



Högskolan
Kristianstad

Sveriges bästa Gastronomiprogram

Vi har Sveriges bästa Gastronomiprogram!

Vad, hur och när vi äter påverkar vår prestation, hälsa och välbefinnande. Överallt där mat skapas, säljs och serveras behövs experter som kan utveckla goda och kreativa måltider efter våra behov och önskemål. Gastronomiprogrammet är en treårig utbildning (180 högskolepoäng) som leder till en filosofie kandidatexamen i Mat- och måltidsvetenskap.

Mat- och måltidsvetenskap

Mat- och måltidsvetenskap är programmet huvudområde. Det är ett tvärvetenskapligt kunskaps- och forskningsområde, som omfattar tre områden för: nutrition och hälsa, livsmedel, matkultur och kommunikation. Utveckling av koncept och produkter, från idé och behov till färdiga måltider, är också centrala moment i utbildningen.

Verksamhetsförlagd utbildning (VFU)

Under fem veckors verksamhetsförlagd utbildning (VFU) provar studenterna på tänkbara framtida yrkesroller och har möjlighet att knyta betydelsefulla kontakter.

Studenterna genomför under VFU:n ett projektarbete utifrån en verksamhetsbaserad frågeställning eller problem. Studenterna kan också arbeta med produktutveckling eller något annat i form av ett uppdrag eller en undersökning.

Avsikten med VFU är att både student och uppdragsgivare ska vinna på samarbetet; uppdragsgivaren får ta del av nya idéer medan studenten får viktiga erfarenheter och kunskaper.

Exempel på yrken för gastronomer:

- Produkt- koncept- och receptutvecklare
- Kostchef
- Livsmedelsinspektör
- Mat- och måltidskommunikatör
- Sensoriker

Magisterprogram i Mat- och måltidsvetenskap

Vi har även en magisterutbildning på 60 högskolepoäng. Programmet tar dig till en högre nivå inom ämnet mat och måltider och vänder sig till dig med kandidatexamen inom området. Efter magisterexamen väntar en bred arbetsmarknad där du exempelvis kan arbeta som kostchef eller Key Account Manager inom livsmedelsindustrin.

Fristående kurser och uppdragsutbildning

Utöver våra ordinarie fristående kurser inom mat- och måltidsvetenskap och program kan vi också erbjuda kompetensutveckling för yrkesverksamma inom livsmedelssektorn.

Nyhetsbrev

Vi skickar ut nyhetsbrev via e-post cirka fyra gånger per år om verksamheten inom området mat och måltid vid Högskolan Kristianstad. Intresserad? Anmäl dig till bitte.muller-hansen@hkr.se

Frågor om utbildningen, VFU och uppdragsutbildning?

Kontakta Programområdesansvarig Bitte Müller Hansen.
E-post: bitte.muller-hansen@hkr.se
Telefon: 044-2503180

**Några av våra studenter
berättar om sina intressen
inom mat och måltider och
vad de vill jobba med**

Prova nya saker

Alexander Björk

En hipster ses ofta som en person som klär sig i rutig skjorta eller någon annan "ovanlig" utstyrsel, mössa eller gubbkeps, cyklar dit en ska. En hipster intresserar sig för mat som är annorlunda eller det som "glömts bort", såsom surdegsbröd, hantverks-öl, inläggningar, korvstoppning, kaffe, vin eller att odla sina egna grönsaker. Men det viktigaste av allt är att även om alla dessa saker utförs av en person kan en inte kalla sig hipster, då hade en ju definierat sig som en i mängden och en som följer strömmen och trender, vilket går emot vad en hipster står för.

Mitt namn är Alexander och jag tycker om att baka surdegsbröd, lägga in grönsaker, dricka kaffe (inte vanligt bryggkaffe) och te, prova vin, odla grönsaker på balkongen, brygga mitt eget öl och använda mössa eller annan huvudbonad i väldigt stor utsträckning.

Det är det största intresset jag har inom det gastronomiska området: att prova nya saker (saker som görs från grunden vill säga)!

