

Is it bittersweet to eat meat?

How young, single Norwegian adults feel about eating meat, and their intention to eat less

Sofie Tellefsen Holm



Submitted as a Master Thesis in Community Psychology

Department of Psychology

University of Oslo

May 2018

© Author

Year: 2018

Title: Is it bittersweet to eat meat? How young, single Norwegian adults feel about eating meat, and their intention to eat less

Author: Sofie Tellefsen Holm

<http://www.duo.uio.no>

Print: Reprosentralen, University of Oslo

Abstract

The purpose of the current thesis was to explore meat induced cognitive dissonance in a population of young, single Norwegian adults. This was examined by conducting 12 semi-structured interviews addressing three research questions: Is cognitive dissonance experienced? If yes, how is it described, and how is it dealt with? Thematic analysis showed that single adult Norwegians do experience cognitive dissonance related to eating meat, however not to an extent where it is experienced as very problematic. The conflict was induced by knowing that meat eating negatively impacts the environment, concerns about animal welfare, and as a result of making the animal-meat connection. Behavioural changes and managing attitudes were mechanisms used to deal with the cognitive dissonance. A quantitative Pilot Study was designed to test how well Theory of Planned behaviour predicts people's meat eating intentions, and how well it explains cognitive dissonance in meat eaters. Based on data from the Pilot Study, habit strength, knowledge, and outcome expectancies were added as dependent variables for Study 1. Study 1 addressed two research questions: (1) How can we predict people's meat eating behaviours from their intentions and what determines these intentions?, and (2) How can we understand the intention-behaviour gap with regard to meat eating, i.e. those who intend to eat less meat than they actually do, the conflicted omnivores? We can predict meat eating behaviour based on individuals previous intentions. If they have previously had a period where they did not eat meat, they are likely to eat less meat today, as a result of changing their attitude towards meat eating, and increasing their PBC. For our second research question we tested two hypothesis and found that habit strength to eat meat did not predict meat consumption when controlling for intention and PBC.

Keywords: Cognitive dissonance; meat eating, conflicted omnivore, Theory of Planned behaviour, behavioural intention

Summary

Title: Is it bittersweet to eat meat?: How young, single Norwegian adults feel about eating meat, and their intention to eat less

Author: Sofie Tellefsen Holm

Supervisor: Beate Seibt

Humans are omnivores. Animals are a part of our diet in most cultures, to varying amounts. However, the types and amounts of animals eaten depend a lot on the culture, and humans can opt for a plant-based diet without any negative health consequences.

In more recent years, psychology has taken an interest in our meat eating habits, introducing the conflicted omnivore: those who feel conflicted about their meat consumption. Theory of cognitive dissonance has also contributed to the debate about meat-induced cognitive dissonance, where there is a conflict between values, beliefs, and behaviour. The current thesis aims to contribute to the discussion of eating meat from a psychological perspective, exploring how Norwegians think about these issues.

Twelve semi-structured interviews were conducted in order to explore the experience of meat-induced cognitive dissonance in young, single Norwegian adults. The findings resulted in four master themes: Culture and social norms (Habit and tradition, Background and information, Culturally acceptable meat, and No questions asked), The bittersweet taste of meat (“I have double standards regarding my values and what I eat”, Animal Welfare, Environmental impact, and Making the connection), Changing behaviour (“I don’t eat chicken” Being a conscious consumer, Eating less meat, “I don’t want to be an inconvenience for anyone”, “Am I supposed to only eat spaghetti?”, Price, accessibility, and taste), and Managing attitudes (“I thought about eating less meat, but...”, The meat industry is important, That doesn’t happen in Norway, Taste before suffering). Thematic analysis identified that cognitive dissonance had been experienced at some point in time by all informants, however most had now found a way of balancing conflict and meat consumption. Behaviour change and managing attitudes were the two major ways in which informants had dealt with the dissonance.

A Pilot Study was conducted to test how well we can predict people’s meat eating intentions and explain cognitive dissonance based on Theory of Planned Behaviour. This was

tested through an online survey on Qualtrics. Based on these findings we conducted Study 1 where we addressed the following two questions by testing 7 hypotheses: (1) How can we predict people's meat eating behaviours from their intentions and what determines these intentions? (2) How can we understand the intention-behaviour gap with regard to meat eating, i.e. those who intend to eat less meat than they actually do, the conflicted omnivores?

Undergraduate psychology students (N = 145) at The University of Oslo completed an online survey in Qualtrics. Two multiple regression analyses revealed that for our first research question we found that we can predict meat eating behaviour based on individuals' previous intentions. If they have previously had a period where they did not eat meat, they are likely to eat less meat today, as a result of changing their attitude towards meat eating, and increasing their PBC due to vegetarian eating and cooking. For our second research question we tested two hypotheses and found that habit strength to eat meat did not predict meat consumption when controlling for intention and PBC. This result can potentially be explained by our habit measure/scale.

This study is an independent project and all data was collected and analysed by the author.

Acknowledgements

First of all, I would like to thank my supervisor Beate Seibt for being the best supervisor I could have hoped for. She provided me with guidance and feedback throughout this project, especially towards the end. I literally would not have been able to cross the finishing line without her.

I also want to thank all participants who completed the survey for the Pilot Study and Study 1. I am especially grateful to the 12 informants who let me interview them. It was a great experience for me, and I want to thank them all for sharing their opinions and thoughts with me, and for wishing me the best of luck with my thesis.

I want to acknowledge my fantastic friends (and landlords) Hilde and Adam for giving me great study advice, for helping me navigate the sometimes confusing landscape of my hypotheses, and making sure I ate enough food and got enough sleep.

Special appreciation goes out to my mum and dad for their constant support. They (quite naively) believed in me, even when this seemed like an impossible task, and it really helped. Finally, I want to thank my cat Finn and dog Jake for providing positive energy, cuddles, love, and for forcing me outside for a walk every day – I needed some fresh air.

Table of Contents

Abstract	V
Summary	VII
Acknowledgements	XI
Theoretical background	1
Cognitive dissonance theory.....	2
Theory of Planned behaviour	3
Existing literature on cognitive dissonance in meat eaters	4
Meat consumption and cognitive dissonance	6
Conflicted omnivore.....	7
Dissonance reduction	8
Attitudes, beliefs and intentions towards eating meat.....	9
Why a mixed-methods approach	10
Objectives and hypotheses of the current studies	11
Qualitative Interview Study	11
Method	12
Results and discussion	15
Pilot Study	38
Method	39
Results.....	40
Discussion	41
Study 1	42
Method	42
Results.....	44
Discussion	46
General Discussion	48
Comparing qualitative and quantitative findings	49
Limitations of the current studies.....	50
Implications and directions for future research	51
Conclusion.....	52
References	53
Appendices	57
Appendix A – Informed consent (Qualitative study)	57
Appendix B – Interview guide and demographics	62
Appendix C – Interview transcripts	66
Informant 1	66
Informant 2	73
Informant 3	83
Informant 4	94
Informant 5	113
Informant 6	123
Informant 7	136
Informant 8	146
Informant 9	158

Informant 10.....	173
Informant 11.....	191
Informant 12.....	216
Appendix D – Informed Consent (Pilot Study).....	238
Appendix E – Survey and demographics (Pilot Study).....	240
Appendix F – Informed consent (Study 1).....	245
Appendix G – Survey (Study 1).....	246

Theoretical background

Humans are omnivores. Animals are a part of our diet in most cultures, to varying amounts. However, the types and amounts of animals eaten depend a lot on the culture, and humans can opt for a plant-based diet without any negative health consequences. While the raising of animals for slaughter has gone unquestioned in many centuries, recent animal rights movements have questioned this consensus, asking about our right to instill suffering on farm animals, our willingness to cause other sentient beings harm, the consequences of massive meat consumption for the environment and the climate, and the negative health consequences of (excessive) meat consumption. This changed awareness has led to new debates and philosophical, ethical, scientific, medical and psychological debates about the pros and cons of meat consumption (see Pinker, 2011, for an overview). The current thesis aims to contribute to this societal conversation from a psychological perspective, exploring how Norwegians think about these issues.

This thesis is placed in a constructionist research paradigm. This approach assumes that there is no single reality, but that reality is constructed in the context. Thus, different realities have different constructions. Accepting that beliefs about reality are constructed and there is no single reality, reality needs to be interpreted. The epistemological leaning is positivist. The positivist approach is based on interpretations being derived directly from the data, in addition to both data collection and data analysis methods being transparent and systematic. The positivist tradition aims to present as close a picture to objective reality as possible. The positivist perspective does of course involve interpretation of the data collected, and the author of the current study acknowledges that although the epistemological leaning is positivist, there will likely be some overlap between the realist, positivist, and interpretive approach to the data presented (Guest, MacQueen, & Namey, 2011).

In this thesis I will examine the ways in which events, meanings, realities, and experiences are the effects of a range of discourses operating within society, will be examined. In contrast to simply stating reality, this theoretical framework will allow for “reality” to be unpicked and unravelled, and interpreted by the author. By adopting a positivist constructionist position I can thus explore not just people’s experience of cognitive dissonance: individual experience (what is cognitive dissonance like?), people’s views and opinions (on eating meat), and people’s practices and the things they do (how do they eat?

What factors plays a role in their meat eating), it will also provide an additional layer of information in going beyond the text, drawing on a broad range of evidence, and by putting what is being said by the participant into a historical, cultural and social context (Braun & Clarke, 2006; Guest, MacQueen, & Namey, 2011).

Cognitive dissonance theory

Cognitive dissonance theory was presented by Leon Festinger in 1957 and proposes that people experience mental discomfort when their values and beliefs do not align with their behaviour. Performing an action that contradicts personal beliefs, ideas or values leads to the psychological stress of cognitive dissonance (Festinger, 1962). The theory claims that people strive for consistency between attitudes and behaviours, although the methods used to achieve it may not always be rational. For example, individuals can change parts of the cognition, justify the dissonance-evoking behaviour, add new parts to the cognition that causes the psychological dissonance, or actively avoid social situations and contradictory information that are likely to increase the magnitude of the cognitive dissonance. Lately, research has begun to examine the psychology of eating animals (e.g. Loughnan, Bastian & Haslam, 2014). Most people eat meat, knowing that meat comes from animals. This may cause cognitive dissonance; by eating meat people contribute to an industry that is built upon harming and mistreating animals and thus does not align with many people's attitudes, values and beliefs towards animals, namely that animals should not suffer (Singer, 1975). In spite of this, the so called meat paradox may not apply to all forms of eating meat, and as Loughnan, Bastian and Haslam (2014) note, eating meat from a road-kill might be experienced differently, and various meat producers might be perceived differently. Additionally, the meat paradox may not always be experienced subjectively by the individual as a conflict.

When people are made aware of their cognitive dissonance, they often use denial or avoidance to cope with the mental distress. A fairly recent article by Kunst and Hohle (2016) empirically tested the "disassociation hypothesis", a hypothesis that predicts that people reduce the feeling of unease by avoiding to think about the animal they eat. A total of five studies were conducted, where the first three studies consisted of examining processing stages and presentation of the meat. The last two studies were focused around words and phrases used when describing meat. The results showed that the more processed the meat was (i.e. the further from its original animal form), the less empathy the participants reported having for the animal. Furthermore, the wording also played a role; replacing "pork" and "beef" with "pig" and "cow" in a menu presented to the participants made them less willing

to eat meat. The former wording was also associated with lower levels of empathy and disgust, while the latter resulted in people expressing more empathy for the slaughtered animal, and expressed higher levels of disgust when asked about willingness to eat meat. The study concluded that people have a tendency to distance themselves from the thought and reality of what they are actually eating.

Theory of Planned behaviour

The theory of Planned behaviour (TPB, Ajzen, 1985) suggests that when an individual has a favorable attitude towards a given behaviour, perceives that significant others want him or her to perform this behaviour, and, in addition, feels capable of performing the behaviour (perceived behavioural control, PBC), he or she will have a higher intention to adopt this behaviour. A behavioural intention refers to a person's subjective probability that he will perform a behaviour (Fishbein & Ajzen, 1975; p.288). Most people have intentions to change an aspect of their behaviour, it could be anything from starting to exercise or eat healthier, to stop smoking or quit drugs. For many people these intentions translate into successful behaviour change, while others only end up with a short-lived behaviour change or no change at all. Research into behavioural intentions has shown consistently that the intention to perform a behaviour can be translated into actual behaviour, for example the intention to eat healthily is a successful predictor of subsequent behaviour (e.g. Povey, Conner, Sparks, James & Shepherd, 2000). An analysis by Sutton (1998) looked at the association between behavioural intentions and behaviour across a series of studies and concluded that intentions generally predict between 19% and 38% of the actual variance in behaviour. This suggests that behavioural intentions may be useful predictors of successful dietary change. Santos and Booth (1996) reported that motivational factors behind adopting a vegetarian diet were moral, health, gustatory and ecological. This was also reported by Mooney and Wahlbourn (2001), where college students placed the most importance on ethical factors for their reason to reject food, in this case meat. However, while for individuals eating no meat – vegetarians or vegans – the decision not to buy, prepare or eat meat is fully automatic, the same is not true for those who want to reduce their meat consumption, while still eating some meat. For these consumers, the final decision is not only based on their intention but also subject to a lot of other factors as well, like price, brand, hunger, appetite, convenience, habit or packaging.

Existing literature on cognitive dissonance in meat eaters

It is estimated that by 2050, the human population will have increased by approximately 15%, which will result in more than 9 billion humans on the planet. This will bring about unparalleled environmental and nutritional challenges (Gould, 2017). It is estimated that 70% of the world's deforestation is a result of stripping in order to grow animal feed (Stoll-Kleemann and Schmidt, 2017) and that the global demand for meat is expected to rise by 73% (FAO, 2011). In Norway, methane produced by farm animals (fish not included), particularly cattle and sheep, makes up roughly 80% of total greenhouse gas emissions from agriculture. The production of milk and beef alone is estimated to account for over 60% (Blandford, Gaasland & Vårdal, 2014). Numbers from SBB, Statistics Norway (2016) show that the following numbers of animals were slaughtered in 2015 to feed Norwegians: 284 093 cows and calves, 1 227 830 sheep and lambs, 24 011 goats, 1 604 700 pigs, and 65 163 349 chickens and turkeys. Including the 1 380 841 metric tonnes fish (fish: SBB, Statistics Norway, 2017), the numbers add up to a total of 68 304 313 slaughtered land animals and 1 380 841 metric tonnes of slaughtered fish in 2015. Does this hunger for meat that these numbers illustrate mean that we do not care about animals? No. It is not difficult to imagine that most people find animal suffering emotionally disturbing and morally wrong (e.g. Allen et al., 2002). However, although most people do not concur to the suffering and mistreatment of animals for human enjoyment they still continue to eat animals. This is called the meat paradox (Loughnan, Bastian & Haslam, 2014). But how do we manage the psychological tension created by these seemingly conflicting values involved in the meat paradox?

As explained above, cognitive dissonance is the term used to describe the tension and discomfort that occurs in individuals who experience that their values and beliefs do not align with their behaviour (Festinger, 1962), which is what happens in the meat paradox. Several strategies are used by meat eaters to reduce the experience of cognitive dissonance, such as labeling animals as "food", dissociating meat from its animal origins, avoidance, dissociation, denial of animal pain or animal mind, pro-meat justifications, and actual behavioural change (Bratanova, Loughnan & Bastian, 2011; Kunst & Hohle, 2016; Rothgerber, 2014).

There is a continuously growing interest in eating less meat and choosing meat produced in more sustainable ways. This tendency can be documented globally, and is trending also in Norway - recently there has been an increase in vegetarian and plant based foods (Dalseg, 2017; Valvik & Ruud, 2016). Consumers want to know where their food comes from and how it was produced. People are also more mindful of how their eating

habits are affecting the environment, their personal health, and animal welfare. Despite the academic interest following suit and conducting research on eating habits, meat consumption, and vegetarian alternatives, there is a need for more research on the psychology of eating meat. Great contributions have been made by many (see for example Joy, 2010; Loughnan, Bastian, & Haslam, 2014), however, the topic of eating meat is rapidly expanding and it is unlikely to decrease in interest. Therefore, extensive research is needed in order to address the topic and get a nuanced understanding of the phenomenon of eating meat.

This thesis aims to address the lack of qualitative studies conducted on the psychology of eating meat in the literature. In particular, this thesis will explore the experience of eating meat, with a particular emphasis on cognitive dissonance and eating behaviour.

Although cognitive dissonance as a result of eating meat is mentioned and explored in many articles and books concerning this topic, the *experience* of meat induced cognitive dissonance needs further exploration. This study hopes to go beyond simply stating that cognitive dissonance was experienced, and rather explore the experience. When doing so it is important to note that cognitive dissonance in itself is not a feeling but a theoretical concept, however, people are likely to describe feelings when asked about their cognitive dissonance.

Additionally, general patterns of eating behaviour and their embeddedness in cultural traditions, factors that influence this behaviour, and the intention to change eating behaviour, can help us better understand when and why people eat meat, which can be useful in understanding peoples' eating behaviour, eating experiences. This understanding can be a basis to create interventions to help individuals change their eating behaviour, or to encourage them to eat less meat, be it for health, environmental or ethical reasons.

The current thesis addresses cognitive dissonance, and eating behaviour and intentions to reduce meat consumption in a Norwegian population. These two topics will be explored by conducting semi-structured interviews and by asking participants to complete an online survey, respectively. The topic of meat-induced dissonance has not been investigated in a similar way in a Norwegian population before, and it will provide valuable additional knowledge by examining what reasons people provide for experiencing cognitive dissonance and which strategies they use to cope with, be it to reduce or eliminate, the dissonance.

In the remainder of the theoretical part of this thesis, I will first present relevant literature on cognitive dissonance and meat consumption, focusing on studies where the findings suggested an experience of cognitive dissonance, and the reasons provided for this experience. Then, evidence of an interaction between attitudes, beliefs and intentions in relation to meat consumption will be discussed. Last, the chosen approach of the current

thesis will be outlined, and methodology, research questions and hypotheses will be presented.

Meat consumption and cognitive dissonance

In 2010, Melanie Joy coined the term “carnism”, which is presented as an invisible belief system that conditions people to eat certain animals. Carnism also includes the belief that eating meat is normal (a given), necessary (nutritional), and natural – the 3Ns (normal, natural, necessary). Joy suggests further that the normative use of carnism is needed in order to make people aware of the existence of this ideology. By being largely unaware of the inherent cultural influence on perceived edibility, Joy argues that people are prevented from changing their food habits. Joy argues that eating meat is a choice rather than a necessity, and therefore is based on a set of beliefs, just like veganism or vegetarianism. Furthermore, if seen as a given, the eating of meat does not really demand any justification, the burden of justification rather lies on those opposing the legitimacy of eating meat, like vegans. Piazza et al. (2015) argue that in addition to these three Ns, a fourth N for nice, referring to the taste of meat, should also be added. The authors empirically tested these four components (N4) in 6 studies. The results revealed that 83%-91% of the justifications people offer in defense of eating meat were captured by the 4Ns. Furthermore, people who relied on the 4Ns in their justification also tended to objectify animals by dehumanising them, as well as including fewer animals in their circle of moral concern. Studies 3-5 showed that individuals who endorsed the 4Ns tended not to be motivated by ethical concerns when making food choices, were less driven to restrict animal products from their diet but rather were highly committed to eating meat, as well as consuming meat and animal products more frequently. Lastly, among the same group of people, those meat eaters who strongly endorsed the 4Ns experiencing less guilt about their animal-product decisions.

A study by Mceachern and Schröder (2002) investigated the specific values held by consumers towards organic and conventionally produced meat. The study had a particular reference to moral issues regarding animal production for food. Thirty females from Scotland were interviewed, and the results indicated that there was an overall low commitment towards the purchase of organic meats and little concerns for ethical issues. The primary selection criteria for the participants were product appearance and price. Attitude-behaviour inconsistencies were identified by the authors, primarily as a result of the participants’ cognitive dissonance and lack of understanding regarding the production of meat. Regarding ethical issues, participants assigned the responsibility to the meat retailer or the government,

and not the consumers as such. The authors noted that the latter findings reflect issues about educating consumers and bringing them closer to understanding the meat production systems and ethical consequences. Moreover, a recent study by Stoll-Kleemann and Schmidt (2017) found that the most relevant factors influencing meat eating behaviour are emotions, cognitive dissonance, and sociocultural factors such as social norms and social identity. The study concluded that in regards to addressing cognitive dissonance, providing emotional messages or promoting new social norms are recommended in order to target the cognitive dissonance.

Conflicted omnivore

Meat has historically been the subject of controversy and debate for decades, and still is today (Rozin, 2004; Fessler & Navarrete, 2003). The debates have been centered around moral reservations over aspects of both meat eating and meat production, cultural restriction and taboos of certain meats (e.g. Fessler, 2002; Fessler & Navarrete, 2003), and debates discussing the dietary value and potential health risks regarding different meats (Fessler, 2002). More recently, environmental impact of eating and producing meat has also been the subject of debate.

Conflicted omnivores are people who eat meat but feel conflicted about it in some way. In a published thesis by Benjamin Gendelman (2017), omnivores are placed on a spectrum reflecting the degree of conflict they experience. Gendelman claim that on a spectrum of the moralization of dietary habits, most people fall into the category of contented omnivores, meaning they have no problem with eating meat. After contented omnivores comes the relatively smaller portion of omnivores who are conflicted. According to (Ruby & Rozin, manuscript in preparation), the main reasons for conflict are concerns over animal welfare, followed by environmental and health concerns. Following conflicted omnivores are so called partial vegetarians, people who eat meat but limit their consumption, often first cutting off mammal meat and then moving to white meat. Adjacent to partial vegetarians, Gendelman describe reductarians, who practice eating less meat. This reduction can be applied to mammal meat alone, or to a wider range of animal foods (Reductarian Foundation, 2016). Finally, at the opposite side of the spectrum from omnivores are vegetarians, who consume no meat, followed by vegans, who consume no animal products.

Conflicted omnivores are estimated to globally be a significant population. Looking at the adult population in Germany, France, and the U.S it is believed that conflicted omnivores comprise approximately 39%, 59%, and 32% of the population respectively (Ruby, Rozin,

Gendelman, Li, Arbit, & Peelish, manuscript in preparation). Similar numbers are not available for the Norwegian population. Generally, there is relatively limited data available regarding conflicted omnivore, although the interest is increasing.

Dissonance reduction

Regarding dissonance reduction, Graça, Calheiros and Oliveira (2014) explored the moral disengagement strategies that many people resort to when called upon to consider the impacts of their food habits. Six semi-structured focus groups were conducted and the results showed that participants did not show a personal disposition to change their meat consumption, although acknowledging personal duties towards the environment, public health, and animal welfare. The authors reported that principles of moral disengagement, such as reconstruction of the harmful conduct, obscuring personal responsibility, disregarding negative consequences, avoidance, and dissociation were identified while discussing impacts and the possibility of a diet change. Ursin (2016) reported similar findings. He focused on the interaction among values, perception, and behaviour involved in three strategies to solve the tension of the meat paradox. Ursin first suggests that the tension experienced during cognitive dissonance can be reduced by changing behaviour to align with one's values. This could for example mean to stop eating meat because the suffering this behaviour results in for the animals is deemed unjustifiable. Secondly, Ursin suggests making values fit one's behaviour as a way of reducing the discomfort. This could mean seeing eating meat and keeping animals we eat as food as something that is simply part of being human. Here the 4Ns (although primarily natural, necessary and normal) are clearly reflected. The killing of animals is in the second strategy considered to be an important aspect of human behaviour rather than an unfortunate consequence of eating meat. The third strategy is to relieve the tension of the meat paradox by upholding one's values, while also adjusting the perception of eating meat to align values with behaviour. This would ultimately mean to modify the view of the animal itself. Here, studies have shown that the eating of meat can lead to a devaluation of farm animals' abilities to suffer (e.g. Bilewicz, Imhoff & Drogosz, 2011; Graça, Calheiros & Oliveira, 2014). For example, a study by Loughnan, Haslam and Bastian (2010) found a difference between two groups who were asked to rate a cow's capacity to suffer. One group was given beef jerky while the other group ate cashew nuts. The findings revealed that those participants who tasted beef jerky rated a cow's capacity to suffer significantly lower compared to the other group. The authors suggest that although there are several strategies to reduce cognitive dissonance in meat eaters, the surest and most obvious

way to eliminate the moral and psychological tension is to abstain from meat completely. However, this behavioural change is a step that few people choose to take.

Furthermore, Bratanova, Loughnan and Bastian (2011) looked at the effect of categorising animals on the reduction of the conflicts experienced because of cognitive dissonance. The authors suggest that one way to reduce the conflict is by denying that animals suffer and have moral rights. By categorising an animal as “food”, the authors argue that the animal’s perceived capacity to suffer diminishes, which in turn reduces peoples’ moral concern about eating the animal. To test this, participants were asked to read a text about an animal, where the authors had manipulated if the animal was categorised as food, whether it was killed, and human responsibility for its death. The animals’ perceived capacity to suffer was sufficiently reduced by the first categorisation, “food”, but not by the latter two. The authors suggest that people might be able to handle the meat paradox because the animals that are categorised as food are seen as substantially less sensitive to pain and thus often unworthy of moral consideration.

Attitudes, beliefs and intentions towards eating meat

Attitudes, beliefs, and behavioural intentions also influence meat eating, in line with the predictions by the Theory of Planned behaviour explained in the beginning of this thesis. For example, a recent study by Anderson and Barrett (2016) tested whether beliefs about how animals are raised can influence peoples’ experience of eating meat. Samples of meat were paired with descriptions of animals raised on factory farms or raised on what was described as humane farms. Although the meat samples in both conditions were identical, participants reported that the meat from a factory farm looked, smelled, and tasted less pleasant. Additionally, the authors tested whether the participants’ actual behaviour was influenced. The results illustrated that participants did in fact consume less when samples were paired with factory farm descriptions. These findings demonstrate that the experience of eating meat is shaped by beliefs, amongst others factors. Similarly, Berndsen and Van der Pligt (2004) examined whether differences in ambivalence between meat eaters affect their attitude towards eating meat, the belief structure underlying these attitudes, meat consumption, and intentions to reduce consumption in the future. The findings indicated that the meat eaters who were more ambivalent towards eating meat had a less positive attitude towards meat consumption compared to meat eaters who were less ambivalent. There was also a difference in the belief structure of the two groups. The more ambivalent meat eaters reported associating the consumption of meat with slightly negative feelings, morally concerning

issues, and risks for both their health and the environment. These results highlight the role of affective beliefs as a predictor of both attitude and ambivalence towards meat. Ambivalence, in turn, was a predictor of actual meat consumption. For example, increased ambivalence was related to reduced meat consumption, and the more ambivalent meat eaters said they intended to further reduce their meat consumption in the future.

It is becoming a popular trend in Norway to eat less meat, or to become a vegetarian or vegan. Meatless Monday is being introduced to schools and workplaces and is a good indicator of current intentions amongst Norwegians to consume less meat. A survey conducted in 2017 found that out of the 1000 respondents, 72% said they did not intend to reduce their meat consumption during 2017, while 25% intend to eat less meat (Sentio Research Norge, 2017). The Norwegian Directorate of Health recommends an intake of no more than 500 grams red or processed red meat per week. Related to this, a national survey about diet (Norkost 3, 2010-11) conducted by the Norwegian Directorate of Health revealed that out of 862 men and 925 women (age 18-70), 45% men and 67% women ate in accordance with these recommendations, while the other respondents ate more than this amount (Norwegian Directorate of Health, 2012).

Why a mixed-methods approach

The initial motivation to conduct a mixed method was for the author to gain experience with quantitative methods and analysis, seeing as the author has previously favoured qualitative methods. Additionally, while semi-structured interviews allow for in-depth knowledge about the topic of interest, namely meat induced cognitive dissonance, an online survey enabled us to investigate the topic further. The survey addressed meat eating behaviour, intentions to eat less meat, and ambivalence related to meat consumption, and allowed us to collect data from a much larger sample size. The interview guide and the survey questions were developed simultaneously, and qualitative and quantitative data collected around the same time, thus we were not able to base one method on the other (e.g. base survey questions on findings from the interviews). Mixed methods research is quite time consuming, and at times the analyses of both quantitative and qualitative data can be confusing. Additionally, conducting a mixed methods study requires a clear presentation of objectives, methods, analyses, and results to get maximum benefit out of the studies conducted. Despite this, I would argue that the beneficial aspects of conducting mixed methods research in this case outweigh the potentially problematic ones, especially if these are constantly kept in mind while conducting the study.

Objectives and hypotheses of the current studies

The qualitative research questions consisted of three parts, all targeting cognitive dissonance: (1) Have participants experienced, or do they currently experience cognitive dissonance related to their meat eating habits? (2) Why and how is the cognitive dissonance experienced? (3) How do participants deal with their cognitive dissonance?

The quantitative part consists of an online survey. A Pilot Study was first conducted to pretest the scales. It consisted of an online survey on Qualtrics to explore predictors of ambivalence about eating meat and intending to eat less meat than one actually does, a variable we called *conflicted omnivore*. Study 1 was created based on the results of the Pilot Study, as well as based on preliminary findings from the interviews. Questions in the survey were changed and predicting factors were added for Study 1, compared to the Pilot Study.

Study 1 also used Qualtrics, addressing two main research questions with the following hypotheses:

Q1. How can we predict people's meat eating behaviours from their intentions and what determines these intentions?

H1A) Total attitude (negative minus positive) should predict intention when controlling for PBC and subjective norms.

H1B) Intention should predict actual meat consumption when controlling for PBC.

H1C) PBC for vegetarian eating should negatively predict actual meat consumption when controlling for intentions.

H1D) Knowledge about meat production, animal welfare and environmental impacts should predict negative attitudes.

H1E) Outcome expectancies regarding own behaviour contribution for more distant outcomes (like climate change) should mediate the effect of these aspects on intention.

Q2. How can we understand the intention-behaviour gap with regard to meat eating, i.e. those who intend to eat less meat than they actually do, the conflicted omnivores?

H2A) Habit strength to eat meat predicts meat consumption when controlling for intention and PBC.

H2B) Felt ambivalence about meat eating is predicted by having both positive and negative attitudes towards meat eating, as operationalised as the product of both attitudes when scaled from 0 to 6.

Qualitative Interview Study

A qualitative interview study set out to explore the following: (1) Do young, single Norwegian adults experience cognitive dissonance related to eating meat? (2) How is cognitive dissonance related to eating meat experienced by young, single Norwegian adults? and (3) How is the cognitive dissonance dealt with?

Method

Semi-structured interviews were conducted with young, single Norwegian adults who all ate meat as part of their diet. The participants were asked questions relating to 5 main categories: their habits related to eating meat, background and experience related to eating and preparing meat, the importance of eating meat, positive aspects of eating meat, and finally negative aspects of eating meat. Written consent was collected prior to conducting any interviews, and all participants were informed about how the interview would be conducted and that the interview would be audio recorded.

Participants. Participants were recruited through the social media platform Facebook. A summarised version of the information letter (see Appendix A) with the inclusion criteria highlighted was distributed on Facebook where friends and family were asked to share it. A summarised version of the information letter was also distributed to the following Facebook groups: Nettverk for bærekraftig mat i Oslo, NMBU, Økologisk landbruk, Hva skjer hvor i Oslo, Ka Skjer I Stavanger & Rogaland, Matlaging med glede, Trening og kosthold, Venner av norsk landbruk, Ernæringsfysiolog, Husmannskosten før og nå (Mat tips.), Pokémon GO - Oslo & Akershus, Dumpster Diving Stavanger. One female participant was recruited through Ka Skjer I Stavanger & Rogaland, one female participant through NMBU, and one female participant through Nettverk for bærekraftig mat i Oslo. Two male participants were recruited through Pokémon GO - Oslo & Akershus, and one through NMBU. A total of two male and four female participants were recruited through the summarised version of the information letter being shared by friends and family on Facebook. All correspondence happened via private messages on Facebook or via email. Five men aged 18 – 27, and 7 females, aged 26 – 34 participated in the study. Three female and four male participants were located in Oslo while one male and four female participants were located in Stavanger. All 12 participants were interviewed in Norwegian, and all provided information (information letter, consent form, debrief form) was written in Norwegian.

Rational for participant population. The population was chosen because we believed that living with a partner and/or children may influence the way people choose to eat and potentially the way they rationalise about eating meat (i.e. my children need/like meat, my partner eats meat etc.). Additionally, it may be easier for a single young adult to be more open to reconsider their beliefs, values, and behaviours because they do not need to take a partner and/or children into account.

Materials. The main goal was to explore meat induced cognitive dissonance and aspects related to this phenomenon. The first goal was to establish whether the participants had experienced, or currently did experience cognitive dissonance related to their meat eating habits. Examples of questions that could elicit cognitive dissonance were: “Are you familiar with how meat is produced?” and “Have you seen or read about any negative consequences of meat production?”.

The second goal was explored by asking participants questions such as: “What did you think when you found out about this? (after they mentioned negative consequences)” and follow-up questions asking: “How would it make you feel to eat (type of meat or animal that the participants had said they chose not to eat)?” and “How would you experience eating dog meat?”.

No specific questions were designed to address the third goal: how participants dealt with the cognitive dissonance, apart from follow-up questions such as “What did you do when you felt that way?” and “Has this (experience of cognitive dissonance) resulted in any behavioural changes on your part?”. The interview was concluded by the interviewer asking if there was anything the participant would like to ask about or to add. Thus, the interview guide (Appendix B) contained five categories, and 24 overarching questions, excluding additional follow-up questions. The interview guide was created by the author specifically for this study. The interview guide was pilot tested on 4 individuals, edited, and retested on 5 new individuals. During the pilot interviews I took notes, but the interviews were not audio recorded. The third version of the interview guide is the one used for the current study.

Procedure. The time span of the entire interview was estimated to range between 40-60 minutes, depending on the amount of detail and elaboration of the participants’ individual answers. The participants were informed about the time estimation prior to participation, and were informed that they could take a break from or end the interview at any time. The duration of the 12 final interviews varied from 26 to 139 minutes. The interview itself only included the author as the interviewer and the participant. The location of the interview was left for the participant to decide: 5 interviews were conducted in a café, while the remaining 7 interviews were conducted in homes of the participants. All participants were encouraged to speak freely, and jump back and forth between topics. All participants received an information letter, and signed a consent form prior to participation. After participation they were given a debrief letter (see Appendix A for all information provided).

Ethical Considerations. The studies all received ethical approval from the Department of Psychology’s Research Ethics Committee at the University of Oslo (reference

number: 2244536). The present studies also received ethical approval from the Norwegian Centre for Research Data (NSD, reference number: 55083), thus all information about participants, data collected, and other potentially sensitive information was handled and stored in line with the correct guidelines. The studies were exempted from REK approval because they did not involve any medical or healthrelated aspects. All participants were provided with an information letter, and gave written consent prior to participating in the interview. Participants were all thoroughly informed about their rights (e.g. right to withdraw at any point, right to access their data and request them be deleted) and received detailed instructions. All participants were given a written debrief of the study upon completion, detailing the purpose of the study as well as the rationale behind conducting it. Participants were given the option of receiving their interview transcript and read through it. None of the five participants who received their transcript wanted to make any changes. All participants were also provided with the author's contact information should they have any questions or comments about their participation. Additionally, all participants were given an oral debrief after the interview, and on average spent about 20 minutes talking to the author.

The ethical concerns in this study were mainly the participants' experiences of the interview process, and potential feelings they could be left with after the interview. The participants were asked to share and discuss personal views, beliefs and opinions. I was aware and mindful of the potential distress informants could experience during, or potentially after the interview. Participants could feel uncomfortable or distressed as a consequence of discussing their meat consumption, or they could have a complicated/problematic relation to food. Distress could also be a result of sharing personal views with me, or by the interview process itself. I made sure to not come across as moralising or judgmental. Participants were told that they should never feel obligated to answer any questions if they preferred not to, and that they could pause or end the interview at any point without providing a reason.

Analysis. Transcripts were 'orthographic', where all verbal (and sometimes nonverbal) utterances were accounted for, a time-consuming process. However, it also allows for familiarisation with the data collected. Transcripts were analysed following thematic analysis (TA, Braun & Clarke, 2006) and I followed the six steps suggested. The first step consisted of me becoming familiar with the collected data from the interviews by reading and re-reading the transcripts. Then, I generated initial codes, manually working through the entire data set and identifying interesting aspects. The third step focused on sorting different codes into potential themes (subthemes and master themes). Then themes were reviewed to make sure they formed a coherent pattern at the level of the coded data extracts, before

themes were reviewed in relation to the entire data set. The fifth step involved defining and naming themes, where I identified the “essence” of each theme. Last, I performed the final analysis of data and write-up of the results.

The TA follows an inductive approach to the data, which meant that code and themes were data driven rather than trying to fit coded data into a pre-existing coding frame, or make codes and themes fit into a pre-existing theory. The inductive approach thus means that the themes identified by the author are closely linked to the data collected. However, as noted by Braun and Clarke (2006), the theoretical and epistemological assumptions previously presented influence the matrix in which the data is coded and analysed. This means, for example, that my background knowledge concerning cognitive dissonance, the Theory of Planned behaviour and prior studies necessarily colours my perception of what is said by my informants. Additionally, themes were semantically approached throughout the thematic analysis. In the semantic approach themes are detected at “the surface or semantic appearance”, which means that I am not looking for a meaning beyond what is being expressed in the text. Thus, the themes illustrate patterns that exist in the data. However, although the current study mainly approached themes semantically, I cannot confidently claim there is no overlap with a latent level of identifying themes.

In the extracts, (...) indicates that material has been omitted, while material in parentheses () was added for clarification or to indicate certain movements or sounds. A change of thought mid-sentence/interruptions are indicated by –. Interview extracts were translated from Norwegian into English by the author, using google translate and then controlling and changing the translation manually. All extracts presented in the result section have been highlighted in the (Norwegian) interview transcripts to make it easier to locate each extract (see Appendix C for transcripts).

Results and discussion

Table 1. Master themes and Subthemes	
Master Themes and Subthemes	
Master Themes	Subthemes
Culture and social norms	Habit and tradition Background and information Culturally acceptable meat No questions asked
The bittersweet taste of meat	“I have double standards regarding my values and what I eat” Animal Welfare Environmental impact Making the connection

Changing behaviour	“I don’t eat chicken” Being a conscious consumer Eating less meat “I don’t want to be an inconvenience for anyone” “Am I supposed to only eat spaghetti?” Price, accessibility, and taste
Managing attitudes	“I thought about eating less meat, but...” The meat industry is important That doesn’t happen in Norway Taste before suffering

1. Culture and social norms

Culture and social norms were in some cases factors that would function as justification for eating meat, and help normalise meat as part of the Norwegian diet. This master theme clearly illustrated some of the ways in which informants rationalise concerning their meat eating. All 12 informants mentioned culture and social norms as important influences on their meat consumption. Furthermore, it became evident that the informants’ background and upbringing had largely shaped their current dietary preference.

