



HÅRDA REGLER DOWN UNDER

Australien har den striktaste gränsen i världen för glutenfritt. Här är det 0 ppm som gäller. Svenska Maria Jönsson arbetar med godkännande av glutenfritt på Coeliac Australia.

TEXT JENNY RYLTENIUS FOTO PRIVAT

– **JAG HAR HAFT CELIAKI I 20 ÅR** och under studietiden arbetade jag ideellt för Coeliac Australia, som celiakiförbundet heter här, säger Maria Jönsson.

Efter studierna fick Maria anställning på organisationen och i dag arbetar hon med två olika program inom partnerskap och sponsring. Det ena handlar om godkännande av glutenfria livsmedel. Det andra om godkännande av restauranger som kan erbjuda säker glutenfri servering.

I Europa har celiakiförbunden diskuterat i flera år om hur en gemensam europeisk certifiering skulle kunna gå till. Projektet har fått namnet Eating out och förhoppningsvis är vi bara något år ifrån att det lanseras i hela Europa.



MARIA BESKRIVER PROGRAMMET som tufft för restaurangerna. Det tar mellan tre och sex månader att bli godkänd. Restaurangpersonalen genomgår en stor granskning tillsammans med en dietist där man tittar på allt från recepten, tillagning och ingredienser, till hur man kommunicerar med matgästerna om vad maten innehåller.

De restauranger, caféer och bagerier som godkänns får lov att använda Coeliac Australias logotyp i sin marknadsföring. Efter detta bekräftar en utomstående expert, som besöker lokalen, att de följer rutinerna, berättar Maria Jönsson.

AUSTRALIEN

– Det är en omfattande process när restauranger ska godkännas. Tillsammans med restaurangen utvärderar Coeliac Australia riskfaktorer för glutenkontamination, säger svenska Maria Jönsson som arbetar för australiska celiakiförbundet - Coeliac Australia.



- **NÄR VÅRA** medlemmar **SER LOGOTYPEN** kan de vara säkra på att de kan äta där utan att behöva oroa sig. Förbundet tog initiativet till projektet 2014. Vi har gjort omfattande medlemsundersökningar som visar att den största utmaningen för medlemmarna är att just äta ute, säger Maria.

NU ÄR MAN UPPE I 33 RESTAURANGER runtom Australien som är godkända av Coeliac Australia, varav 20 ligger i Melbourne, som brukar kallas "Australiens mathuvudstad".

– Om några av era läsare funderar på att åka hit så har vi en lista över alla restauranger på vår hemsida coeliac.org.au, tipsar Maria.

Det andra projektet som Maria koordinerar är godkännandet av glutenfria livsmedel. Här har Australiens motsvarighet till Livsmedelsverket bestämt att en produkt inte får innehålla något gluten för att kallas glutenfri. (De lägsta halterna man kan mäta med dagens teknik är 5 ppm och i vissa typer av livsmedel 3 ppm, reds. anm.)

– Många medlemmar tycker att det är förvirrande att vi har en annan gräns än Europa. Själv har jag aldrig haft några problem att äta glutenfritt i Sverige med 20 ppm som gräns.

Proceduren liknar den europeiska med "The crossed grain" eller Det överkorsade axet som det heter när Svenska Celiakiförbundet licensierar livsmedel. Producenten måste skicka in prover för analys och dessa måste uppdateras regelbundet för att behålla märkningen.

– Vi tar båda våra program på stort allvar. Även om det är ytterst ovanligt att incidenter inträffar så har vi omfattande och strikta procedurer som vi följer, detta för att se till att programmen håller sin höga standard, säger Maria.✱



TRE FRÅGOR TILL AUSTRALIEN-EMIGRANTEN MARIA JÖNSSON

Vilken är den största skillnaden mellan att leva med celiaki i Australien jämfört med i Sverige?

– En uppenbar skillnad är att det finns ett mindre utbud av bra bröd i mataffären eftersom man inte tillåter vetestärkelse. Men å andra sidan finns det många fler bagerier som säljer bra färskt glutenfritt bröd, i alla fall här i Melbourne.

Vad brukar brödet vara bakat på?

– Det är vanligt med majs, ris eller tapiokabröd. Men här använder man också teff, quinoa, lupin och hampa.

Vad saknar du mest med Sverige när det gäller glutenfritt?

– Att inte kunna gå på Max eller Mc Donald's och äta snabbmat. Det är också begränsande att havre inte klassas som glutenfritt så därför finns det ingen ren havre att köpa som i Sverige.

Dr.Oetker

Ristorante

PIZZA



GLUTENFRI

Äntligen!

Riktigt god pizza utan gluten.



Det är den tunna, spröda botten och de noga utvalda råvarorna som gör Dr. Oetker Ristorante till en oemotståndlig pizza. Nu lanserar vi tre olika varianter helt utan gluten, så att fler kan njuta av en riktigt god pizza.



WWW.OETKER.SE