Att förstå vad som händer i en råvara när den förädlas på något sätt är fantastiskt. Att titta på en deg som jäser upp och sedan se hur glutennätverken i brödet ser ut när man skär i det eller att känna doften av en öl som står och jäser i sin damejeanne i ett hörn, det är det som intresserar mig.



Er nya drivna och ansvarstagande gastronom!

Annika Stuhre

Jag heter Annika Stuhre och är nytexaminerad gastronom. Att arbeta med mat och hälsa har alltid varit någonting jag haft ett brinnande intresse för. Jag har lätt för att ta initiativ och är driven i alla de uppgifter jag tar mig an och oavsett vad det gäller så gör jag aldrig någonting halvdant utan presterar alltid mitt bästa.

Det roligaste i utbildningen har varit att få ta fram en egen produkt från idé till färdigt resultat, fördjupat mina kunskaper inom matallergi och intolerans samt barn och ungdomars övervikt. Jag skulle vilja arbeta med barns hälsa, då det är något som alltid legat varmt om hjärtat. Produktutveckling är också något som har intresserat mig under min utbildning och dessa två skulle jag vilja kombinera i mitt framtida yrke!



Experimentlysten kreatör!

Emelie Ohlson

Jag heter Emelie Ohlson och jag är uppvuxen på samma plats som matens primära säte; bland fält med betor, potatis och diverse sädeslag. Och kanske var det tack vare min fars jordbruk som ett intresse väcktes till liv och gjorde att jag så småningom hamnade på gastronomiprogrammet.

Det roligaste under utbildningen har varit de tillfällen när studenterna på egen hand har utvecklat idéer, exempelvis när vi tog fram en skånsk "tepache", som från början är en fermenterad ananasdryck från Mexiko. Jag har också uppskattat tillfällena när vi genom rapportskrivning verkligen har djupdykt i ett ämne, t.ex. ett livsmedel eller en tillverkningsmetod.

Min VFU genomfördes på Hushållningssällskapet utanför Kristianstad där jag arbetade med två projekt; det första handlade om receptutveckling med baljväxter vilka senare publicerades i tidningen Skånska Lantbruk. Det andra projektet presenterades på julmarknaden Skånejul där jag hade utvecklat ett julgodis som inkluderade besökarnas deltagande. Recept på godiset gestaltades även i en julsaga.

Examensarbetet jag nu skriver handlar om matminnen och matrender från 30-talet till och med nutid där vi kommer att titta på likheter och förändringar genom tiderna.

Efter utbildningen ser jag mig själv på en arbetsplats där jag kan få utlopp för kreativitet och nyfikenhet i samklang med mina kollegor.

Jag varvar gärna administrativt arbete med praktiska inslag. Utveckling av alla dess slag lockar mig; nya produkter, koncept, recept, rätter, måltider och måltidssituationer... Jag är redo för utmaningen!



Glad och positiv gastronom med ett brinnande intresse för vegetarisk mat!

Emma Persson

Mitt namn är Emma, jag är 25 år gammal och sedan tre år tillbaka är jag bosatt i Kristianstad.

Utbildningen på Gastronomiprogrammet har givit mig stor tvärvetenskaplig kunskap och det har varit tre spännande, inspirerande och utvecklande år. Jag har ett stort intresse för hälsa, produktutveckling och för måltiden som helhetsupplevelse. Genom min praktik på tidningsredaktionen ICA Buffé i Stockholm fick jag bland annat erfarenhet av hur arbetet på en kreativ matrelaterad verksamhet går till. Jag fick användning av min noggrannhet och förmåga att hålla många bollar i luften samtidigt. Utöver mitt självständiga praktikprojekt var jag aktiv i provlagningar, fotograferingar, olika event och arbetade mot veckobaserade deadlines med höga kvalitetskrav. Examensarbetet genomfördes på uppdrag av Miljöbron Skåne och företaget JP Alg, och syftade till att undersöka svenska konsumenters inställning till alger som matråvara.