1.1 Habit and tradition

Habit. All 12 informants mentioned habit as a reason for why they ate meat. It was evident that the informants had been eating meat since early childhood and that it had never been a conscious choice, but rather a choice made for them, and a habit that was still very present in their everyday life. The habit of including meat when cooking dinner was mentioned by several informants, and few informants expressed confidence in cooking vegetarian food and knowing what to replace meat with. Informants who ate “simple and safe dishes” (e.g. pizza, taco, spaghetti) expressed greater resistance to vegetarian cooking compared to those who said they felt comfortable and creative in the kitchen and liked to prepare food, with or without meat. The hesitation to cooking vegetarian food primarily stemmed from the informants being used to cooking meat dishes, and not wanting to change this habit due to a preference of meat dishes over vegetarian dishes. The first extract is from a woman explaining why she eats meat as part of her diet. The second extract is from a man who elaborated on how his resistance to move away from his cooking habits prevented him from learning how to cook vegetarian food:

I think, first and foremost, it's because I've grown up with it (eating meat). I have grown up in a family where wasn't like we ate meat every day. And it's like, there has been no such thing... that we've had - yes, it's not like we've only eaten it (meat) and not adapted. We've eaten a lot of vegetarian food, have eaten a lot of fish and so on. But it probably has, has a lot to do with how I've grown up, that we've eaten meat. (Informant 5, age 26)

No. Because I think like, I'm quite used to cooking the way I know how to, so that I'm good at it. Also, like me having to learn new things, quite ignorant stuff - narrow-minded things to say, but like, I have my stuff that I can make. So I don't want to learn something new, really. That's kind of what it's like for me. To be honest, I'm sure vegan meat tastes the same, has the same consistency - relatively, but it's not very tempting. I don't want to learn to cook. (Informant 11, age 18)

The man later became aware of his strong habit of eating meat, and realised that meat is a given ingredient for him, even when he did not have to prepare the food himself:

Peppes Pizza for example. I don't have to make anything, but I still buy pizza with meat. Eh ... I could have bought a vegan pizza, apparently. I don't have to make it either. (Informant 11, age 18)

This suggests that informants were, to a certain extent, aware of the role habit played in their meat consumption. However, habit as a major contributor to why the informants ate meat was not something they were especially critical of but rather something they considered to be normal in a Norwegian household. Seeing as the majority of Norwegians grow up eating meat as part of their diet, the informants' lack of critical thought concerning habit in their meat consumption is not surprising.

Tradition. Tradition was an additional factor to why several informants ate meat. The traditional Norwegian Christmas dinner ("pinnekjøtt", turkey, or pork ribs) was mentioned by five informants as their favourite meal. Although some informants were open to trying a vegetarian Christmas dinner, they seemed to fear that it could potentially make the dinner feel less like "Christmas dinner" and that it would be an odd experience. A few informants said that a Christmas dinner without meat was completely out of the question for them. Taken together, a traditional, Norwegian Christmas dinner was important to most informants and something they strongly associated with meat. Some informants mentioned the social aspect of enjoying Christmas dinner with family, but what seemed to be more prominent was the exclusivity and taste of the meat. Eating Christmas dinner only once a year made the experience extra special to the informants, and many said that pinnekjøtt was their favourite type of meat to eat. In the following extracts informants were asked if they could imagine exchanging their traditional Christmas dinner for a vegetarian one:

That might not have been Christmas Eve. Because Christmas for me is really about pinnekjøtt. I'm not that interested in presents and things like that, it's the dinner that's the big deal. (Informant 8, age 25)

Yes, I can - well yes, I guess I can. But I can't vision a whole advent without pinnekjøtt, in a way. Like when I'm at "julebord" (Christmas party) with my work, I choose vegetarian options because I want to save "pinnekjøtt" for Christmas Eve. But I can exchange it ("pinnekjøtt") for something on Christmas Eve, and have it another day. But "pinnekjøtt" is like ... I must have it during the year. I really do. (Informant 5, age 26)

1.2 Background and information

Concerning the presence and degree of experienced cognitive dissonance, there was an association between the informants' background and the amount of times they reported having experienced dissonance. Three informants grew up on beef farms, and two others had worked at farms over the summer when they were younger. Additionally, one informant grew up in Oslo, but said that she had observed the slaughter of chickens and had experience with parting and conserving game (moose). Furthermore, one informant worked in a slaughterhouse in Sweden.

I've been present when someone slaughtered a hen, or parted a moose and that kind of stuff. And I haven't in a way, that hasn't been uncomfortable. (Informant 10, age 28)

It became evident that those informants who grew up on farms or had worked closely with farm animals, felt that the knowledge and experience they had about the Norwegian meat industry made them more comfortable with eating meat. The following extract illustrates one woman's trust in the Norwegian meat industry, based on her personal experience:

In Norway, most animals get to walk outside, most, not all. (...) That's not common in Europe. There they also have other meat breeds. Like, the worst might be Belgian Blue for example, which is a genome-engineered clot of muscle. It can't move very well and things like that. It's one of the meat breeds. Yeah, maybe I drifted a bit. But what I wanted to summarize was really just that I'm trying to have one - I feel I can stand by my meat consumption. Because I'm probably more thorough than others when checking where it comes from and that it's from a Norwegian slaughterhouse, and that I have some knowledge about production methods and those things. So that means I can stand by it. (Informant 1, age 30)

In contrast, three of the informants who did not have first hand experience with farm animals or Norwegian meat production, expressed concerns related to animal welfare and ambivalence regarding their meat consumption. Here, one woman indicated to what degree she was familiar with how meat is produced in Norway:

To a very naive and small degree. (...) I do understand, in a way, that they breed animals and send them off to be slaughtered and those things. But, eh, but I - when I've seen *Farmen* (Norwegian reality program) and they're going to slaughter a pig, then *that's* not what I want to look at, in a way. Eh, so it's a bit like when I've - I intentionally don't get into it, in a way, how they're - the details of how animal- or what the meat production is like. (Informant 2, age 27)

This extract reflects something many informants mentioned during the interviews, namely whether they actively sought out information about the Norwegian meat industry or not. The informants can be split into three main groups: Group A: first hand experience, Group B: seeking information, and Group C: not seeking or actively avoiding information. Group A had first hand experience with the Norwegian meat industry, either from work or because they grew up on a farm. Group B reported actively watching documentaries about the meat

industry and reading articles. Last, group C expressed little or no interest in acquiring more information about the Norwegian meat industry. However, all informants had some knowledge about the Norwegian meat industry, be it because they had spoken to friends or family, seen a documentary or Youtube video, or read a journal article or newspaper. One woman elaborated on how negative information in the media influenced the meat she bought:

No, if there are repeated violations, for example, at the same (slaughterhouse). Like a chain of slaughterhouses, or a company that repeatedly when slaughtering chickens did not have sufficient - they are killed by hanging upside down and their head - they are on a production line. The head goes down into a water tank that carries electricity. Eh, and they were able to move, that they weren't lowered deep enough so that they were still conscious moving down the production line. Things like that. And there are slaughterhouses that have been repeatedly reprimanded for that, so that makes me think ok, either they won't, or they're not capable of following the protocol, so I'll find another manufacturer to buy from. (Informant 1, age 30)

All 12 informants drew the line at videos from a slaughterhouse when asked what information they would be receptive to watch. As will be discussed in the fourth master theme, the reasons provided for not wanting to watch such a video was either based on emotional response, or on the video being viewed as “propaganda from the United States”.

However, a few informants had actually taken part in slaughter, and an additional two said they thought they would find the experience of slaughtering an animal interesting.

Yes, I've been part of slaughter, of pigs and sheep that were slaughtered at home (on a farm), and one bull. (...) I thought it was, so sheep was okay because they were relatively small. (...) But slaughter of the bull, that was - it did go ok. But I think that a slaughterhouse is actually more efficient and maybe actually more humane. (Informant 1, age 30)

Yees ... I wouldn't have had anything against being a part of it (slaughter), no. It's a process, that's the food we eat. So I could definitely come along and watch. (Informant 8, age 25)

In contrast, one woman was asked if she would want to visit a slaughter house and responded that she would find it very difficult. She had no personal experience with farm animals or slaughter:

No. Not at all. Could not go into one - or I could've gone to a slaughterhouse to force myself to take that step then, it would've been such a thing. But I could never - no. Could never kill an animal now, by any means. (...) (Informant 6, age 26)

Her narrative suggests that although most informants had done some research regarding the Norwegian meat industry, they had all found a balance where they knew a certain amount about the industry but not enough to make them want to give up meat altogether. As the extract confirms, the informant believed she would not be able to continue eating meat after visiting a slaughterhouse, thus she has chosen not to visit one. The tendency to avoid certain information about the meat industry and negative consequences of eating meat was explicitly

acknowledged by some informants, while others seemed less aware of doing so. However, there was a general consensus amongst informants that it was common in the Norwegian population to not actively read up on the meat industry. One man was asked if he thought Norwegians in general could be more enlightened about the Norwegian meat industry:

(...) Could become, if it's – I'm certain there's a group who doesn't know how that process is and how the animals live, are treated, and slaughtered. It's a ... it's a topic that one could become more aware of. I could certainly be more aware of it myself. I have knowledge about it because of the farm I was working on and ... but I don't know the amount of sheep that are being bred, how many cows are being slaughtered and things like that. I have *no* idea about that. (Informant 8, age 25)

1.3 Culturally acceptable meat

The importance of food culture was crucial when informants were asked what kind of meats they ate. Several informants said they really enjoyed a steak or a filet for dinner, or taco with friends. However, most informants had clear restrictions as to what *parts* of an animal they would want to eat. In general, informants perceived parts such as liver, lungs, and tongue to be disgusting to eat and possibly even considered taboo. One woman shared a memory from her childhood where she ate ox tongue without knowing what it was:

(...) And the same with ox tongue. I remember eating with a friend. We never had it at my place. We ate it at my friend's, and I said: "Oh, we *have* to buy it.". And I hadn't understood that it was ox *tongue*, so I just said "oxtongue", and I just remember my mother: "Do you really want that?", and then she explained what it was. So then I said: "*No*, I do not want that!". So I think many times when someone pointed out what it actually *is*, I haven't eaten it. (Informant 2, age 27)

In contrast, two women, both experienced in parting and preparing meat, and one having grown up on a farm, shared their take on eating what might be labelled by many Norwegians as "disgusting/taboo" parts of an animal:

I really like mashed lung (lungemos), I really like liver, as I said. I think it's good. Nobody said yuck when I was little, right. So I haven't learned that it's yuck. And maybe in Turkey you don't see it, you may see it as a bit more exclusive, while here you see it as the *remains*. So yes, offal. People get a little put off if you talk about offal. (Informant 10, age 28)

Her statement illustrates how socially conditioned we are to mainly eat certain parts of the animals we raise for human consumption. This is something that we accept, often without question. Some people, as the two women in this interview exemplify, may see it as normal to eat for example lung or liver, but to the Norwegian population at large it is likely to be considered as "taboo" or "disgusting" parts of an animal. Furthermore, it was not surprising to find that all informants had strong opinions about *which* animals they considered normal for human consumption, and primarily listed pig, cow, sheep, chicken, fish, and game

(moose). It is safe to say these animals are all species that are considered normal to eat in Norway.

When asked about animals they would find taboo or weird to eat, some informants mentioned whale meat, while all 12 informants agreed that they would not want to try cat or dog meat. Several informants compared the well-established social norm of not eating cat and dog in Norway, to that in other countries, focusing on China, Japan, and Korea.

Again, that is based on tradition. And, for us at least - but it's never been - dogs've never been bred to eat here in Norway. There's been no need for it and they've been working dogs, to put it that way. (...) Ehm, but, if you have any country - like I actually read a little bit about it - in North Korea, they eat a lot of dog and dogs are bred to be eaten. And there it's like, they almost have to do it, because they eat the dog and also take the fur. And then they have to sell the fur to the state every year, so and so much. If they don't, they must pay fines for it. So they view - there's a different culture, other living conditions, which means that the dog, for example, is looked at very differently: "Ok, it's bred for eating, not for working," simple as that. (Informant 3, age 27)

None of the 12 informants wanted to try cat or dog meat while located in Norway.

However, their responses changed when asked whether they would want to try cat or dog meat in a country where this was considered normal. Five informants (three women, two men) said they would not try cat or dog regardless of how normalised it was:

Not with the experience I have, and with my upbringing. Never in my life, I'll never touch – only if none of them had said anything, then I'd spit it out afterwards, saying, "I'll never eat this again". (Informant 9, age 26)

In contrast, four informants (two men, two women) said that they would want to try cat or dog meat if they were visiting a country where this was considered normal. The main motivation for this choice seemed to be curiosity. The following extract is from a man who confirmed that he was open to trying cat or dog meat. However, his statement clearly illustrates ambivalence:

Yes actually. Actually. Simply because I'm curious, not that - a little, it goes against my moral a little, because for me a dog's a companion. I've had a dog since I was 6 years old and I have a dog in my family. (...) So for me that's ... I'm sure I could do it, but I don't quite agree with it, in a way (laughs). It's contradictory to me: "Yes, I would try it but no, I don't agree" (laughs). To put it this way, out of pure curiosity, I could try it. (Informant 3, age 27)

The tendency here was for social norms and cultural acceptance to dictate which species the informants would consider eating. However, it was surprising to find that informants seemed likely to adopt social norms for meat eating if visiting countries, even when the norms would differ noticeably from Norwegian social norms for meat eating. This exciting finding can be linked to the 4 Ns. If located in a country where it is considered normal, neutral, and potentially necessary to breed and raise certain animals for food, people might be positive to give it a try, even if the animal is a cat or a dog. The fourth N (nice – taste) was mentioned by

two informants who said they wanted to try dog or cat meat if culturally acceptable. They noted that the taste would probably not be great because the meat would come from a predator and not prey. Contrary, the reason given by all four informants for wanting to try cat or dog meat in the first place was curiosity about taste.

It is of course important to note that none of the informants had actually tried cat or dog meat, and that their answers were based on a hypothetical scenario. Those who said they would want to try cat or dog meat might have changed their answer if they had visited one of the three countries mentioned and gained first hand experience with the animals' living conditions.

1.4 No questions asked

This subtheme addresses a major social norm in Norway; to eat meat. This has already been illustrated through previous subthemes (see subthemes 1.1 Habit and tradition and 1.3 Culturally acceptable meat). In general, eating meat was highly normalised for several informants and something they did not often question - it had become part of their routine diet. However, to some degree, the informants' meat eating habits were questioned by *others*. The experiences of being critiqued for eating meat were very different amongst the informants. A few informants said they had never felt attacked for eating meat, in contrast to two men who had experienced being criticised for eating meat by vegetarians or vegans:

No, like: "Do you not have a soul, how can you eat meat when you know how animals are tormented for food?" That was a bit like – then I'm a bit like: "Yes, that's my choice. It's your choice not to eat meat ". I'm not going to tell you why it's good to eat meat (laughs), and then you can keep your opinion to yourself. (Informant 3, age 27)

In general, informants were under the impression that out of meat eaters and vegetarians/vegans, the latter group received more criticism for their choice. All 12 informants said they were positive to anyone deciding to not eat meat. It was however mentioned by a few informants that the choice of becoming vegetarian or vegan should not be pushed on others. One man expressed his thoughts on others' choice to stop eating meat:

No, I think it's okay. Very hard choice to make, since I'm very fond of meat myself and eat a lot of it, could never really stop eating it either. But of course, I could reduce the amount. No, I think it's completely fine, I think it's a brave decision. (Informant 8, age 25)

None of the 12 informants could remember ever having made a conscious decision to eat meat. This suggests that eating meat is largely a decision made *for* us rather than by us, often in early childhood. Upbringing and social norms are largely responsible for whether or

not people eat meat growing up, and continue to do so. The following extract is an answer to: "Do you remember having made a decision to eat meat?"

No, never. It's just been chosen for me. It's never been like, Mom never sat me down and just: "Ok, you now have to make a choice" (laughs), it's always been: "That's it." This is what you get on your plate, and I've always been told to eat what I get served. So there's never been any questions at all. (Informant 6, age 26)

The informant went on to reflect on the tendency to largely let our meat eating habits go unquestioned:

No, that's just what we're taught in this society. So, from the beginning you learn that: "This is a pet, and this is an animal you eat" and then - so you accept it because it's the norm we've been assigned by our parents, and you don't question it in the same way. And once you expand your horizon and look, I think people - so I think very few - I tell my mother all the time: "If you'd gone to a slaughterhouse, you'd probably return as a vegetarian, like. It's, you could never have killed an animal but you, but yet you don't ask any questions about what you eat because "- that's just the way it is, that's the circle of life, in a way. (informant 6, age 26)

This extract illustrates a tendency amongst several informants: they first started questioning their meat eating habits when they moved out to live on their own. This makes sense, seeing as the risk of being perceived as "difficult" by other family members, especially those cooking dinner, would largely be eliminated. Additionally, the extract also indicates a resistance to information: "*If I question my habit of eating meat, how will I be affected?*". As mentioned earlier, many informants were open to information about the meat industry, but their statements suggested they were strategic in how much information they were receptive to. Some informants confirmed that this was a conscious decision, while others seemed to be less aware of the strategic filtering of information.

It seemed like the "choice" to eat meat was viewed as a personal choice and that having to question this could be perceived as "not being able to make my own decisions". Furthermore, it seemed that having others question the informants' choice to eat meat could be experienced as a "personal attack", thus potentially also a threat to one's identity, values, and beliefs.

As a whole, this master theme provided a partial explanation to why it is so common to eat meat in Norway. It also nicely illustrated cultural and social factors that normalise our meat consumption. Thus, the four subthemes discussed here all prevent and/or reduce cognitive dissonance: Why suddenly feel conflicted about eating a steak when it is something you have done since childhood, and a decision no one questions? However, these factors do not necessarily serve as justifications for why we eat meat. Many of the factors described in this master theme are not justifications consciously made by the informants, nor can the informants be held personally "responsible" for all of them (e.g. an individual cannot be

expected to instinctively be critical of a well-established social norm). Thus, this thesis suggests that habit and tradition, background, cultural acceptance, and a lack of questioning are to some extent factors instilled upon the Norwegian population, and partly factors that people consciously rely on in order to continue eating meat.

Set in a larger context, the meat industry is of great importance to the Norwegian economy. Consequently, there are economic interests in the Norwegian population upholding its meat intake, as the business that is the Norwegian meat industry is dependent on its consumers to continue buying (and eating) meat. Hence, although the marketing of meat-alternatives has gone up (e.g. Dalseg, 2017), Norwegian consumers are still heavily encouraged to eat meat.

2. The bittersweet taste of meat

All 12 informants had experienced cognitive dissonance. Some informants were describing experiences of dissonance that had occurred in the past, while a few seemed to currently experience cognitive dissonance when they ate meat. Some informants also described conflict related to a hypothetical scenario, such as imagining what it would be like to try cat meat or slaughter a cow.

2.1 “I have double standards regarding my values and what I eat”

Some informants said they either felt “two-faced” or like they had “double standards” regarding their meat consumption. In this subtheme, cognitive dissonance was clearly present in the informants’ statements. The following extract is from a woman who described an internal battle when asked to consider her meat consumption:

Yes, I've thought about it (to slaughter an animal myself) quite a lot. I have kind of - since I moved for myself, I've tried to become a more conscious consumer, in general. Like, plastic and things like that, and I've cut a lot, a lot, a lot of meat and animal products. So that's something I'm thinking about. Actually almost daily that, like, I could not do it myself but I still eat it. And it's pretty much two-faced to say, "I could never do it", and then eat it. So that's, it's a small, inner battle. (Informant 5, age 26)

Furthermore, another woman illustrated how being around friends who were vegetarian or vegan made her extra aware of the conflict she was experiencing due to her meat consumption. Her statement also indicates a struggle for her in figuring out where she belongs: she eats meat, yet she seems to identify more with her vegetarian friends:

(...) Or, I think maybe it's more like if I'm with some friends who are vegetarians or vegans and *then* I can feel it more than usual. That I, like I haven't been so selfless that I've done the same myself, even though I share all the same opini - I get a bad conscience in a way if I deal with that kind of people. But if, then I may feel like I'm more at home with others, who are a majority of my friends when I ... so I'm not quite sure where I'm standing

between two groups. I sympathize a lot more with the vegetarian group, but I don't want to be seen as difficult by the other group. But it's not something that *really* troubles me, but every time I get into such a discussion, which is quite often (laughs) because it's with both - yes, in my family if it's brought up or with other friends, so I'm always the one who's on the team, if there's no one else there fighting harder than I am (laughs). And that makes me feel it more, that I hear my own opinions and then: "You completely agree, but why like -?". It's just like something I push in front of me that: "Yes, one day I'll go all the way", in a way. (Informant 6, age 26)

The ways of describing the dissonance varied amongst informants, but frequently experienced emotions were: feeling guilty, feeling bad, discomfort, and feeling sad.

(...) I was dating a guy this autumn and we would have eggs and bacon for lunch on Sundays. But I don't know, I don't feel good afterwards. And I don't know if it's only mentally or if it's my conscience? Because, no. No, I get a really bad conscience. I had a day this fall where I was just ... I thought about how many animal slaughterers I have contributed to during my life, which made me rally sad. That's where I am. (Informant 4, age X)

However, there was a clear distinction between how the informants felt about their own meat consumption, and which emotions they reported when discussing the Norwegian meat industry. Only three informants (all women) said they currently experienced sadness, guilt, or felt bad because of their meat consumption. One of the three women discussed the fact that she would prefer not to eat meat, but that she found it difficult to permanently stick to that decision – she would give up meat for a week or a month but found it too difficult to become a vegetarian. Another woman said she had been a vegetarian while living abroad, where she felt it was easier to stop eating meat. She mentioned less perceived social stigma, and a better variety of vegetarian foods as motivators for her choice to eat vegetarian when abroad. She was currently evaluating, on a daily basis, if she should stop eating meat. When asked if she considered it a goal to become a vegetarian, she answered:

Good question. I think ... I'm really happy with what I said earlier; to eat like we did in the old days. For holidays and parties. I'm ok with that. But in my everyday life? Absolutely! I think. (Informant 4, age 26)

This extract exemplifies a trend amongst most informants (mentioned in subtheme 1.2 Background and information): they had found a balance where the cognitive dissonance was not something that bothered them in their everyday lives. The three women who reported feeling the most cognitive dissonance had cut down a lot on their meat consumption (as per the quote above), thus reducing the dissonance to the point where they were able to balance their meat consumption and the negative feelings it provoked.

When asked to think about the Norwegian meat industry, all 12 informants expressed concern regarding one or several aspects. For example one man who did not seem to experience cognitive dissonance related to his personal meat consumption, said he felt conflict related to the Norwegian meat industry:

I've read a lot about hens and chickens and how they're grounded alive and things like that. But maybe it's not something I really want to look at (laughs). There's a lot... lots of worst case information like, online, and in the newspaper and stuff like that. But .. No, I don't really know.

Interviewer: What are your thoughts when you look or read about, for example, these chickens?

Informant: What I'm thinking ... it sounds extremely bad. I get the association to, like ... what if we'd been slaughtered in the same way? (laughs a little). (Informant 8, age 25)

One woman illustrated how rather than feeling criticised by others for her choice to eat meat, she frequently found *herself* criticising her own meat consumption. This extract clearly illustrates dissonance, and the informant is frustrated with her inability to live according to what she defines as her values:

No never. Not at all actually. I've only ... no, I may have experienced that they've talked about it and that *I've* felt a little like: "Ugh", I do agree but I don't follow it. But I don't have anything, it's *me* that says I have double standards and put that on myself, don't think I live according to my own values as I see them. (Informant 6, age 26)

In sum it seemed that by voicing their double standards, informants were able to reduce their dissonance. By acknowledging that their meat consumption was not necessarily in line with their beliefs and values, informants seemed to achieve some sort of dissonance reduction. This indicates that taking some responsibility regarding one's meat consumption, either by eating less meat, speaking positively about those who choose to become vegetarian, or by pointing out negative aspects of producing and eating meat, may help reduce cognitive dissonance.

2.2 Animal Welfare

Several informants were worried about the animal welfare in the Norwegian meat industry. They mainly expressed concerns about two aspects: the living conditions of the animals, and the length of their life span. The two following extracts addressed a tendency amongst informants to be under the impression that some animals (mainly chickens and pigs) did not receive a satisfactory level of individual care and attention, but rather were seen as "products" in a big industry aimed at making a profit.

But it's - most of the time, in the end, it's usually about money, and so the animals are often not prioritised, at least - I feel the bigger the production gets, the more it negatively affects the animals. (Informant 3, age 27)

In contrast, most informants expressed less concern about the living conditions of cows and sheep. This could be because sheep and cows are often seen outside during the summer, and often portrayed outside grazing when presented in media. Admittedly, pigs and chicken are also bred in a much larger scale than cows and sheep (see introduction). One informant spoke about the living conditions of the cows where he used to work. It did become clear that

although he seemed satisfied with their living conditions, there were aspects he thought could be improved:

They actually had it quite well. Especially in the summer, because they were not outside during the winter. So in the winter they were in a booth just like dairy cows, and bulls went in like that ... what should I call it? It's a booth there and, but a bigger booth where they can move around freely. While dairy cows are like in a rather small booth where they lie and stand and eat. So that's a little worse. But in spring when they let them out and they can run freely, it's enjoyable to watch. I think it's very strange because I saw on the tv once that there was a farm where the animals were outside all year round, so I didn't quite understand why that wasn't the case in other farms too. (Informant 8, age 25)

One male informant expressed how it would be very difficult for him to eat veal, although he regularly ate cow without experiencing any conflict. He said the difference for him was in the short lifespan of a veal, and also the fact that he would be consuming a baby animal. His statement reflects an aspect that was problematic to many informants: the short lifespan of many animals in the meat industry. It was very important to all informants that the animals they ate had lived a "good, preferably long(er)" life before they were slaughtered:

(...) Also, I think it's wrong to eat young animals, in a way. So ... a calf. (...) If a cow is suffering, or a calf, I think it's better that they're slaughtered and made into meat. But if a cow lives – I have this idea that Norwegian standards are the best in the world, when it comes to animal agriculture too. So I don't think we should kill animals that are too young in Norway. Simply because they have not had a worthy life. They have not had a chance to live life. (...) (Informant 7, age 18)

Lastly, several informants brought up the amount of meat produced. While they did not seem as concerned with the quantities of meat eaten only by Norwegians, they did express concern about the global trend to eat more and more meat. Again, the amount of meat produced and the size of the industry seemed to worry many informants. One woman illustrates how Christmas for her is associated with too much meat:

I think Christmas is uncomfortable (laughs a little). Because I think there's an over-consumption of meat and it's not, there are no alternatives. It's like, on Christmas Eve, there are pork ribs, "medistercaker", sausages, "sossis", and then you have sauerkraut. It's not like you can eat a huge amount of sauerkraut in order to cut down on how much meat you eat. (Informant 10, age 28)

However, informants varied in their thoughts about big scale meat production happening in Norway. The United States was used as a contrast to Norway, where many informants had the understanding that things were bigger (and often worse) in the United States compared to Norway. Again, a distinction was made between cows and sheep, and chickens and pigs, where the latter animals were perceived to be bred in a larger scale.

2.3 Environmental impact

Most informants did mention animal welfare as a concern related to eating meat before they brought up the environmental impact. However, if asked what their main reason for eating less meat was, most informants said they were worried about the environmental impact. It seemed like their initial thought when asked about negative consequences of meat consumption was concern for animal welfare, but that this changed later on in the interview. Perhaps the environmental impact of eating meat functioned as an overarching and slightly more distant concern. The slaughter of a cow or grinding of day old chickens seemed to be easier accessible to the informants, while environmental consequences such as deforestation and CO2 seemed to follow once the informants were asked to elaborate on for example negative aspects of the meat industry. One male informant explains why he thinks meat consumption has increased in many countries and how it affects the environment.

(...) As a negative consequence of that, that's because there is an increasing demand for meat. It may be wrong to say it that way, but many countries look towards, call it Western societies, as the ideal community, seeing that: "Ok, they have a lot of food, they have cars, they have nice houses , and so forth and so on". It's very privileged of me to say so, but they also desire that lifestyle, often. And that lifestyle is "Eat meat", or meat is such an important part of our diet. But there are parts in the world where they don't eat nearly as much meat. But take China, for example, there the consumption will increase and increase. And more people will demand it. And the more meat is produced, and to breed both cattle and eh, cattle, chicken, all those typical animals, that takes up space. And that - you need a space where you can raise them and that's often bad for the environment (Informant 3, age 27)

Furthermore, one woman explains how animal welfare used to be her main concern but how she would now list the environment as more important than animal welfare. Her statement nicely illustrates how animal welfare and the environment are intertwined and not separately affected by the meat production:

The environment actually comes after taste, but before the animals. Because I didn't realise how extensive, how big the meat industry was and how much damage it did. And I feel that the negative consequences are only growing and growing. That it's no longer just carbon emissions in the production itself, it's also how much water is needed ... it's also how much pollution and shit the cows produce. That it will end up in the water nearby, that it affects the local environment of those who live close to the factories. And that's another thing - there are no farms anymore, there are factories. (Informant 4, age 26)

2.4 Making the connection

The last subtheme addressed informants' experiences of making a connection between the meat they were eating and its animal origin. This factor led to many informants describing cognitive dissonance, also for a few of the informants who reported little concern about animal welfare and environmental impact regarding their personal meat consumption.

Mainly, informants said it took them several years to actually connect the meat they ate to an animal:

Yes, we always had meat for dinner. But I didn't really think about the fact that it was animals, I don't think.
(Informant 4, age 26)

None of the 12 informants were constantly aware of the animal origin of the meat they ate, but rather described it as something that sometimes "popped up". Factors that would trigger the meat – animal connection were price (if the meat was very cheap), seeing animals being taken away to a slaughterhouse, and to what degree the meat was processed (if the meat closely resembled its animal origin). Many informants spoke of being affected by how visually close to the animal of origin the meat they ate was, and most informants were most comfortable eating heavily processed meats (e.g. minced meat, filets). Here, several informants said they experienced disgust and discomfort when eating an old, traditional Norwegian dish, "Smalahåve", mostly eaten in Western parts of Norway. The dish is a cooked sheep's head, with eyes and teeth left intact. It is very evident to anyone eating this dish that they are in fact eating a sheep's head, and that the origin of the meat is from a sheep. Many informants explained that they felt uncomfortable being so explicitly reminded of the fact that they were eating an animal.

(...) But that's yeah, I don't know ... for example, I had an episode that also made me a vegetarian (laughs) for probably a month. And that was when I was at a "julebord" at a friend's, we were served "smalahåve", and I thought I'd start crying because I actually saw the head on the plate, and it was absolutely terrible.

Interviewer: With eyes and everything?

Informant: Yes, and there you go – the meat is presented – as the animal you've been taught to not associate it with, in a way. Because you see a piece of meat, you don't see a sheep, but now when you get - when I got served "smalahåve" on the plate, *in a head*, I couldn't eat it. He had to take it out and cut it so that it looked like normal meat before I managed to eat it. And after that, it felt like a traumatic experience (laughing a bit).

(Informant 6, age 26)

This extract illustrates that the informant did feel distressed when being served "smalahåve" but that she was able to eat the meat once it was cut up (processed) and resembled the meat she was more used to eating. One man discussed how it would make him feel if he were to constantly make the meat – animal connection in his daily life:

Yes, I was thinking about it now. There's probably something that you disconnect from when you eat meat in your daily life. Definitely.

Interviewer: If you were constantly connected when you ate meat, how would you experience it?

Informant: Had probably experienced it as more uncomfortable to eat animals, actually.

Interviewer: Would it be a bit like "smalahåve" all the time?

Informant: Yes, if it (laughs a little), if you had been served like... yes, you buy beef and stuff with bones, but maybe you disconnect while you do it. You buy like, grilled pork ribs and things like that, and you connect, at least I do, disconnect from that association. It's actually true ... Quite self-realization (awareness) (laughs).

(Informant 8, age 25)

On the other hand, three informants said it was very obvious to them that their meat came from animals without that making it more difficult for them to eat:

Like, for example, “smalahåve” it's a sheep's *head*, that's laying on your plate and you're eating it, and in the end you're left with a skull. And many people will say stuff like: “Yuck, you eat that?”. But it's meat (laughs), to put it that way. There's no difference if it comes from here (pointing to his head) and is in your face, or if it comes from the back - on the thigh of the pig, or whatever you want to call it. (Informant 3, age 27)

As illustrated in the literature (e.g. Kunst & Hohle, 2016) the wording and processing of meat is a big part of keeping consumers from making the meat – animal connection, thus potentially inducing negative associations and feelings.

3. Changing behaviour

All informants apart from one said they had made one or more behavioural changes in order to cope with the meat induced cognitive dissonance they had, or were, experiencing.

Changing behaviour was important in all informants' management of the dissonance. Many of the coping mechanism brought up in the interviews are in line with those described in the literature. For example, informants mentioned reducing their meat intake, not buying meat from certain animals (mostly chicken and pig), avoiding certain information about the meat industry, and, in the case of environmental concern, changing other habits in addition to eating meat in order to behave more environmental friendly.

3.1 “I don't eat chicken”

One of the most common behavioural changes mentioned, was to not eat certain animals. This choice mainly stemmed from informants being aware of the living conditions and life span of certain animals in the Norwegian meat industry. The following quotes are from one informant who has decided to not eat chicken. She felt uneasy about the animal welfare of chicken and therefore did not want to eat them.

(...) Because I've worked at Prior. But it was only in the summer so I can't say it was a long career, but. But at least I've seen how it is in a way. And it's like a giant industry, right. Where you, you completely sterilize the house before you put in a whole bunch of chickens and feed them extreme amounts for a month. And then it's just “swoosh” straight to the slaughterhouse, in a way. (...) And when did chickens adapt to laying flat on the ground without any opportunities to go up or down? They are often very stressed and things like that. So for a while I did feel that, if I had friends who just: “Oh we eat chicken, it's so healthy and good, little fat”, I felt that - no, I have serious problems with it, really. That's why I simply decided to: “No, you know what. If I'm going to eat chicken, it needs to be the kind that has lived a better life”. (...) (Informant 12, age 34)

3.2 Being a conscious consumer

Informants also dealt their worries about animal welfare by being mindful of how the animals had lived and been treated before they were slaughtered. These informants viewed themselves as conscious consumers and would typically choose organic meat, free-range meat, locally raised and slaughtered meat, and wild game when they bought meat. Some

informants stuck to these principles and would for example only buy organic meat, while others would be more lenient and sometimes make exceptions. Predominantly women said it was important for them to buy organic and/or locally produced meat, while the men agreed these aspects were positive but not something they felt were personally important. One reason provided for not buying organic meat was the price difference. One man said he tried to buy “better” meat now that he was working full time, but admitted that price had been very important to him when he was a student. This was supported by other informants (two men), who agreed that it was more important to them to buy cheap meat than to buy organic. The following extract is from a woman who prefers to buy organic meat:

Participant: No, I don't know. I feel like I've become a bit like... what's it called? Not pragmatic, but principled on that particular stuff. So I've still bought meat that is not organic or stuff at half price, but I never buy that other kind at full price. (...) But of course, it's much cheaper to buy other types of meat, there's nothing to say about that. But I've not felt that it was necessary. Also, you can make many things without meat too, of course. But I've always had enough so that I didn't have to choose the cheap versions. (Informant 12, age 34)

In general, this subtheme illustrates a tendency to focus on the “lesser evil” when buying and eating meat – several informants were making the best choice they could while still maintaining their meat eating habit. Again, this shows an ability to find a balance between negative aspects and meat consumption.

3.3 Eating less meat

Ten informants said they had reduced the amount of meat they ate, which had made them feel more comfortable eating the remaining meat. Cutting down on their meat consumption was the most frequently mentioned behavioural change. For example, many informants said they followed Meatfree Monday. Some informants also tried to eat fish one or more days a week, although this would count as meat. The following quote is an informant answering if she had considered eating less meat:

Oh yes. And I do too. I - I mean, I work where I work so I presumably eat - I work 2-3 nights a week, so I don't choose what I eat there. There's always meat there. Always. Food without meat is not an option (laughing). So, but when I'm at home, I can follow Meatless Monday. I did that for a couple of years, focusing on the fact that I wasn't – that I was going to have a meatless dinner every Monday, in a way. Ehm, and I eat very little meat other than for dinner. (...) So that's a constant assessment I make, in a way. That it's not a goal for me to eat as much as possible, but I think it's really fun to just test vegan or vegetarian alternatives, like those they've started selling. Just to see if this is something I'm – it's kind of selfish if I can actually eat that (vegetarian options) without it complicating my every day life, then, like, I can eat it (laughs). (Informant 2, age 27)

Furthermore, two informants stressed that it was important to them to use as much of the animal as possible, when an animal was slaughtered for food. Both informants confirmed that

it helped them reduce their cognitive dissonance by knowing that as little of the animal as possible had "gone to waste":

(...) I think – as you understand I'm actually for meat production, but I want people to focus more on using the whole animal. Both for respect of the animal but also for other people. And to use the resources we have in this country. (...) If you're supposed to import like ... lentils from a country that's using pesticides, is that better than us having sheep that graze up in the mountains? Those are the kind of questions that I think are very important in the ... in the: "Is meat good or is it not good?". Then one must think: "Ok, but is one better than the other?". (Informant 12, age 34)

As illustrated previously, informants felt that it was important that they personally reduced their meat intake, but also that the Norwegian population in general cut down on how much meat they ate. In general, all participants agreed that today's meat consumption, nationally and globally, is moving towards unhealthy amounts, considering the environment, personal health, and animal welfare.

In addition to being mindful of their meat consumption, several informants said they had made other changes in their everyday lives in order to reduce their "environmental footprint", such as using less plastic and trying to buy sustainable groceries. Perhaps informants perceived there to be a larger variety of environmental friendly behaviours to choose from other than cutting out meat. In contrast, if concerned about animal welfare there might not be that many behavioural options other than going organic, reducing or completely cutting one's meat consumption.

