia, og tidligere ble det brukt som dyrefor og gjødsel her hjemme. Men tang og tare inneholder alt man trenger av næringsstoffer. Vi har blant annet tare-pasta som er laget med egg, og koker man dette har man et fullverdig måltid.**

- [Her dyrker de framtidens mat – rett fra sjøen](#)



Et fullverdig måltid, mener Tove Cecilie Fasting om tarepasta.

FOTO: KIRSTI KRINGSTAD / NRK

Fasting oppfordrer alle som kan å dra ut til fjæra og høste sin egen tare.

– Alt er spiselig, her er det bare å prøve seg frem og finne ut hva man liker. Man må bare

passer på at områdene man høster tare fra ikke er i nærheten av kloakkutslipp. Og ligg unna tare som flyter, den vet du aldri hvor har vært, mener Fasting.

Te med melkesyrebakterier

Det er flere godbiter for de nyfikne på Matfestivalen. Her kan man også finne «Surf Kombucha».

– Det er fermentert te. Teen tilsetter melkesyrebakterier, og står i rundt to uker og gjærer. Da går PH-verdien og sukkernivået ned, sier Maren Aasen, ernæringsterapeut og kvinnen bak produktet «Kombucha».

Sammen med Luca Guichard har de gjenvunnet, ifølge dem selv, en gammel tradisjon.

– Gjæring av te gjorde de for flere 100 år siden, men det er få i Norge som vet om denne typen drikke. Den er veldig populær i USA og Australia, mener Aasen.

- [Trondheims-gründere åpnet restaurant sunn fastfood](#)



«Kambucha» er en 2000 år gammel tradisjon som stammer fra Kina. Luca Giuchard og Maren Aasen håper nordmenn nå vil få øynene opp for gjær-teen.

FOTO: KIRSTI KRINGSTAD / NRK

Hun håper nå trøndere og nordmenn nå tar «Kombucha» til sitt hjerte.

– Det er et fint alternativ til brus og alkohol. Den er økologisk, ingen tilsetningsstoffer og den har lite sukker. Vi har allerede fått gode tilbakemeldinger her, og må nok trappe opp produksjonen, avslutter Aasen.

- [Lokalmat i vinden](#)

Opphavsrett NRK © 2022

Ansvarlig redaktør: Thor Gjermund Eriksen

Nettsjef: Hildegunn Soldal