Som person är jag ambitiös, positiv och driven. Jag är noggrann med mitt arbete och har lätt för att samarbeta. Jag har, efter flera års erfarenhet inom mat- och servicebranschen, fått stor erfarenhet av att arbeta i ett team mot ett gemensamt mål. Vid sidan

av mina studier har jag engagerat mig och arbetat i olika projekt kopplade till Gastronomiprogrammet, bland annat planering av event och menyer, konceptutveckling, budgetering och planering av måltidsupplevelser. Det har varit givande och jag har fått lära mig att lösa problem på ett kreativt, självständigt och effektivt sätt. Att arbeta med flera olika typer av arbetsuppgifter parallellt är någonting som passar mig bra, och som jag tror jag kommer ha stor nytta av i framtida arbetsliv.

På fritiden gillar jag att träna, i första hand på Friskis & Sveltis där jag sedan tre år tillbaka även engagerar mig ideellt som funktionär i föreningen. Matlagning och hälsa hör även till mina intressen och att utforska nya råvaror och kreativt skapa rätter är mycket roligt och utmanande för mig.



Drömmen vore en dag att få driva en egen livsmedelsbutik

Felicia Nilsson

Mitt namn är Felicia. Utbildad barnskötare i grunden som fastade i restaurangbranschen redan som tonåring. Intresset startade när jag i högstadiet började jobba på Bäckaskog slott sedan på Tomarps gårdshotell och Åhus Gästis. Här fick jag upp ögonen för mat, service, försäljning och värdskap. Efter att ha suktat efter mera lärdom och erfarenheter började jag plugga på Gastronomiprogrammet i Kristianstad.

Min tid på högskolan har varit full av kunskap inom b.la livsmedelskunskap, matlagning, produktutveckling och måltidskreation som var mina favoritämnen att fördjupa mig i. Jag har även under min studietid haft arbetsplatsförlagd utbildning på Ica Maxi Kristianstad och kostenheten i Karlshamns kommun där jag har fått lära mig om försäljning, logistik och utvecklingsarbete. På gastronomiprogrammet får man en bred utbildning som man kan ha användning av i flera delar av arbetsmarknaden. Efter mina studier jobbar jag fortfarande inom restaurangbranschen men vill gärna testa något nytt och skulle vilja arbeta med livsmedel och detaljhandel. Drömmen vore en dag att få driva en egen livsmedelsbutik där man kan engagera och inspirera konsumenterna.



Eating or planning what to eat

Kadija Hadid

Jag älskar den praktiska sidan av mat, där mina händer kan bli smutsiga men samtidigt skapar en ren och vällsmakande maträtt, i det scenariot älskar jag att vara. Den delen av detta programmet jag har mest passion för, är den utvecklande delen av mat. Där jag kan skapa nya recept, utveckla nya produkter och ge andra möjligheten att uppleva en fantastisk måltid, är det jag skulle vilja jobba med. Under mitt program har jag haft chansen att spendera min VFU (verksamhetsförlagd utbildning) på ett mikromejeri "Nablus mejeri" där jag skapade cirka 50 recept för att utöka sättet att använda olika produkter. Under min fritid har jag också haft möjligheten att vara gästkok på Viken tomatgård utanför Helsingborg, där jag slog samman deras skörd med min bakgrund från Mellanöstern och lagade flera måltider framför en hungrig publik. Mitt sista steg i programmet har lyckligt spenderats tillsammans med det välkända svenska företaget Findus i avdelningen Findus Special Foods. Där jag undersökte tillsammans med en medstudent och kära vän hur äldre upplevde sin matsituation när de bodde i ordinärt boende med hemtjänst. Detta program har gjort det möjligt för mig att få en bred kunskap om mat- och måltidsvetenskap som har ökat min nyfikenhet att lära mig mer och mer om detta ämne.