3.4 "I don't want to be an inconvenience for anyone"

Social settings, where informants raised the concern of being a burden, coming across as difficult, or standing out negatively, was particularly salient for two women who expressed ambivalence regarding their meat consumption. Here, they illustrate concerns about eating vegetarian in a social setting:

In some cases it's taste, yes. As with, yes, salami. Or pepperoni. However, I actually think the main reason why I eat meat is because I don't want to be an inconvenience. Because I feel like I'm an inconvenience. (...) (Informant 4, age 26)

No, but ... for example, I was, I have a good friend who is very aware that I never eat minced chicken meat, and generally very little chicken. So when I was visiting her parents, she said: "Yes, I told them not to make chicken for when you came around." And that really makes me: "Ooh, but it would've been completely ok", you don't want to visit your friend's parents and have them completely change their dinner plans because here you come, the one who can't eat chicken, and... Yeah, that's something that gets to me, to be a difficult guest. (Informant 6, age 26)

It became evident that the fear of being an inconvenience was the one obstacle informants felt most passionate about. The "social stigma" of not eating meat was discussed more in depth by

those informants who brought it up compared to, for example taste, another salient factor for many informants. This could be linked to the perceived amount of control: giving up meat (and thus the niceness of taste) is something one is in personal control of, while social settings are dependent and largely controlled by others. Thus, having to deal with or trying to change others perception of a meatless diet was perceived by the informants as a very difficult task.

3.5 “Am I supposed to only eat spaghetti?”

Another major contributor to why the informants found it difficult to reduce or completely cut their meat intake was a lack of knowledge, either about cooking in general or about vegetarian cooking. Informants had little faith in their perceived behavioural control to cook vegetarian food. Some informants said they felt it would be very time consuming to learn a different way of preparing food. Here, one informant talks about learning to cook vegetarian food:

Like, call it ignorance to learn (laughs a little). I have not tried to make it. The thought has come by, swoosh, but it's never done it. I mean, what should I do, should I like, just cut the meat and eat spaghetti? (Informant 11, age 18)

Although his statement indicates that he has no interest in vegetarian cooking, it also shows a lack of confidence in skills. Several informants felt like it would be a very challenging task to cook vegetarian food.

However, those informants who expressed a joy for cooking, with or without meat, were in general more confident in their abilities to also cook vegetarian food. They were more open to experimenting with vegetarian food. One woman answered this when asked if she felt comfortable cooking vegetarian food:

Eh, yes. I don't know, I'm a little like Pippi (Longstockings) when it comes to the kitchen, really. I'm thinking: "I've not tried this before, I'll probably be fine" (laughs). (Informant 12, age 34).

3.6 Price, accessibility, and taste

The third aspect informants found challenging was a mix of price, accessibility, and taste.

Price. There seemed to be a consensus amongst the informants that a vegetarian diet was more expensive than one containing meat. This was emphasised by many informants finding vegetarian alternatives (e.g soy sausages) more expensive than the meat they bought in the store. In contrast, some informants focused on how cheap certain meats were rather than vegetarian alternatives being very expensive. It is important to note that those

informants who said vegetarian alternatives were too expensive also had little or no experience with actually buying such products. One man illustrated how price was a determining factor when he bought food:

Well, I try to take it (eat fish) two - or, not as much, 2-3 times a week. But the results vary, plus - I feel that fish is so expensive really, compared to - yeah, compared to meat, often. That you get - take salmon for example. The cheapest that you usually get is 89 kroner per kilo, or 120 (kroner). If that's the case - like I'm a student now, so I have to think about my economy when I shop. So when I find meat, for example chicken, for only 30 kroner per kilo, then ... (laughs). (Informant 3, age 27)

Another man said he was sometimes shocked by how cheap meat was in the store:

And yes, it's very simple and easy to go to the store and buy meat. There is always a, it sounds wrong; there is always meat on offer (laughs a little). No matter where you go, there's an offer. It's quite terrible that animals are being slaughtered and are ... sold for so little in the store. It reflects how little the animals are valued. The animals we eat, atleast. (Informant 8, age 25)

Acessibility. When discussing acessibility, informants mainly focused on how easily accessible meat was compared to vegetarian alternatives. Vegetarian alternatives seemed difficult for the informants to find in stores, and they did not want to go to “special stores”. Again, the impression of vegetarian alternatives being hard to locate was mentioned by some informants, typically those with little experience in buying such foods. In contrast, three informants expressed excitement over the variety of vegetarian and vegan products they had found in their local stores and felt there had been a big improvement in acessibility. Here, one informant illustrated his impression of the acessibility of vegetarian products:

You do have - you can get your food home, right, pizza ... it's incredibly easy to get. But it's the opposite for vegetarians. They struggle with acessibility compared to us. If you think of all the restaurants and things like that, you have vegetarian restaurants in the middle of Oslo, or in Moss. I know that because I know vegetarians and vegans.

Interviewer: Here it's maybe not that easy to get a hold of?

Informant: In [small town outside of Oslo]? No, nowhere, really. Not that's only vegetarian, or exclusive. You would have to like ask them to remove the meat. They haven't adapted to that (vegetarian food) yet. (Informant 9, age 26)

Acessibility was also important when going out to eat: the fear of being the odd one out in a social setting, or being perceived as difficult because the restaurant would have to serve vegetarian food, was also suggested as an obstacle by some informants. However, this largely depended on the circle of friends the informants went out for dinner with. While some informants said they had many vegetarian friends and friends who did not have a problem with them not eating meat, others reported that their friends would definitely take an interest in their food if it was vegetarian. One man explained what he thought it would be like to go out and eat a vegetarian pizza with his friends:

It wouldn't have started a war, but I'd been told to eat my own pizza, to put it like that.

Interviewer: So you would've been allowed to eat vegetarian pizza?

Informant: Yes. I would've been allowed, but it would have to be my *own*, the others would've eaten other pizzas. (...) They might joke about: "Bro, why don't you eat pepperoni?". I can understand that. I do that with my dad as well (his dad is a vegan). "I have pepperoni on the pizza you can get some, [name of stepmum] isn't watching", like that. But no, there wouldn't be any pressure. Don't think anyone would judge me either.

(Informant 11, age 18)

Additionally, a few informants mentioned the fact that vegetables and fruits had become easier to spot in shops, and cheaper to buy. They seemed to think this was helpful whenever they tried to cook vegetarian food, and that it generally was a positive thing by making vegetables more attractive for the average consumer.

Taste. The last factor, taste, was mentioned by all 12 informants when asked why they ate meat. All informants enjoyed the taste of meat and many thought it would be difficult to find the same taste if they tried vegetarian products. Some informants also said they had tried vegetarian alternatives and found them disgusting, thus not making them keen to try again. A general criticism was raised concerning meat alternatives: the attempt to make them closely resemble meat was not popular amongst the informants. They noted that vegetarian alternatives would never *be* meat, and that they preferred vegetarian dishes and alternatives that were original rather than trying to mimic meat. However, one informant noted how having vegetarian alternatives that looked like meat could make it easier for someone to replace meat in a transitioning phase. In this extract, one man talked about meat alternatives:

No, actually it's quite the opposite, they could certainly make something better with that – the fact that you're like trying to make a meat dish out of it. It's a bit like: "What's the point?". You should rather make something tasty that is unique to that (vegetarian) dish only. (Informant 3, age 27)

The following extract, from a young man, illustrated how he, mainly due to taste, chose to describe himself as addicted to meat, and how it would be very difficult for him to stop eating meat. In total, three informants used the word “addicted” or “addicting” about their meat consumption. All three were men.

They must be a much stronger person than me (laughs a little), when they're able to cut meat. Or maybe they just don't like meat as much as I do. I grew up with it, but it's, it's part of dinner. Once you're in you're in.

Interviewer: It's hard to quit?

Informant: Hard to quit. Addicted. (Informant 7, age 18)

4. Managing attitudes

This master theme found that informants mainly managed their attitudes by focusing on positive aspects of eating meat, and by avoiding or downplaying negative aspects of eating

meat. This is partially in line with the literature, where it has been found that assigning less “mind” to the animals we eat, and perceiving them to be less capable of suffering, are mechanisms used to cope with cognitive dissonance. Adopting a meat-positive attitude will also help reduce conflict.

4.1 “I thought about eating less meat, but...”

Four informants said they had been thinking about eating less meat, but it was something they had not gotten around to doing yet. It seemed like reducing their meat consumption would be perceived as a positive thing, but they did mainly focus on the positive aspects of eating meat, such as taste and price. They also reported having little conflict related to their meat eating, and all had first hand experience with the meat industry. This suggests that these informants were rather content with their meat consumption and if they ever did experience dissonance, it is possible they then choose to focus on the positive aspects of their personal experience with farm animals and meat production. Here, one extract illustrated how one woman had thought about reducing her meat consumption. She said that eating more vegetables would potentially be a motivator, but for now she seemed to be focusing on the positive aspects of eating meat:

Yes, I have considered it (eating less meat). It, I don't know how much I actually did. It's easy to think that it's something one should do. (Informant 1, age 30)

However, it is important to note that these four informants had, at some point in time, made adjustments to their behaviour as a consequence of feeling conflicted about their meat consumption. For example, one woman said she had stopped buying meat from certain slaughterhouses due to violations of regulations.

4.2 The meat industry is important

Although most informants tended to focus on positive aspects of the meat industry linked to their personal meat consumption, such as taste, and price (meat being cheap), some informants felt that the meat industry itself was important. Thus, supporting the meat industry became a positive aspect of eating meat. This was mainly the case for two informants, one man and one woman. The woman felt it was a positive consequence of the meat industry that the grazing animals (mainly cows and sheep) did contribute by keeping the Norwegian landscape from overgrowing.

Well, regulating the outlying fields is definitely a very, very important thing. And that's what ... both to us and our well-being, that we're able to make use of the outlying fields without having to bring an axe and cut down the trees ourselves. (Informant 12, age 34)

In general, informants focused on the positive aspects of the meat industry that influenced them personally. For example, no one mentioned the meat industry providing jobs for people or its contribution to the economy (when this was mentioned it was in more critical terms).

4.3 That doesn't happen in Norway

Informants also had a tendency to downplay or avoid negative aspects of eating meat. As mentioned previously, they were strategic in the way they approached (or did not approach) information about the Norwegian meat industry. There seemed to be a general understanding that the standards in the Norwegian meat industry were quite good, and several informants explicitly expressed worry and concern regarding animal welfare in *other* countries (for example China as mentioned in subtheme 1.3 Culturally acceptable meat), especially the United States. Many informants compared Norway to the United States and made it clear that they thought the animal welfare was a lot poorer in the United States compared to Norway. In addition to animal welfare and negative impacts on the environment, informants also expressed concerns about the use of antibiotics in American animal agriculture.

You can never transfer literature from the United States to Norway, because we're two different countries and the soil's different, and the demographics are different. Everything's different, so you must see things in relation to the country in which you live. And we live in a country that's very well suited for having (farm) animals, in the valley areas for example, where there's not much else you can do. (Informant 12, age 34)

Ehm, given that, yes, we are only 4 – no, 5 million people in Norway. And we're very self-sufficient when it comes to meat. We import a little, but. And there's not much we can do here in Norway that has major consequences for the environment globally or especially here in Norway. (Informant 3, age 27)

These extracts suggest very different views on the Norwegian meat industry and the meat industry in the United States. There seemed to be a tendency of downplaying negative aspects of the Norwegian meat industry by comparing it to the United States. Hence, informants were quite likely to see Norwegian standards as very good. It was also suggested that documentaries, videos, and articles covering the negative consequences of the meat industry abroad (mainly in the United States) were not representative for Norway. This information was referred to as “worst case scenarios”, and “propaganda”. There seemed to be a tendency amongst informants who did not have first hand experience with the Norwegian meat industry, to be more prone to “accept” that the maltreatment seen in the American meat industry did also happen in Norway. These informants based most of their information on videos and articles about the meat industry abroad, especially in the United States.

4.4 Taste before suffering

It has already been established that informants had different perceptions of animals traditionally seen as pets, and those we eat for food. Informants described their relationship to animals in the meat industry in terms that suggested a distant relationship, and perhaps a lesser perception of mind in these animals. Pigs were seen by two informants as very smart, even smarter than dogs, cows seemed to be neutral, while there were indications that sheep had less mind.

Yes, you know your cow, like. It's not like with sheep. Sheep are, like, sheep, it is in the name, it's sheep. If you shoot one, then the other can stand there and - yeah, stand there, it just does what it usually does. Eating grass or something. But a pig, it'll panick if it sees another pig being hurt or ... because they see and they know.
(Informant 11, age 18)

However, all informants acknowledged the ability of cows, pigs, chickens, and sheep to suffer. Some informants also included fish when speaking about suffering. Despite this, most informants still chose to eat meat, mainly because it was easy and tasted good. However, acknowledging that these animals can suffer does not necessarily mean the informants think animals do suffer in the Norwegian meat industry.

To summarize, the interview findings showed that single adult Norwegians do experience cognitive dissonance related to eating meat, however only two informants seemed to currently experience dissonance when they ate meat. Animal welfare and concerns for the environment were the main reasons why informants felt conflicted about eating meat. They reported to deal with dissonance by changing their behaviour and/or attitude, in line with mechanism described in the literature.

Next, we tested how well the Theory of Planned behaviour predicts people's meat eating intentions, and how well it explains cognitive dissonance in meat eaters.

Pilot Study

The main objective of the Pilot Study was to pretest our scales, which we had constructed for meat eating as the target behaviour based on Ajzen's (2006) recommendations on item for the Theory of Planned behaviour, as well as scales specifically assessing ambivalence about meat eating, and the lack thereof. In addition, we wanted to start exploring to what degree subjective norms, attitudes, and perceived behavioural control could predict levels of ambivalence in young, Norwegian adults. investigate how well Theory of Planned Behaviour predicts people's meat eating intentions, and how well it explains cognitive dissonance in

meat eaters. Therefore, we wanted to explore to what degree subjective norms, attitudes, and perceived behavioural control could predict levels of ambivalence and conflicted omnivore in young, Norwegian adults. All predictions and planned analyses were preregistered on the 15th of October, 2017 at www.AsPredicted.com.

Method

Participants. 26 Norwegian participants were recruited through the SONA-pool at the University of Oslo and through sharing a direct link to the survey in Qualtrics through convenience sampling on Facebook (see Appendix E for full survey). This resulted in 10 male and 12 females participating in the study (4 did not specify their gender), aged 20 to 35 years.

Exclusion criteria. Responses were excluded based on the following two criteria; (1) did specify if they wanted their results to be used for educational purposes only, $N = 15$; (2) wanted their results to be used for educational purposes only, $N = 5$.

Materials. The Pilot Study used a survey accessed through Qualtrics. The Pilot Study was introduced as a study on eating behaviour in young adult Norwegians and all questions were written in Norwegian. The categories consisted of questions measuring subjective norms, attitudes towards eating meat, perceived behavioural control, intention to eat less meat, and actual meat consumption.

Measures. Participants were asked to complete a survey in Qualtrics. Participants indicated their agreement to several statements based on a 7 point Likert scale ranging from 1 (*strongly disagree*) to 7 (*strongly agree*). The statements addressed subjective norms (9 items: e.g., “My close friends say I should buy/eat meat”), attitude (15 items, 11 positive: e.g., “It is healthy to eat meat”, 4 negative: e.g., “It negatively impacts the environment to eat meat”), rated important aspects of eating meat (8 items to rank; e.g., “health”, “taste”, “the environment”), perceived behavioural control (5 items: e.g., “It will be difficult for me to eat less meat”), ambivalence (3 items: e.g., “I eat meat with a clear conscience”), intention (4 items: e.g., “I plan to increase the amount of meat I eat”), and actual behaviour (2 items: e.g., “I eat meat for dinner”). For the 2 actual behaviour items participants had to indicate the frequency per week. The survey took about 20 minutes to complete.

Procedure. The present study was administered online, recruiting participants through the SONA-pool at the University of Oslo and through sharing a direct link to the survey in Qualtrics through convenience sampling on Facebook. The participants could access and complete the survey via a link directing them to the survey. Participants first read

an information letter about the study and gave their written consent to voluntarily participate in the study (see Appendix D for both). Then participants indicated their agreement to several statements related to eating meat. The items assessed subjective norms, attitudes towards eating meat, rated important aspects of eating meat, perceived behavioural control, intention to eat less meat, and actual meat consumption. After finishing the survey, participants provided demographical information (see Appendix E), before they read a written debrief and were thanked for their participation.

Results

Subjective norms. A factor analysis was conducted on the nine items measuring subjective norm beliefs. A principal component analysis (rotation: oblimin with Kaiser normalization) revealed that the 9 items measuring subject norm all correlated with one of the 3 components extracted. Item 7 however, did not have a very strong correlation (the highest was .524) with any of the factors and it was therefore removed (α without item 7 = .77). Initial eigenvalues indicated that the three factors explained 41.033%, 19.762%, and 13.780% of the variance respectively. However, with an eigenvalue of 1.1 and only explaining item 3, factor 3 was excluded. With only two factors item 3 landed on factor two, but due to uncertainty in distinguishing these two factors theoretically it was decided to progress with one factor for subjective norms.

Attitudes. The last four items measuring attitude (items 12-15) were about negative aspects of meat consumption and were recoded so that all 15 items would mean positive attitude towards eating meat. The factor analysis (rotation: oblimin with Kaiser normalization) of attitude extracted 3 components. They explained 50.944%, 19.061%, and 7.469% of the variance respectively. However, the third factor explained little variance (only item 11), and had an eigenvalue of 1.120 and was therefore excluded. In addition to item 11, item 10 did not load strongly onto any of the factors and was thus excluded. After removing item 10 and 11, factor 1 explained 53.886% of the variance while factor 2 explained 21.486%. Item 4 (necessity to eat meat) fit into both factors, but it seemed most suitable in factor 1 since it was a positive attitude, and factor 2 was characterized by the last four items about negative attitude. Factor 1 then comprised 11 items (α = .92) and factor 2 comprised 4 items (α = .89).

Perceived Behavioural Control. Items 2, 4, 5 measuring PBC were recoded. All 5 items (α = .699) measured PBC, but without item 1 (α = .73) the scale means that the participants think it is easy not to eat meat. Thus, item 1 was excluded.

Ambivalence. Ambivalence was measured by 3 items. While there were strong correlations between item 1 and 3 ($r = .915$), none of them correlated strongly with item 2 ($r = -.035$ and $r = -.055$). Two measures were therefore created for ambivalence: item 1 and 3 measuring no ambivalence, and item 2 measuring ambivalence.

Intentions. Out of the 4 items measuring intentions, item 1 and 3 were recoded. All four items then measured the intention of eating less meat ($\alpha = .75$). 3 items measured actual meat eating behaviour, ($\alpha = .91$).

Ranking of various aspects of meat consumption. Last, the ranking of importance of various aspects of meat consumption, 1 (most important) to 7 (least important), revealed that taste and health were the two most important aspects of eating meat.

Theory of Planned Behavior. As recommended by Wuensch (2017), we tested the Theory of Planned Behavior in two steps. In the first step, we predicted intentions to eat less meat by attitudes, PBC and subjective norm in a multiple regression. The regression equation explained 68 % of the variance in intentions to eat less meat. However, of the individual predictors, only attitudes had a significant and substantial influence on intentions, $\beta = .72$, $t(21) = 4.46$, $p < .001$. PBC, $\beta = .18$, and Subjective norm, $\beta = .13$, did not significantly predict intentions. We then used intentions and PBC to predict current meat eating behavior, again following the recommendations of Wuensch (2017). Here, 62 % of the variance in meat consumption was explained by the regression equation, and both predictors were significant, intentions, $\beta = -.52$, $t(22) = -3.14$, $p = .005$ and PBC for vegetarian eating, $\beta = -.35$, $t(22) = -2.12$, $p = .046$.

Discussion

The results from the Pilot Study show some interesting tendencies that were useful when developing hypotheses and scales for Study 1. They indicate that we could improve on our measures of subjective norm and PBC, as these were not significant predictors of intentions. Participants additionally ranked 8 items, where we found that participants ranked taste and health as the two most important reasons for why they ate meat.

By running a Pilot Study we were able to test the predictions of the Theory of Planned behavior, as well as test the reliability of our scales. Based on the Pilot Study, we decided to make the following changes before conducting Study 1: removed two items from our subjective norms scale and reformulated most of the items, removed two items from the attitude scale (and included health aspects), added three items to the PBC scale, added three items to the ambivalence scale, measured intention and actual behaviour by one item each.

We also added a scale for habit strength, knowledge, and outcome expectancies, in addition to adding two items to the ranking question.

Study 1

The main objective of study 1 was to address two research questions by testing a series of hypotheses:

1. How can we predict people's meat eating behaviours from their intentions and what determines these intentions?

H1A) Total attitude (negative minus positive) should predict intention when controlling for PBC and subjective norms.

H1B) Intention should predict actual meat consumption when controlling for PBC.

H1C) Perceived behavioural control for vegetarian eating should negatively predict actual meat consumption when controlling for intentions.

H1D) Knowledge about meat production, animal welfare and environmental impacts should predict negative attitudes.

H1E) Outcome expectancies regarding own behaviour contribution for more distant outcomes (like climate change) should mediate the effect of these aspects on intention.

2. How can we understand the intention-behaviour gap with regard to meat eating, i.e. those who intend to eat less meat than they actually do, the conflicted omnivores?

H2A) Habit strength to eat meat predicts meat consumption when controlling for intention and perceived behavioural control.

H2B) Felt ambivalence about meat eating is predicted by having both pos. and negative attitudes towards meat eating, as operationalised as the product of both attitudes when scaled from 0 to 6.

All predictions and planned analyses were preregistered on the 15th of February, 2018 at www.AsPredicted.com.

Method

Participants. 216 Norwegian participants were recruited through the SONA-pool at the University of (see Appendix G for full survey). Responses were excluded based on the following two a priori criteria; (1) had a progress below 70%, $N = 6$, and (2) wanted their results to be used for educational purposes only, $N = 60$. Additionally, preview responses were excluded, $N = 5$. This left us with a total of $N = 145$, 40 men and 102 women participating in the study (3 did not specify their gender), aged 19 to 38 years. However, 3 participants only gave partial answers, thus the different analyses are based on slightly different sample sizes ($N = 142 - 145$).

Materials. Like the Pilot Study, Study 1 used a survey accessed through Qualtrics. Study 1 was introduced as a study on eating behaviour in young adult Norwegians and all questions were written in Norwegian. Like in the Pilot Study, the categories consisted of questions measuring subjective norms, attitudes towards eating meat, PBC, intention to eat less meat, and actual meat consumption. Participants were also asked to rate important aspects of eating meat. For Study 1 we also included scales measuring habit strength (the 'Self-Report Behavioural Automaticity Index'; 'SRBAI', Gardner et al., 2012), knowledge and outcome expectancies.

Measures. Participants were asked to complete a survey in Qualtrics. Participants indicated their agreement to several statements based on a 7 point Likert scale ranging from 1 (*strongly disagree*) to 7 (*strongly agree*). The statements addressed subjective norms (7 items: e.g., "I feel like people around me expect me to eat meat"), habit strength (13 items, e.g., "I have never thought about the fact that I eat meat"), PBC (8 items: e.g., "It will be difficult for me to eat less meat"), ambivalence (6 items: e.g., "I do not feel any conflict related to eating meat"), knowledge (3 items, e.g., "I know a lot about the environmental impact of meat production"), and outcome expectancies (4 items, e.g., "I feel like I can make a positive difference/change by eating less meat"). The attitude/health statements were in a bipolar matrix, where participants indicated if eating meat less days than they currently did would be positive or negative (13 items responding to "eating meat less days than I currently do would": e.g., "Have a positive impact on my health" or "Have a negative impact on my health"). Last, participants also rated important aspects of eating meat (10 items to rank; e.g., "health", "taste", "the environment") and aspects that made them more likely to eat vegetarian (10 items to rank; e.g., "health", "taste", "the environment"). Intention and behavior were measured as the number of days per week the person intends to or actually eats meat or meat products, with lower values indicating more days per week, and the highest value indicating "less than once per week". The survey took about 20 minutes to complete.

Procedure. Same procedure as in the Pilot Study (see Appendix F).

Ethical considerations. All participants were provided with an information letter, and gave written consent prior to answering the survey. They were also given a written debrief of the study upon completion. There were few ethical concerns regarding the participants completing the survey. However, it could be that some participants had a problematic relation to food and therefore felt distressed when answering questions about what/how much they eat. Potentially, participants could feel discomfort if they realised that they eat more meat than they intended to. None of the studies utilized any deception.

Results

Correlation analysis. A correlation analysis was executed to investigate the strength and direction of the interaction between the various variables. The internal consistency of all measures and indicators was assessed by means of Cronbach's alpha. The 7-item subjective norms scale had a low alpha ($\alpha = .51$), so we decided to remove item 7 ($\alpha = .55$ without item 7), and the recoded items 2 and 4, which left us with an alpha $= .66$, and a 4-item subjective norms scale. The 13-item attitude/health scale ($\alpha = .91$) was kept without changes. In the 11-item habit strength scale ($\alpha = .92$), items 3-7 were recoded so correlation values were all positive, as were items 2, 5, 7, and 8 in the 8-item PBC scale ($\alpha = .86$). No changes were made to the 3-item knowledge scale ($\alpha = .81$) or the 4-item outcome expectancies scale ($\alpha = .84$). Intention to rarely eat meat, and actual behaviour of rarely eating meat were both measured using only 1 item each.

Multiple regression analysis. Two multiple regression analyses were conducted in SPSS 24 to test our hypotheses related to the two following questions:

1. How can we predict people's meat eating behaviours from their intentions and what determines these intentions?
2. How can we understand the intention-behaviour gap with regard to meat eating, i.e. those who intend to eat less meat than they actually do, the conflicted omnivores?

Hypothesis 1A. A multiple regression analysis predicting intention to eat less meat by total attitude (negative minus positive) when controlling for PBC and subjective norms explained 35% of the variance. The results showed that the intention to rarely eat meat was not significantly predicted by total pro-meat attitude ($\beta = -.13, p = .078$), when controlling for PBC for a vegetarian diet ($\beta = .54, p < .001$) and subjective norms to eat meat ($\beta = .002, p = .980$).

Hypothesis 1B. Again, a multiple regression analysis was conducted to test hypothesis 1B, the prediction that intention to rarely eat meat should predict actually rarely eating meat when controlling for PBC for a vegetarian diet. 81% of the variance in actual meat consumption could be accounted for by intention to eat less meat and PBC. The hypothesis was supported and rarely eating meat was predicted by intention to rarely eat meat ($\beta = .80, p < .001$) when controlling for PBC for a vegetarian diet ($\beta = .17, p < .001$).

Hypothesis 1C. The multiple regression analysis showed that 81% of the variance in actual meat consumption was explained by PBC for vegetarian eating and intention to rarely eat meat. This hypothesis predicted that PBC for vegetarian eating ($\beta = .17, p < .001$) should predict rarely eating meat when controlling for intentions to rarely eat meat ($\beta = .80, p <$

.001). The results revealed that when controlling for intentions to eat less meat, PBC for vegetarian eating does predict rarely eating meat.

Hypothesis 1D. A multiple regression analysis predicting negative attitudes towards meat eating by knowledge about meat production, animal welfare and environmental impacts explained 5% of the variance. The hypothesis was supported and the results showed that knowledge about meat production ($\beta = -.22, p = .010$) significantly predicted negative attitudes towards meat eating.

Hypothesis 1E. Last, we hypothesised that outcome expectancies regarding own behaviour contribution for more distant outcomes (like climate change) should mediate the effect of knowledge on intention. Outcome expectancies did have a significant effect on intention ($\beta = .23, p = .005$). We then tested if knowledge predicted outcome expectancies ($\beta = .30, p < .001$), which it did, thus the a-path was significant. When using both knowledge ($\beta = .19, p = .024$) and outcome expectancies ($\beta = .18, p = .042$, b-path) to predict intention to rarely eat meat, both were independent predictors. This means that outcome expectancies mediated the effect of own behaviour contribution for more distant outcomes on intention, according to the a*b joint significance test (Kenny, 2018). However, the direct effect of knowledge on intention was still significant, which means that we obtained a partial mediation by outcome expectancies. Knowledge and outcome expectancies explained 9% of the variance in intention to eat less meat.

Hypothesis 2A. For the second question, we tested two hypotheses. Hypothesis 2A predicted that habit strength to eat meat should predict rarely eating meat when controlling for intention to rarely eat meat and PBC for a vegetarian diet. The results revealed that habit strength ($\beta = -.09, p = .179$) did not significantly predict rarely eating meat when controlling for intention to rarely eat meat ($\beta = .76, p < .001$) and PBC for a vegetarian diet ($\beta = .12, p = .041$). The three variables accounted for 81% of the variance in meat consumption.

Hypothesis 2B. The second hypothesis for question 2 was that felt ambivalence about meat eating would be predicted by having both positive and negative attitudes towards meat eating. A high mean on the attitude scale indicated positive attitudes towards eating meat. No means were particularly high (the highest was 3.65). Six items were predominantly negative aspects of meat eating (like effects on the environment or animal welfare), and six items were positive aspects of meat eating (like taste). One item was neither positive nor negative (see table in Appendix E).

We then calculated attitude variability (the standard deviation of all attitude measures) to see if those who had more variability (both positive and negative attitudes) also expressed more ambivalence. Contrary to predictions, we found that more attitude variability predicted a lack of ambivalence ($\beta = .46, p < .001$). When attitude and attitude variability were both predictors of a lack of ambivalence, attitude variability was still a significant, positive predictor ($\beta = .23, p = .003$). This suggests that H2B is falsified: the more attitude variability, the less ambivalent participants indicated feeling about eating meat.

All 13 items in the pro-meat-attitude scale correlated positively with a lack of ambivalence. Thus, rather than felt ambivalence about eating meat being predicted by attitude variability it seems like negative attitudes are more important for the participants' ambivalence. The item correlations for the attitude scale also showed that those who experienced the least ambivalence were those participants who ate meat because they liked the taste, because meat was seen as having a positive impact in their health, those who perceived the meat industry as safe, and those who felt meat eating had a positive influence on their identity. Therefore, we conducted an exploratory analysis separating beliefs about meat effects on one's own body, identity, and taste from beliefs about effects on animals and the environment. Internal beliefs consisted of items 1, 2, 3, 4, 7, 9, and 10, while external beliefs consisted of items 5, 6, 8, 11, 12, and 13. When separating beliefs into internal and external, and using both jointly to predict lack of ambivalence in a multiple regression analysis, we found that the internal beliefs ($\beta = .52, p < .001$) significantly predicted lack of ambivalence, while external beliefs did not ($\beta = .09, p = .281$).

Discussion

The aim of Study 1 was to address two research questions: (1) How can we predict people's meat eating behaviours from their intentions and what determines these intentions? and (2) How can we understand the intention-behaviour gap with regard to meat eating, i.e. those who intend to eat less meat than they actually do, the conflicted omnivores?

We first predicted that total attitude, when controlling for PBC and subjective norms, would predict intention to rarely eat meat. This hypothesis was not supported as attitude was only a marginal predictor of intention to rarely eat meat. This suggests that attitudes towards meat eating may not be as influential on people's intentions to reduce their meat consumption as first assumed, and that maybe changing someone's attitude is easier than to make them change their behaviour. This interpretation is supported by the large effect of PBC for vegetarian eating ($\beta = .54$) and by the fact that attitudes do significantly predict intention to

rarely eat meat when analyzed without PBC and subjective norms ($\beta = .30^{**}$). Thus, behavioral control is more important for people's intentions than their attitudes alone.

Our next prediction was that intention to rarely eat meat should predict actual meat consumption when controlling for PBC. This hypothesis was supported, meaning that the amount of meat currently consumed by the participants was predicted by their intentions to rarely eat meat, when we controlled for PBC. This finding suggests that people need to go from changing their attitudes to also changing their behaviour. As long as they intend to eat less meat, they will. Note here that by changing the item formulation of intentions and behaviors to the same format intention now became a much better predictor of actual behavior, in line with the Theory of Planned behavior.

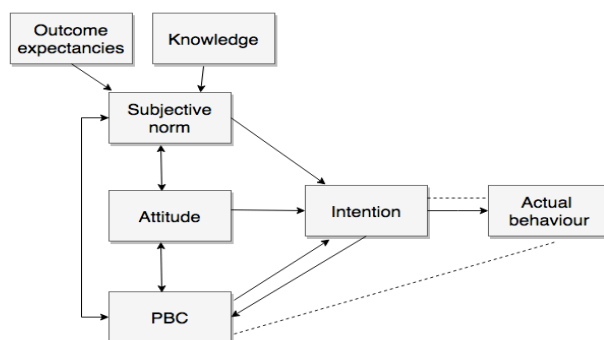
Hypothesis 1C was also supported. It indicates that people high in PBC are eating less meat. Our findings suggests that people need intention to have high PBC. Once someone intend to eat less meat, they will seek out nessecary information to increase their PBC og vegetarian cooking. The standard would be for people to have a low PBC because our social norm is to eat meat. However, after increasing someone's PBC (because they intended to eat less meat), they are more likely to be open to vegetarin cooking and vegetarian food. Thus, an increased PBC is likely to decrease someone's meat consumption.

We then predicted that negative attitudes towards meat eating would be predicted by knowledge about meat production, animal welfare and environmental impact (H1D) was supported. This suggests that in order to influence people's attitude towards meat eating, we have to provide them with knowledge about meat production, animal welfare and environmental impact. Last, we found that outcome expectancies regarding own behaviour contribution for more distant outcomes (like climate change) partially mediated the effect of these aspects on intention. This indicates that the relationship of knowledge on intention is partially explained by outcome expectancies.

For our first research question we then found that we can predict meat eating behaviour based on individuals previous intentions. If they have previously had a period where they did not eat meat, they are likely to eat less meat today, as a result of changing their attitude towards meat eating, and increasing their PBC due to vegetarian eating and cooking.

For our second research question we then tested our two hypothesis. First, we found that habit strength to eat meat did not predict meat consumption when controlling for intention and PBC. This result can potentially be explained by our habit measure/scale. It might be that we were in fact asking participants about familiarity (in lack of a better word)

with meat eating rather than habit. Whether or not eating meat is a habit/automatic for a person does not indicate how much meat they eat. A person who eats quite a lot of vegetarian food will still likely consider it automatic to eat meat. Perhaps what we defined as habit for our scale were closer to attitudes towards eating meat than to actual meat eating (action). If that is the case participants were then in a sense asked how familiar and normal the concept of eating meat was to them (habituation to eating meat), which would not indicate their meat consumption but rather illustrate our social norm of eating meat which is something most people have done since early childhood.



Modell: Theory of Planned behaviour with added variables

General Discussion

The findings from the interviews gave some in-depth information about our three research questions: is cognitive dissonance experienced?, if so, how and why is it experienced?, and what mechanisms are used to reduce the dissonance? We found that young, single Norwegians do experience cognitive dissonance related to their meat consumption. The findings indicate that although people sometimes experience conflict because they eat meat, it this does not pose as a very problematic phenomena in peoples' every day lives. Most informants named a negative environmental impact, concerns about animal welfare, and making the animal – meat connection as their main reasons for experiencing conflict. Informants expressed sadness and disgust when making the animal – meat connection, which is in line with literature showing that heavily processed meat is associated with less conflict in meat eaters (e.g. Kunst & Hohle, 2016). Cognitive dissonance was described by informants as provoking feelings discomfort, sadness, and guilty. Last, both major mechanisms used by the informants to handle the dissonance were also supported by the literature, as previously discussed. However, this study also found that informants seemed to be able to somehow reduce their dissonance by voicing it out loud – it seemed that by

acknowledging their own inconsistency in beliefs, values, and behaviour, informants were able to reduce the conflict they felt. This is an interesting finding because it is not mentioned in the literature as frequently as the other mechanisms (Ursin, 2016).

One interesting finding from the Pilot Study was that high scores on both positive and negative attitudes towards eating meat was not a significant predictor of ambivalence and conflicted omnivore. This can perhaps be explained by positive attitudes (as discussed in Study 1) being our default and thus not as predictive of conflict and ambivalence. The findings from Study 1 suggests that if the goal is to encourage people to eat less meat, one should start by providing information (knowledge) about negative aspects of eating meat and the meat industry, and knowledge about own behavioural contribution for more distant outcomes (understand that we're part of a bigger picture). Our findings suggest that this would lead to a change in attitude towards eating meat, which in turn, if significant, will lead to people changing their intention to eat less meat. Thus, people will intend to eat less meat. This intention will result in increased PBC of vegetarian eating. Once people have reached this point (increased PBC for vegetarian eating and cooking), the findings in this study suggests that they are likely to eat less meat regardless of whether or not their intention to do so persists. Once people have gained a higher PBC for vegetarian eating and cooking, this will remain with them to a various degree, regardless of a change in their intention to eat less meat. This can be linked to the role of past behaviour (see Bamberg, Ajzen, & Schmidt, 2003). However, we suggest that the meat consumption is likely to decrease further (i.e. perhaps becoming vegetarian) if people maintain their intention to eat less meat.

Comparing qualitative and quantitative findings

In the survey results, habit did not significantly predict meat consumption, when controlling for intention and PBC. However, habit was mentioned by all 12 informants when reasoning for why they ate meat. It could be argued that informants did not necessarily separate habit and PBC. We also found that although Christmas dinner was of great importance to many informants, questions asking about Christmas dinner as important for participants' perceived identity, the questions were excluded from the survey because they explained too little variance. In the survey findings, we found that participants who experienced ambivalence regarding their meat consumption was better predicted by having negative attitudes towards eating meat, rather than attitude variability. This is in line with what many of the informants expressed: those who were aware of negative aspects of the meat industry, and as a consequence expressed negative attitudes towards eating meat, were

the three informants who acknowledged being conflicted about their meat eating. The survey showed that the environment was the second most important reason for why participants would consider eating vegetarian. Health was the number one reason, and animal welfare was the third most important reason. This was reflected in the interviews as well, where negative impacts on the environment and poor animal welfare were two of the informants' main worries. Additionally, results from the survey, showed that taste was the most important factor when participants were asked why they ate meat. This was also reflected in the interviews, where taste was the most frequently mentioned reason for meat consumption. Furthermore, subjective norms in our survey were found to not be of significance, which in some way is in line with findings from the interviews. Although two informants felt strongly about subjective norms and social settings, they were the only two who brought it up as a significant problem. They were also the only two informants who had actually been vegetarians for shorter or longer periods. This suggests that perhaps subjective norms and social settings only become important when actually adopting a vegetarian diet. Thus, to those informants who have not experienced what it is actually like to eat vegetarian in social settings, but only had to imagine it, this factor does not hold great importance. Last, perceived behavioural control was also an obstacle for some informants, where they did not feel confident in their abilities to locate and cook vegetarian food. This was in line with findings from the survey, where perceived behavioural control for vegetarian eating did negatively predict actual meat consumption, when controlling for intentions.

