

Pressmeddelande

Pressinbjudan – Final i Fullkornsmacketävlingen på Fullkornets dag



Vilken är Sveriges bästa fullkornsmacka?

Det avgörs på Fullkornets dag den 14 januari i Stockholm. Tävlingen hyllar mackan som vardagsmat – god, enkel, hållbar och hälsosam. Fokus ligger på mackor som fungerar där behovet av bra mat är stort: i skolkafeterior, idrottsanläggningar och andra miljöer där unga rör sig.

- Vi vill visa hur enkelt och gott det kan vara att äta fullkorn genom mackor som passar i ungas vardag. Fullkorn ger både energi och mättnad, samtidigt som det bidrar med viktiga näringsämnen, säger Maria Alexandersson, projektledare på FullkornsFrämjandet.

Tävlingen är ett gemensamt arrangemang av FullkornsFrämjandet och Brödinstitutet för att uppmärksamma och hur enkelt och gott det är att äta fullkorn. Enligt samlad forskning förebygger fullkorn ohälsa i allra högsta grad samtidigt som vi äter för lite av det.

Den årliga opinionsundersökningen [Brödtermometern](#) visar samtidigt att intresset för fullkorn ökar tydligt, men också att många, särskilt unga, har svårt att veta var fullkorn faktiskt finns.

- Undersökningen visar också att unga ser brödet som tallriken för måltiden. Hela 70 procent av de unga äter mackor som en fullgod måltid minst två gånger i veckan, jämfört med 50 procent i totalbefolkningen. Att välja fullkornsbröd till mackan är ett enkelt steg till bättre hälsa, säger Maria Sitell, kommunikationschef och leg. dietist på Brödinstitutet.

Som journalist, skribent eller influencer inom mat, hälsa och hållbarhet är du välkommen vilket förstås även inkluderar att smaka på de goda finalistmackorna.

Finalistmackor

- Fullkornsmackan Power Roll – Thomas Broström
- Dubbelfullkornsmacka – Rammefors konditori
- Mumsig macka med morotsmys och mystisk tofu – Katarina Johansson

Var: Sveavägen 25, Stockholm (nära T-bana Hötorget)

När: Onsdagen den 14 januari kl. 14.00–15.30

Hur: På plats, ingen digital sändning

Juryordförande är Carolina Klüft, verksamhetschef på Generation PEP.

Anmälan sker till hej@brodinstitutet.se. Ange *Anmälan final 14/1* i ämnesfältet

Priser:

Första pris: [Sveba Dahlen köksmaskin Teddy](#), värde ca 15 000 kr

Andra pris: [Ankarsrum köksassistent](#), värde ca 10 000 kr

Tredje pris: [KitchenAid matberedare](#), värde ca 2 000 kr

Förutom att vara gott visar samlad forskning att fullkorn i hög grad förebygger tre av våra stora folkhälsosjukdomar: hjärt- och kärlsjukdom, typ 2-diabetes samt tjock- och ändtarmscancer.

Tävlingen arrangeras av Brödinstitutet och FullkornsFrämjandet, med Sveba Dahlen och Ankarsrum som sponsorer.

[Läs mer om tävlingens upplägg här.](#)

Om Brödinstitutet

Brödinstitutet lyfter fram brödets goda smak och det positiva sambandet med god hälsa och klimatsmarta val, med vetenskapen som grund. Brödinstitutet är ett dotterbolag till branschorganisationen Sveriges bagare & konditorer. Läs mer: [Brödinstitutet](#)

Om FullkornsFrämjandet

FullkornsFrämjandet är ett partnerskap mellan näringsliv, akademi, myndigheter, offentlig måltidsverksamhet och civilsamhällesorganisationer med i nuläget 25 partner. Uppdraget är att få svenska folket att äta mer fullkorn. Läs mer: [FullkornsFrämjandet](#)

Sociala medier:

- @brodinstitutet på Instagram, LinkedIn, Facebook, Instagram och Tik-Tok
- @fullkornsframjandet på Instagram, LinkedIn, Facebook

För mer information, kontakta:

Maria Sitell, kommunikationschef, Brödinstitutet maria@brodinstitutet.se, 0707-64 58 84

Maria Alexandersson, projektledare FullkornsFrämjandet

maria.alexandersson@fullkornsframjandet.se 0707-52 24 65