Viktigt att vi har bra mat i förskolor och skolor

Maria Ottosson

Jag heter Maria Ottosson och är en glad gastronom som har ett stort intresse för mat, näring och måltidskunskap. Som person är jag noggrann, social, ambitiös och gillar utmaningar i arbetslivet. Jag har lätt för att samarbeta i grupp och kan både leda och lyssna till andra i gruppen.

Under min gastronomiutbildning tyckte jag att näringslära, mikrobiologi, livsmedelskemi, sensorik och produktutveckling var de mest intressanta ämnena. Min VFU gjorde jag hos två kostchefer på en kostenhet i en kommun. Det gav en bra inblick av hur en kostchef arbetar med allt ifrån att hålla personalmöte, planera menyer och upphandling av råvaror.

Under sommaren mellan termin 4-5 så arbetade jag på Krinova i ett TOY-projekt (team of young professionals) med att utveckla ett nytt koncept för hur studentcaféet på Högskolan Kristianstad (HKR) skulle drivas och se ut. Under min andra VFU-period gjorde jag en förlängning på mitt arbete ifrån Krinova och tog fram en klimatsmart menymall för studentcaféet på HKR. I mitt examenarbete gjorde jag en studie om att göra barn delaktiga i framställning av nya mellanmål. Jag tycker det är viktigt att vi har bra mat i förskolor och skolor för barnen och det är något jag gärna arbetar med att utveckla i framtiden både inom kommun och företag.



Växtbaserad, affärsutvecklande gastronom

Mauri Liebendörfer

Med fokus på att utveckla spännande växtbaserade matupplevelser går jag in med affärssinne och driv för att ta fram rätt lösningar, inte enbart de tekniskt mest avancerade.

Produktutveckling och sensorik var de mest givande kurserna i Gastronomiprogrammet, och jag kommer att satsa på att dela med mig av mina insamlade kunskaper och erfarenheter för att hjälpa andra att ta till sig och utveckla en mer växtbaserad livsstil. Framförallt med hjälp av digital teknik, video och internet.

”Det har jag aldrig provat tidigare så det klarar jag helt säkert” – Pippi Långstrump



Utveckla och förbättra mat och måltider!

Metin Enes

Mitt namn är Metin Enes och jag är uppvuxen i Knislinge, en by utanför Kristianstad. Genom tidigare arbeten, genom denna utbildning och genom att ha varit aktiv inom idrotten i hela mitt liv har jag lärt mig att hårt jobb lönar sig, att arbeta som ett lag och vikten av hög moral. Hela uppväxten och vuxenlivet har genomsyrats av ett minst sagt stort matintresse, därav var valet att gå Gastronomiprogrammet inte något svårt val.

Det bästa med utbildningen är de gånger man fått utlopp för allt man har lärt sig. Inte minst de gånger jag har varit ute hos företag och praktiserat (VFU). På företaget Måltidsvision fick jag verkligen utlopp för min kreativitet i arbetet med måltidsgestaltningar, där vi bland annat utförde ett stort projekt på Berns i Stockholm. På organisationen Skåneidrotten arbetade jag med att ta fram föreläsningsmaterialet och ett recepthäfte till projektet Senior Sport School. Det är ett projekt i vilket seniorer ingår i aktiviteter och föreläsningar. Detta är något jag fortfarande är aktiv inom, då jag håller i både matlagningspass och föreläsningar för Skåneidrottens räkning.

Gastronomiprogrammet är en bred utbildning och jag ser på arbetsmarknaden med siktet brett inställt. Att arbeta med att förbättra och utveckla livsmedel och livsmedelsföretag som livsmedelskontrollant,

produktutvecklare eller i arbetet med livsmedelstekniska processer skulle passa mig väl. Jag ser även gärna mig själv i arbetet med att utveckla mat och måltider inom barn- och äldreomsorg.



Att med enbart mat skapa en upplevelse som en glad stund i vardagen

Tatiana Lindberg

Jag älskar mat! Jag älskar att laga mat! Jag älskar att servera mat och att äta mat. Att med enbart mat skapa en upplevelse som en glad stund i vardagen. Det är konst.