Limitations of the current studies

It is worth noting some shortcomings to the current studies. In study 1 we did not add a comment section to the survey, thus participants were not able to leave a comment explaining their response (or lack of response). We ended up with a smaller sample size than we originally set out to recruit. A sample size of 200 or more participants would have been preferred. Also, for study 1 we only had psychology students (1st year) participating in our survey. Although it can be argued that this population does not yet have a great knowledge about some of the models and scales presented in the survey it would have been dealt with a less homogenous sample population, as well as a more even number of men and women. Last, it would have been interesting to base our survey questions on findings from the interviews. This was however not possible given the timeframe this study was conducted within. The qualitative interviews were translated from Norwegian into English by the author. This proved more challenging than expected, mainly because of the "broken" language. The

interviews were classified by casual language, and "thinking as you go", and this had to be visible in the English translation as well. Although the author stayed as true to the Norwegian text as possible, a few alterations were made when translating the text into English, in order to not lose meaning or context.

Additionally, the interview guide was developed by the author specifically for this study, and although it was pilot tested before conducting the interviews, there is room for improvement. That also goes for the author in the role of interviewer and researcher. Having limited experience with conducting semi-structured interviews, and less experience in conducting a quantitative study of this size, the whole process did prove educational yet challenging. Last, the author acknowledges a potential limitation of the more personal sort; the author being a vegan herself could potentially have influenced the study throughout. The author was mindful of this and tried to stay as objective as possible and not let her opinions influence her research (too much). In fact it proved a bit challenging to write questions for the interview guide because the author feared she could come across as "having an agenda" or a "pushy vegan". However, discussing the interview guide with my supervisor, and meat eat friends and family helped balance out the questions.

Implications and directions for future research

The interviews provided in-depth knowledge about how and why young, single adult Norwegians experience cognitive dissonance related to their meat consumption, as well as what they change in order to deal with this experience. Future research needs to add to our findings by conducting more interviews. Although more information about young Norwegians is definitely needed, it would also be interesting to conduct a similar study amongst an older, or married population and compare the findings. Also, the tendency for some informants to seemingly reduce the experienced dissonance by acknowledging their double standards, and negative aspects of the meat industry, has not received a lot of attention in the literature and could thus need further exploration. Last, the phenomena of subjective norms not being significant in our Pilot Study or Study 1, but being discussed at length by a few informants (who had at some point been vegetarian), might indicate that the impact of subjective norms and social setting might have to be personally *experienced* by people, as vegetarians, in order for it to become important. This needs to be investigated further, perhaps by asking informants to "become" vegetarian for a set period and interview them before, during, and after this period.

Based on the findings in study 1 it would be interesting to further investigate the suggestion that intention leads to PBC. For example, it would be interesting to investigate to what degree and how fast intention gives PBC of meat consumption. Furthermore, to what degree attitudes towards meat can be transformed into actual behaviour in the form of eating less meat needs further looking into.

Additionally, it would of course be necessarily to replicate study 1. Our scales for measuring ambivalence, subjective norms, attitude, habit perceived behavioural control, intention, actual behaviour, knowledge, and outcome expectancies were all created specifically for this study and would greatly benefit from being retested in other studies. As discussed our measure of habit in particular would need to be critically assessed if replicating this study. Last, the suggestion that intention might influence perhaps to a larger degree than we assume, would need further research.

Conclusion

The Pilot Study and Study 1 found that Theory of Planned behaviour, after adding habit, knowledge, and outcome control to our model, was able to predict people's meat eating behaviours from their intentions and what determined these intentions, as well as producing information that is helpful when trying to understand the intention-behaviour gap with regard to meat eating (conflicted omnivores). Overall, the survey provided informal data about young adult Norwegians' meat consumption, eating habits, intentions to eat less meat, and ambivalence. The qualitative findings from this study provided an in-depth knowledge of young, single adult Norwegians and their experiences when eating meat. Here, the study found that all informants had experienced conflict related to their meat consumption, yet this was not a problematic aspect in their every day life – most informants had found a balance between their conflict and their meat consumption. We also defined aspects of meat consumption that triggered cognitive dissonance, as well as main mechanisms used by the informants to deal with their cognitive dissonance.

References

- Ajzen, I. (2006). Constructing a Theory of Planned behaviour questionnaire. Retrieved from: <http://people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.measurement.pdf>
- Allen, M., Hunstone, M., Waerstad, J., Foy, E., Hobbins, T., Wikner, B., & Wirrel, J. (2002). Human-to-animal similarity and participant mood influence punishment recommendations for animal abusers. *Society & Animals*, *10*(3), 267–284. doi: 10.1163/156853002320770074
- Anderson, E. C., & Barrett, L. F. (2016). Affective Beliefs Influence the Experience of Eating Meat. *PLoS ONE*, *11*(8). doi: org/10.1371/journal.pone.0160424
- Bamberg, S, Ajzen, I., & Schmidt, P. (2003). Choice of Travel Mode in the Theory of Planned Behavior: The Roles of Past Behavior, Habit, and Reasoned Action. *Basic and applied social psychology*, *25*(3), 175-187. Doi: 10.1207/S15324834BASP2503_01
- Berndsen, M., & Van der Pligt, J. (2004). Ambivalence towards meat. *Appetite*, *42*(1), 71-78. doi: [https://doi.org/10.1016/S0195-6663\(03\)00119-3](https://doi.org/10.1016/S0195-6663(03)00119-3)
- Bilewicz, M., Imhoff, R., & Drogosz, M. (2011). The Humanity of What We Eat: Conceptions of Human Uniqueness among Vegetarians and Omnivores, *European Journal of Social Psychology*, *41*(2), 201–09. doi: 10.1002/ejsp.766
- Blandford, D., Gaasland, I., & Vårdal, E. (2014). The trade-off between food production and greenhouse gas mitigation in Norwegian agriculture. *Agriculture, Ecosystems & Environment*, *184*(1), 59-66. doi: <https://doi.org/10.1016/j.agee.2013.11.025>
- Bratanova, B., Loughnan, S., & Bastian, B. (2011). The effect of categorization as food on the perceived moral standing of animals. *Appetite*, *57*(1), 193-1996. doi: 10.1016/j.appet.2011.04.020.
- Braun, A., & Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology, *Qualitative Research in Psychology*, *3*(2), 77-101. doi: <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Dalseg, E. (2017, October 10). Salg av vegetarmat eksploderer: Her er høstens nyheter. Retrieved from: <https://www.dagbladet.no/mat/salg-av-vegetarmat-eksploderer-her-er-hostens-nyheter/68752314>
- FAO. (2011). *World Livestock 2011 – Livestock in food security*. A. McLeod, A (Ed.). Rome: FAO. Retrieved from: <http://www.fao.org/docrep/014/i2373e/i2373e.pdf>
- Fessler, D. (2002). Reproductive immunosuppression and diet: An evolutionary perspective

- on pregnancy sickness and meat consumption. *Current Anthropology*, 43(1), 19-60.
doi: <https://doi.org/10.1086/324128>
- Fessler, D., & Navarrete, C. (2003). Meat is good to taboo. Dietary proscriptions as a product of the interaction of psychological mechanisms and social processes. *Journal of Cognition and Culture*, 3(1), 1-40. doi: 10.1163/156853703321598563
- Festinger, L. (1957). An introduction to the theory of dissonance. In *A Theory of cognitive dissonance* (p.3). Stanford, CA:Stanford University Press.
- Festinger, L. (1962). Cognitive dissonance. *Scientific American*, 207(4), 93-107.
doi:10.1038/scientificamerican1062-93.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention, and Behaviour: An Introduction to Theory and Research*, p.288. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Gendelman, B. (2017). *Conflicted Omnivores: Meat, Morals, and Money*. Retrieved from: ScholarlyCommons: http://repository.upenn.edu/wharton_research_scholars/152
- Graça, J., Calheiros, M. M., & Oliveira, A. (2014). Moral disengagement in harmful but cherished food practices? An exploration into the case of meat. *Journal of agricultural and environmental ethics*, 27(5), 749-765.
doi: 10.1007/s10806-014-9488-9
- Gould, J. (2017). Nutrition: A world of insecurity. *Nature*, 544, 6-7. doi: 10.1038/544S6a
- Heffernan, O. (2017). Sustainability: A meaty issue. *Nature*, 544, 18-20.
doi: 10.1038/544S18a
- Guest, G., MacQueen, K. M., & Namey, E. E. (2011). Introduction to applied thematic analysis. *Applied thematic analysis*. (pp.3-18). Los Angeles: Sage.
doi: 10.1207/S15324834BASP2503_01
- Joy, M. (2010). *Why we love dogs, eat pigs, and wear cows: An introduction to carnism*. San Francisco: Conari Press.
- Kenny, D. A. (2018). *Mediation*. Retrieved from: <http://davidakenny.net/cm/mediate.htm>
- Kunst, J. R., & Hohle, S. M. (2016). Meat eaters by dissociation: How we present, prepare and talk about meat increases willingness to eat meat by reducing empathy and disgust. *Appetite*, 105, 758-774. doi: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.07.009>
- Loughnan, S., Bastian, B., & Haslam, N. (2014). The psychology of eating animals. *Current Directions in Psychological Science*, 23(2), 104-108. doi:10.1177/0963721414525781
- Mceachern, M. G., & Schröder, M. J. A. (2002). The Role of Livestock Production Ethics in Consumer Values Towards Meat. *Journal of Agricultural and Environmental Ethics*, 15(2), 221-237. doi: 10.1023/A:1015052816477

- Mooney, K. M., & Walbourn, L. (2001). When college students reject food: not just a matter of taste. *Appetite*, 36(1), 41-50. doi: 10.1006/appe.2000.0384
- Norwegian Centre for Research Data (NSD). (2017). Data Protection Official for Research. Retrieved from: <http://www.nsd.uib.no/nsd/english/pvo.html>
- Norwegian Directorate of Health. (2012). *Norkost 3 – En landsomfattende kostholdsundersøkelse blant menn og kvinner i Norge i alderen 18–70 år, 2010–11*. Retrieved from: <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/norkost-3-en-landsonmfattende-kostholdsundersokelse-blant-menn-og-kvinner-i-norge-i-alderen-1870-ar-201011>
- Piazza, J., Ruby, M. B., Loughnan, S., Luong, M., Kulik, J., Watkins, H. M., & Seigerman, M. (2015). Rationalizing meat consumption. The 4Ns. *Appetite*, 91, 114-128. doi: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.04.011>
- Pinker, S. (2011). Animal rights and the decline of cruelty to animals. In *The Better Angels Of Our Nature* (pp. 355-369). London: Penguin Books Ltd.
- Povey, R., Conner, M., Sparks, P., James, R., & Shepherd, R. (2000). The theory of planned behaviour and healthy eating: Examining additive and moderating effects of social influence variables. *Psychology & Health*, 14(6), 991-1006. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/08870440008407363>
- Reductarian Foundation. (2018). Reductarian FAQ. Retrieved January 21, 2018, from Reductarian website: <http://reductarian.org/faq/>
- Rothgerber, H. (2014). Efforts to overcome vegetarian-induced dissonance among meat eaters. *Appetite*, 79, 32-41. doi: 10.1016/j.appet.2014.04.003
- Rozin, P. (2004). Meat. In S. H. Katz (Ed.), *Encyclopedia of Food and Culture* (Vol. 2, pp. 666-671). New York, NY: Charles Scribner's Sons
- Santos, M. L. S., & Booth, D. A. (1996). Influences on meat avoidance among British students. *Appetite*, 27(3), 197-205. doi: <https://doi.org/10.1006/appe.1996.0046>
- Sentio Research Norge. (2017, January 9). *En av fire nordmenn planlegger å spise mindre kjøtt*. Retrieved from: <http://sentio.no/nyheter/>
- Singer, P. (1975). *Animal liberation: Towards an end to man's inhumanity to animals*. New York, NY: HarperCollins.
- SSB, Statistikkbanken. (2016). Tabell 05538, p.2, Retrieved from: <https://www.framtiden.no/dokarkiv/arbeidsnotater/794-sa-mange-dyr-spiser-en-nordmann-fivh-2016/file.html>
- SSB, Statistikkbanken. (2017). *Akvakultur*. Retrieved from: <https://www.ssb.no/fiskeoppdrett>

- Stoll-Kleemann, S., & Schmidt, U. J. (2017). Reducing meat consumption in developed and transition countries to counter climate change and biodiversity loss: A review of influence factors. *Regional Environmental Change*, 17(5), 1261-1277.
doi: <http://dx.doi.org/10.1007/s10113-016-1057-5>
- Sutton, S. (1998). Predicting and explaining intentions and behavior: How well are we doing?. *Journal of applied social psychology*, 28(15), 1317-1338.
doi: 10.1111/j.1559-1816.1998.tb01679.x
- Ursin, L. (2016). The Ethics of the Meat Paradox. *Environmental Ethics*, 38(2), 131-144.
doi: 10.5840/enviroethics201638212
- Valvik, M. E., & Ruud, S. (2016, February 15). Trendy blant unge å velge bort kjøtt. *Aftenposten*. Retrieved from: <http://www.aftenposten.no/okonomi/Trendy-blant-unge-a-velge-bort-kjott-8755b.html>
- Wuensch, K. L. (2017). *Conducting a Path Analysis With SPSS/AMOS*. Retrieved from: <http://core.ecu.edu/psyc/wuenschk/MV/SEM/Path-SPSS-AMOS.pdf>

Appendices

Appendix A – Informed consent (Qualitative study)

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt

”Hvilke tanker, vaner og erfaringer har unge, single nordmenn knyttet til det å spise kjøtt?”

Bakgrunn og formål

Våre spisevaner blir stadig oftere forbundet med viktige temaer som helse, klima og dyrevelferd, og får stadig større global oppmerksomhet. Mange mennesker liker å spise kjøtt, men få liker å skade eller drepe dyr. Hvordan håndterer vi disse motstridende holdningene? Jeg ønsker å intervju 12-16 unge, voksne nordmenn for å få et innblikk i deres tanker knyttet til det å spise kjøtt. Hvilke tanker har unge nordmenn om eget og andres kjøttkonsum, og hvordan rasjonaliserer man rundt valg knyttet til dette? Jeg er interessert i å få vite mer om hvilke faktorer som gjør at vi spiser kjøtt og hvordan denne delen av vår diett oppleves for nordmenn flest. Dette vil være spesielt interessant å undersøke blant nordmenn fordi kjøtt for mange er en meget sentral del av vår mattradisjon.

Det er ønskelig med både mannlige og kvinnelige deltakere. Dersom du ønsker å være med i studien må du være mellom 18-35 år, spise kjøtt som en del av ditt kosthold, og være singel. Disse kriteriene stilles fordi jeg ønsker å få et bilde av holdninger og tanker hos unge voksne, single nordmenn, samt fordi kosthold kan påvirkes av sivil status ved at det tas andre hensyn når man lager mat til partner og/eller familie. Denne studien er en del av min masteroppgave i Samfunns- og kulturpsykologi ved Universitetet i Oslo.

Hovedtemaer jeg ønsker å snakke med deg om:

Hvilke vaner du har knyttet til det å spise kjøtt

Din bakgrunn og erfaring relatert til dyrehold og det å spise kjøtt

Viktigheten av å spise kjøtt

Positive aspekter knyttet til å spise kjøtt

Negative aspekter knyttet til å spise kjøtt

Hva innebærer deltakelse i studien?

Datamateriale som samles inn til dette prosjektet vil være intervjuer. Intervjuene vil være på ca. 30-60 minutter (men lengden kan tilpasses etter hva som passer best for deg). Spørsmålene vil omhandle temaene nevnt ovenfor, men jeg er også interessert i kommentarer eller temaer som du føler er relevant. Det er kun jeg som vil være tilstede under intervjuet. Intervjuet vil foregå på norsk og vil bli tatt opp og lagret som lydfil.

Intervjuet vil finne sted på et sted som er beleilig for deg. Eksempelvis kan vi gjøre intervjuet ved et universitet, på en kaffebar, hjemme hos deg, eller et annet sted som passer deg. Grunnet intervjuets tematikk kan vi ikke holde intervjuet på en restaurant.

Dersom du ønsker kan jeg sende deg intervjuet når dette er transkribert fra lydfil til tekst slik at du kan foreta potensielle endringer (legge til, endre, eller fjerne informasjon). Du vil da måtte foreta alle endringer og sende teksten tilbake til meg innen 2 uker etter at du har mottatt transkriptet. Jeg vil da forholde meg til dine endringer i mitt videre arbeid.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Når intervjuene er blitt transkribert fra lydfil til tekst vil disse nummereres slik at teksten ikke kan knyttes til personlig informasjon om deg. Alt datamateriale som samles inn vil lagres på en passordbeskyttet datamaskin, og dokumenter som inneholder personopplysninger vil oppbevares sikkert i en låst skuff på et låst rom. Personopplysninger og øvrig datamateriale (lydopptak og transkript) vil oppbevares separat for å sikre anonymitet. Det er kun meg, min veileder, og prosjektgruppen som vil ha tilgang til personopplysninger og øvrig datamateriale (lydopptak og transkript). Deltakere i dette prosjektet vil ikke kunne gjenkjennes i publikasjon.

Sluttresultatet av dette prosjektet vil være en masteroppgave, men det kan også være at prosjektet blir forsøkt publisert som en akademisk artikkel i eksempelvis tidsskrifter som omhandler sosial psykologi, ernæring, spiseatferd.

Prosjektet skal etter planen avsluttes i mai 2018. Etter fullføring vil personopplysninger, lydopptak og transkript lagres, men dette vil da fullstendig anonymiseres og ingen andre vil ha tilgang på data.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Sofie Tellefsen Holm, 0047 92065703 / sofie.t.holm.sth@gmail.com (masterstudent) eller Beate Seibt, 0047 22845147 / beate.seibt@psykologi.uio.no (veileder).

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Jeg ønsker å bli tilsendt intervjuet når dette er transkribert fra lydfil til tekst slik at jeg kan foreta potensielle endringer (legge til, endre, eller fjerne informasjon). Jeg er klar over at alle endringer må foretas og sendes tilbake til Sofie Tellefsen Holm i løpet av 2 uker. Dersom ingen endringer er mottatt i løpet av 2 uker vil dette tolkes som at du godtar transkriptet slik det er.

Send meg transkriptet på e-post

Ja

Nei

(din e-post dersom du ønsker transkriptet)

Send meg en sms for å informere om at du har sendt transkriptet

Ja

Nei

(telefonnummer dersom du ønsker at jeg sender sms)

Tusen takk for din deltakelse!

Ytterlig informasjon om studien – debrief

Hva handlet denne studien om?

Våre spisevaner blir stadig oftere forbundet med viktige temaer som helse, klima og dyrevelferd, og får stadig større global oppmerksomhet. De fleste mennesker liker å spise kjøtt, men få liker å skade eller drepe dyr. Hvordan håndterer vi disse motstridende holdningene? Opplevelsen av ubehaget mange opplever i forbindelse med å spise kjøtt var hovedtemaet i dette intervjuet. I denne studien var vi interessert i å få et innblikk i unge voksne nordmenns tanker knyttet til det å spise kjøtt. Hvilke tanker har unge nordmenn om eget og andres kjøttkonsum, og hvordan rasjonaliserer man rundt valg knyttet til dette? Jeg ønsket å få vite mer om hvilke faktorer som gjør at vi spiser kjøtt og hvordan denne delen av vår diett oppleves for nordmenn flest.

Hvordan ble studien gjennomført?

Studien besto av intervjuer som omhandlet temaene: hvilke tanker har unge nordmenn om å spise kjøtt?, hva vet unge nordmenn om norsk kjøttproduksjon?, opplever unge nordmenn kognitiv dissonanse (ubehag) i forbindelse med at de spiser kjøtt?, og dersom ubehag oppleves hvordan håndterer unge nordmenn dette? Vi var ikke på jakt etter riktige eller feil svar, men ønsket en åpen samtale rundt disse temaene.

Hvorfor er denne studien viktig?

Forskning viser at mange mennesker som spiser kjøtt opplever et ubehag (kalt kognitiv dissonans), altså en konflikt mellom egne verdier og handlinger. Dette temaet er ikke tidligere blitt undersøkt blant unge norske nordmenn ved å intervju dem, og informasjonen som innhentes i denne studien er derfor unik og vil utvide vår kunnskap om temaet. Som en supplerende del av denne studien vil det også utføres en spørreundersøkelse som vil undersøke unge voksne nordmenns spisevaner, hvilke faktorer som påvirker når og hvor mye kjøtt de spiser, og hvilke intensjoner de har om å øke eller redusere mengden kjøtt de spiser. I global sammenheng viser forskning at vi mennesker, også nordmenn, spiser for mye kjøtt, og at rødt kjøtt spesielt er forbundet med negative helse-effekter. Kjøttproduksjon er også forbundet med negative konsekvenser for miljøet, og med etiske problemer knyttet til dyrevelferd.

Kontaktinformasjon

Dersom du har spørsmål, eller er interessert i resultatene fra denne studien, ta kontakt med Sofie Tellefsen Holm, 0047 92065703 / sofie.t.holm.sth@gmail.com, eller veileder Beate Seibt, 0047 22845147 / beate.seibt@psykologi.uio.no

Tusen takk for din deltakelse!

Ytterligere litteratur

Dersom du synes dette temaet var interessant er du velkommen til å kontakte Sofie Tellefsen Holm, 0047 92065703 / sofie.t.holm.sth@gmail.com så sender jeg deg gladelig litteratur om temaet. En fin introduksjon vil også være:

Graça, J., Calheiros, M. M., & Oliveira, A. (2014). Moral disengagement in harmful but cherished food practices? An exploration into the case of meat. *Journal of agricultural and environmental ethics*, 27(5), 749-765. doi: 10.1007/s10806-014-9488-9

Joy, M. (2010). Why we love dogs, eat pigs, and wear cows: An introduction to carnism. San Francisco: Conari Press.

Kunst, J. R., & Hohle, S. M. (2016). Meat eaters by dissociation: How we present, prepare

and talk about meat increases willingness to eat meat by reducing empathy and disgust. *Appetite*, 105, 758-774. doi: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.07.009>

Loughnan, S., Bastian, B., & Haslam, N. (2014). The psychology of eating animals. *Current Directions in Psychological Science*, 23(2), 104-108.
Doi:10.1177/0963721414525781

Ursin, L. (2016). The Ethics of the Meat Paradox. *Environmental Ethics*, 38(2), 131-144.
doi: 10.5840/enviroethics201638212

Appendix B – Interview guide and demographics

Intervjuguide

Takk for at du deltar i denne studien. I dette intervjuet skal vi snakke om tanker og vaner knyttet til å spise kjøtt. Jeg er interessert i dine tanker og meninger rundt dette temaet - ingen svar er riktig eller feil. Intervjuet vil vare mellom 40-60 minutter. Du kan pause eller avslutte intervjuet når som helst dersom du ønsker det. Gi beskjed dersom noe er uklart. Intervjuet vil bli tatt opp på bånd. (Få samtykke, skriftlig og muntlig).

(Huske å spørre dem underveis hvordan det får dem til å føle seg når de må tenke/svare på enkelte ting)

Vaner relatert til å spise kjøtt

- Til å begynne med: hva er din yndlingsrett med kjøtt i?
- Hvilke typer kjøtt spiser du? (kylling, ku, gris, fisk, villt)
- Kan du tenke deg noen typer kjøtt som det er uvanlig/tabu å spise her i Norge?
 - o Hva tenker du om forskjellen på å spise x-dyr og feks en ku?
- Har du noen tanker rundt forholdene som norske produksjonsdyr lever i?
 - o Kjenner du til hvordan kjøtt blir produsert?

Bakgrunn/erfaring relatert til å spise kjøtt

- Vokste du opp rundt dyr som liten/ung?
 - o Hvis, ja, hvilke dyr?
- Hvilket forhold hadde du til dyrene du vokste opp med?
- Hvilken erfaring har du med å tilberede kjøtt?
 - o Er dette noe du har gjort siden du var liten?
- Når startet du selv å forberede kjøtt?
- Har du vært involvert i slakt av dyr?
 - o (selv eller sett andre gjøre det)
- Kunne du selv ha slaktet et dyr?
 - o Hvis nei, er det ok å betale noen andre for å gjøre det?
 - o Hvis ja, hvordan hadde du opplevd det?
 - o Hvis har slaktet, hvordan var det?
- Er det noen av vennene dine som ikke spiser kjøtt?
 - o Hva tenker du om det?

Viktigheten av å spise kjøtt

- Kan du beskrive en setting hvor kjøtt er viktig for deg?
 - o (beskriver en høytid eller sosial setting)
- Kan du se for deg x-høytid/sosial setting uten kjøttmåltidet?
- Er det noen retter du kommer på som du forbinder med gode minner (hjemme, familie, hyggelig setting)?
- Hvorfor er det viktig for deg å spise kjøtt?
- Kunne du klart deg uten å spise kjøtt?
- Når bestemte du deg for å spise kjøtt?

Positive aspekter knyttet til å spise kjøtt

- Ta opp igjen noen av grunnene som ble oppgitt for hvorfor kjøtt er viktig for dem
- Kan du tenke på andre grunner/settinger som gjør det viktig for deg å spise kjøtt?

Negative aspekter knyttet til å spise kjøtt

- Har du noen gang vurdert å spise mindre kjøtt?
 - o (hvilke grunner oppgis evt for å ha vurdert dette)
 - o Hvis nei, – hva tror du det er som gjør at du aldri har vurdert dette?
- Ta opp tråden om venner/bekjente/personer som ikke spiser kjøtt.
 - o Hva tenker du om det?
 - o Hvordan snakker de med deg/andre om sitt valg?
- Har du sett eller lest noe om negative konsekvenser av kjøttproduksjon?
 - o (miljø, helse, etikk)
- Påvirket dette deg?
- Hva tenkte du da du fant ut av dette? (negative konsekvenser)

Demographics

Demografisk undersøkelse

Takk for at du tar deg tid til å svare på spørreskjema nedenfor
De fleste spørsmålene har kun ett svaralternativ dersom annet ikke er oppgitt

Kjønn

Mann ___

Kvinne ___

Annet ___

Alder

_____ år

Hvilken nasjonalitet har du?

Norsk ___

Annen (spesifiser) _____

Hvor vokste du hovedsakelig opp?

Norsk storby (spesifiser) _____

Norsk by eller større tettsted (spesifiser) _____

Mindre sted eller landsbygd i Norge (spesifiser) _____

På et gårdsbruk hvor vi hadde ku/gris/

sau/høner (spesifiser) _____

Annet (spesifiser) _____

Hvilket fylke bor du i nå?

Oslo ___

Rogaland ___

Annet (spesifiser) _____

Har du barn?

Ja, alder _____

Nei ___

Hva er din sivile status? (flere svaralternativ tillatt)

Singel ___

Gift ___

Samboer ___

Skilt ___

Enke/enkemann ___

Annet (spesifiser) _____

Hva er din høyeste fullførte utdanning?

Mindre enn grunnskole ____

Grunnskole ____

Videregående skole ____

Høgskole/universitet (tilsvarende bachelor) ____

Høgskole/universitet (tilsvarende master) ____

Høyere enn mastergrad ____

Annet (spesifiser) _____

Hva er din arbeidssituasjon?

Arbeidsledig på jakt etter arbeid ____

Arbeidsledig søker ikke aktivt etter arbeid ____

Vikar ____

Student ____

Deltidsansatt ____

Heltidsansatt ____

Permittert ____

Arbeidsufør ____

Pensjonert ____

Annet (spesifiser) _____

Hva er din nåværende boligsituasjon?

Jeg eier en leilighet/et hus ____

Jeg leier en leilighet/et hus ____

Jeg bor med foreldrene ____

Jeg bor med besteforeldrene ____

Jeg bor i kollektiv ____

Jeg bor i en sosialbolig ____

Annet (spesifiser) _____

Hvordan vil du beskrive din fysiske helse? (flere svaralternativ tillatt)

Jeg regner meg som helt frisk ____

Jeg har problemer med fordøyelsen ____

Jeg har nylig hatt tann/halsinfeksjon/mageinfeksjon ____

Jeg har nylig hatt forkjølelse/feber/influensa ____

Annet (spesifiser) _____

Appendix C – Interview transcripts

Informant 1

Intervjuer: Kan du fortelle med hva som er favorittretten din med kjøtt i?

Deltaker: Med kjøtt i?

Intervjuer: Ja, hvis du har en.

Deltaker: Ja. Da er det antageligvis den gode gamle biff. Klassisk, halvrå biff.

Intervjuer: Ja. Spiser du mye forskjellig typer kjøtt?

Deltaker: Jeg spiser mye forskjellig. Både fra forskjellig dyr og forskjellige deler på det enkelte dyret.

Intervjuer: Har du noen favoritter der?

Deltaker: Hvis man snakker om storfekjøtt, typer biff, så er jeg mest glad i antrikott . Men det er jo det som smaker mest. Men ellers så spiser jeg både svin og noe kylling i tillegg

Intervjuer: Kan du tenke deg, alt det du nevnte nå er jo ganske vanlig å spise. Kan du tenke deg en type kjøtt som det gjerne er litt tabu eller litt rart å spise her i Norge?

Deltaker: Ja, kanskje hest. Etter det oppstyret som var for noen år siden. Det er mange – jeg har spist hest og har ingen problemer med det, men jeg vet at mange reagerer veldig på å spise hest fordi man regner det antageligvis som et kjæledyr eller mer enn et produksjonsdyr som andre – som storfe og sau og sånn.

Intervjuer: Er det en type kjøtt hvor du tror at du hadde følt det samme? Altså at det hadde blitt rart å spise?

Deltaker: Nja, kanskje hund. Eller katt. Nå finnes vel knapt nok det å få tak i her i Norge. Så det er muligens litt far out. Men av det som man får tak i, på en måte, som går an å få tak i en slaktebutikk eller i vanlig butikk så tror jeg ikke at jeg har noe som jeg ville reagert på. Kanskje, men det blir – det blir ikke – det blir mer miljøaspektet ved det; å importere alligator kjøtt og emubiff. Altså, litt sånne ting fra andre siden av jorden og betale det hvite ut av øyet fordi det er veldig eksotisk på en måte. Det synes jeg, fordi det er unødvendig, ikke fordi jeg føler at det strider imot mine etiske eller moralske overbevisninger da.

Intervjuer: Kan du si noe om hvorfor det ville vært rart for deg å spise for eksempel hund, som du nevnte?

Deltaker: Fordi jeg har hatt hund i veldig mange år selv. Så det er et kjæledyr for meg. Men, men samtidig så kan jeg ikke si at hvis jeg hadde reist for eksempel til et land hvor det var veldig vanlig, og noen hadde sagt: ”men du må smake, ta en bit”. Så ok, kanskje jeg ville gjort det bare for å ha smakt. Men, men etter hvert så er man jo relativt opplyst på hvordan, hvordan de dyrene som brukes til hundekjøtt i for eksempel Kina har det og sånne ting. Så da kommer det igjen den, ja, det blir ubehagelig å spise det fordi de har hatt det vondt.

Intervjuer: Det er spennende at du nevner forholdene deres i Kina. Hva tenker du, eller hva vet du om forholdene til norske produksjonsdyr?

Deltaker: Ganske mye. Jeg har jobbet som avløser i en del år med ulike dyr. Både melkeproduksjon: ku og geit, også kjøttproduksjon: sau, storfe også videre. Og vært inne i grisefjøs og i bingen. Og vært på slakteri og sett hele slaktelinjen fra dyret kommer inn på fjøset til det er nesten pakket.

Intervjuer: Påvirket dette deg på noen måte i forhold til -

Deltaker: Eh, nei. Ikke sånn at det gjorde at jeg ville spise mindre kjøtt. Men det gjør at – for meg så er det viktig å, i så stor grad som mulig, å sikre meg at det jeg spiser har hatt det så bra som overhodet mulig. Og at det har dødd på en kjapp og smertefri måte. At det har vært – ja. At det har hatt det bra. Jeg tenker at, for meg personlig, så er det ingen motsetning mellom å være glad i dyret og bry seg om og ta vare på dyr og å spise de. Det handler om hvordan man – ja, lar de ha det, og la de på utløp for naturlig behov også videre. Så så sant det er dekket så tenker jeg at det er helt greit å benytte seg av dyret når det er dødt også.

Intervjuer: Du sa at du hadde sett hele slakteprosessen, fra dyret kommer inn til det blir kjøtt i butikken. Kan du beskrive den for meg?

Deltaker: Ja. For hvilket dyr? (ler). Det er relativt likt da. Men hvis vi tar en okse for eksempel, som er 1 år og skal bli biff, så kommer den inn – de etterstreber å hente dyr så tett opp til slaktning som mulig. For de vil unngå oppstalling fordi man vet at det stresser en del; nytt miljø, nye – masse dyr fra andre besetninger og sånn. Så når de har storfeslakt – det er kun spesielle dager, så er det liksom om å gjøre, så fort - da har de liksom én dag med storfe for eksempel. Så da får de tatt unna mye sånn. Så de må selvfølgelig vente littegrann, men der venter de... før så sto de i store fellesbinge, også sile ut én og én og tjo og hei, og nå står de enkeltvis med slusesystem. Så når jeg var nede i fjøset og kikket på det, så er det rett og slett et køsystem liksom. Så da var det flere som lå og tygget drøv. Og da, for meg, så fremstår det som at dyret er relativt avslappet da. Og noen som sto og bare, de sto bare helt – de fremsto ikke så veldig stressa. Også blir de jaga da, eller presset fremover, fortsatt veldig rolig. Til den siste båsen som er der de blir skudd for de skytes med boltepistol. Der blir de fiksert. Den er veldig, veldig trang, og da får de hodet gjennom en sånn sak som gjør at de kan ikke bevege seg. Og det er jo sikkerhetsmessig, at de ikke skal skadeskyte og sårne ting. Eh, og der står de kanskje i 3 sekunder for de som jobber med det her er jo ganske trente etter hvert, så de sikter og skyter med en gang. Og da faller dyret sammen, skyves ut av denne boksen. Det blir hengt opp etter bakbena – da har jo kula gått inn i hjernen så dyret er jo på en måte totalt hjernedødt. Så henges det etter bakbena. Og stikker, i hovedpulsåren sånn at det blør ut, fort. Også går det rett og slett – det er samleband, det går langsomt. Så er det en maskin som drar av skinn, og så er det noen som står og skjærer av hodet og bein og jur, hvis det er en ku, og testikler på okse - hale. Så blir det langsomt stykka opp.

Intervjuer: Har du noen gang slaktet et dyr selv?

Deltaker: Ja, jeg har vært med på hjemmeslakt av gris og sau, og én okse.

Intervjuer: Hvordan opplevde du det?

Deltaker: Jeg syntes det var, altså sau var greit for de var relativt små. Det var villsau, de er sånn lette å håndtere på en måte – altså de veier ikke så mye. Så det gikk ganske kjapt og var greit og sånn. Men akkurat hjemmeslakt av oxen, det var – det gikk jo bra. Men jeg tenker at et slakteri er faktisk mer effektivt og kanskje faktisk mer humant. Fordi det er – det går kjappere, mer effektivt, dyret rekker på en måte ikke å tenke så mye. Og han som slaktet på den gården som jeg var med på, han – altså, han gjør det jo på ingen måte så ofte. Så det tok litt lenger tid, den oxen var ikke vant til å ha på seg for eksempel en grime, bli leid ut av båsen – han måtte dyttes i og dras litt i. Jeg kan tenke meg at dyret bygget opp en del stress. Det var liksom 3-4 folk rundt det, og de var liksom – men han traff når han skulle skyte dyret – dyret datt og, ja...

Intervjuer: Var det mer omstendighetene rundt det, fram til han ble slaktet?

Deltaker: Ja, mhm. .

Intervjuer: Du har en del erfaring fra dette med produksjonsdyr. Er det noe du hadde også når du var liten?

Deltaker: Ja altså, moren min har jobbet i Nortura i alle år. Riktig nok på kontor og sånne ting. Også fikk jeg meg ekstrajobb der etter hvert. Fra jeg var liten så har jeg vært mye på – drevet med hest siden jeg var 6 år da. Og der hvor jeg drev med hest så hadde de også både geiter og kyr. Så jeg var ofte mye i fjøset, for jeg syntes jo alle dyr var like morsomme å være med. Så jeg var med og hjalp til og sånne ting. Og jeg tror når jeg var 12-13 så fikk jeg min første sommerjobb som budeie på fjellet. Veldig gøy. Så da fikk jeg –så gjorde jeg det hver sommer fram til jeg var 18-20 eller noe sånt. Så jeg har på en måte med meg den erfaringen fra produksjonsdyr da. Også var jeg litt avløser for den bonden ellers i året i tillegg. Så... pluss de årene jeg gikk på folkehøyskole på heste- og økologisk jordbruklinje så var vi litt rundt og så forskjellig måter – altså, vi ble vist hvordan man produserte kylling og kalkun. Og vi hadde litt avløserjobber i tillegg – fjøstjeneste på skolen sin gård

Intervjuer: Så du har ganske masse erfaring?

Deltaker: Ja, jeg har ikke hatt sånn fast ansettelse over lang tid, men jeg har liksom vært innom mange steder da.

Intervjuer: Så du har hatt et ganske sterkt forhold til dyr gjennom hele oppveksten?

Deltaker: Ja, det har vært mye dyr.

Intervjuer: Men har du også gjennom de erfaringene fått en del øvelse i å tilberede kjøtt?

Deltaker: Skjære ned, eller-?

Intervjuer: Alt fra å hjelpe til under slakten til å kutte opp kylling til middag.

Deltaker: Nei, jeg har ikke vært med så mye på nedslaktingen – på å skjære skrotter. Littegrann på det hjemmeslaktet, men det er ikke noe jeg kan si at jeg kan. Det er det ikke. Så ikke noe annet enn å – jeg kan vel sikkert skjære til en frossen høne, kutte vinger og lår. Men det er jo ikke så veldig vanskelig.

Intervjuer: Det kan ikke jeg skryte av at jeg kan (begge ler). Men i forhold til middag, har du tilberedt mye kjøtt og sånn til middag?

Deltaker: Ja, jeg har jo det. Men da er det ofte kjøpt i ferdige stykkningsdeler i butikk.

Intervjuer: Nå har jo du deltatt på slakt selv. Hva tenker du om dem som sier at de aldri kunne slaktet et dyr selv, og som dermed får andre til å slakte dyret for seg?

Deltaker: Ja, det er jo fint, tenker jeg. Det er fagutdannede, og de vet hva de gjør.

Intervjuer: Har du noen venner eller bekjente som ikke spiser kjøtt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hva tenker du om deres valg?

Deltaker: Det er jo supert at de velger det. Altså, miljømessig så er vel ikke akkurat kjøttproduksjon en veldig bærekraftig greie nødvendigvis. I hvertfall ikke i den skalaen en driver på da. Men det er deres valg og ehm, jeg ville aldri kritisere det på noe som helst vis.

Intervjuer: Har du opplevd kritikk fra dem for at du spiser kjøtt?

Deltaker: Nei, det har jeg ikke. Heldigvis.

