

Camilla Rostad er opptatt av lokal-
mat fra Toten og gode glutenfrie
råvarer. Her er hun i erteåkeren,
som er særlig rikt på planteprotein.
Men det er bokhvete som er den
nyeste satsningen.

Foto: Jørgen Nordby



Kortreist og glutenfritt

**Camilla Rostad brenner for gode glutenfrie råvarer
og for produksjon av mat på Toten. Ved å dyrke
bokhvete kombinerer hun begge deler.**

📍 Tone Amundsen Nyvold 📍 Camilla Rostad og Tone Amundsen Nyvold

– Vi ønsker å bruke lokaldyrkede råvarer, og vi har gode forutsetninger for å dyrke bokhvete her, sier Camilla Rostad.

Hun er født og oppvokst på Toten, og tok over familiebedriften Holmen Crisp i 2012, som driver både med tradisjonsbakst og en glutenfri mølle som produserer det kjente Jyttemjølet.

Det var Camillas far, Håkon Rostad, som sammen med sine brødre og sin kone Sigrun, bygde opp Holmen Crisp. Håkon var yngst av sju brødre, og var på mange måter «første mann til mølla» da han satset på glutenfritt i en tid hvor kunnskapen om glutenfritt ikke var særlig stor blant folk flest.

Hvorfor Jytte?

Jyttemjølet bærer navnet etter sin grunnlegger Jytte Norlander. Hun var opprinnelig dansk, men giftet seg i Sverige. Jytte hadde både cøliaki og DH, og som husstellærer var hun ikke særlig imponert over datidens glutenfrie melblandinger, og startet derfor sin egen glutenfrie mølle. Dessverre døde Jytte i en tragisk bilulykke og Holmen Crisp kjøpte møllen i 1994. Siden er Jyttemjølet-serien utvidet med fire forskjellige melblandinger, og flere er på trappene.

Håkon Rostad døde i oktober 2011, da var Camilla fire måneder på vei på vei med sønnen – som selvfølgelig også fikk navnet Håkon.

Pris for design

Familie og tradisjoner står sterkt i bedriften, noe som ikke minst skinner igjennom på produktenes design. Hver melpakke har fått tegning av en som har vært viktig for bedriften. Arv håndverksmjøl har tegning av far Håkon Rostad, mens Camillas mor, Sigrun, pryder Fibra håndverksmjøl.

– Moren min er familiens baker, og hun har vært særlig med på å utvikle Fibra teff-melet. Og hun har testet seg fram til de beste oppskriftene for gjærbakst, forteller Camilla.

Og portrettene på posene har vakt oppsikt. I april vant de prisen for beste pakningsdesign under Visuelt 2019.

Brenner for bokhvete

Denne solrike dagen viser Toten seg fra sin beste side, med flotte jorder ned mot Mjøsa. Her har det vært matproduksjon i mange århundrer. Men bokhvete er en nykommer til bygda.

– Det er vanlig å dyrke bokhvete i Polen og Russland, blant annet. Og vi måtte ha en sort som tåler de lange lyse dagene her nordpå. Så vi valgte ut den sorten vi hadde størst tro på, og samtidig ble det dyrket noen flere sorter i et forsøksfelt i samarbeid med NIBIO og NMBU.

Bokhvete er egentlig ikke et korn i det hele tatt, men en liten pyramideformet nøtt.

– Vi bruker en mekanisk avskallingsprosess, og da blir bokhveten litt mer avsløpet, slik at det ser ut som gryn. Bokhvete kan både males til mel eller spises som middagsgryn, og er mye mer næringsrikt enn ris, opplyser Camilla.

Eksklusivt biprodukt

Camilla og mannen Per Ove fikk en nabo som driver med bier til å sette opp 13 bikuber langs jordekanten, så biene jobbet på plante-feltet, og lagde en ren bokhvete honning. Den er litt mørk på farge, og smaker litt av malt, sjokolade og nøtter, og den kom blant de 10 beste i NM i fjor, forteller Camilla.

Selv var hun ute og gikk i åkeren hver morgen for å følge med på avlingen.

– Det var en veldig fin start på dagen, og det var gøy å se hvor mye liv det var i åkeren. Det er ikke lov med plantevernmidler på bokhvete, men det gikk veldig fint. Det var heller ikke nødvendig, smiler hun.

– Bokhveten vokser veldig tett, og den blomstret og blomstret. Vi ble litt bekymret for om de ikke ville modnes, men en frostnatt 25. september gjorde susen. Da ble åkeren brun i løpet av fire dager, og vi kunne begynne å treske, forteller Camilla.

Treskeren var helt nyinnkjøpt til formålet, for når man skal produsere noe som skal være 100 prosent glutenfritt, kan man ikke låne tresker som har vært brukt til glutenholdige kornsorter. Etterpå ble bokhveten tørket i en naboens helt nye korntørke som aldri før hadde vært brukt.



1: Treskingen gikk fint. Håkon (7 ½) får tidlig erfaring med både grønnsaker og mølledrift.
 2 og 3: Hver morgen var Camilla og gikk i bokhveteåkeren for å følge med på veksten.
 Mannen og sønnen var også ofte med.
 4: Camillas foreldre, Håkon og Sigrun Rostad, startet opp med Jytte-mel i Norge.



Et familieprosjekt

– Dette er et familieprosjekt. Jeg har arvet det genet fra faren min som sier at det vi kan produsere her, det må vi produsere her, sier Camilla.

Hun er gift med Per Odd Gjestvang som er grønnsaksbonde, og nå også bokhvetebonde.

Bokhvete er godt egnet til å brukes som vekstskifte, slik at jorda ikke blir utarmet. I år plantes det bokhvete på et nytt område, og de prøver også ut en av de sortene som de testet i fjor, og som virker lovende.

Satt ned prisene

Mange cøliakere er opptatt av pris, og særlig etter at grunnstønaden ble redusert tidligere i år.

– Holmen Crisp produserer i Norge, og betaler norske lønninger, men vi tar dette med pris på alvor, sier Camilla Rostad. Og fra 1. mai satte Holmen Crisp derfor ned prisene med 20 prosent til distributøren sin.

– Bakgrunnen for det er at vi ønsker å tilby norskprodusert til konkurrere på pris, og at konsumentene fortsetter å kjøpe Jytte for kvalitet, næringsinnhold og gode bakeegenskaper, sier hun.

Erter har også vært dyrket på Tøten fra gamle dager, og er en god og glutenfri kilde til protein. Etter hvert vil Holmen Crisp også tilby glutenfritt ertemjøl. Og da er det familiens yngste, Håkon Rostad Gjestvang (7 ½) som vil pryde forpakningene. Så tradisjon og frem-skrift går hånd i hånd på Tøten.

BOKHVETE...

...stammer fra Sentral-Asia, hvor den helt fra oldtiden har vært dyrket som brødkorn. I middelalderen kom den til Europa og ble dyrket i stor utstrekning på sandholdig jord i Mellom-Europa og helt opp til Danmark og Skåne. Bokhvete var fattigmannskost. Nøttene ble malt til gryn eller mel.

Mel av bokhvete har omtrent samme innhold av protein og jern som annet mel; 8 g protein og 2 mg jern per 100 g, men inneholder noe mindre kostfiber.

Kilde: Store norske leksikon