Jag är mamma till tre barn och matlagning har varit en stor del av min vardag sedan lång tid tillbaka och att kunna servera mat på spännande och genomtänkta sätt har alltid varit ett roligt nöje.

Jag har en examen i marknadsföring och reklam och har tidigare arbetat i reklambranschen. Mitt intresse för mat blev till slut så stort att jag bestämde mig för att utbilda mig vidare inom mat och måltidskunskap. Inom gastronomiprogrammet tillhörde kurserna produktutveckling, matkultur, ekonomi och måltidsgestaltning mina favoriter. Jag gjorde båda mina VFU på Findus Special food. Jag skrev manus till två filmer om hur konstistensanpassad mat bör tillagas och gjorde även mitt examensarbete i samarbete med Findus Special Foods.

I examensarbetet, som jag gjorde tillsammans med min kära vän och kollega, forskade vi om hur äldre, som lever med hemtjänsten, upplever sina matsituation. Respekt för äldre har jag med mig från Brasilien,

där jag kommer ifrån, och att vilja utveckla ett bättre samhälle där alla känner sig rätt behandlade även om man gammal är en stor drivkraft för mig.

Jag älskar näringslivet och att vara delaktig i utveckling och se nya möjligheter. Att vara med där det händer är mitt nästa steg.



Intervju med Dawid Alwan Matlagningsevent som VFU-projekt

Som gastronomistudent är möjligheterna stora. Studenten Dawid Alwan har precis avslutat sitt VFU-projekt, ett matlagningsevent han höll i och skapade recept för. Med råvaran i fokus och femton entusiastiska deltagare blev eventet lyckat.

Dawid Alwan är kocken som blev gastronomstudent. Efter många år i branschen tröttnade han på oregelbundna tider och valde därför att börja studera gastronomiprogrammet på Högskolan Kristianstad. Dawid har, utöver studierna, många bollar i luften. Han har precis avslutat sitt VFU-projekt hos Gårdsfisk. Dawids uppdrag under VFU-projektet var att skapa ett matlagningsevent för personer som jobbar i delikatessdiskar i mataffärer, med syfte att inspirera och sprida kunskap om fisken de ska sälja. Dawid tog fram fyra recept inför eventet, baserade på fisksorterna tilapia och rödstrimma som Gårdsfisk odlar.

Eventet blev lyckat och Dawid är nöjd med sitt VFU-projekt. Att döma av resultatet av den enkät Dawid sammanställt efter eventet, är besökarna likaså. När Dawid lagar mat är det känslan för maten och råvarorna som är i fokus. Han har en bakgrund som kock, vilket han jobbat som i sju år innan han valde att studera på gastronomiprogrammet. Han inspireras på sina resor runt världen och utifrån intrycken och de nya smakerna prövar han sig fram i det egna köket. Matintresset väcktes som ung då han

lärde sig laga mat genom att prova sig fram i köket, en metod han använder sig av än idag.

Utöver studierna har Dawid ett nytt projekt på gång tillsammans med Senior sport school. Samarbetet med Senior sport school var först ett grupparbete via skolan, som Dawid sedan själv tog vid. Samarbetet innebär att han håller i föreläsningar om näringslära men även håller i kökspass tillsammans med seniorerna.

–Det är roligt med det samarbete högskolan har med näringslivet. Under mina föreläsningar på Senior sport school har jag hållit i hela lektioner, vilket ju är en stor skillnad jämfört med att redovisa i skolan. Dessa projekt gör att man förstår hur mycket man redan har lärt sig under studierna på Gastronomiprogrammet.



Hos oss finns några av landets bästa utbildningar som leder till jobb. En liten men samtidigt stor högskola samlad på ett campus. Vi är stolta över våra 14 000 studenter och den mångfald de representerar. Våra ledord är närhet, öppenhet, nyfikenhet och respekt.

044-250 30 00 | info@hkr.se | www.hkr.se

Högskolan Kristianstad