Intervjuer: Da vil jeg gjerne snakke litt om viktigheten av å spise kjøtt. Kan du beskrive en setting hvor kjøtt er viktig for deg?

Deltaker: Nå er det jo snart julaften og da er det jo obvious for sikkert 80% av befolkningen at man har noe kjøtt på bordet. Det er ikke så mange som spiser fisk, kanskje. Men ja. Julemiddag, for eksempel.

Intervjuer: Ja. Hva pleier du å spise til jul?

Deltaker: Ribbe eller pinnekjøtt. Det varierer litt egentlig.

Intervjuer: Kan du se for deg julaften uten det kjøttmåltidet?

Deltaker: Det er vanskelig, men det kunne jo vært spennende hvis man hadde prøvd noe annet. Jeg aner jo ikke hva man ellers skal lage fordi jeg har aldri hatt behov eller ønske om å lage noe annet. Men for all del, hvis det er godt krydra og smaker godt og bra, det er jo det som er poenget kanskje, å ha et litt annerledes måltid som er stort og ikke det man pleier å spise.

Intervjuer: Så du hadde vært åpen for det?

Deltaker: Ja, jeg hadde vært åpen for det.

Intervjuer: Har du noen kjøttretter som du forbinder med hyggelige minner?

Deltaker: Ja. Jeg hadde, på den folkehøyskolen som jeg gikk på, så hadde jeg en seiltur ut for å hente noen villsau som gikk på en øy. Og da slaktet vi et lam som vi helgrillet over bål. Og det var veldig hyggelig setting, når man satt der og spiste helt ferskt lammekjøtt, ute. Det var fint.

Intervjuer: Kan du forsøke å forklare hvorfor det er viktig for deg å spise kjøtt?

Deltaker: Hm. Godt spørsmål. Eh, jeg vet ikke hvorfor det er viktig for meg – altså sånn, hadde kjøtt forsvunnet i morgen så hadde jeg jo levd med det på en måte, tror jeg. Det er vel kanskje mer en kulturell greie, at man er vokst opp med det og det er veldig enkelt – altså lett tilgjengelig, og det er veldig billig. Og krever – det er ikke vanskelig på en måte å tilberede nødvendigvis. Så det er liksom det man er blitt lært opp til at det er en bestanddel av for eksempel middagen er kjøtt. Så det er vel kanskje derfor, også syns jeg det smaker godt.

Intervjuer: Du nevnte at du kunne klart deg uten kjøtt dersom det hadde forsvunnet. Har du noen gang vurdert å slutte å spise kjøtt? Hadde det gått greit?

Deltaker: Det hadde nok gått greit. Jeg måtte bare blitt veldig aktiv på å lære meg å tilberede andre råvarer (ler). Så ja, det hadde jo helt sikkert gått greit. Men jeg hadde kanskje savna det, sånn den smaken og – en biff da, som er veldig, helt perfekt tilberedt.

Intervjuer: Kan du huske at du på et tidspunkt bestemte deg for å spise kjøtt?

Deltaker: Nei. Det har jeg egentlig bare... jeg har vel aldri tatt et aktivt valg om å gjøre det. Eller ikke gjøre det.

Intervjuer: Tror du det er tilfellet for ganske mange?

Deltaker: Det antar jeg, at man bare arver – altså at man får det inn hjemmefra på en måte og tar det med seg videre inn i voksenlivet.

Intervjuer: Er det mer et aktivt valg å ikke spise kjøtt?

Deltaker: Det er det nok. I alle fall min oppfatning så er det det.

Intervjuer: Du har nevnt at det som primært er viktig for deg ved å spise kjøtt er smak, hygge i visse sosiale settinger, og at det er enkelt og lett tilgjengelig. Er det noen andre grunner som gjør at kjøtt er viktig for deg?

Deltaker: Jeg har vel ikke noen andre grunner. Men, sånn etisk sett så tenker jeg at det er viktig for meg da, å ikke spise for eksempel dansk svin, hvis jeg kan unngå det. Jeg sjekker alltid – dansk, tysk, altså sentral europeisk og sånne ting de har andre regler på dyrevelferd og sånne ting. Både under produksjon og slakt. Og jeg har jo også fulgt med – jeg leser alltid nyhetssaker om for eksempel hvis mattilsynet avdekker brudd på slakterier, så vil jeg se hvilke slakterier det er sånn at jeg kan sørge for – hvis igjen, hvis man er i butikken – det er jo ikke så lett hvis man er på restaurant så kan man ikke nødvendigvis sjekke hvor det kommer fra, men – å ikke kjøpe produkter som er tilberedt der da. Prøve å spise norsk kjøtt. Også noe svensk, det er liksom greit nok. De har mye lavere – altså mye høyere krav generelt på dyrevelferd og lavest forekomst av for eksempel antibiotika og sånne ting. Det blir jo ikke brukt rutinemessig i Norge sånn som det gjør i andre land.

Intervjuer: Jeg visste ikke det med Danmark og Tyskland. Er det stor forskjell fra Norge?

Deltaker: Storproduksjon, eh ja. Det er ganske stor forskjell. I Norge så får jo de fleste dyr gå ute, de fleste, ikke alle. For eksempel lammekjøtt, født i mars, ute på beite til mai, slaktet – altså hentet rett fra fjellet, i september/oktober blir de slaktet. Det er liksom, du får ikke noe bedre enn det. Og en del kjøttfe også som produseres her i Norge har utegang så de kan gå inn og ut så mye de vil og alltid bevege seg.

Intervjuer: Men dette er ikke tilfellet –

Deltaker: Det er ikke vanlig i Europa. Der har de også andre kjøttraser. Sånne som den verste som kanskje er Belgisk Blå for eksempel, som er en genmanipulert muskelklump. Som ikke kan bevege seg noe særlig bra og sånne ting. Det er én av kjøttfe-rasene. Ja, nå skled det kanskje litt ut Men det jeg ville oppsummere var vel egentlig bare at jeg prøver å ha et – jeg føler at jeg kan stå inne for mitt kjøttbruk da. Fordi jeg er nok kanskje mer nøye enn andre med å sjekke hvor det kommer fra og at er et norsk slakteri, og at jeg har en del kunnskap om produksjonsmetoder og sånne ting. Så da kan jeg stå inne for det da.

Intervjuer: Du nevner at du leser om brudd og avvik på slakterier. Hva skal til for at du ikke lenger kjøper kjøtt fra et slakteri?

Deltaker: Nei, hvis det er gjentatte avvik for eksempel, på sammen. Sånne som en slakterikjede holdt jeg på å si, eller selskap, som gjentatte ganger ved kyllingslakt så hadde de ikke tilstrekkelig – de avlives jo med at de henger opp ned og hodet – de går på et samleband. Hodet går ned i et vannkar som er strømførende. Eh, og de på en måte hadde mulighet til å bevege seg, at de ikke ble senket dypt nok nedi sånn at de fortsatt var bevisste videre på produksjonslinja. Og sånne ting. Og det er det slakteri som har fått flere påpek for så da tenker jeg ok men da enten så vil de ikke, eller så greier de ikke å etterkomme krav, så da finner jeg en annen produsent å handle fra.

Intervjuer: Du er en bevisst forbruker kan man si. Har du noen gang vurdert å spise mindre kjøtt?

Deltaker: Ja, jeg har vurdert det. Det, jeg vet ikke hvor langt jeg kom i det. Det er veldig lett å tenke tanken at det burde man gjort.

Intervjuer: Husker du hva det var som gjorde at du var inne på den tanken?

Deltaker: Jeg tenkte kanskje at jeg burde være flinkere til å spise mer variert av grønnsaker og sånne ting da. At hvis man får inn en vegetarmiddag eller to i uken så blir det liksom – automatisk så får man noe annet i seg. Det var vel det som kanskje gjorde det.

Intervjuer: Føler du at du hadde fått til å lage en vegetarmiddag?

Deltaker: Jeg måtte nok brukt oppskrift og satt meg litt inn i det på forhånd og gått og handlet og sånne ting. For det er ikke nødvendigvis ting som jeg har i skapet eller i kjøleskapet fra før.

Intervjuer: Du nevnte at du har noen venner og bekjente som ikke spiser kjøtt. Har dere diskutert deres grunner til å ikke spise kjøtt?

Deltaker: Det har ikke vært noen heftige diskusjon eller noe, men de har sagt noe om det, og da er det først og fremst det miljømessige de trekker frem.

Intervjuer: Hva sier de da?

Deltaker: Nei, at det er en – å produsere kjøtt tar mye beslag på dyrket mark for eksempel. Altså, dyrefôr og sånn, som man heller kunne dyrket korn og laget menneskemat. Ja, jeg husker ikke de tallene, men det er noe om hvor mye kilo mat som går inn i et dyr og hvor mye kilo menneskemat mat får ut av det, og det er et veldig skjevt regnestykke på en måte.

Intervjuer: Du taper på prosessen?

Deltaker: Du taper ganske mye.

Intervjuer: Har du sett eller lest, en video eller artikkel, om negative konsekvenser av kjøttproduksjon?

Deltaker: Ja, det finnes jo mange. Det finnes skremselsvideoer og sånn fra en del utenlandske slakterier for eksempel. Hvor det er åpenbart at dyret ikke blir bra behandlet. Det har det vondt og det blir mishandlet. Det har jeg sett.

Intervjuer: Ble du påvirket av det på noen måte?

Deltaker: Eh, det er klart det er ubehagelig å se på. Men, igjen så vet jeg at det er på en måte ikke kjøtt som jeg får i meg fordi jeg bor ikke i det landet og jeg kjøper ikke import-kjøtt, rett og slett. Så da tror jeg i hvert fall at jeg unngår å få det i meg.

Intervjuer: Har du noen gang opplevd ubehag relatert til det å spise norsk kjøtt?

Deltaker: Nei, jeg tror ikke det. Nei, det kan jeg ikke komme på i hvert fall.

Intervjuer: Så du tenker at det er relativt store forskjeller på norsk kjøttproduksjon i forhold til Tyskland og Danmark som du nevnte, og for eksempel USA?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Så du føler deg komfortabel med å spise norsk kjøtt?

Deltaker: Det gjør jeg. Absolutt

Intervjuer: Da har jeg bare ett siste spørsmål. Har du noen tanker rundt hvorfor noen spiser kjøtt og opplever det som ubehagelig?

Deltaker: Det kan vel hende at de får dårlig samvittighet. At de har lest artikler eller sett videoer fra – hvor man påpeker miljøaspektet og sånne ting. Det – eller dyrevernmessig, noen mener at det er uetisk å spise andre levende – altså andre vesener. Punktum. Uavhengig av

hvordan de har hatt det og hvordan de har blitt behandlet. Så kanskje noe i det, at noen tenker litt på at ”jeg burde sikkert ikke ha gjort dette”, eller, ja. Muligens.

Intervjuer: Tusen takk!

Deltaker: Bare hyggelig.

Informant 2

Intervjuer: Jeg vil gjerne først snakke med deg om vanene dine relatert til det å spise kjøtt. Så jeg lurer på hva yndlingsretten din med kjøtt i er?

Deltaker: Ehm. Jeg er veldig glad i pizza da. Men der er det veldig ymse hva jeg har på, men det er stort sett en eller annen form for kjøtt.

Intervjuer: Lager du selv?

Deltaker: Ja, jeg er veldig glad i å lage pizza fra bunnen av også bare hive på alt mulig av det jeg har. Så da av og til blir det kjøttdeig, andre ganger blir det skinkebiter, eller, ja, veldig mye forskjellig.

Intervjuer: Vil du si at du spiser forskjellig typer kjøtt i hverdagen?

Deltaker: Altså, jeg spiser veldig mye kjøttdeig. Jeg spiser veldig lite – jeg spiser ikke svin, og jeg spiser ikke lam. Og altså – jeg er – jeg spiser ikke lam, det har jeg ikke spist på mange år, utenom pinnekjøtt (ler). Jeg liker ikke smaken av det, også har jeg vært med på en del lamminger så jeg klarer ikke tanken på – synes ikke jeg det smaker godt. Svin synes jeg ikke smaker godt, kylling synes jeg ikke smaker så godt. Så det er stort sett oksekjøtt selv om det er mitt favorittdyr som er ku, så er det det jeg liker best og det jeg spiser mest av.

Intervjuer: Alle de andre du nevnte, du sa kylling og gris –

Deltaker: Jeg spiser det nesten aldri fordi jeg ikke er så veldig glad i det. Men jeg kan spise det hvis jeg blir servert det. Eh, og kylling er på en måte – det, jeg vet ikke. Jeg prøver meg litt frem for det er jo på en måte hvitt kjøtt som gjerne er litt bedre enn rødt kjøtt som jeg er veldig glad i. Men jeg foretrekker rødt kjøtt framfor hvitt kjøtt.

Intervjuer: Ja. Spiser du fisk?

Deltaker: Ehm, ikke så fryktelig glad i fisk. Jeg er veldig glad i aure men laks spiste jeg ekstremt mye av en periode der jeg jobbet før så da ble jeg ganske lei av det. Men jeg kan spise laks og aure, ellers så er jeg ikke så veldig glad i hvit fisk.

Intervjuer: Alle de forskjellige typene kjøtt som du nå har nevnt er jo relativt vanlig å spise her i Norge. Kommer du på en type kjøtt som det kan være tabu for nordmenn å spise, og som ikke er så vanlig?

Deltaker: Jeg ble lurt til å spise hare en gang. For jeg var på en grillfest hos en bekjent og han er – han lager alltid sånn overdådig mat. Også hadde han bare grillet masse mat som lå på en tallerken også sa han: ”ja, nå må dere smake på denne”, liksom. Også kom ikke vi på å spørre om hva det var. Eh, også etterpå så sa han at det var hare. Også var jeg litt sånn – det hadde jeg ikke spist hvis jeg hadde visst hva det var. Ehm Ja.

Intervjuer: Men hvorfor –

Deltaker: Jeg kom bare på en ring, at jeg er veldig, veldig glad i all fisk hvis den er rå. Så jeg spiser all sushi. Jeg spiser all fisk hvis den er rå. Da kan jeg spise torsk, da kan jeg spise sei, jeg kan spise alt.

Intervjuer: Smaker det annerledes?

Deltaker: Da smaker det ikke barndom med stekte poteter og – nei, kokte poteter og smør. Det er bare dårlige assosiasjoner til kokt torsk som gjør det. (begge ler). Men ja, så jeg spiser veldig mye – hvis jeg spiser sushi så spiser jeg all mulig fisk.

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Men nei, jeg hadde aldri spist hare hvis jeg hadde visst at det var det. Så for meg er det litt sånn, det kommer jeg aldri til å smake igjen.

Intervjuer: Hvorfor er det annerledes for deg å spise hare enn –

Deltaker: Det er nok bare vane tror jeg. At det er ikke noe jeg har vokst opp med å spise og noe som jeg – på en måte, du setter jo liksom dyret i kategorier på en måte. At det vil jeg spise, det vil jeg ikke spise. Ehm. Så jeg hadde jo ikke mukket hvis han hadde tilbydd meg en indrefilet eller yttrefilet på en måte. Men akkurat hare. Prøvde til og med et aller annet rart dyr og, men da sa han i fra så da takket jeg nei. (begge ler).

Intervjuer: Hvorfor tror du det er sånn at for eksempel hare, som jo er vanlig for noen å spise, er annerledes og ubehagelig for deg å spise?

Deltaker: Jeg vet ikke. Det er bare det at jeg ikke... Jeg er fullt klar over at jeg spiser kjøtt og av og til så får jeg litt vemmelse av at jeg gjør det fordi det byr meg imot. Rått kjøtt og kjøttdeig er så veldig behandlet at det ser du ikke helt hva dyr det er og hva det har vært. Men når det er på en måte – du kan sterkt identifisere det med et ekte dyr så blir det jo på en måte litt nærere. Jeg tror det gjerne er det. Og at hare er ikke noe jeg har spist før. Men ja. Jeg tror når det er ukjent da forbinder du det mer med – iallfall for min del da – så forbinder du det mer med det dyret det kommer fra, framfor en ku og kjøttdeig.

Intervjuer: Mhm. Du nevnte at kjøtt som er produsert kan være vanskelig å knytte til det dyret det kommer fra. Kjenner du til hvordan kjøtt blir produsert?

Deltaker: I en veldig naiv og liten grad.

Intervjuer: Ja? Har du lyst til å fortelle det du vet? (begge ler)

Deltaker: Nei, jeg forstår jo på en måte at de avler opp dyr og sender dem til slakt og disse tingene her. Men, eh, men jeg – når jeg har sett på Farmen (norsk reality program) og de skal slakte en gris, så er ikke dét det jeg har lyst til å se på, på en måte. Eh, så det er jo litt sånn at når jeg har – jeg med vilje setter med ikke inn i det, på en måte, hvordan de – de detaljene på hvordan dyrep – eller kjøttproduksjonen er.

Intervjuer: Hvordan tror du at du hadde opplevd det å sette deg inn i –

Deltaker: Nei, jeg tror kanskje at jeg bare hadde spist, eh... Jeg vet ikke. Jeg spiser ikke kjøtt nødvendigvis fordi jeg ikke vet hvilke alternativer som finnes. Det er jo på en måte fordi jeg synes det er godt. Men eh – og fordi at det er vane å spise det. For eksempel så har jeg vokst opp med å drikke melk.

Intervjuer: Ja?

Deltaker: Men det har jeg ikke drukket på mange år, både fordi at jeg begynte å – jeg sluttet å drikke det også når jeg skulle begynne å drikke det igjen så tålte jeg det ikke så bra. Da husker jeg at jeg leste en lang artikkel i en bok om hvorfor vi ikke burde drikke kumelk. Eh, og nå unngår jeg jo det, bare på grunn av min egen velvære, at jeg ikke tåler det så bra, men og fordi jeg ikke har noe behov for å drikke melk når det finnes et verdig alternativ, på en måte, som er rismelk for eksempel. Så jeg vet ikke helt. Jeg – nå svarer jeg ikke på spørsmålet ditt. Men... Jeg vet ikke, det er litt sånn, jeg kan forstå at det produseres mye og du hører jo på en måte om hvor miljøskadelig det er å produsere for eksempel oksekjøtt. Eller alle disse kuene som fiser og bla bla bla bla. Men (ler), ja... Jeg *vet* det men det ligger liksom bare baki der.

Intervjuer: Tenker du av og til over dette når du spiser kjøtt?

Deltaker: Som sagt så spiser jeg mest kjøttdeig. Jeg fikk – det tok lang tid før jeg spiste kylling etter at jeg fant ut at jeg skulle kjøpe meg en hel kylling. Da strevde jeg stort. Da kjøpte jeg – det er sikkert 4-5 år siden. Skulle kjøpe meg en hel kylling også skulle jeg utnytte hele kyllingen og koke kraft på beina og bla bla bla bla. Men så sto jeg plutselig der med en hel – et helt kadaver liksom, som jeg skulle stå og skjære opp. Og det klarte jeg ikke. Det var helt forferdelig. Da, da får du jo hele dyret utenom hodet, på en måte. Og da ble det veldig tydelig hva du står og skjærer i. Så det (kremter), det hadde jeg litt problemer med. Og jeg som ikke er så fryktelig glad i kylling i utgangspunktet. Så, ja. Jeg vet ikke. Det er – jeg tenker ikke så mye over det når jeg spiser det for da er det så veldig tilberedt. Og hvis jeg blir servert mat så tenker jeg enda mindre på det for da har ikke jeg tilberedt det. Ehm. Men hvis det kommer veldig i sin naturlige form, for eksempel i form av en hel kylling så blir det veldig tydelig hvilket dyr det er. Og da får jeg jo mye mindre lyst til å spise det.

Intervjuer: Ja. Har du – spiste du den kyllingen?

Deltaker: Ehm, jeg tror at jeg gjorde det jeg kunne med å rive av det som jeg klarte – altså, uten å hakke for mye på den kyllingen. For jeg sto og brakk meg tror jeg, mens jeg holdt på med dette. Så det der fantastiske økonomiske, bærekraftige prosjektet mitt om å bruke en hel kylling på alle måter (ler) gikk ikke så bra. Så jeg tror nok bare at jeg spiste litt også heiv jeg nok mesteparten. Jeg klarte ikke å ta stilling til å stå og hakke i en svær kylling. Nei.

Intervjuer: Er det da det at du da får assosiasjoner til hvor, hvilket dyr kjøttet egentlig er?

Deltaker: Eller bare det at det er et dyr. At det liksom ikke bare er mat jeg spiser, at det liksom ikke er havregryn som vokser på en åker. Det er faktisk – det er faktisk et vesen som har levd. Og som vi velger å spise. Så, ja.

Intervjuer: Var du mye med å tilberedte kjøttmiddager som liten? Har du mye erfaring med det?

Deltaker: Eh, nei. Vi – nei. Vi har ikke – jeg må tenke hva vi spiste når jeg var liten. Det var, altså. Vi har alltid vært en familie – og det er jeg enda, har jeg videreført – at vi lager all mat fra bunnen av. Vi har aldri hatt sånn halv – sånn Toro (ferdigmat) eller, altså alt lages fra bunnen av. Men jeg tror det har vært mer fokus på tilbehøret, å være med på å lage det fremfor kjøttet. Det har liksom bare vært en del av middagen. Eller, si at vi hadde kokt torsk og poteter da, så sto ikke jeg og kokte torsken, da var det heller at jeg skrellet poteter. Så jeg tror ikke at jeg har vært så veldig...

Intervjuer: Når begynte du å tilberede kjøtt selv, husker du det?

Deltaker: Det var sikkert når jeg flyttet hjemmefra at jeg begynte å gjøre det. Da skulle jeg jo lage middag til meg selv. Også et halvt år, året etter at jeg flyttet for meg selv så begynte jeg å jobbe på en bolig hvor jeg skulle lage middag til 10-12 personer hver dag. Og da var det jo litt sånn – da bestemte jo ikke jeg hva vi skulle ha til middag. Så da var det jo litt sånn at var det kylling eller var det noe annet så var det bare å lage det. Det var vel da jeg på en måte ble veldig vant til å tilberede mat, inkludert kjøtt.

Intervjuer: Synes du noen gang det var ubehagelig å tilberede noe av det du skulle lage der?

Deltaker: Ehm... Det er så lenge siden. (begge ler)

Intervjuer: Du husker kanskje ikke helt?

Deltaker: Jeg, nei, jeg kan ikke huske å ha reagert så veldig mye på det vi laget der. Jeg husker at vi hadde en jente som spiste hallalkjøtt og det er litt annerledes når du får det fra slakteren framfor annet kjøtt. Så det hadde en spesiell lukt. Så husker jeg at jeg skulle lage – ut fra noe sånn lever – så skulle jeg lage leverpostei. Og noe sånn leverkaker eller noe sånn for hun trengte mye jern. Så da hadde de kjøpt inn det. Så det er det eneste egentlig som jeg kan huske at var litt sånn... ”Jaja, det er jobben min, liksom, får vel gjøre det. Hadde ikke gjort dette hjemme.” (begge ler). Men jeg kom på nå, når jeg var liten så hadde forldrene mine sånn – de sa gjerne ”dette er det og det kjøttet”, men det var veldig... jeg husker jo at jeg fikk – for jeg kom på det nå når jeg sa lever – at jeg var veldig glad i sånn jegergryte, eller levergryte jeg husker ikke helt hva de kalte det. Men da klarte ikke jeg å koble at det var en *lever*, liksom. Jeg syntes jo at det smakte godt. Men når de sa hva det var så likte jeg det jo ikke lenger

Intervjuer: Ok. Fordi da tenkte du *lever* –

Deltaker: Da tenkte jeg lever, æsj. Og det samme med oksetunge. Det husker jeg at jeg spise hos en venninne. Vi hadde aldri det hjemme hos meg. Vi spiste det hos venninnen, og også sa jeg: ”åh, vi er *nødt* til å kjøpe det”. Også hadde ikke jeg tolket at det var oksetunge-tunge liksom så jeg sa bare: ”oksetunge”, og jeg husker moren min bare: ”vil du virkelig ha det?”

også forklarte hun meg hva det var. Så da sa jeg: ”nei, det vil jeg ikke ha”. Så jeg tror mange ganger når det liksom har blitt påpekt hva det faktisk *er* så har jeg ikke spist det.

Intervjuer: Men du syntes at oksetunge smakte godt?

Deltaker: Ja, jeg var sikkert 10 år. Så det smakte godt fordi det var nytt, en ny smak.

Intervjuer: Hva var det som endret seg da du fikk påpekt at det var oksetunge som gjorde at du ikke ville ha det?

Deltaker: Nei, da sammenlignet jeg det jo med min egen tunge, og jeg har ikke lyst til å spise den, liksom. Jeg husker at jeg tenkte det. Samme med lever (begge ler). Men jeg elsker jo leverpostei den dag i dag selv om jeg synes det er helt utrolig vemmelig. Men igjen, den er helst most. Den – du kan ikke forstå ut ifra konsistensen at det er et organ, på en måte. Så, ja.

Intervjuer: Vokste du opp rundt gårdsdyr når du var liten, hadde du et forhold til – ?

Deltaker: Nei, men faren min er fra et lite tettsted i Sunn-Hordaland hvor hans eh – mine sånn tremenninger og hans søskenbarn og sånn har drevet gård med mye sauer. Så vi var ofte der i påsken når det var lamming og sånne ting. Da fikk vi av og til være med på lamming, eller vi koste med alle kyrene og, ja.

Intervjuer: Har du noen gang vært med på slakting?

Deltaker: Nei.

Intervjuer: Har du noe forhold til slakt?

Deltaker: Nei.

Intervjuer: Kunne du slaktet et dyr selv tror du?

Deltaker: Nei. Eller det eneste jeg har gjort er å sløye fisk, men det går kanskje ikke inn under slakt.

Intervjuer: Det er jeg faktisk litt usikker på. Hvordan opplevde du det å sløye fisk?

Deltaker: Nei, jeg syntes det var dritkjekt. Vi fisket ganske mye når jeg var liten, men det jeg syntes var gøy var bare å se hva han hadde inni magesekken sin. Det syntes jeg var kjempegøy! ”Hva spiste han før han døde?”, liksom. (ler). Så kom det kanskje en reke ut eller en liten fisk. (ler). Så det husker jeg var veldig gøy, og det har jeg aldri syntes har vært ekkelt, når det har vært fisk, faktisk. Så det har vi gjort – når vi har gjort det på jobb eller sånne ting så har jeg på en måte bare syntes at det har vært kjekt å sløye fisk.

Intervjuer: Kan du tenke deg hvorfor du opplever det såpass annerledes med fisk i forhold til sau, gris, eller ku for eksempel?

Deltaker: Det er kanskje fordi at det er så fjernt fra hva et menneske er, de deler på en måte, i mitt hode da, veldig lite av de samme tingene som vi gjør. Altså, jeg vet ikke. Også er det på en måte... nei, jeg vet ikke. Det – men det kan jo også bare være fordi det er det jeg har gjort

siden jeg var liten . Jeg har ikke slaktet en gris siden jeg var liten, på en måte. Men...nei, jeg vet ikke.

Intervjuer: Du sier selv at du ikke har slaktet, og du ville heller ikke ha slaktet et gårdsdyr, for eksempel en ku. Hva tenker du om det å betale andre for å slakte det dyret sånn at det så kan spises?

Deltaker: Tenker du hvis jeg hadde eid en sau også betalte jeg for å slakte den? Eller tenker du at jeg gjør det når jeg kjøper i butikken?

Intervjuer: Egentlig begge deler? Kanskje det som er mest relevant for deg?

Deltaker: Jeg eier jo ikke et dyr som skal slaktes, så det – (ler). Eh, det klarer jeg ikke helt å ta stilling til. Men... Nei, jeg vet ikke. Jeg – hva jeg tenker om det? Var det det ? Nei, jeg vet ikke. Det blir jo litt den der at jeg har – jeg trenger ikke å ha noe forhold til det når jeg bare kjøper det i en pakke i butikken hvor det er farse eller et stykke. Så jeg tenker egentlig ikke så veldig over det.

Intervjuer: Men tenker du at det greit å få noen andre til å slakte, altså gjøre noe en selv ikke ville klart å gjøre?

Deltaker: Vanskelig spørsmål

Intervjuer: Ja?

Deltaker: jeg har ikke noen tanker om det egentlig. Det er bare litt sånn, jeg vet at slakter er et yrke. Eh, ja. Jeg kunne aldri vært det, jeg har ingen interesse av å være med på det. Jeg vet jo at det er noen som bearbeider maten når jeg kjøper den. Men jeg har aldri tenkt på om jeg synes det er greit eller ikke.

Intervjuer: Nei, skjønner. Har du noen venner eller bekjente som ikke spiser kjøtt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hva tenker du om deres valg?

Deltaker: Det tenker jeg at er deres valg. Jeg er veldig glad i alternativ mat og å prøve ut mye forskjellig. Så det er mer hvis vi snakker om det at – at vi deler idéer holdt jeg på å si. Ehm. Og jeg er med på å prøve det meste av sånn alternativ mat. Så det blir ofte til at hvis vi snakker om det så er det ikke fordi de skal overbevise meg om å slutte å spise kjøtt. Da er det mer bare at eh, ja, at vi snakker om lure ting som du kan gjøre. For eksempel den her aqua fabia-tingen, eh, kikertlaken som er i vegansk margens liksom, som jeg har laget, og som jeg har tipset søsteren min om som i perioder ikke spiser så mye kjøtt. Så det er liksom bare sånne ting da vi finner på å diskutere, fremfor å diskutere etikk eller dyrevelferd på et sånt nivå.

Intervjuer: Har du vurdert å spise mindre kjøtt?

Deltaker: Eh, ja. Og det gjør jeg og. Jeg – gi og med at jeg jobber der jeg jobber så spiser gjerne – jeg jobber 2-3 kvelder i uken, så velger ikke jeg hva jeg spiser der. Der er det jo

alltid kjøtt. Alltid. Det er ikke et alternativ med noe annet en kjøtt. (ler). Så, men når jeg er hjemme så kan jeg på en måte spise for eksempel sånn Meatless Monday, liksom. Det hadde jeg i et par år, hvor jeg fokuserte på at jeg ikke skulle – at jeg skulle ha en kjøttfri middag hver mandag på en måte. Ehm, og jeg spiser veldig lite kjøtt til andre måltider enn middag. Det gjør jeg jo egentlig bare utifra hva jeg liker. Også har jeg jo innsett at jeg – at det er mye jeg ikke liker av kjøtt (ler). Så da bare naturlig spiser jeg mindre (ler). Men ja. Så det er en konstant vurdering jeg har, på en måte. At det er ikke et mål for meg å spise mest mulig, men jeg synes for eksempel det er kjempegøy å bare teste ut sånne veganske eller vegetariske alternativer liksom, som de begynner å selge. Bare for å se hvis dette her er noe jeg – det blir jo liksom litt egoistisk da at hvis jeg kan spise dét uten at det forstyrrer min hverdag så kan jeg spise det liksom (ler). Men ja.

Intervjuer: Så det skal være litt lett og tilgjengelig da?

Deltaker: Ja, og det har det jo blitt veldig de siste årene i forhold til hvilke alternativer jeg har på middagsvarer., med disse her Meatish og Quorn og alle de der, så er det liksom – du får – jeg bare har litt problemer med at alt som skal være kjøttfritt skal ligne på kjøtt. Bare, jeg bare synes det er litt merkelig. At det liksom skal erstatte kjøtt, at det skal være en kjøttfri kjøttdeig istedenfor å være noe helt nytt. Men det er gjerne – da har jeg bare tenkt at det er gjerne sånn de må selge det inn for at folk skal spise mindre kjøtt. For at folk skal ville erstatte det, da. Så ja.

Intervjuer: Føler du at du mestrer å lage kjøttfri mat?

Deltaker: Ja. Det, ja... jeg føler ikke at det er noe jeg ikke mestrer. Ja, jeg føler at det går helt fint liksom. Hvis jeg har bestemt meg for det og har laget en rett i hodet mitt liksom og vet hva jeg skal spise.

Intervjuer: Er det (vegetarmat) noe du kunne laget hvis du fikk besøk av venner eller skal alge middag til familie?

Deltaker: Det spørs jo litt hvilke venner det er. Jeg har noen venner som er veldig tydelige på at de ikke kommer til å slutte spise kjøtt, eller at de synes det er tulle med disse her Meatish og disse her alternativene. Mens jeg har en venninne som på en måte, hvis jeg vet at jeg skal spise med henne så spiser vi kjøttfritt. Så det er litt sånn... ja. For eksempel så har jeg to venninner som – når vi møtes så lager vi alltid taco. Og det har vi gjort i 10 år. Så det er litt sånn, hvis jeg hadde sagt: ”i dag tar med en alternativ kjøttdeig” så tror jeg ikke at de hadde vært med på det (begge ler). Dét tror jeg ikke.

Intervjuer: Da hadde det vært slutt på tradisjonen?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Du nevnte at du har noen venner som er ganske klare på at de vil spise kjøtt og at det er viktig for dem. Kan du beskrive hvorfor det er viktig for deg å spise kjøtt?

Deltaker: Jeg tror egentlig bare at det blir mye vane fordi mange av de rettene jeg liker, og spiser, og som jeg på en måte bare kan gjøre uten å tenke på, de inneholder kjøtt – ofte kjøttdeig. Og er på en måte – det er bare det som er enklest. Og at det gjerne er litt sånn – uten at jeg tenker så mye over det, men det blir kanskje litt mer planlegging hvis jeg skal

bruke noe annet. For da må jeg gjerne bruke andre krydder eller ha andre smaker som passer sammen. For eksempel så smaker jo ikke den Meatish det samme som kjøttdeig. Så da er det j på en måte – da må jeg jo ha litt andre ting til. Ehm , ja. Jeg – det er ikke kjempeviktig for meg å spise kjøtt men jeg synes det er godt. Også handler det litt om vane, og litt om tilgjengelighet på en måte. Hvis jeg skulle slutte å spise kjøtt så hadde det jo ikke vært et problem for meg her hjemme eller hvis jeg var ute og spiste fordi de har masse gode alternativer. Men det hadde vært et problem på jobb, det hadde – eller, ikke et problem men det hadde vært en utfordring da på jobb. Og hvis jeg skulle spist hjemme hos foreldrene mine eller med disse taco-vennene for eksempel, eller andre... Så er det liksom – hvis vi lager et felles måltid så må du jobbe litt for at det skal være kjøttfritt. Hvis de ikke er med på det.

Intervjuer: Dersom disse tingene ikke hadde vært problematiske, tror du da at du hadde vurdert å slutte å spise kjøtt?

Deltaker: Ja, jeg hadde sikkert vurdert det. Men jeg har ikke noe spesielt stort ønske om å gjøre det nå. Det er mer sånn at jeg er bevisst på å – at hva på en måte det har å si for, for klima og for, på en måte meg selv også – sunnhet liksom. Og at jeg prøver å kutte ned fremfor å bestemme meg for å kutte det ut. Så det er litt vanskelig å tenke sånn hvis, hvis, hvis.

Intervjuer: Ja. Nå nevnte du jo kjøtt i forhold til klima. Kan du fortelle litt mer om det?

Deltaker: Nei, jeg tenker jo mye på at med så mye kjøtt som vi spiser og som tar såpass mye ressurser å produsere. Og at vi spiser så mye kjøtt i forhold til hvor, altså – sånn er mitt inntrykk da – at hvis vi hadde redusert vårt kjøttforbruk så hadde det vært – det hadde vært bedre for verden generelt og klima. At vi ikke bruker så mye av ressursene til resten av verden p å dekke vårt kjøttbehov. Så jeg tenker mer på klima enn på dyrevelferd (ler). Når jeg tenker på å kutte ned på kjøtt.

Intervjuer: Vil du si at klima er et aspekt av at du spiser mindre kjøtt? Eller er det mer noe du tenker på når du spiser kjøtt?

Deltaker: Hva mener du nå?

Intervjuer: Ja, det var litt kronglete formulert.

Deltaker: Nei, nei, det var bare – jeg forsto første delen, at om jeg tenker på det –

Intervjuer: Har klimaaspektet påvirket deg på noen måte?

Deltaker: Ja, det påvirker jo at jeg tenker mer over mengdene med kjøtt jeg spiser. Også er det jo også at når du kun lager middag til deg selv, så blir du veldig klar over hvor – hva du bruker. At du for eksempel alltid handler kjøttdeig eller alltid handler biff, også er det det du spiser. Da er det liksom ikke sånn at noen andre kommer inn og har en mening om hva du bør spise. Da blir det liksom litt sånn, i allfall når jeg begynte med den der Meatless Monday da, så var det jo litt sånn: ”ja, jeg spiser kjøtt 7 dager i uken eller 6 dager i uken”. Alle mine middager har noe kjøtt i seg. Og det trenger det jo ikke å være når det finnes så mange gode alternativer. Og da var det jo på grunn av dette med klima og på grunn av egentlig bare, at det finnes andre alternativer.

Intervjuer: Husker du om det var noe du leste eller så som gjorde at du ble oppmerksom på dette?

Deltaker: Nei, jeg tror jeg må ha lest en del når jeg begynte med den der kjøttfrie mandagen. Hvor mye det han ha å si hvis alle bare kutter ut kjøtt 1 av 7 dager i uken. Hvor god effekt det kan ha på klimaet. Og – fordi vi spiser så himla mye kjøtt. Så det er egentlig bare at jeg har lest artikler eller forskjellige ting som sier litt om det. Og litt sånn som jeg sa med den der melken og, bare sånne ting som jeg aldri har tenkt på fordi jeg har vokst opp med å drikke melk. Så er det jo litt sånn når du leser nye ting eller måte å tenke på så blir du jo påvirket av det. Også er det liksom litt sånn, hvor mye kan du kutte ut og hjelpe verden før det får en konsekvens i hverdagen din? Det er jo på en måte en behagelighet å bare gjøre det sånn som du alltid har gjort.

Intervjuer: Ja, det er jo greit å få det til å gå opp i hverdagen. Har du lest eller sett noen andre negative konsekvenser av kjøttproduksjonen?

Deltaker: Som ikke har med miljø – ?

Intervjuer: Nei gjerne hvis du vet mer om miljø. Det er helt opp til deg.

Deltaker: Jeg husker at jeg har lest en del om dette her med hvor mye gress spiser en ku, liksom Hvor mye trengs for å avle frem så-så mye kjøtt. Og vises litt sånn i tall og litt i figurer og sånn. Da blir det ganske tydelig hvor mye – og hvis du da tenker på hvor mye gjennomsnittsnormannen spiser kjøtt, for eksempel oksekjøtt, i året. Og hvor mye Co2 og ditt og datt – det er liksom mye sånt jeg har sett. Det er egentlig mest det.

Intervjuer: Mhm. Nå har vi egentlig vært gjennom det meste. Men jeg lurte på om vi kan ta opp tråden om noe du sa tidligere? Du nevnte at det er mange typer kjøtt du ikke spiser fordi du ikke liker det så godt. Men du spiser ku, eller biff, som er yndlingsdyret ditt, og lam. Kan du prøve å forklare meg hva det er du føler på når du spiser biff og tenker på at dette er en ku som er yndlingsdyret mitt, eller når du spiser lam?

Deltaker: Det har nok mye med smak å gjøre. Fordi jeg har stort sett bare spist det jeg har blitt servert, med mindre jeg absolutt ikke liker det – hele, når jeg vokste opp. Men så var jeg jo for eksempel med på lamming når jeg var 15-16-17 år eller noe sånt, også er de veldig søte. Små lam. Og de er kjempesøte, myke, og (mimer å kose med et lam). Men så spiste jeg lam også var jeg litt sånn: ”dette liker jeg jo ikke, jeg synes ikke det smaker godt. Jeg synes det smaker gress”. Og i tillegg så vet jeg at de er så søte, og det koster meg ingenting å kutte ut å spise dette her. Ehm. Så da bare sluttet jeg å spise det. Og kyr er på en måte – har jeg alltid syntes at er veldig søte. Jeg har hatt en skammelig stor kusamling av figurer. Så jeg bare synes at de har vært så kule. Men sp har det liksom – da tror jeg ikke at jeg har koblet, likosm, at den – de søte figurene jeg har på hele barndomsrommet mitt er det jeg spiser til middag 3-4 ganger i uken. Men etter hvert så forsto jeg jo det da. Og så har jeg jo ikke sluttet. Så jeg, det er jo bare det at det koster meg ingenting å kutte ut lammekjøtt, men det koster meg mer å kutte ut oksekjøtt. Så jeg tror egentlig bare det har mest med det å gjøre.

Intervjuer: Hvis du tenker på den koblingen som du ikke gjorde til å begynne med, føler du noe nå dersom du spiser en biff og samtidig tenker at dette kommer fra en ku?

Deltaker: ja, men det er litt sånn som jeg har sagt at det er litt annerledes når det er en biff og når det er kjøttdeig. For det er så mye tydeligere når de begynner å snakke om... For eksempel når jeg er ute og spiser: ”ja dette er fra høyre siden av ryggen”, og så er det liksom um, ok... Det – jeg vet jo – glemmer jo ikke at det er et dyr jeg spiser men jeg vil jo helst ikke vite det (ler).

Intervjuer: Nei. Hva føler du da når noen påpeker sånne ting?

Deltaker: Nei, det er flere ganger at jeg har latt være å spise kjøtt fordi at jeg enten bare får en sånn... eh, at noe sånt blir påpekt, eller at jeg bare plutselig bare sitter og tygger på noe kjøtt også tenker jeg: ”herregud, jeg klarer ikke å spise dette her”. Også bare slutter jeg å spise det. Det har skjedd. Men det er mest når jeg blir servert mat. Eller det er på jobb hvor noen andre har laget maten, fremfor når jeg lager den selv. Da tenker jeg ikke så veldig mye på det, egentlig. Også har jeg tenkt mye på det hvis jeg for eksempel har spist kjøtt som ikke er helt bra. Som ikke akkurat er blitt fordervet, men det er på en måte – det er noe galt med det. For eksempel, jeg skulle spise en kjøttdeig fra Bunnpris, den var helt utrolig ekkel. Også tenkte jeg ta det var jo sikkert bare den ene pakken også kjøpte jeg en på ny, også er den helt forferdelig – den smaker ikke godt. Den smaker dårlig. Og da er det litt sånn at da tenker jeg mer på at dette er et dyr fordi da er det sikkert et eller annet i smaken som ikke smaker sånn som det pleier, men saker litt sånn... Litt sånn at jeg sier at lammekjøtt smaker litt gress, at de får... ja.

Intervjuer: En litt uvant type smak?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Nå er det nok siste spørsmål. Du sa at hvis du sitter og har spist biff for eksempel også ble det plutselig litt guffent, så har du da ikke spist ferdig biffen. Har du andre måter å reagere på den typen ubehag på?

Deltaker: Enn å slutte å spise?

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Nei (ler). Jeg vet ikke helt hva det kan være. Hva tenker du på?

Intervjuer: Om det for eksempel har gått noen dager hvor du ikke ville spise biff, eller –

Deltaker: Ja, ja sånn ja. Ja, det er jo litt sånn som den der kyllingen da. Som, jeg som i utgangspunktet ikke er så veldig glad i kylling, og så klarte jeg ikke helt å ta stilling til å spise kylling neste månedene (begge ler). Eh, og det er og, sånn har det også vært – ja, hvis det har vært noe dårlig kjøttdeig eller dårlig kjøtt så unngår jeg jo det.

Intervjuer: Hender det noen gang at du ignorerer den litt ugne følelsen du får og fortsetter å spise?

Deltaker: Eh, ja. Ja, det kan hende. Men det er jo litt sånn, det er jo litt annerledes. For hvis jeg sitter her alene og spiser så er det jo ingen andre som reagerer på at jeg bare slutter å spise eller hiver maten, på en måte. Men hvis jeg sitter ute og blir litt sånn: ”hm”, så – jeg vet ikke,

det – jeg har ikke noe problem med å bare: ”nå fikk jeg litt sånn...”. Men det er nok litt vanskeligere med andre.

Intervjuer: Har du opplevd det noen gang?

Deltaker: Eh ja. Jeg bare husker best når jeg var i mamma sin et eller annet, 60-års dag eller noe sånt greier. Vi var og spiste på et hotell også skulle vi ha lam. Også fikk alle servert lam. Også tenkte jeg at jeg gidder ikke å lage noen big deal ut av at jeg fikk lam, jeg bare lot være å spise det. Også sier moren min sånn: ”ååh, skal du ikke spise opp?”. Også sier jeg: ”nei, jeg spiser ikke lam jeg”. ”Å nei, det stemmer! Du kan få noe annet!”. Også begynte de å stresse også var jeg litt sånn: ”det går helt fint, jeg bare lar være å spise det, liksom”. Ehm, så det – og jeg kan fint si til andre at: ”nei, jeg liker ikke kylling og liker ikke (mumler)”. Det har jeg ingen problemer med men det er jo litt sånn... omgivelsene rundt deg på en måte. Hvor mye stress lager du til? At du sårer noen hvis de har laget noe mat til deg.

Intervjuer: Tusen takk, da er vi ferdige.

Informant 3

Intervjuer: Kan du beskrive for meg hva yndlingsretten din med kjøtt i er?

Deltaker: Puh.. Åh (ler).

Intervjuer: Eller flere, hvis du har mange

Deltaker: Der spør du godt! Det er veldig situasjonsbestemt, føler jeg, akkurat det der. Sånn som nå i juletider så er det pinnekjøtt og ribbe som er favorittmåltidet mitt. Men det har vi jo bare én gang i året, i hvertfall i familien min. Men da er det det som er favoritten. Men til hverdag – også har vi ”smalahåve” én gang i året. Det og synes jeg er fantastisk godt.

Intervjuer: Er det til jul, eller?

Deltaker: Nei, det er i begynnelsen av desember, da har vi det – sånn smalahåvefest som det kalles da. Da samles vi mange venner av familien da, som er 14-20 stykker også spiser vi smalahåve. Det blir en sosial sammenkomst. Ehm, men i hverdagen så vil jeg nesten si at det er noe så enkelt som woking, egentlig. Woket kjøtt med, ja med grønnsaker og noe ris til. Litt sånn asiatisk, som jeg liker. Da kan du variere det veldig med hva du får som sluttresultat.

Intervjuer: Utenom juletider, varierer du mye typen kjøtt du bruker i matlagingen?

Deltaker: Det gjør jeg. Som regel så går det mellom, ja, svin, ku og fugl – eller kylling. Det – alt etter – både pris og hva jeg føler for den eventuelle dagen rett og slett. Det er jo en del retter som er best med det ene kjøttet i forhold til det andre.

Intervjuer: Spiser du fisk?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Men ikke like mye?

Deltaker: Jo, jeg prøver å ta det to – eller, ikke like mye, det blir 2-3 ganger i uken, prøver jeg på. Men det varierer i resultat pluss – jeg føler at fisk er så dyrt egentlig, i forhold til det du – ja i forhold til da kjøtt, ofte. At du får da – ta laks for eksempel. Det billigste som du som regel får er 89 kroner kiloet, eller 120. Hvis det da er – sånn som jeg er jo student nå, så jeg må jo tenke veldig økonomisk når jeg kjøper. Så når jeg du finner kjøtt, for eksempel kylling, ned i 30 kroner kiloet, så... (ler).

Intervjuer: Så blir det en vurderingssak?

Deltaker: Ja, det blir jo det, for min del iallfall.

Intervjuer: Nå nevnte du jul, som er høyaktuelt nå. Kan du se for deg en sånn setting uten kjøttet?

Deltaker: Det hadde blitt feil (ler). For min del iallfall. Det er jo – har jo vært litt sånn greier om det nå i det siste. Nå i det siste har jeg sett at det – med tanke på å – ja, prøve å legge om tradisjonen da, med å spise noe annet enn kjøtt til jul. Men for meg så er ikke det egentlig aktuelt. Det har vært en ting som jeg har hatt med familien siden jeg var unge – liten, og til nå, og har gjort det hvert år. Så det er litt sånn samlingspunkt. Det er jo mest samvær med familien så klart, men det er jo litt sånn høydepunktet på dagen – er jo julemåltidet, og da spesifikt da ribbe og pinnekjøtt. Du har gledet deg til den i ett år fordi du har det kun én gang i året, som sagt. Og da blir det litt sånn ekstra stas med det.

Intervjuer: Ja. Nå har du nevnt typer kjøtt som er relativt vanlig å spise her i Norge. Kan du tenke deg en type kjøtt som det er litt uvanlig eller tabu for nordmenn å spise?

Deltaker: Det er veldig enkelt tror jeg: insekter. Hvis det skal gå – hvis du bare tar en ren proteinkilde, så vil jeg tro at det er det som er det største tabuet her i Vesten å spise, rett og slett.

Intervjuer: Har du noen tanker om hvorfor?

Deltaker: Det er jo tradisjon, det er jo kultur. Veldig kulturmessig for du har jo – i veldig mange asiatiske land så er det (les:insekter) en viktig del av kostholdet. Ta for eksempel, ja både Kina og Thailand vil jeg si. Bare altså som to eksempler, der spiser de jo det som – ja du griller skorpion på spyd og sprøstekt gresshopper som popcorn nesten og sånne ting som det. Det er jo – jeg synes – jeg har prøvd det og jeg synes ikke det smaker fælt egentlig. Det er sprøtt og godt, men du har den derne, gjerne den tabuen for både det og – men ikke bare det. Ta for eksempel ”smalahåve”, det er jo et sauehode, et halvt sauehode som ligger på talereken din og du spiser av det og du sitter med en hodeskalle tilslutt. Så det er det også mange som er sånn: ”Æsj, spiser du det?”. Men det er jo kjøtt (ler), for å si det på den måten. Det er ikke forskjell på om det kommer her ifra (peker på hodet) og er i ansiktet eller om det kommer fra baken – på låret på grisen, eller hva enn du vil kalle det.

Intervjuer: Opplevde du det som annerledes å spise insekter, eller var det bare en – ?

Deltaker: Det smaker annerledes, det vil jeg jo si. Det smaker – eh, forskjellige insekter, alt etter hvordan de er tilberedt, så smaker de jo forskjellig og. Men det var jo det – jeg syntes

ikke det var vondt på noe som helst vis, både som snacks og å ha det i hovedretten. Men det igjen, det er jo det der du ser at det er et insekt og vi – spesielt her oppe i Vesten så er jo insekter litt sånn skittent, ekkelt. Bare ta for eksempel, det er jo så mange som har sånn araknofobi og kunne ikke tenkt seg å tatt i en edderkopp eller lignende. De ser den tre meter vekke og de hopper i været og springer nesten til andre siden (ler). Så det er jo... det er jo det.

Intervjuer: Kjenner du til forholdene som norske produksjonsdyr lever i?

Deltaker: Eh ja. Det varierer jo, både hvilket dyr det er og det er jo individuelle forskjeller hos bønder. Men det er jo – som det meste, til syvende og sist handler det som regel om penger og da blir jo dyrene ofte nedprioriterte, iallfall i – jeg føler at jo større en produksjon blir jo mer går det ut over dyret rett og slett. Med tanke på vel – eller sånn dyrehold rett og slett. For da blir det mye mindre tid til det individuelle dyret, også er det igjen penger som er kongen. Og kanskje det er det ofte som er lidenskapen.

Intervjuer: At pengene – ?

Deltaker: Ja, de tenker at: ”ok, hvis jeg sparer litt de ved at jeg stuer de litt mer sammen, da kan jeg ha 10 flere griser per kvadratmeter” – bare for å ta et tall ut av hodet da – eller kyllinger, for eksempel. Da får jeg mer kvantum også da mer enderesultat også da mer – ja mer penger, eller mer effektivisering av det.

Intervjuer: Vokste du opp rundt gårdsdyr når du var liten?

Deltaker: Nei, det gjorde jeg ikke.

Intervjuer: Har du noe relasjon – ?

Deltaker: Jeg har vært litt på gård. Eh, både på besøk og hatt litt i familien som har drevet gård. Også har jeg jo ikke hatt - kanskje ikke helt det samme (ler) men jeg har hatt hund siden jeg har vært liten så jeg har jo vokst opp med et dyr rundt meg da. Planen min var jo egentlig å bli biolog når jeg skulle vokse opp. Så dyr har jo alltid vært en interesse for meg på forskjellige måter da.

Intervjuer: Du nevnte insekter tidligere, og det er jeg enig i at er uvanlig å spise her i Norge. Nå nevnte du nettopp hund, hvorfor tror du det er et såpass tydelig skille på de dyrene vi spiser og for eksempel hund?

Deltaker: Det igjen er jo veldig tradisjon. Og, for oss i hvert fall – men det har aldri vært – hunder har aldri blitt alt opp for å spises her i Norge. Det har ikke vært behov for det og de har vært en brukshund, for å si det sånn. Det er jo det som tradisjonen er – eller tradisjonelt er at du har det på gård. Også passer de en enten på, er med å gjeter sauene eller holder skadedyr vekke. Altså, at de er en gårdsbikkje som tar knekken på gnagere og sånne ting, sånn typisk kunne skadet kornlageret ditt eller holder rett og slett plagedyr vekke. Ehm, men, hvis du har jo i noen land – sånn som, jeg leste litt om det faktisk – i Nord-korea, der spiser de veldig mye hund og hunden blir alt opp for å spises. Og der er det sånn, de må nesten ha der, fordi da spiser de hund også tar de pelsen. Også må de selge pelsen til staten hvert år, så så mye. For hvis ikke så må de betale bøter for det. Så der ser de vel – der er det en annen kultur, annet levevilkår og da blir hunden, for eksempel, sett veldig annerledes på med at:

”Ok, den ales for å spises, ikke for bruk”, rett og slett. Men igjen så synes jeg det er litt tåpelig for... rovdyr generelt for å kalle det det, har veldig dårlig... hva skal jeg kalle det? Hvor mye energi du må gi til dyret for at det skal pakke på seg kjøtt rett og slett, for å spise – det har et veldig dårlig sånn, ehm. Hvis du tenker hvor mye korn per kilo – eller hvor mange kilo korn per kilo dyr du får i enderesultat, så er jo rovdyr tradisjonelt veldig dårlig.

Intervjuer: Du får ikke så mye igjen?

Deltaker: Nei. Du har den der, kall det stigen, med at for eksempel, med et kilo korn så får du 200 gram kylling, 100 gram gris, 30 gram kveg, eller hva du vil kalle det. Og der igjen, insekter er jo en – hvis vi går på den stigen så er det det du får mest ut av, rett og slett, hvis vi bare tenker biomasse. Mest protein per... ja, du bruker, hvor mye korn du bruker – for å igjen bruke det som eksempel, hvis du har 100 gram korn så får du kanskje 70 gram protein som insekt. Så det er en mye bedre måte å gjøre det på, pluss at du kan gjøre det på et mye mindre område. Hvis du tenker... ja, hvis du bare tar en bygning og du tenker: ”ok, her aler vi kun opp insekter”, så krever det jo mye mindre område for vedlikehold og for oppdrett, rett og slett. [vi blir avbrutt av en person som kommer hjem. Jeg sjekker med Deltaker:en om det er ok å fortsette med intervjuet. Deltaker:en synes det er helt greit]

Intervjuer: Kunne du tenkt deg å for eksempel smakt på hund, hvis du var i et land hvor det var vanlig?

Deltaker: Ja, egentlig. Egentlig. Rett og slett fordi jeg er nysgjerrig, ikke at det – litt, det kvier litt på meg litt moralsk med tanke på, for meg så er en hund en kompanjong, rett og slett. Jeg har hatt hund siden jeg var som sagt 6 år gammel, og jeg har egentlig enhund i familien. Nå er det moren min som passer på den, men jeg har jo hatt den både her og passet på den og sånn som det. Så for meg så blir akkurat det der... jeg kunne sikkert gjort det men jeg er ikke helt enig med det, på en måte (ler). Det blir litt sånn motsigende for min del og egentlig, at: ”ja, jeg ville prøvd det men nei, jeg er ikke enig” (ler). For å si det på den måten, av ren nysgjerrighet så kunne jeg tenkt meg å gjøre det.

Intervjuer: Hva tror du hadde følt som hadde fortalt deg at du ikke var helt enig?

Deltaker: Det er vel den der lille magefølelsen som sier at dette her ikke er helt ok (ler). Jeg vet at det er litt sånn feil måte å si det på, bare fordi hund er hund, i forhold til gris er jo også utrolig – hvis en bare tenker på intelligensnivå, så er jo gris oppe der med hund rett og slett. De er superintelligente, egentlig. Men igjen, det er jo tradisjonelt gris ales opp for å spises og en er jo egentlig ganske sånn inne i kjernen, allefall hos meg, at: ”ok, det er et husdyr”, så enderesultatet – du tar jo vare på det til – mens det vokser opp men til syvende og sist så skal det spises (ler litt). For det er jo også tradisjonelt gris, er jo fordi du kan føre det så mye også spiser det det, så mye som, kall det matrester og sånn fra... Hvis vi tenker spesielt på gårdsbruk så er det veldig lett at: ”ok, da har vi mye her, såne rester med brød og diverse, også gir vi det til grisene også spiser de det”. Da får vi brukt mest mulig av ressursene vi produserer selv, og minst mulig svinn.

Intervjuer: Så det har med vane og nytte å gjøre, kan man si det?

Deltaker: På hund eller på gris?

Intervjuer: At gris lønner seg mer å – ?

Deltaker: Ja, på en måte. For griser er jo altetende og, da kan du jo – har du mye grønnsaksrester så går det i grisen. Også har du typisk, før tror jeg det var veldig vanlig, det er en slags turnipsaktig-ting som du gror, som vokser veldig stor – mye og veldig stort, den smaker ikke godt den er veldig trælete. Men veldig god dyrefôr, rett og slett. At det...

Intervjuer: Så den kan du gi til gris?

Deltaker: Ja, det kan du.

Intervjuer: De spiser vel nesten alt...

Deltaker: Det er jo det, de er jo veldig altetende.

Intervjuer: Kjenner du til hvordan kjøtt i Norge blir produsert? Fra dyr til butikk?

Deltaker: Til en viss grad.

Intervjuer: Ja? Vil du si litt om det?

Deltaker: (ler). Kommer an på hva det er. Sånn som jeg har faktisk – en kamerat av broren min, der driver broren hans igjen da, driver gårdsbruk. Med oppdrett av –eller produksjon av svin, rett og slett. Jeg fikk jo litt innsyn i hvordan dette er da, med at denne grisestammen som brukes i Norge hvor du har én type –en griserase der og en griserase der, så blandes de på den måten også brukes avkommet av det igjen. Det er veldig sånn innviket, faktisk. Hva som faktisk blir det ferdige produktet. Men det er jo, det varierer igjen så veldig hvordan det er, men hvis vi tar – hvis vi tenker på storbønder, da er det veldig industrialisert. Fra de er født til de kommer til, til spisedisken eller hva du kaller – matdisken. Ehm, men det er jo igjen det, som regel er det å ale de fortest mulig opp også sende de til slakteren.

Intervjuer: Har du vært med på slakt noen gang?

Deltaker: Ikke direkte slakt, nei. Men jeg har vært med på jakt, på vilt, det har jeg vært med på.

Intervjuer: Hvordan var det?

Deltaker: Naturlig (ler).

Intervjuer: Jaktet du selv?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Har du jegerlisens?

Deltaker: Ja. Jeg har skutt hjort. Det har jeg.

Intervjuer: Opplever – kunne du slaktet en ku selv?

Deltaker: Ja., det tror jeg.

Intervjuer: Hadde du opplevd det (å slakte en ku) annerledes enn å skyte en hjort?

Deltaker: Nei. Ikke, for å si det sånn, jeg... Jeg er ikke for noe – kall det dyreplageri. Og jeg, jakt for min del, da er det for nytte fordi jeg skal bruke kjøttet. Det er veldig kameratslig med de du er ute og jakter med, dét skal jeg ikke legge noe skjul på. Men til syvende og sist; det vi skyter det spiser vi. Ferdig. Og igjen, jeg tror det er veldig mange som er blitt distansert med det her at de kan si at det er galt å drepe dyr men de spiser kjøtt for det om, for å si det på den måten. Og jeg tror det er mange – fordi de ikke helt innser at det er naturlig. For å få kjøtt så må du drepe dyret. Og jeg, for min del iallfall, så hadde det egentlig ikke gått noe inn på meg, egentlig, å slakte et dyr så lenge jeg hadde visst at det hadde blitt spist. Jeg hadde ikke slaktet et dyr bare for å slakte et dyr, bare for å se hva jeg kan (ler), for å si det på den måten. Fordi da blir det litt sånn psykopatiske tendenser igjen, med litt sånn dyreplageri. Men ja, nei for jeg vet at jeg spiser kjøtt og da som et resultat så må noe, kall det egentlig dø, for at jeg skal spise. Og da synes jeg det blir veldig feil å si at: ”Jeg ville aldri slakte et dyr på egenhånd”, for da, det blir litt sånn... high and mighty, eh, eller hva du vil kalle det. Det blir veldig feil å... hvordan skal jeg si det? Jeg vet ikke helt hvordan jeg skal greie å forklare akkurat den der, iallfall personlig, for det er noe jeg har blitt litt lært opp til siden jeg var liten. Jeg har vært med på – tror jeg var 3-4 år gammel når jeg begynte å, kall det knakk nakken på fisk som jeg fisket og sløyet, rett og slett. Så for meg er det veldig naturlig å vite fra det blir fanget eller det blir slaktet til matfatet, det har jeg vært med på veldig. Eh, jeg driver å rambler nå vet jeg (ler).

Intervjuer: Nei, du må bare prate, jeg synes det er spennende!

Deltaker: Nei, så for meg så har jeg slaktet både – eller, det er mest fisk jeg har holdt på med da. Jeg har vært veldig mye med fisker, vi har en hytte nede ved sjøen. Så da er det, da har faren min vært veldig bestemt på at: ”ok, du fisker den opp, da skal du fullføre egentlig det meste. Da skal du drepe den selv og du skal sløye den selv”. Da spretter du opp buken og hiver innvollene til, ja hiver du i sjøen. Og det er veldig fascinerende – jeg synes det har vært fascinerende å åpne en fisk og se alt det her som er inni.

Intervjuer: I magesekken?

Deltaker: Ja, i magesekken, også er det tarmer her og – det er jo fascinerende for en liten gutt. Ekspresjonell, sånn – veldig opptatt av å få inn impulser, og det er sånn: ”Ooh, fascinerende!”.

Intervjuer: Husker du, det er jo veldig lenge siden, men husker du første gang du sløyet en fisk?

Deltaker: Nei, det gjør jeg ikke. Det var omtrent når jeg fikk lov til å gå rundt med lommekniv, inne på hytten (ler).

Intervjuer: Oi, det tror jeg ikke jeg fikk lov til når jeg var 4 år (begge ler).

Deltaker: Nei, jeg tror jeg var sånn 3-4, kanskje 5 år gammel. Men da har jo faren min vært veldig opptatt av at han skulle lære meg til å kunne bruke kniv. At jeg ikke skulle skade meg selv og hadde – sånn type: ”du holder pinnen sånn (indikerer å holde en pinne i hånden) også kutter du alltid bort fra deg, og aldri mot noen personer”.

Intervjuer: Ja, det er jo viktig å kunne.

Deltaker: Ja, og veldig tidlig var jeg med og – han og var jo veldig friluftsmann. Så han var veldig mye med på det her å lære meg og søsknene mine at ja, være med ut i naturen og oppleve naturen, og også å bruke kniv og tenne bål og den type ting.

Intervjuer: Er du også en friluftstype?

Deltaker: Ja, det må jeg si. Ikke så mye de siste årene da, men jeg liker å være på hytten. Men det er lenge siden nå at jeg har vært skikkelig ute på telttur og sånne ting. Men det er gøy.

Intervjuer: Du nevnte tidligere at du tror det er en del som ikke er bevisste prosessen fra dyr til kjøtt. Hvorfor tror du det er en del som ikke vet så mye om det?

Deltaker: de oppsøker det ikke, vil jeg tro, det er én ting. Blir ikke lært opp til det eller ser denne, ja kall det naturlige gangen med det. De ser jo bare kjøtt som ligger der ferdig slaktet og patert på disken, og bare kjøper det. Også tenker de kanskje ikke på at det er et dyr på andre enden, eller hva du vil kalle det. Med at... ja, bare ta et veldig enkelt eksempel, folk de – du går bare på Coop eller Prixen også kjøper du deg et stykke kjøtt også går du hjem og steker det. Det er alt det du ser til det. Så... ja, bare ta et eksempel der da, hvis folk *ser* et helt dyr som ligger slaktet så ville de nesten blitt litt sånn freaket ut av det, rett og slett. For da ser de ikke kjøttet, de ser *dyret*.

Intervjuer: Tror du det kan være litt bevisst?

Deltaker: Ja

Intervjuer: Du sier at man ikke oppsøker det. Kan det være for å få det litt på avstand?

Deltaker: Ja, det tror jeg. Det er veldig mye enklere å spise noe når du ikke tenker på: ”dette er ikke et dyr”, eller hva du vil kalle det. For mange tror jeg det er den; kjøtt og dyr er to forskjellige ting, ofte. At de ikke ser den, eller de *vil* ikke se den relasjonen at det er søte bambi eller et søtt lite lam som er det fenalåret du tar og sitter og spiser på (ler litt). At det gjør det mye enklere. Men det er jo litt sånn, for vi er jo veldig moderne samfunn og veldig høyt utviklet, eller hva du vil kalle det. Og så ser vi jo på oss som – sikkert litt bedre enn det der å drepe dyr. Men... jeg vet ikke (ler). Det er litt sånn vanskelig å sette fingeren på akkurat det der. Men jeg tror det er veldig den der at de distanserer seg fra at et dyr blir faktisk slaktet for at det skal bli mat. De hører sikkert litt om det og, men de vil sikkert ikke tenke på det. For det er veldig enkelt at noe foregår så lenge du ikke vet om det, for å si den på den måten.

Intervjuer: Hvis du ikke ser og hører det?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Har du noen venner som ikke spiser kjøtt?

Deltaker: ja. Søskenbarnet mitt, blant annet.

Intervjuer: Hva tenker du om det valget?

Deltaker: Det er et personlig valg, det. Det gjør meg ingenting det, verken på den ene måten eller den andre måten., for å si det sånn. Så lenge de ikke begynner å pri – sånn prekengreier og skal liksom begynne å lære deg hvorfor det er galt å spise kjøtt, for å si det på den måten. Da er jeg litt sånn (ler).

Intervjuer: Har du opplevd det?

Deltaker: Ja. Det har jeg.

Intervjuer: Hva ble du fortalt da?

Deltaker: Nei, at, hvordan – ”Eier du ikke sjel, hvordan kan du spise kjøtt når du vet hvordan dyr pines for å bli til mat”. Det var litt sånn – da er jeg litt sånn: ”jaja, det er mitt valg. Det er ditt valg å ikke spise kjøtt”. Jeg skal ikke si hvorfor det er bra å spise kjøtt til deg (ler), også kan du holde den meningen for deg selv. Jeg er veldig sånn i forhold til at – så lenge du kan ta dine valg så lenge det ikke skader andre eller meg. Og du ikke vil... presse dine meninger på meg, spesielt når jeg ikke er enig. Altså, når jeg sier at mennesker er kjøttetere, eller vi er altetere, det har vi jo bevis på både i tennene våre og vi har bevist det anatomisk i magen at vi er... Fra evolusjonsmessig så er vi opportunistiske, vi spiser det vi får tak i, ofte. Ehm, også har vi så mange, kall det næringsstoffer, som du må få i kroppen, helst da via kjøtt. Det er den letteste måten å gjøre det på at du har – jeg tror det er 9 aminosyrer som er vitale. Det vil si at du kan kun få dem uten i fra og du kan ikke produsere dem selv. Eh, og det er enklest via kjøtt for da får du det. Så kan du jo så klart ta eh, vitmanitilskudd og veldig mange gode soyaprodukter finnes det jo som er litt sånn tilsvarende, der du får mange av disse aminosyrene. Men man må ofte ta for eksempel tran i tillegg hvis du er veganer eller vegetarianer eller alt det. Så det blir litt sånn... Den eneste grunnen til at du kan være veganer eller vegetarianer er på grunn av at du lever i det samfunnet vi er i nå. Hadde du vært i Borneo hadde du ikke hatt muligheten i det hele tatt for da hadde du ikke overlevd.

Intervjuer: Så det er nesten et privilegium?

Deltaker: Det er et veldig privilegium egentlig vil jeg si, å kunne være vegetarianer eller veganer. Og jeg har all respekt for de som er det, for å si det sånn, det er jo – de har jo et mindre Co2-fotspor enn det jeg har. Men... jeg kunne ikke gjort det valget. Altså jeg er glad i kjøtt og det er et valg jeg vet jeg har tatt: jeg spiser kjøtt, punktum (ler).

Intervjuer: Har du vurdert å spise mindre kjøtt?

Deltaker: Ja. Men det er veldig vanskelig.

Intervjuer: Ja?

Deltaker: Spesielt når du bor alene så er det veldig vanskelig å porsjonere, det er jeg veldig dårlig til. Du kan tenke deg at du kjøper 400 gram kjøttdeig også er det veldig enkelt, når du åpner pakken så vet du at: ”ok, enten så må jeg fryse dette og bruke litt, eller bruke alt og lage ett måltid også spiser jeg det måltidet over 2 dager”, for eksempel. Men der igjen så er det prismessig for det er dyrt med grønnsaker og. Alt koster penger og alt har en pris. Og da også alternativene du har til kjøtt er eh (indikerer likegyldighet) – du kan gjøre mye med

grønnsaker, men til syvende og sist for meg så blir det grønnsaker, det er tilbehøret til proteinet som da er kjøttet.

Intervjuer: Har du prøvd deg på å lage vegetarmat?

Deltaker: Det har jeg.

Intervjuer: Følte du at du fikk det til?

Deltaker: Ja. Det er mye godt og sunt, for å si det sånn. Spiser både – eller jeg har ikke laget det her for jeg flyttet inn i sommer (ler), men eh, jeg var med mor og laget litt av og til. Og det smaker helt greit, men jeg synes det blir litt kjedelig for å kalle det det. Det blir mye erter og bønner og den type ting. Det er jo begrenset, føler jeg da, hva du kan gjøre med det og. Og spesielt her oppe i Norge igjen, at det er veldig dårlig utvalg av både grønnsaker og sånne ting egentlig. Og det du ofte får, hvis du skal ha noe mer litt sånn spennende, for å kalle det det, av type bønner eller sånn, så er det ofte hermetisert. Og da er det litt sånn eh (indikerer likegyldighet). Da smaker det hermetisert og det er ikke like godt rett og slett.

Intervjuer: Det er ikke like spennende og like godt?

Deltaker: Nei. De sier jo: ”åh, du kan gjøre så mye spennende”. Jeg har jo sett både på facebook og det der greiene med at de prøver å lage sånn veganer pulled pork-greier. Også er det egentlig bare – ja, hva skal du kalle det? Noe, en eller annen bønnegreie tror jeg det var. En eller annen stor frukt iallfall. Som de bare stekte i stykker og hadde jækla mye dressing og drit på, også bare ”ooo, kjempegodt”, også bare: ”nei, det smaker barbecue sauce” (ler). Sorry (begge ler).

Intervjuer: Så du ble ikke overbevist?

Deltaker: Nei, det er vel snarere det motsatte, at de kunne sikkert gjort noe annet mye bedre med den der – det at du liksom skal lage et kjøttrett av det. Da blir det sånn: ”hva er poenget?”. Da kan du heller lage noe veldig godt som er unikt til akkurat den retten i stedet.

Intervjuer: I stedet for å prøve å likestille seg med kjøtt?

Deltaker: Ja, at sånn: ”se her, jeg har laget en veganer *burger*” med da en soyating i munnen – i midten. Ja, det er helt greit det, det har smakt ok. Men det er ikke kjøtt og det smaker ikke kjøtt. Og da er det litt sånn, hvis du da får en sånn og tygger i den så er det sånn... hvis du drikker lettøl eller alkoholfri øl; det smaker litt øl men du merker at det mangler noe (begge ler). Ialffall synes jeg det.

Intervjuer: Tror du kunne klart deg uten kjøtt?

Deltaker: Hvis jeg måtte, ja (ler). Jeg hadde jo klart det hvis jeg måtte. Men det er ikke et valg jeg ville tatt.

Intervjuer: Så kun hvis du måtte?

Deltaker: Kun hvis jeg måtte. Ja, da – i nøden spiser fanden fluer som de sier. Hvis jeg måtte

så hadde jeg greid det. Men det hadde vært en stor omsetning, eller hva du vil kalle det. Og det hadde vært vanskelig. Men som sagt, må du så må du, det er så enkelt.

Intervjuer: Husker du at du på noe tidspunkt bestemte deg for å spise kjøtt?

Deltaker: Nei. Nei, det er bare en naturlig del av... Når du vokser opp så lager – er det ikke du som bestemmer hva du har til middag. Du får bare beskjed om at: ”dette er til middag” også må du spise opp det (ler). Det er veldig enkelt, jeg savner det litt. Da slapp du å tenke på: ”hva skal jeg lage til middag i dag? I morgen? Og så videre, og så videre”. Det bare dukket opp magisk på – ferdig laget på tallerken også... Både det og pålegg og bare magisk dukket opp i kjøleskapet, du slapp å gjøre alt det selv. Fantastisk tid (begge ler).

Intervjuer: Deilige tider

Deltaker: Ja ja, dra det videre også sier de – et sted mellom 12, og 16, 18 så sier de: ”åh, jeg gleder meg til å flytte hjemmefra”, men neei, det er mye greiere å bo hjemme.

Intervjuer: Ja, man ser i ettertid hvor godt man hadde det. Du nevnte – nå er jeg egentlig på siste kategorien som er negative aspekter knyttet til det å spise kjøtt. Du har nevnt CO2, også har du snakket litt om dette at det kan føler litt moralsk uggent. Vil du fortelle litt mer om negative konsekvenser –

Deltaker: Ja, det er jo mye negativt med det. Du kan jo ta, for eksempel i, jeg mener det er Mexico, det er iallfall i Sør-Amerika, så er det jo store fellninger av regnskog for å ha gressområde til, jeg tror det er kveg de har mye av der. Som en negativ konsekvens av det, det er jo fordi det er jo en økende etterspørsel av kjøtt. For, det kan være at det er feil å si det på den måten, men mange land ser mot, kall det Vesten, som idealsamfunnet ved at de ser at: ”ok, de har mye mat, de har biler, de har fine hus, og så videre og så videre”. Det er veldig privilegert av meg å kunne si det da, men de og higer etter den livsstilen, ofte. Og den livsstilen er jo ”spis kjøtt”, eller kjøtt er en sånn viktig del av kostholdet vårt. Men det er så store deler i verden der det er på lang nær like mye kjøttkonsumering. Men du har jo for eksempel Kina, der blir det jo mer og mer. Og mer folk som har en etterspørsel for det. Og jo mer det produseres og det å ale fram både kveg og eh, kveg, kylling, alt det her disse typiske husdyrene, det at plass. Og det – du må ha et sted du kan ale de opp og da går det ut over miljøet ofte. Men så og kan du gå innpå det superfarlige, som jeg synes iallfall, det her med antibiotikabruk innen... innen gårdsbruk da. Det er ikke så mye her, verken i Europa, og da spesielt ikke i Norge, men du har jo i USA, iallfall i kvegbransjen. Da brukes det forferdelig mye antibiotika i kosten til disse kvegene. Og det lager jo da antibiotikaassistente bakterier som et resultat av den bruken. Så det er jo veldig farlig synes jeg da iallfall. Ehm. Så det er jo de tingene der, det går jo og ut over kvegene. Hvis du tenker deg at – hvis du skal – hvis du som bonde har 100 kveg, bare for å ta et tall. Så vil jo du bruke mye mer oppmerksomhet og tid på de 100 og da betyr jo nesten hvert kveg veldig mye for deg, hvis du tenker sånn at det er jo – 1% av hele din inntekt er én ku, for å si det på den måten. Men hvis du har 3 millioner ku – kyr, og 2,3,4-5 av de dauer på grunn av... mangel på omsorg til dyrene så er det mye lettere å bare feie det av deg fordi det er en så liten promille av det du har totalt. Så da tror jeg igjen det går på det – jo større det blir jo mer tror jeg dyr blir utsatt for, kall det urettferdig dyrehold rett og slett. Men det er veldig lett å unnskyldte det for det er så mange og du ser helhe – eller du ser på en måte ikke individene lengre igjen, du ser bare mye dyr også tenker du penger, produksjon øverst også kommer det (dyrene) nede. Også tenker du: ”ok, hvordan kan jeg maksimalisere produksjonen min for jeg vil tjene penger” (ler).

Intervjuer: Er dette noe du er bevisst på som forbruker? Når du kjøper kjøtt?

Deltaker: Ja, litt. Men igjen, det går ikke så mye ut over vårt bruk her i Norge igjen, for de bøndene vi har er jo fillebønder. I forhold til, hvis vi tenker på sånn hvor stort noen har det. Ehm, med tanke på at ja, vi er jo bare 4 – nei 5 millioner mennesker i Norge. Og vi er veldig selvforsynte når det kommer til kjøtt. Vi importerer jo litt, men. Og det er veldig lite vi kan gjøre her i Norge som har store konsekvenser for miljøet både verdensmessig og spesielt her i Norge. Vi har jo nesten for mye skog og sånn som det, at det gror jo igjen for folk bruker det ikke. Men så hvis du tenker på verdensbasis så er det jo litt bekymringsverdig hvis alle – med tanke på hvor mye mer mennesker som kommer hvert år og alle skal spise kjøtt, så skal du ha plass til å produsere det igjen. Og der og tror jeg vi kan få utfordringer etter hvert. Ved at det går ut over miljøet rett og slett.

Intervjuer: Fordi etterspørselen blir så – ?

Deltaker: ja, etterspørselen kommer til å gå opp, da må du produsere mer, og da hogger de for eksempel mer regnskoger og sånne ting for å få område til å ale fram kveg, rett og slett. Det er jo egentlig ikke bra for det er jo mye i regnskogen som er mye bedre en kveg, for å si det på den måten, men da mulige medisiner... du har det biologiske mangfoldet som jeg mener er veldig viktig. Ehm, også igjen; da blir det jo mer forurensning, forurensningen går til slutt ut i sjøen. Sjøen er jo det største egentlig, ressursen vi har av mat, hvis du tenker på det på den måten. Hvis da det blir ødelagt så er vi ganske føkked. For å bruke et veldig stygt ord (begge ler).

Intervjuer: Det er lov. Når du har lest eller sett omtale av de negative konsekvensene, hva tenker du da? Tenker du mye på det?

Deltaker: Nei, det er ikke noe jeg tenker mye på. Jeg leser jo en del om det for det er jo en interesse for meg. Så veldig, spesielt – jeg skulle jo være biolog egentlig, jeg skulle ikke bli sykepleier. Men ja... Når jeg leser om det så er det – tenker over indi – det er veldig mange enkelttilfeller av det. Og det synes jeg ikke skal sverte hele bransjen i ett, for å si det sånn. Du hører jo om det hele tiden. Spesielt nå rundt jul. Mener det har vært litt skriblerier om da, det var vel nå nettopp at de sa i VG at det var en grisebonde som hadde veldig dårlig forhold for dyrene sine. Men igjen, det her er én person, det er ikke hele industrien nødvendigvis. Selv om det skjer mye – det skjer jo mye lugubert uansett, når det er snakk om penger da går det ut over ting (ler litt).

Intervjuer: Når du leser om en bonde, for eksempel saken du nevner fra VG, vil det påvirke hvor du kjøper kjøtt fra?

Deltaker: Nei. Som regel så leverer jo bøndene til en felles – en bedrift som slakter og parterer og gjør alt det for dem. For det er ikke bonden lenger som gjør det, det er en annen – et annet ledd av, kall det den her rekken før det kommer til kjøttdisken. Og du kan nesten ikke si bare på pakken at: ”Ok, denne kommer fra drittbonden og denne kommer fra den gode bonden”, nødvendigvis. Så for min del så hadde det ikke gjort noe utover det hvor jeg hadde kjøpt kjøttet i fra.

Informant 4

Intervjuer: Kan du beskrive en yndlingsrett du har med kjøtt i?

Deltaker: Okei... Vel, selv om jeg spiser kjøtt så prøver jeg å spise så lite som mulig. Jeg har fått mange nye yndlingsretter det siste året. Det som pleide å kanskje være min yndlingsrett var lammestek med fløtegratinerte poteter og brun saus. Og, jeg har ikke – mor har ikke laget det på lenge. Og jeg bor jo . det er ikke sånn at jeg hadde laget det med mindre jeg hadde kommet hjem. Eller, det er mor som lager det, jeg lager det ikke. Men det var da jeg bodde i Oslo, hver gang jeg kom hjem så laget mor det til meg. Så det er vel det, og kanskje pinnekjøtt. Dét skal jeg ha på søndag. Ja, jeg tror det er min yndlingsrett, rett og slett. Det ville jeg fremdeles spist.

Intervjuer: Og når du sier at du fremdeles ville spist det?

Deltaker: Ja, fordi... sånn som når du sier ”hvilke tanker man har rundt det å spise kjøtt”, så har jeg veldig mange tanker rundt det. Og ikke bare nødvendigvis kjøtt, men alt som har med miljø og hele schmælå av – vet ikke om det er et ord? Men hele greien med forbruk og materialisme i disse dager. Jeg føler at vi, spesielt i Norge, lever i en liten boble der vi ikke tar hensyn til noen andre enn de som er innenfor våre landegrenser. Og jeg kjenner at det gjør meg litt stresset og det gjør meg veldig lei meg. Og jeg føler at jeg har lyst til å bidra til at vi skal kunne leve i mer enn 100 år til før det ikke er nok oksygen på jorden. Deler av meg vurderer å ikke få barn på grunn av at jeg flere at folk rundt meg ikke ser den krisen vi er i, på en måte. Ehm, nå har jeg glemt spørsmålet? Noe med å ville spise kjøtt?

Intervjuer: Du kom inn på det at du hadde mange tanker om å spise kjøtt –

Deltaker: Så jeg prøver å spise så lite som mulig fordi jeg føler at det er lagt inn så mange unødvendige måter, altså... det å finne bare en vegetarisk rett her i Norge er kjempevanskelig. Kinarestauranten på [hjemsted] de har ikke en eneste rett. Så jeg hadde lyst på kinamat en dag, så jeg bestilte den kylling med cashewnøtter uten kylling (ler).

Intervjuer: Og da fikk du?

Deltaker: Da fikk jeg det, akkurat det jeg bestilte, det var det jeg ville ha. Jeg ville ha grønnsaker og saus og litt sånn nøtter og... Jeg driter i om det er tofu eller dét i. Men jeg var på, i [by] så hadde de vegan weekend nå i høst. Så jeg var innom det og da var hun sjefen for fremtiden i våre hender, hun var der. Og hun fortalte litt om hvordan systemet er bygget opp. Ta Matprat for eksempel, der du tror at det er bare en nettside med oppskifter. Men neida, dette er en nettside som promoterer landbruk og kjøttprodukter. Så det å finne vegetariske retter innpå der er kjempe vanskelig. Og jeg husker ikke helt hvordan, men de får støtte av å promotere kjøtt fra staten. Eller motsatt. Noen får iallfall ekstra penger for det å promotere kjøtt. Så til og med sånn fin aspargessuppe som lett kunne være uten kjøtt, det var sånn tilbehør med baconskiver. Alle vet jo at aspargessuppe passer seg bra med bacon opp (ler). Og jeg føler en del dårlig samvittighet over det å spise kjøtt. Ehm. Det er så klart ikke det at jeg vil at alle bønder skal miste jobben, og det tror jeg ikke kommer til å skje over natten uansett. Det er egentlig bare et tullele argument fra kjøtteterne sin side, i hermetegn (kjøtteterne i hermetegn). Men, så ekstremt som det er nå... for hvis jeg snakker med folk som er veldig pro kjøttspising så er det: ”Ja, men vi har spist det siden daw of day”. Og det er helt sant, og det er ikke det at jeg sier at vi skal alle aldri spise kjøtt. Men det er veldig forskjell på hvor mye kjøtt vi spiste før og nå. Altså, nå er jo... jeg husker før jeg tenkte å

kutte ned på kjøtt og gikk på Subway så ba jeg om å få mindre kjøtt fordi de tok på så mye skinke at det ble alt for mye for meg. Jeg synes ikke det er godt. Ehm. Og det er så mye vi spiser til frokost, det er til lunsj, det er til middag. Altså bare på én dag spiser vi kanskje mer enn vi gjorde på mange uker hvis vi går tilbake noen tiår. Og du ser jo, det er jo umulig når en snakker om at det blir gjort på en skikkelig måte og alt det der. Jeg tror meg hånden på hjertet, det er umulig å klare å opprettholde forespørselen etter kjøtt som er i dag og samtidig styre gårdene og produksjonene på en ren og ærlig måte. Bare nylig nå, jeg vet ikke om du så – det var en avis som hadde postet noen bilder fra et griseslakteri her i Rogaland.

Intervjuer: Ja, jeg leste ikke saken, men jeg så –

Deltaker: Jeg også, jeg så bare bildene. Jeg klarte ikke å åpne. Men det er så lett å tenke, for eksempel hvis du ser dokumentarer om det på Netflix: ”Ja men sånn er det i Amerika. Sånn er det i Amerika”. Og det er så lett å tenke, også kommer man til Rogaland også er det sånn her og. For i England når jeg flyttet der for 5 år siden, så begynte jeg automatisk å spise mindre kjøtt. Og melkeprodukter. Ikke bevisst, en det var – melken der syntes jeg var overpasteurisert så den smakte ikke godt. Og kjøttet og, neh. Det var liksom... jeg bare begynte å spise mindre og mindre. Også er det billigere.

Intervjuer: Det er billigere å –?

Deltaker: Å ikke spise kjøtt. Men så klart... Jeg datet en fyr i høst og vi hadde gjerne egg og bacon til frokost på søndager. Men jeg vet ikke, jeg føler meg ikke så bra etterpå. Og jeg vet ikke om det bare er psykisk, eller om det er samvittigheten min? Fordi, nei. Nei, jeg får skikkelig dårlig samvittighet. Jeg hadde en dag her i høst der jeg bare... Jeg tenkte på hvor mange dyr jeg hadde bidratt til å bli slaktet i løpet av livet mitt, også ble jeg skikkelig lei meg. Jeg er der. Men, altså pinnekjøttet vårt vet jeg kommer fra en gård rett over heien. Og det synes jeg er greit. Jeg prøver å spise kjøtt sånn som vi gjorde i gamle dager. Til festmåltider. Eller kall det fleksiveganer.

Intervjuer: Kan du beskrive hva du det er som utløser følelsene du nevnte tidligere, at du blir lei deg?

Deltaker: Det begynte når jeg lærte mer om hvordan disse driftene faktisk opererer.

Intervjuer: Husker du hvordan –?

Deltaker: Ja, jeg tror det var James Aspey på facebook som postet en video om hvordan dette fungerte. Og han snakket om –. Nei, det startet faktisk med at i fjor vår så møtte jeg en brite som var veganer. Han laget masse god mat til meg. Åh, det var så stas! Og det var rett før – 2 måneder før jeg skulle reise til Bahamas der jeg var yogainstruktør. Og, på en måte så føler jeg at det at jeg møtte han var nesten som et lite springbrett til en helt ny verden for meg. Jeg reiste for å ta den yogagraden for å – som en belønning for at jeg hadde 2 hofteoperasjoner i en alder av 23 og 24. Også tenkte jeg: ”Ah, yoga er jo en kjempegrei måte å tjene penger atpåtil min skuespillerkarriere og samtidig holde meg i form. Slippe å betale penger til treningsstudio”. Fordi i musikalbransjen så er det et veldig stort press om at du må være fit. Spesielt i England. Veldig stort press på det i England. Også... så begynte jeg jo å tenke på det at melk, det var en video som gikk på youtube der det var en lege som sa at: ”Melk er jo morsmelk. Det er laget for små kalver som skal vokse seg store og sterke så fort som mulig.” Det fikk meg til å tenke. Det er faktisk morsmelk. Vi stopper å drikker vår egen morsmelk

når vi er hva? Maks 2? Nå har ikke jeg så mye peiling på barn, eh... Men så drikker vi morsmelk fra en annen rase hele livet? Og det bare – det skurret sånn i hodet mitt. Også møtte jeg en av kollegaene mine, han viste en video der noen hadde gjort et eksperiment om å smake en ny melk. Og etter at de hadde smakt melken og sa: ”denne var god” så sa de at det var hundemelk. Og de ble så sinte. Men så tenker jeg da, jammen hva er forskjellen på hundemorsmelk og kumorsmelk? Og ja. Så det var der det startet. Også når jeg reiste på dette yogakurset så var det jo helt annerledes enn det jeg trodde det skulle bli. Jeg trodde jeg skulle ta pushups og situps i én måned og bli super, super sterk (ler). Men så var det mye mer yogafilosofi involvert i kurset, som jeg er så glad for. Fordi fram til jeg tok det kurset så så jeg på yoga som en treningsform og ingenting annet. Jeg gjorde hotyoga, der det er sånn at du er i et varmt rom og gjør yoga, som regel bare i undertøy. Så fokuset – og veggene er dekket av speil, så fokuset blir jo veldig meg. Og meg i forhold til henne, og til og med *han* som er på andre siden av salen fordi du ser jo i speilene. Men når jeg lærte mer om yogafilosofien, hav det handler om, og det å få vekk alle distraksjoner og (vi blir avbrutt av en ansatt på kaféen).

Intervjuer: Du var på hotyoga i et stort speilrom –

Deltaker: Ja! Og så flyttet – så reiste jeg til Bahamas. Der lærte jeg at yoga handler om mye mer. Det handler om detachment, hva det er på norsk? Å frasi seg ting? Og det å kjenne at lykke kommer ikke fra objekter. Ta for eksempel, hvis noen er ekstremt glad i cola. *Elsker cola*, at: ”Åh, cola gjør meg glad”. Men hvis du da har cola, på cola, på cola, på cola, så gjør ikke cola deg glad lenger. Så lykken er ikke i colaen, lykken er i din mentale innstilling til colaen. Og akkurat da holdt jo jeg på å gå gjennom mine – en ganske traumatisk tid der jeg hadde identifisert meg selv som danser og nå ikke kunne danse. Og jeg var helt alene i et ukjent land – eller, England. Fordi de jeg hadde gått i klasse med hadde reist og ja... jeg ble litt utstøtt så fort jeg sa at jeg ikke skulle være med i 3. Klasse. Så det var en ganske tung tid for meg og jeg begynte å kjenne etter hvert at jeg måtte stoppe og identifisere meg som dét. Det var ikke bare fysiske ting som en måtte, på en måte frasi seg, det var og etiketter som jeg hadde plassert på meg selv. Og jeg tenkte jo at mitt liv ikke var verdig med mindre jeg fikk gjøre dette jeg elsket. Og jeg elsker det jo enda, men jeg ser ikke på det som en eneste nødvendighet lenger. Jeg har oppdaget så mange andre muligheter. Også er det og en ting jeg lærte fra yogafilosofien, som er det fineste jeg kan tenke meg. Og det er ahimsa, som er et begrep, a-h-i-m-s-a hvis du trenger å stave det. Som – det kan du også søke opp, som betyr det å ikke utføre vold mot skapninger. Og da tenker en automatisk: ”jaja, du skal ikke slå andre, kjempesint. Ikke slå andre”. Men så er det jo og verbale ting som kan skade andre. Du skal ikke mobbe, eller snakke stygt om andre, veldig fin tanke. Men, det jeg nesten liker best med ahimsa er at du selv, eller jeg selv, er jo og en skapning. Så det å ødelegge kroppen sin, ikke nødvendigvis bare selvskading, men enkelte treningsformer som dytter deg fordi dine grenser... det er en form for å skade kroppen din, å ikke lytte til kroppen. Og også spesielt det mentale som vi går rundt og sier til oss selv hver dag: ”Jeg får ikke til det, jeg er ikke fin nok, jeg er ikke god nok, ditten og datten”. Det er jo en form for selvskading. Hadde du hatt en venn som hadde sagt alle disse ordene til deg så ville dere ikke vært venner, sant. Men vi gjør det mot oss selv. Og så klart, ahimsa er jo at du skal ikke skade dyr for det er også andre skapninger på jorden. Ehm . Og da, jeg syntes det var en så fin måte å leve på. Så ja, jeg er ikke religiøs så jeg tror ikke på Hinduguder eller kristne guder eller noen guder. Men jeg tror på en måte på en universal kjærlighet, og jeg tror det er det jeg føler at, ja... dyr er også en del av circle of life sånn som vi er. Men sånn som det er nå, det er ikke, det er ikke naturlig synes jeg. At – det at en må genmodifisere høner og griser fordi vi skal kunne slakte dem så effektivt og kjapt som mulig... Jeg leste en artikkel i *The Economist* angående New Zealand

der drikkevannet er så mye mer forurenset enn det var før. Og jeg tror det var 6 millioner og noe kyr, og det er bare 4 millioner innbyggere. Også er det sånn: ”hallo!”. Det er halvannen ku per person, det er mye. Er det nødvendig? Da kan de ikke – de kan ikke bade i elvene eller mesteparten av innsjøene lenger, slik som de kunne før. Også her i Norge så er det debatter om – eller regjeringen prøver å bestemme at, diskuterer da, om vi skal kunne lage egne bilskilt eller ei. Hvordan er dette viktig? (ler). Ja, så jeg tror det er det som gjør at jeg føler meg litt... dårlig. For jeg ville ikke klart å gjøre det selv.

Intervjuer: Gjort – ?

Deltaker: Å slakte et dyr selv. Jeg husker at jeg og venninnen min var, når vi var 13 eller 14, vi var ute på fisketur. Fikk en fisk, kanskje 3 cm. Også skulle vi drepe den, sant, du skal jo bare kakke hodet mot en stein. Men det var et eller annet i meg som bare – jeg klarer ikke... ”Å, stakkars meg, stakkars fisken”. Så vi backet jo ut rett før. Så istedenfor å bare gi den fisken ett kakk så fikk den jo flere sånne halvask. Så vi torturerte jo denne lille fisken. Og jeg føler med det å kjøpe kjøtt så betaler du bare noen andre for å gjøre skittenarbeidet. Men det er akkurat som... vi har en sånn kollektiv bestemmelse for at det snakker vi ikke om. Eller: ”Nei, vi gjør ikke det”, eller: ”Jammen, kua får jo melk uansett”. Så er det sånn: ”Nei!”, ku er akkurat sånn som mennesker. Hun får ikke melk med mindre hun er gravid først. Og det er jo vi som gjør at hun blir gravid. Og det – jeg snakket med noen i går om det. De visste ikke det at: ”Åja, må de være gravide, eller ha født for å gi melk?”. Så er det sånn ”Jah, det må de”.

Intervjuer: Hvordan reagerte de – ?

Deltaker: Hun ble bare sånn, hun ble helt sjokket. Og bare hadde mer og mer spørsmål. Men så er det – en kan, en må være så forsiktig på hva en sier. Fordi en blir veldig fort møtt med motstand. Og jeg skjønner ikke denne motstanden. Fordi jeg dømmer ikke folk om de spiser mye kjøtt. Eh, det er deres sak, hav de vil putte i deres kropp. Men av en eller annen grunn så er det deres sak at jeg ikke putter det i min kropp. Og det er noe jeg ikke skjønner. Jeg vet ikke om det er en slaks dårlig samvittighet over at de vet at de bidrar til det her og nekter å innse det. Men... ja. Jeg liker jo å snakke om ting som folk ikke liker å snakke om. Det er jeg veldig glad i. Og jeg er veldig – jeg liker veldig godt å se ting nøytralt. Istedenfor å tenke at den ene er god og den andre er dårlig, la oss bare se på fakta. Men det han James Aspey sa, jeg så han på den Vegan Weekend.

Intervjuer: Han var i [by]?

Deltaker: Ja. Han er australsk. Jeg hadde sett han på facebook en uke før også hadde jeg ikke tenkt så mye på den vegan Weekend, men så plutselig så jeg navnet hans, i [by]! Og han reiser rundt i verden, så jeg bare: ”Ok!”. Men så sier han at folk trøster seg med at: ”Jammen de blir drept på en human måte”. Også er det – da er det store spørsmålet: ”Hvordan går det an å drepe noe humant, som fremdeles vil leve?”. Det er akkurat som to magneter som bare ikke (lager klikke lyd) klikker sammen, det går ikke an. Se for deg at et menneske skal bli drept humant. Hvordan gjør man det? Hvis mennesket vil leve? Så ja... Sånne tanker er det jeg har da, relatert til det å spise kjøtt. Så tror jeg vi lever – det er veldig mye gammel advertisement... ?

Intervjuer: Reklamering?

Deltaker: Ja, gammel reklamering da, som nå i dag er sett på som fakta. Det at frokost er det viktigste måltidet på dagen. Det er *ingen* forskning som støtter det her. Jeg er veldig på forskning, veldig. Sånn at når folk kommer med sånne kommentarer så kan jeg være sånn: ”Hei- heihei!” (begge ler). Og ta det med mettet fett for eksempel, at mettet fett er dårlig for deg. Det var forskning på 60-tallet og, nå husker jeg ikke navnet på han som utførte undersøkelsen, men han så på korrelasjonen mellom hvor mye mettet fett enkelte land inntok og deres – antallet av dødsfall av hjerte-karsykdommer. Og det han publiserte... et skriv? Hva heter det – en forskningsrapport, der han viste syv land og det var en tydelig oppoverbue at jo mer mettet fett vi spiste, jo mer sykdommer eller dødsfall var det. Også er det sånn: ”Ja, men han utelot 20 andre land som ikke passet inn med hans hypotese”. Og den forskningen gjør at folk fremdeles tror at mettet fett er usunt. Og dette har jeg fått flere foredrag på som faktisk har forskningsbevis – det er hvis du er interessert i det, nå vet jeg at dette er litt sidespor... The Oiling of America er et foredrag som ligger på youtube, veldig spennende. Og det er jo det samme som mettet fett, det finner du i dyr, sant. Og de snakker hele tiden om at kolesterol er dårlig for deg, og *der*, jeg tror når jeg så den så ble jeg litt mer tolerant overfor det å spise dyr. Fordi det er liksom ikke så galt når det kommer til fett. Men at kolesterol er farlig, bad, bad, bad – men, kolesterol er det som isolerer cellene. Det er en... mot frie radikaler? Eh... C-vitamin, A-vitamin –

Intervjuer: Antioksidant – ?

Deltaker: ...oksidant! Og da blir jeg sånn: ”Oi! Hvor vet vi ikke dette?”. Sant? Så det som jeg synes er mest utrygt med kjøtt nå er jo også antibiotika, ikke sant. Og det er jo ikke et like – det er ikke et like stort problem i Norge, men søsteren min er lege og vi har snakket mye om dette og jeg har sett en dokumentar på antibiotika. Og det er skummelt. Jeg har flere venninner som er sykepleier og de sier nesten at vi bør ikke bekymre oss for global oppvarming, det er antibiotika vi bør bekymre oss for. For i følge enkelte studier, så, innen 2050 så kommer vi til å være immune mot antibiotika. Og da kjenner jeg: ”Aaahhh!” (indikerer frustrasjon). Så det er jo også et godt argument da synes jeg, for å ikke spise så mye kjøtt. Så er det og – ok, ha! Dette lærte jeg i fjor, det synes jeg var spennende. Det er, jeg vet ikke om meieriprodukter går innenfor kjøttkategorien?

Intervjuer: Du må bare fortelle likevel.

Deltaker: Ja, for det med, alle vet at: ”Ja, vi drikker melk på grunn av kalsium. Ja, vi trenger kalsium”. Og kalsium er bra, vi trenger jo det. Men i magen, og dette synes jeg er veldig spennende, det gir meg lyst til å bli ernæringsfysiolog for å lære mer om det. Så nå har jeg tatt matte i fjor og nå skal jeg ta biologi og kjemi til våren.

Intervjuer: Spennende.

Deltaker: Åh, jeg elsker kroppen! Det *er* så fascinerende! Men det at det å fordøye meieriprodukter, spesielt, jeg tror – jeg ikke om det er spesielt melk, men meieriprodukter iallfall, er at det avlegges en salgs syrete residue, eh, etterlatning? Og, så kroppen, kroppen prøver jo å balansere seg mellom syrisk og basisk. Og vil alltid være litt mer basisk enn syrisk. Syrisk? Er det ordet?

Intervjuer: Syrete?

Deltaker: Syrete, så slipper vi å blande inn noen land i dette. Så når basen, eller magesekken blir for syrete så bruker den basiske mineraler for å utjevne og balansere det. Og et basisk grunnstoff som den bruker er kalsium. Så, kroppen henter kalsium i fra beinmargen for å balansere ut magen. Så når du drikker mye melk eller meieriprodukter så bruker du mer kalsium enn det du klarer å ta opp. Så du kan si, land som har – tar inn mer meieriprodukter gir også et høyere tilfelle av osteoporose, beinskjørhet. Og når jeg oppdaget det så ble jeg sånn (indikerer sjokk). Og jeg tror en annen ting som gjorde at jeg ble litt mer avholden mot kjøtt og det – ok, det er veldig interessant. Fordi det gjør ikke at jeg er helt avholds men at jeg synes det er greit å ha det i ny og ne. For første gang jeg bestemte meg for å spise mindre kjøtt så var det på grunn av helsen, rett og slett. Jeg skal ærlig innrømme; det var ikke på grunn av dyrene, det er noe som har kommet litt senere. Men jeg leste en bok som heter The China Study, har du hørt om den?

Intervjuer: Den har jeg hørt om ja.

Deltaker: T. S. Collin Campbell. Og det er det største ernærings – det er den største ernæringsforskningen som er blitt gjort, der de tar for seg, nå skal være usikker på å si tall men jeg tror det er 300 000 kinesere eller noe, og ser på korrelasjon mellom mat og krefttyper. Eh, så brukte de funnene deres i en lab med rotter til å finne ut hvordan kjøtt påvirket vekt – vekt? Vekst av kreft. Så de hadde rotter som allerede hadde et gen som ville gi de kreft også matet de dem med forskjellige ting. Og det som er greien er at i kjøtt er det et protein som heter kasein, finner det i meieriprodukter og. Og dette proteinet, kasein, det hjalp kreften å vokse. Så når de ga disse rottene 5% kasein så var det ingen vekst i kreften. Men hvis de skrudde det opp til 20%, da begynte kreften å vokse. Så tok de ned prosenten til 5% igjen og da begynte kreften å krympe. Så de kunne skru kreftveksten av og på. Og da ble jeg sånn: ”Woow!” Så hvis – og da sa jeg til mor og far: ”Hvis dere får kreft, da bestemmer jeg hva dere spiser”. Altså, da blir det plantebasert kost og veldig, veldig lite kjøtt.

Intervjuer: Og da sa de?

Deltaker: Nei, de sa ikke så mye. Mor hadde hjertesvikt – hun har hatt hjertesvikt de to siste – tre siste årene.

Intervjuer: Oisann...

Deltaker: Ja, så hun har jo – de har allerede begynt å kutte ned på kjøtt. Og når jeg lager middag hjemme så synes de det er kjempegodt, og da lager jeg hovedsakelig vegansk. Men da ble jeg sånn: ”Ok, så i små mengder, ingen problem”, det spiser jeg gjerne. Sånn som, jeg spiser melkesjokolade hvis jeg har lyst på, eller ja. Men da ble jeg litt sånn: ”Ok, det her er jo noe de har forsket på i over 20 år”... Så det er – stadig så dukket det opp flere og flere argumenter mot og jeg føler det er på en måte det som gjør at jeg blir litt... føler meg litt dårlig.

Intervjuer: Når du sier argumenter mot?

Deltaker: Argumenter mot å spise kjøtt. Ikke nødvendigvis 100% men spesielt de mengdene vi gjør i dag.

Intervjuer: Er det da rett å si at jo mer informasjon du får om potensielle negative konsekvenser jo mindre får du lyst til å spise, iallfall veldig mye kjøtt?

Deltaker: Ja absolutt. Jeg føler jo det er sånn med alt. Jeg vet ikke, de siste årene – når jeg kom til midten av 20-årene, så, jeg har begynt å bli så kunnskapstørst. Og det er liksom, jeg sitter nå og leser kjemi og biologi bare fordi jeg synes det kjekt. Jeg sitter på Caan Academy og bare – der har de jo anatomi også. Sett video av hvordan hjertet fungerer og hvordan cellene går via lungene og så til hjertet igjen også ut i kroppen. Jeg synes det er kjempespennende! Og jeg tror kanskje det er derfor jeg ikke skjønner at folk ikke vil vite mer om verdenen vi lever i, hvordan ting fungerer. Altså, alt vi ser *kommer* fra en plass. Og alt vi ser av design for eksempel, det er det blitt gjort en spesifikk bestemmelse på. Om det er hvilke farger de skal være, de greiene som henger i vinduet (peker på interiør i kaféen), eller hvordan pottene skal være, hvor høye de skal være og hvor smale de skal være. Hvordan disse hullene skal se ut (peker på hull i telysholder). Alt er liksom – kommer fra et sted og alt er bitt – det har blitt tatt beslutninger på alt. Og jeg interesserer, spesielt når det kommer til sånne samfunns – ikke nødvendigvis problem men tema. Hva som forårsaker disse avgjørelsene. Jeg så hjernevask for noen uker siden, har du sett det?

Intervjuer: Jeg har ikke TV...

Deltaker: Det er spennende. Det er Harald Eia som stiller spørsmål til norske forskere, i hermetegn, eh (ler) også besøker han folk i England og Amerika og rundt omkring. Og disse norske forskerne da, de, han ene nektet å se på en annen forsker sine funn fordi han ville kun gå ut ifra sin egen data. Og det høres jo ikke veldig forskeraktig ut spør du meg. Men det var – han diskuterer tema sånn som vold, rase, og sex, og kjønn. Og de ville ikke ta stilling eller stille spørsmål ved noe som – noe som noen kunne ta seg nær av virket det som. Sånn, hvis han spurte – nå husker jeg ikke noen av spørsmålene, men stilte litt sånn... interessante synes jeg, men litt farlige spørsmål så svarte forskerne bare: ”Ja, men problemet er at jeg synes ikke det er et veldig interessant spørsmål”. Og bare sånn: ”Ok...”. Så de beslutningene, eller det du finner ut, det blir så sendt til Stortinget også blir det lover og regler basert på det du har funnet ut når du har bare sett på... For eksempel mange av de ville ikke engang se på biologi som en del av deres forskning. De ville kun se på atferd. Og jeg synes det var så rart – det var akkurat som om de var redde for at de skulle finne ting som ikke skulle stemme med deres hypotese. Alt hadde kun med miljø å gjøre, ingenting kunne ligge i genetikk eller, ja. Og jeg synes det blir akkurat som de går med skylapper på. Og jeg føler en del av oss går med skylapper på.

Intervjuer: Hvorfor tror du så mange ikke oppsøker informasjon om og vet lite om – ?

Deltaker: Jeg tror at en del folk shun? Ehm, frastøter seg muligheten til å vite. Fordi vi har våre tradisjoner, vi er vanedyr... spesielt for den eldre generasjonen – for jeg merker det er mange flere unge som er åpne for å spise mindre kjøtt og å – og som har litt mer nysgjerrighet for hvordan ting fungerer. I de gamle dager, man trenger ikke å gå lengre enn foreldrene våre, så... det var på en måte sånn det var, de hadde ikke tilgang til informasjon på samme måte som vi har nå. Og det de lærte – å nei! Et godt eksempel på det jeg vil få fram: det var en komiker som snakket om elektroniske dibbedutter. Og han sa at det som eksisterer av elektronikk når du blir født, det er godt, det er bankers. Det bruker vi. Og frem til du er ca 30-35 så godtar du det nye som kommer. Men det er akkurat som når du kommer over et visst poeng, så er det sånn: ”Ånei, nei Ipad liksom, hva skal man med et?”, og alt annet nytt som kommer etter det, det tar man automatisk avstand til. Og jeg føler nesten ar det er litt sånn med informasjon og. At jo eldre enn blir, jo mer nytt som kommer. Så er det sånn...det truer min verden. For hvis en ser på – og nå kommer jeg nesten inn i yoga igjen. Hvis en

identifiserer seg med sine verdier og noen kommer og sier: ”Nei, her er det faktisk grunn for å tvile”, så er det akkurat som om det truer *deg* og ditt syn på verden. Hvis en identifiserer med at: ”Sånn er det” og noen sier nei, så truer de ikke bare din tro, de truer deg som person. Ja, jeg tror det er lett at en tar seg personlig nær av at noen stiller spørsmål ved oppførselen vår, eller vanene våre spesielt. Det å endre vaner, altså det er en grunn til at uttrykket ”Du kan ikke lære en gammel hund å gjø” fremdeles lever i dag (ler).

Intervjuer: Har du opplevd deg kritisert eller truet, for å bruke ditt ord, for å spise kjøtt?

Deltaker: Nei. Han som jeg datet var den første veganeren jeg møtte. Eller, litt sånn motstander av kjøtt. Og jeg husker jeg tenkte: ”Er ikke det litt ekstremt?”, sånn som de fleste gjør (ler). Ehm, men når jeg så litt på hva jeg spiste så var det sånn: ”Åja...”. For det var da den utfasingen av kjøtt og melk hadde foregått. Så da var det sånn: ”Jeg spiser jo egentlig ikke så mye selv”. Så steget videre det var ikke så stort. Men han, han pushet ikke eller noe. Vi snakket litt om det og han... han bare snakket om det han følte. Og jeg følte ingen press. Og jeg hadde ikke tenkt å bli veganer heller. Når jeg reiste til Bahamas så flyttet han til Tyrkia så jeg har ikke sett han siden. Men på yogasenteret da, så møtte jeg jo flere som var veganere også tenkte jeg: ”Aha, dette er et tegn!” (begge ler). Også prøvde jeg når jeg kom tilbake også merket jeg: ”Oi, dette var veldig lett!” –

Intervjuer: Når du var tilbake i England?

Deltaker: I England. Der er det jo mye mer tilgjengelig med produkter som ikke er dyrebaserte. Men jeg lærte meg å lage mat og jeg lurer på hva jeg spiste de første 7 årene jeg bodde hjemmefra! Hvem vet? Men det var først når jeg bestemte meg for å kutte ned på kjøtt at jeg føler jeg lærte å lage mat. For jeg begynte å lage sauser, jeg begynte å mikse inn asiatisk mat... og lager så mye god mat nå! Før så var det liksom ja, pizza og lasagne... ja, taco. Hva laget jeg? Ja, kjøttkaker. Vet ikke.

Intervjuer: Føler du deg flinkere til å lage vegetarmat enn kjøttmat?

Deltaker: Ja, ja! Jeg er redd for å lage kjøttmat fordi jeg har gjort det så lite. Jeg har ikke peiling på om det skal være... jeg har ikke peiling på hvor mye det skal være stekt.

Intervjuer: Sånn medium og – ?

Deltaker: Ja, også er jeg jo redd for bakterier. Så det som jeg synes er veldig greit også hvis en ikke har animalske produkter i maten, så kan en spise det dagen etterpå uten å bekymre seg. Sant? (ler). Så sånn sett føler jeg meg litt mindre bekymret når jeg spiser det. Jeg må ikke ta stilling til det en gang.

Intervjuer: Av det du har tilberedt av kjøtt, merker om det har noe å si hvilken type kjøtt det er snakk om?

Deltaker: Ja, absolutt. Når jeg da – nå er det lenge siden jeg har kjøpt kjøtt. Siden jeg kom til Norge så har jeg ikke kjøpt så mye mat i det hele for jeg bor jo hjemme (ler). Det jeg tar med hjem er liksom flaskegresskar og sånn fordi jeg skal lage nye, spennende retter. Men jeg ville alltid kjøpe økologisk selv om det var dyrere og selv om ja, nå er det mange debatter om hvor bra økologisk er og liksom... de retningslinjene for å få lov til å kalle det økologisk er ikke så bra som vi tror, nødvendigvis. Men, lokalt var viktig for meg. Ehm, på grunn av transport. Og

ja, økologisk. Så jeg kjøpte alltid økologisk kjøttdeig for eksempel. Nå hadde jo ikke jeg bil så jeg kunne ikke dra på noe gårdsutsalg heller. Men er i Norge så ville jeg gjort det.

Intervjuer: Ville du merket en forskjell på å skulle tilberede en hel kylling i forhold til for eksempel kjøttdeig?

Deltaker: Jeg har aldri tilberedt noe så stort som en kylling. Jeg har ikke en gang tilberedt kyllingfilet. Så når jeg spiste kjøtt så var det hovedsakelig kjøttdeig, faktisk. Det har jeg ikke tenkt på. Men nå er jeg jo sånn... synes jo nesten det er litt ekkelt. Jeg har jo sett videoer av hvordan ting kvernes, pølser, salami. Jeg liker veldig godt salami, men... Det kan jeg vel si, det er vel én av de kjøttingene som jeg *liker*. For når folk snakker om at en spiser kjøtt fordi det er godt, da tenker jeg – jeg tror på det altså, det er ikke det!, men da tenker jeg at det er ikke så mange kjøttyper jeg synes smaker godt. Ta for eksempel hvis du har.... Taco da, ikke sant. Det er jo ikke *kjøttet* du smaker, det er jo tacokrydderet. Og det er sånn med veldig mange retter ,Hvis du har en biff så er det jo en helt annen ting. Så klart, det er jo marinade på, men... ja.

Intervjuer: Hva vil du da si er den eller de viktigste grunnene til at du spiser kjøtt? Eller er det smak i noen tilfeller?

Deltaker: I noen tilfeller er det smak, ja. Sånn som med, ja, salami. Eller pepperoni. Nå tror jeg faktisk hovedgrunnen til at jeg spiser kjøtt er fordi jeg ikke vil være til bry. Fordi jeg føler meg til bry.

Intervjuer: I hvilke sammenhenger?

Deltaker: Hjemme. Mor blir stresset fordi hun føler at hun må ta hensyn til meg. Eh, når jeg er på besøk hos andre. Sånn som når jeg var på julebord med [jobb] – Åh gud! Jeg spiste mer kjøtt og ost enn jeg har gjort på et år sikkert! (ler). Det var alt som var. Det var 7-retter og alt var liksom... den sausen, og fisk, og creme fresh og ost på ost på ost, og spekemat – det var helt sykt. Ehm, og jeg følte meg jo veldig tung i magen etterpå. Dét merker jeg jo også en forskjell på, for det – som sagt jeg sa jeg er interessert i magen og hva som skjer, og det og rekkefølge på hvor tungt det er å bryte ned forskjellige mattyper. Sånn som frukt er det som er lettest å bryte ned. Så kommer grønnsaker, og så kommer karbohydrater, eller så kommer fett før det? Jeg tror fett kommer før det. Men sist – nest sist, så kommer planteproteiner, og så kommer dyreproteiner. Og etter det igjen så kommer forskjellige dyreproteiner sammen. Så altså, frukt, hvis du spiser det på tom mage så har det kommet til tynntarmen i løpet av en halvtime – førti minutt, mens kjøtt kan ta, hvis du spiser det for seg selv 1 time, hvis du spiser det sammen med noe kanskje flere timer. Og det er jo i tynntarmen all energien blir tatt opp. Så det hvis man spiser – og det og har mye å si på matvalgene mine, at jeg prøver alltid å spise det som er lettest å fordøye først, sånn at det får tid til å komme til tynntarmen før jeg spiser det tunge. For det blir jo på en måte blandet alt der nede. Så hvis man spiser kjøtt først så tenker man: ”Ok, jeg skal være flink og ha en fruktsalat til dessert”. Spiser du den fruktsalaten, men når den blir blandet med kjøttet som brytes ned så tar det så lang tid før det også kommer til tynntarmen at innen det kommer der så har det vært i så mye varme – og vitaminer tåler jo ikke varme, så da er det ikke så mye vitaminer igjen å ta opp. Så det er egentlig bare, du får ikke den næringen du tror du får. Men det merket jeg spesielt når jeg skeiet ut med kjøtt at: ”Oi, nå ble jeg tung i magen”.

Intervjuer: Så du merket det fysisk?

Deltaker: Ja, men det var helst – jeg merker det ikke nå lenger. For nå kjøper jeg gjerne en iskaffe fra TINE. Jeg er veldig *glad* i iskaffe (ler) og det finnes ikke med sojamelk. Ehm, men jeg merker veldig godt når jeg hadde spist kjøttmat at ”Nå må jeg legger meg nedpå”. Og det trengte ikke å være at jeg spiste en svær biff, men bare at – nesten som om magesekken min ble litt snobbete med tanke på hva jeg spiste. Litt sånn: ”Nei, nei nei nei, det her er jeg ikke vandt til, jeg må jobbe overtid (begge ler).

Intervjuer: Det er jo interessant at du merket det ved at du følte deg tung i magen –

Deltaker: Ja, og som danser eller artist – skoledagene mine varte fra 8 om morgenen til 8 om kvelden, mange timer dansing, mye opp på bena... Det var ikke noe sitte i studiosal. Så det å spise mat som gjorde at jeg følte meg lett i kroppen og ikke følte den tunge følelsen du har etter søndagsmiddag, det var ganske ideelt da, for min hverdag.

Intervjuer: Du nevnte at du har hatt perioder hvor du ikke spiste kjøtt, hvordan opplevde du overgangen til å begynne å spise kjøtt igjen?

Deltaker: Hva var det første jeg spiste da? Hm... Jeg kom til Norge i juli... Jeg gjorde det veldig gradvis – Åh nei!, jeg var jo i bryllup i juni og da tenkte jeg, for jeg var ganske mye med i det bryllupet; jeg var forlover, jeg sang i kirken, også to dager før bryllupet så viste det seg at han de hadde leid inn for å spille et par sanger på kvelde, han skulle jobbe nattevakt kl elleve og hadde ikke sagt i fra. Også hadde han valgt sanger som bruden, bestevenninnen min, ikke ville ha i det hele tatt. Også ville han fremdeles ha betalt for fire sanger selv om han bare kunne spille to... Og jeg er jo egentlig, jeg har vært på begge sider. Så jeg bare: ”Nei, vet du hva, dette her er helt uakseptabelt”. Han bare: ”Nei”, det var liksom full pris eller ingenting. Så da sa jeg: ”Nei, da vil vi ha ingenting”. Da måtte jo jeg finne noen til å spille. Så jeg klarte å finne en venninne, men hun kunne ikke spille piano, så jeg bare: ”Ok, vi har ikke råd til en pianist i tillegg, men jeg spiller piano” (ler). Så jeg introduserte henne også bare smøk jeg meg bak pianoet. Og det var jo så mye i fra morgen til kveld, så jeg ville ikke være til bry ved å ha noe vegetarmat eller lignende. Så jeg, ja, jeg spiste det som var. Og jeg gå litt av steiken til nabomannen, han var veldig fornøyd. Eh, og den, den var god. Men til dessert så hadde vi noe som det var veldig mye følte i. Jeg vet ikke om det var det, men når kvelden kom – jeg hadde så vondt i magen. Åh... Jeg vet ikke om – det var forrett med fisk i noe kremgreier, også var det den svære biffen, også var det masse, masse følte. Og jeg *var* så uvel etterpå. Eh, så der merket jeg jo at det ble litt krøll i tarmsystemet (ler). Men etter det så passet jeg på at jeg var veldig gradvis med overgangen. Sånn at jeg startet gjerne med... ja, prøvde en iskaffe for eksempel. Også hadde jeg ingenting annet melkebasert, også gikk det greit. Men det er vel helst sånne småting jeg har spist. Jeg har ikke drukket melk på år, sikkert. Bortsett fra i iskaffen. Hver gang jeg bestiller kaffe så har jeg soyamelk eller havremelk. Ehm, men jeg tror det har litt med smaken å gjøre, jeg er ikke så glad i det lengre. Av og til og så føler jeg at iskaffen smaker litt eggete. Det husker jeg at jeg tenkte om den Yt proteinshaken, de var det jo sikkert egg i også... Jeg vet ikke om de selger de lengre. Når jeg trente før så drakk jeg alltid en sånn. Men ja, men nå – nå hadde jeg til og med risengrynsgrøt forrige uke. Men det var fordi jeg var litt forstoppet og jeg tenkte: ”Ja men det er jo bare greit hvis dette får (ler høyt)...

Intervjuer: Får fart på sakene? (ler)

Deltaker: Ja, men det gjorde ikke det da. Eller, jeg reagerer ikke på det nå lenger iallfall.

Intervjuer: Men kan du si litt mer om det med å føle seg til bry?

Deltaker: Ja! Ja, det kan jeg. Og dette er veldig interessant. For jeg, jeg hadde – forrige jul så møtte jeg en fyr i England, han het Josh... uaa, hvis du har sett Friends?

Intervjuer: Jaaa, men ikke helt på det nivået?

Deltaker: Ok, bare sjekker (begge ler). Men han inviterte meg hjem til han på middag. Dette var i November i fjor. Eh, supert. Også visste jo han at jeg var en sånn yogaperson da, også sa han: ”Ja ja, du spiser kanskje vegetarisk?”. Og han sa selv at han spiste ikke så mye kjøtt. Så jeg bare: ”Ja men det er jo hyggelig. Hvis du vil ha en utfordring så kan du jo lage vegansk”. Så han laget noe burgere, om det var av linser eller bønner... jeg husker ikke. Veldig godt. Men så tenkte jeg der og da, at jeg trenger en liten pause i fra menn og alt sånn. Så jeg reiste hjem til jul også møttes vi igjen i januar. Og da var det veldig interessant hvordan han hadde endret seg. For når han fant ut at jeg faktisk var veganer så sa han jo at – ååh... nei, han sa ikke så mye på det faktisk! Det var først etter januar at han snakket om at jeg måtte ikke prøve å konvertere han og ditt og datt. Så sa jeg: ”Ja, men jeg driter jo i hva du spiser. Det er din kropp, det er ditt valg”. Men han ble liksom veldig... defensiv. Også fant jeg ut etter hvert at en av bestevenninnene hans hadde gjort Veganuary, der du skal spise vegansk i hele Januar, og hun hadde blitt helt frels. Og hun hadde blitt en skikkelig sånn... aktivist. Så de var på middag også hadde hun begynt å spørre liksom: ”Hvordan klarer dere å spise kjøtt?” og da-da-da-da-da-, etter å ha vært veganer i en måned. Og det er sånn, det er jo de personene som gir de som velger å spise plantebasert et dårlig rykte. Så jeg sa jo aldri at jeg var veganer, jeg sa: ”jeg spiser hovedsakelig plantebasert”. Det gir litt mindre sånn ”Uøgh!” [illustrerer brå bevegelse], hvis du skjønnte hva den lyden var?

Intervjuer: Ja (begge ler).

Deltaker: Så når jeg tok kontakt med han og bare: ”Hei, hva driver du på med?”. Også sa han gjerne: ”Oh, I just ate two massive pieces of cow”. Jeg bare: ”Ok...? Don't care”. Og jeg fikk hele tiden snaps av hvor mye kjøtt han hadde i fryseren sin, og...så jeg føler at all den aggresjonen han hadde mot venninnen sin, mottok jeg. Og jeg fløte at han hele tiden tok opp det temaet. Vi snakket aldri om mat – skal jeg være helt ærlig så var det vel et mer... fysisk forhold enn romantisk forhold. Men jeg husker jeg gikk en dag i mars i fjor, på vei til byen, også så jeg en løvetann som hadde blitt sånn hvit (ler). Og jeg bare: ”Ahh, kjekt!”. Så jeg tok den opp også blåste jeg den ut, også var det storyen min på snap (snapchat). Også hadde han svart: ”Not very vegan of you”. Fordi jeg hadde plukket en blomst. Han var veldig på det, planter har følelser og. Også husker jeg at jeg tenkte: ”Dette orker jeg ikke”. Så jeg slettet han fra snap og jeg slettet nummeret hans. For jeg bare: ”Nå er ikke dette et forhold som gir meg glede lenger. Nå er det bare ork”. Men óg med venninnene mine her hjemme, jeg tror ikke de skjønner helt... hva vegansk er? Hun ene spurte meg: ”Ja, hva kan du egentlig spise?”. Eh, også er det jo veldig: ”Du *kan* ikke spise dette, du *kan* ikke spise dette”. Og da er det sånn: ”Jeg *kan* spise hva jeg vil, jeg bare velger å la være i spise det”. Så med de orker jeg ikke å være til bry. Og hun venninnen min sin kjæreste er årets kokk, han vant årets kokk [anonymisere mer?år], Han skal være, på Kvelden før kvelden så skal han være kokk. Og det var han som laget maten i bryllupet til venninnen min, og... Han er jo veldig kjøtt og ost, som kokk. Så jeg orker ikke, jeg orker bare ikke. Jeg vil ikke at det skal bli et tema med venninnene mine. Ehm, fordi det er jo så klart ikke alle som gir en motstans sånn som Josh gjorde, men det er akkurat som, jeg orker ikke å risikere det. Også er det Norge som er – vi er

så veldig baserte på brødskiven og matpakken vår. Også er det ikke så mange veganske alternativer til en brødskive. Men jeg spiser jo ikke – eller, ikke til en brødskive, men til pålegg. Og jeg spiser ikke så mye brød. Jeg lager heller en couscoussalat eller pastasalat, ja, jeg synes det er bedre. Eller en curry! Åh, jeg elsker curry!

Intervjuer: Det høres jo bedre ut enn en brødskive...

Deltaker: Ja! Og det er liksom, jeg føler at jeg gir mer næring til kroppen min. Fordi jeg tror at med grønnsaker og frukt, så får vi mer av vitaminene og mineralene som du trenger. Jeg tror vi fokuserer gjerne så mye på protein at vi glemmer disse mineralene. Og vitaminene ikke minst.

Intervjuer: Har du vurdert å slutte å spise kjøtt igjen?

Deltaker: Ja. Hele tiden.

Intervjuer: Ok? Er det en konstant – ?

Deltaker: Ja. Ja ja ja (ler). Og det er sånn... Ofte så er det sånn: ”Nei, nei, nå er jeg ferdig, Ingenting mer!”. Også er jeg travel og overarbeidet også er det sånn: ”Greet, jeg kjøper en ferdigpizza”, men jeg kjøper ferdigpizza uten kjøtt. Og så er det sånn: ”Nei, nei, jeg skal aldri mer!” (begge ler). Veldig sånn. Og spesielt når jeg ser... gjerne et bra foredrag eller leser noe om hvordan det påvirker kroppen, så er det sånn: ”Årh, nei, ugh”. Men! Men det er jo ikke bare kjøtt. Det er jo også, sånn som jeg sa, jeg holder på å studere, og eh, jeg – har du hørt om crash course?

Intervjuer: Som en generell ting – ?

Deltaker: Nei, det er en youtubekanal. Og der har de crash course i fysikk, i matte, biologi, fysiologi, sikkert samfunnsfysiologi og. De har sosiologi. Og det er kjempespennende! Og de... du kan lære alt. Og det er virkelig crash course. I – altså, jeg prøvde med kjemi, men jeg bare... jeg har ikke nok grunnleggende kunnskap til å skjønne hva du snakker om. Men, jeg så et par på biologi og da begynte han jo å snakke om transfett. Og det vet vi jo alle er litt sånn... farlig. Eller, ikke bra for oss da. Også nevnte han transfett og bare: ”Det har du sikkert hørt at ikke er bra for deg. Det er helt sant, don’t eat them.” Også vet en jo at: ”Ok, jeg bør egentlig kutte ned på det.” Men så er det sånn: ”Ja, men chips er jo godt. Jeg vil ha litt chips i kveld”. Jeg føler at jeg kan sammenligne det litt med det. Men... jeg føler meg uvel etter at jeg har spist – jeg hadde hjemmelaget pizza her en dag, det var en del ost og pepperoni på det og jeg følte meg uggen etter at jeg hadde spist det.

Intervjuer: Altså at du fysisk merket det i magen?

Deltaker: Fysisk og psykisk, tror jeg. Ja, jeg følte meg ugh. Tyngre enn jeg pleier å være, litt seig på en måte.

Intervjuer: Nå indikerte du et psykisk ubehag i tillegg til det fysiske. Hva gjør du når du opplever dette psykiske ubehaget?

Deltaker: Det kommer an på... tilstanden min. Ta for eksempel den kvelden da. Det var torsdag forrige uke. Jeg var helt utbrent. Jeg hadde blitt sendt hjem fra jobb den morgenen, og

så på ettermiddagen/kveldstid så var jeg danselærer. Og det er fra 7 om morgenen – 7 om morgenen? Fra alderen 7 – 17. Spesielt med de ungene så må jeg jo være på. Så jeg var sliten når jeg kom hjem, også satt jeg og snakket med en av bestevenninnene mine som ikke er av de barndomsvennene men en jeg har møtt nå i høst som jeg bare... klikker med. Vi snakker veldig mye om det her og samfunnsproblemer og global oppvarming og alt sånn. Sånn som jeg egentlig ikke kan snakke med mine barndomsvenninner om. De har det motsatte av kunnskapstørst. De er litt mer fornøyde med det – har funnet seg mann, hun ene er gift og hun andre er gravid. Og jeg elsker de jo så klart, men jeg ville aldri være fornøyd med det å bare... videregående også jobbe i barnehage. Og aldri prøvd å bo et annet sted. Å ikke ville utforske. Jeg, som sagt jeg er 26, jeg har fremdeles lyst til å reise rundt og se hva annet som er, møte spennende folk.

Intervjuer: Og hun nye venninnen din er litt mer sånn?

Deltaker: Ja. Hun er sånn... hun har bestemt seg for at hun – eller, hun er ganske sikker på at hun ikke vil ha barn. Fordi hun føler at å få barn i denne verden ikke er... akkurat som om hun ikke vil at de skal oppleve det. Og det er noe jeg tenker på selv og. Fordi, bare å snakke med barneskolelærere, hvordan samfunnet har endret seg. De skjønner ikke hva som skjer, det har fått alt ansvaret. Og jeg har en venninne selv som jobber som barneskolelærer og det er så mange ekstra problemer de må ta stilling til... Det er – de får skylden for alt, nesten sånn som barnevernet. Altså, enten så er de for seine eller så er de for raske, eller så gjør de det feil. Og lærer har nå fått ansvaret for hvilke karakterer ungene får. Det er sånn, jeg vil ikke... argh! Jeg ser mer stress og problemer enn det jeg skulle ønske.

Intervjuer: Du snakket om den kvelden du snakket med venninnen din?

Deltaker: Ja, ja! Det var da, og da var jeg så sliten. Jeg visste det var noe jeg hadde sporet vekk i fra (ler). Men da kjente jeg etter at jeg spiste det, nå når jeg er så trøtt som jeg er så burde jeg iallfall ikke ha spist noe så tungt. Jeg følte at jeg skulle ha hatt noe som ga meg litt mer energi. Som kroppen ikke ville brukt mer energi på å fordøye. Også når meg og hun til og med snakker om sånne ting som vi gjør så følte jeg eg nesten enda litt verre. Kan jeg gå og lukke døren? [avbrudd fordi jeg reiser meg og lukker ytterdøren inn til kaféen]. Det... åh, jeg hadde det på tungen. Jeg føler at når jeg gjør det så bidrar jeg ikke til samfunnet på en positiv måte.

Intervjuer: Og med dét så mener du å spise kjøtt?

Deltaker: Ja. Og støtte denne voldelige industrien.

Intervjuer: Tenker du av og til at du ikke orker å ta stilling til det? Eller er du alltid åpen for disse tankene eller hender det at du ignorerer dem?

Deltaker: Ja. Det hender jeg ignorerer dem men aldri på lang sikt. Sånn som nå, når jeg spiste den pizzaen da. Da var jeg så trøtt at jeg orket ikke. Jeg tar den ferdige, sånn som mor har laget. Men hadde jeg hatt alternativet om noe annet så hadde jeg valgt det. Ingen tvil.

Intervjuer: Så da var det tilgjengelighet – ?

Deltaker: Ja, tilgjengelighet! Magisk ord. Veldig sant. Og det er sånn... jeg ser alltid på tilgjengelighet. Hvis det er tilgjengelig, så velger jeg det. Den dagen det kommer ferdigpizza

med vegansk ost på i butikken så velger jeg det. Mhm. Og det og, nå *vet* jeg jo at mye av disse veganske produktene er dyre. Men, supply and demand. Jeg vil heller være med å betale de ekstra kronene nå, sånn at disse produsentene ser at ok, her er det faktisk et marked. Og når prisene går det så kanskje flere folk også vil prøve. Eh, og jeg snakket med en av danseelevene mine faktisk, som er 13-14? 8., da er det vel 14 tror jeg?

Intervjuer: Jaa, der omkring?

Deltaker: Ja. Og hun var veganer. Søsteren hennes var veganer. Og jeg bare: "Oi", tenkte jeg, det hadde jeg aldri hørt om da jeg var 13. Men hun bare: "Det er så mange som er det" i hennes generasjon. Eh, som bryr seg om konsekvensene av deres handlinger, bryr seg om verden, framtiden. Og hun sier at det vokser sånn om det er produkter i butikkene. Det merker jeg jo også når jeg bodde i England så meldte jeg meg inn i alle sånne vegetar og veganergrupper, og det var jo så mye aktivitet at jeg bare måtte mute. For de bare: "Dette produktet har kommet i meny, og dette og dette har kommet der. Og endelig, dette kan du spise, dét kan du ikke spise". Så det er jo et – en ser jo en voksende fanskare, eller interessegruppe. Og det er jo spennende synes jeg. Og bare det, jeg snakket med en i England som sier: "Jeg kunne *aldri* blitt veganer", også sa jeg til henne –

Intervjuer: Nordmann eller Brite?

Deltaker: Brite. Også sa jeg til han: "Ja, men det er jo ikke dét det handler om. Om du skal gå 100% veganer. For det er jo det folk tenker, at: "Ååhh, jeg skal bli superavholds til alt". Og det å bare stoppe på dagen... det er akkurat som dietter eller slankekurer; det er dømt til å gå galt. Du må ha en gradvis overgang. Og det hadde jo jeg gi og med at jeg var klar over det, det var dét som gjorde det så lett for meg. Men så sa jeg til han at: "Du trenger ikke å være 100% veganer. Hva med det å bare ha én middag i uken uten kjøtt?". Også sa jeg det: "Hva hvis *alle* i Norge, si de 5 millionene som er her, ikke hadde spist kjøtt én dag i uken, hvor mange millioner dyr ville ikke det reddet?". Og han bare: "You should become president!" (ler).

Intervjuer: (ler) Han ble imponert?

Deltaker: Ja. Jeg bare: "Jeg vet ikke helt om det var presidentmateriale, men..." Men han hadde ikke sett på det på den måten. Og det tror jeg også er tingen, at folk tenker "enten eller".

Intervjuer: At det blir litt svart, hvitt?

Deltaker: Ja, så det er derfor jeg også liker å si at jeg er ikke nazi på det. For ja, det er steder for endringer... ja.

Intervjuer: Du nevnte tidligere at det å skulle slutte å spise kjøtt er en kontinuerlig vurderingssak, er det et mål du har? Skulle du ønske at du ikke spiste kjøtt?

Deltaker: Godt spørsmål. Jeg tror... jeg er egentlig veldig fornøyd med det jeg sa tidligere; spise sånn som vi gjorde i gamle dager. Til høytider og fest. Det er jeg ok med. Men i hverdagen? Absolutt! Tror jeg.

Intervjuer: Så til spesielle anledninger da primært?

Deltaker: Ja, men bursdagen min i august, da er det kun vegansk. For da var jeg sånn: ”Min bursdag, jeg velger vegansk!”. Men da prøvde jeg – åh det var kjempegodt! Vi laget jeg hjemmelaget falafel, mor hadde hjemmelaget veganske vårruller – som var veganske ved en tilfeldighet. Eh, og vi hadde chillisau, også laget jeg en sånn chao-blææ, en eller annen thairett jeg ikke husker navnet på, der jeg laget currypasten selv. Det var bare å blende masse krydder og sitrongress og all slags. Også hadde jeg nudler oppi og masse grønnsaker og sopp. Og det *var* så godt! Jeg føler – jeg føler at en ny verden har på en måte åpnet seg når det kommer til det. Og det med krydder. Sånn som han jeg datet i høst laget – jeg laget, en dish, en curry, til oss, og jeg brukte hele 10 forskjellige krydder! Og jeg bare: ”Wohoo!” (begger ler). Salt og pepper var inkludert i de, men likevel. Jeg følte meg så flink.

Intervjuer: Ja det er sprekt!

Deltaker: Ja, jeg prøvde bare litt forskjellig, det var peanut-turmeric curry. *Kjempegodt*, men kikerter og. Og dét og, med couscous og sånn – grunnen til at jeg begynte å spise couscous var fordi det var så lett og tar kort tid. Som student var det veldig ideelt. Og ikke så tungt å fordøye. Så jeg kunne bare ta couscous i en skål, sette på vannkokeren, ta vann oppå der, tallerken oppå, i det maten er i ferd med å bli ferdig – pish posh, nå er det middag. Også var det dansetime igjen, uten å være for tung i magen.

Intervjuer: Har du vokst opp på [landlig sted i Rogaland]?

Deltaker: Ja, på [sted].

Intervjuer: Hadde du et forhold til gårdsdyr, produksjonsdyr, som liten?

Deltaker: Eh... Jeg husker vi var og besøkte søskenbarnet til faren min på [sted]. Det er der slekten min kommer fra, eller bestefar. Og jeg husker vi besøkte en gård og jeg husker at jeg holdt hånden min på en sånn grind. Vi var inne og så på gårdsdyrene deres og det var en kalv som slikket med på hånne. Og jeg husker at jeg syntes det var så fint. Han var så søt. Det er det eneste – nei! Så husker jeg på barneskolen, vi besøkte to gårder. Den ene fikk vi smake melk direkte fra kua, jeg syntes det smakte fælt. Men så husker jeg og (ler), kjempeteit – det er sånn en tenker når man er 10 år, han jeg syntes var så kjekk, han syntes det sakte kjempegodt. Og da følte jeg meg litt teit fordi jeg hadde sagt at jeg ikke likte det for da ville jeg jo helst like det. Også den andre gården vi var på, da fikk vi gå inn i en svær... jeg vet ikke hva det heter? Hva heter de byggene der hvor alle dyrene er? Et svært gårdsbygg.

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Uansett. Der var det grusomt. Og det var så mange griser. Jeg vet ikke om det var fordi jeg var liten – jeg husker det var mange griser. Men jeg klarte ikke å gå igjennom for jeg syntes det luktet så fælt. Så jeg gikk rett ut. Det er vel det forh – det jeg kan huske i fra barndommen.

Intervjuer: Spiste du mye kjøtt, hadde dere mye kjøtt til middag?

Deltaker: Ja, vi hadde kjøtt hver middag. Men jeg tenkte ikke så mye på at det var dyr, tror jeg.

Intervjuer: Husker du når du begynte å tenke på det?

Deltaker: ... Det var nok i senere tider. Men jeg husker – moren min vokste opp på en liten bygd utenfor Harstad. Og hun hadde et kjælelam som het Pelle, som de en jul måtte slakte. Og hun bare: ”Middagen smakte ikke godt den dagen”. Og jeg husker jeg tenkte når hun fortalte den historien, hvordan hun kunne spise en av bestevennene sine? Og det er jo, det er jo livets gang. Hvis du har en gård der du har dyr, ja eventuelt så må du spise de dyrene. Men det føler jeg er mer circle of life enn når vi avler dyr for at de skal slaktes. At du må tvangs... eh befrukte kyr for at de skal produsere nok melk. Jeg tror det var et helt annet forhold vi hadde til dyr før i tiden. Men nå har vi et forhold til hunder og katter, og... det er akkurat som det er det viktigste av alt, å ha en hund å kose med. Mens andre firbeinte dyr er uvesentlige. Og det er dét jeg synes er så rart, hvordan det kan være så stor forskjell mellom en ku og en hund. Og det er jo ikke bare med kyr. Du ser jo hvordan enkelte mennesker blir behandlet. Om det er, altså... ta tekstilarbeidere. Eller hvordan enkelte folk blir behandlet på arbeidsplassen, om det er – i enkelte tilfeller så er det akkurat som om en hund sitt liv er mer verdt enn en person med dårlig sosial status. Og jeg synes det blir så rart.

Intervjuer: Hvorfor tror du det er blitt sånn at vi er endt opp med klare kategorier over hvilke dyr vi spiser og hvilke dyr vi ikke spiser?

Deltaker: Det er et godt spørsmål. Jeg så en video med en som skrev en phd om dette. Hun hadde laget sånn tegneserie... jeg tror det var et-eller-annet med karnisism, var det hun kalte det. Og jeg tror konklusjonen var at det kommer an på samfunnet hva som er akseptabelt eller ikke. Og sånn som vi er helt glade med å spise gris, det er de ikke i andre kulturer. I andre kulturer er de helt fornøyde med å spise hund. Men vi er sånn: ”Åh det er det verste i verden!”. Hvorfor er det verre enn å spise ku eller sau?

Intervjuer: Hadde du prøvd å spise hund hvis du fikk tilbud om det?

Deltaker: Neei, jeg tror ikke det. Men jeg tror ikke det er så mye fordi det er hund, det er bare fordi hvorfor skal jeg gjøre det? Jeg har ikke noen interesse av å prøve å finne ut hva andre dyr smaker. Jeg husker jeg var på date med en i vår (ler høyt) og han, i England, og han – jeg tror ikke han visste at jeg ikke spiste kjøtt? For jeg prøver å ikke snakke om det – eller, ikke jeg prøver å ikke snakke om det, jeg tar det ikke opp med mindre temaet kommer opp, så sier jeg: ”Nja, jeg er ikke så interessert i det”. Men han hadde liksom bestilt sebrakjøtt på nettet. Og jeg bare: ”Off, dette er en dårlig match” (ler).

Intervjuer: Spiste du det?

Deltaker: Nei! Nei, det var han som hadde gjort det privat

Intervjuer: Det var ikke til middag når dere – ?

Deltaker: Nei, vi dro bare ut og tok en kaffe. Og det ble én kaffe. Mhm, det gjorde det. Men jeg tror, og det er kanskje grunnen til at du ikke har fått så mange menn inn til intervju, at det skal være så – det er liksom mandig å spise kjøtt. Du ser på Texas for eksempel. Der er det, hvis du ikke spiser det og det og det, eller hvis du ikke, hvis du ikke spiser kjøtt som brannmann, så er du liksom: ”pøh, hva slags mann er du?”.

Intervjuer: Hvorfor tror du det er så sterkt, potensielt, knyttet til kjønn, og som du nevnte tidligere, identitet?

Deltaker: Jeg tror det er et slags press fra... samfunn? Eller sosiale medier. Fra reklame rundt omkring. Damer skal jo være så fine og fjåge, da-da-da. Menn skal være barke og tøffe og, det er ikke alle som føler at de passer inn i en av de to kategoriene. Eller den ene kategorien som liksom ska være ditt kjønn. Og... det er jo en del av våre biologiske komposisjon at vi vil passe inn. For hvis du detter utenfor din stamme – tribe, så er du etterlatt til ulvene. Og du vil jo ikke være utenfor. Og, jeg vet ikke om det er i – jeg føler jo at det er i, kanskje i 20-årene når man begynner å modne litt til at en innser at: ”Hey, jeg må ikke gå med sminke hver dag for å bli akseptert. Jeg er mer enn det”. Og bare det, for meg personlig, det var ikke før i fjor at jeg turde å gå på jobb en fredagskveld i baren uten å ta på sminke. Og jeg følte at det var en stor bragd for meg. Og jeg vil ikke være – jeg føler, jeg føler samfunnet, ikke nødvendigvis bare Norge – eller, *spesielt* Amerika, oppfordrer folk til å være uinformerte. Om det er distraksjoner med underholdning og facebook. Og det er så mye dritt folk deler. Åh! Herregud... sånne som ”your face when you see someone cutting your line in the cue, skipping the cue”, eller. Åh. Jeg har slettet alt personlig nå på facebook. Nå er det kun profesjonelt i forhold til skuespill. Så nå driver jeg og unfollow nesten alle vennene mine fordi jeg orker ikke det der ”this is the face of a shaved llama”, 9gag, Unilad... Det bidrar ikke noe til mitt liv. Ehm. Ja men jeg vet ikke hvorfor vi føler det. Jeg tror bare det er at vi vil passe inn, en del av samfunnet. Jeg er veldig... jeg er veldig interessert i det biologiske i mennesket. Og jeg tror i disse likestillingsdager at vi prøver å likestille oss på tvers av våres biologi. Sånn som... nå har vi beveget oss utenfor kjøtt kanskje? Eller, jeg vet ikke. Det med at – ok, ta damer, sant? Jeg hørte en undersøkelse om at når vi har eggløsning så er det større sjans for at vi har one-night stands. Fordi, altså vår biologi, som alle andre pattedyr, er å overleve og å reprodusere. Og når en da er så emosjonell og får mens en så ok: ”Ja, kroppen klarte ikke å reprodusere. Trist. Prøver igjen neste måned”, sant? Og jeg, jeg har begynt å tenke litt mer sånn de siste månedene om... når jeg ser situasjoner, å bare prøve å se ting fra litt mer biologisk perspektiv. Sånn som at, ja, kvinner vil gjerne ha menn som er rike, det er en sånn stereotypisk ting. Så tenker jeg: ”Ja men så klart. Du vil jo ha noen som du kan få et barn med hvor du kan være så sikker som mulig på at de overlever”. Og i vårt samfunn så hjelper penger på det, det er ikke tvil. Jeg sier ikke at penger er viktigere en kjærlighet, absolutt ikke, men hvorfor det er attraktivt i enkelte kvinners øyne. For en ser – jeg har nettopp blitt tante og hun er så herlig!

Intervjuer: Gratulerer.

Deltaker: Takk! Men de er jo – menneskebarn er jo hjelpeløse i flere, flere år. Det er ikke sånn som følet som reiser seg opp 15 minutter etter at det er født liksom. Eller, 15 sekunder, gudene vett, de er kjappe! Så til og med når jeg har cravings så...

Intervjuer: Cravings etter – ?

Deltaker: Forskjellige mattyper. Det var en dag, forrige måned eller måneden før, der jeg hadde skikkelig craving på kjøtt, og det er det ikke så ofte jeg har. I kjøleskapet så har jeg alltid sånne små pepperoni-ting. Og jeg bare spiste det også: ”Ok, nå var det nok det jeg trengte, det var det jeg ville ha. Ok, sånn er det”. Det fikk jeg ikke noe dårlig samvittighet over. Men (ler) jeg har begynt å bli, sant, interessert i kropp og min egen kropp, så jeg begynte jo å loggføre dette da, i sammenheng med min syklus. For å se om det var noen korrelasjon der.

Intervjuer: Hva loggførte du?

Deltaker: At jeg hadde skikkelig craving på noe. Og da var det jo rett føt jeg skulle få menssen.

Intervjuer: At du fikk lyst på kjøtt?

Deltaker: Ja. Eller, jeg tror bare jeg ville ha noe fettete. Men jeg hadde ikke lyst på noe så friskt som avokado for eksempel. Jeg bare: ”Nei, nå vil jeg ha noe litt greasy, men ikke McDonalds-greasy”. For jeg har blitt veldig interessert i å lære mer om min egen kropp. Og det er en app for prevensjon, fordi jeg vil ikke gå på p-piller. Jeg gjorde det før, jeg ble gal. Jeg gråt hver dag, eller annenhver dag. Sluttet, gråt ikke på to måneder. Det var helt ekstremt. Så nå har jeg en ny app, ikke en som bare logger, men istedenfor å ta en pille hver morgen så måler jeg temperaturen min. Den – det er en ting som viser – nei, jeg har ikke telefonen med. Natural cycles heter det. Så det er all slags algoritmer som ser på temperaturen din og du tar noen hormontester... og det er så kult fordi, og det visste ikke jeg; at temperaturen din går ned etter menssen. Og i det du har eggløsning så går den opp igjen, også går den ned igjen. Så den går som en bølge, da. Så det kan ikke være et vanlig termometer. Men der og loggfører jeg hvis jeg har spesifikke ting, enten om det er såre pupper eller noe mer relatert til matcravings. Jeg synes det er veldig interessant å se og bare bli kjent med min kropp og... ja, observere egentlig, hva lyster jeg har.

Intervjuer: Det høres ut som et spennende prosjekt.

Deltaker: Ja. For jeg har gått så lenge og bare tenkt: ”Ja, sånn er det, sånn er det”. Men nå har jeg blitt mer: ”Hvorfor er det sånn? Er dette bare en tilfeldighet eller er det noe som skjer hver måned?”. Men det var vel første gang på lenge at jeg hadde skikkelig craving på kjøtt. Også først så fikk jeg litt sånn: ”Håhhh, skal jeg bare spise en salami?”, men så var det sånn: ”Nei, men nå lytter jeg til et behov som kroppen min har”. Og hadde jeg hatt det behovet fem ganger til dagen så hadde jeg blitt mer bekymret. Men det er det jo med alt. Altså, hadde jeg følt behov for å spise avokado fem ganger i døgnet så hadde jeg også blitt sånn: ”Ok, her har jeg et lite problem” (ler).

Intervjuer: Nå har du egentlig vært innom det meste av det jeg lurer på. Men den siste kategorien er negative aspekter ved å spise kjøtt, er det noe du vil utdype der, noe du har sett eller lest?

Deltaker: Hm. Jeg føler at det dukker opp ting hele tiden. Men det er jo litt av det jeg har vært gjennom. For det første *se* hvordan dyr faktisk behandles, det dukker jo også opp på facebook. Og det med kreft, det med kalsium, det med utslipp og av karbon i produksjonene. Jeg kan jo også ta plastinnpakninger for den slags del – den slags skyld. Og jeg skjønner ikke, uff, jeg ser for meg at det må være en så fæl jobb... å måtte være slakter. Men jeg vet ikke om det er sånn med alt at du blir immun mot ting?

Intervjuer: Hva tenker du er fælt med å være slakter?

Deltaker: Årh, å måtte drepe noe! Fem ganger i tim – nei fem ganger på ti minutt. Eller sikkert enda kjappere. Ja. Lukten, altså... Vi har jo en samvittighet og jeg skjønner ikke, personlig, at det er mulig. *Om* det er mulig, jeg vet ikke at noen har sagt det er mulig, men å

jobbe som det med god samvittighet. I ett av de diskusjonsforumene så husket jeg det var en som hadde postet om det går an å jobbe som slakter og være vegetarianer. Fordi han jobbet som slakter men han spiste ikke kjøtt. Også var det en som kommenterte at nei, det gikk ikke an, ditten og datten. Også ble jeg bare sånn... Også var det noen som hadde linket til definisjonen av vegetarianer på wikipedia. Så bare kjente jeg: "Hvem har bestemt at det er regelen for å være vegetarianer"? Det er jo bare et ord vi har funnet opp. Og da går vi tilbake til etiketter igjen. Men så var det noen som kommenterte: "En slakter som ikke spiser kjøtt er bedre enn en slakter som spiser kjøtt". Da bare tenkte jeg: "Den holder jeg med i, liker den! Fortsett!" (ler).

Intervjuer: Du var inne på det for en stund siden, men i forhold til de negative aspektene, har de påvirket deg på noen måte i forhold til det å spise kjøtt?

Deltaker: Ja, mye.

Intervjuer: Kan du rangere de? Hvis du skulle sagt hva det var du ble bevisst på først?

Deltaker: Det første var vel den China Study, den boken jeg leste. Og så så jeg en del dokumentarer på plantebasert kost og at det hjalp folk med å reversere sykdommer, reversere kreft... Og så, etter det, så kom vel gjerne smaken. Altså, en kan ikke skyve under en stol at norsk mat er litt kjedelig. Altså, brun saus og poteter... men når jeg lærte – eller begynte å oppdage alle disse spennende smakene! Som vi bare har... ignorert, eller aldri turt å prøve. Det er så mye god mat! I tillegg så er det bra for deg. Jeg tror det var det som gjorde at jeg valgte å holde på det mye mer. For hadde det kun vært det kreft eller helseaspektet, så er det lettere å skli ut. Men når en da får lyst på det andre så blir det et mer hverdagslig valg. Sånn som jeg var på [Universitet] og satt og studerte der, og så skulle jeg ha noe mat så jeg så hva det hadde. Også hadde de en kjempegod – det var en ris-ting med avokado og peanøtter og krydder og litt sånn bønn – nei, det var ikke bønner det var kikerter. Det *var* så godt! Så kjente jeg bare: "Ok, her er det jo valg". Eller, tilgjengelighet, da går jeg for det. Også vant jeg på det valget vil jeg si - kjempegodt. Hva annet er det? Ja, også kommer dyrene siden. Det er jo kjekt å vite at en ikke bidrar til mer miljøforurensing, at en ikke bidrar til mer vold. At en ikke bidrar til... kapitalisme (ler). Men jeg er jo veldig bevisst med alt jeg kjøper. Sånn som jeg kjøper ikke klær – men det kan vi ta etterpå. Og jeg tror det kom når jeg begynte å bli interessert i hvor ting kommer fra. Og at det – alt du kjøper er en stemme. Supply and demand. Hvis produsentene ser at de selger mer og mer cola så produserer de mer og mer cola. Hvis de ser at de selger mye mindre så vil de ikke tape penger så da produserer de mindre. Så enkelt er det jo egentlig.

Intervjuer: Miljøaspektet som du har nevnt, er det riktig å si at det er siste – ?

Deltaker: Nei, vet du hva. Jeg tror egentlig det er høyere enn dyrene, nesten. Og antibiotika er jo også der. Åhhh, det er mange! Eh, jeg er ikke så god på å rangere ting.

Intervjuer: Det er jo gjerne ikke en klar rangering heller, men folk blir kanskje bevisst ett aspekt også et annet aspekt senere. Eller de har ett aspekt som gjør at de vil kutte –

Deltaker: Miljø kommer vel egentlig strengt tatt etter smak, men før dyr. For jeg var ikke klar over hvor omfattende, hvor stort omfanget var av produksjonen og hvor mye skade det gjorde. Og jeg føler at disse skadeområdene bare vokser og vokser. At det er ikke lengre bare karbonutslipp i selve produksjonen, det er også hvor mye vann som trengs... det er også hvor

mye forurensning og *dritt* kyrne slipper i fra seg. At det går i vannet i nærheten, at det går utover miljøet til de som bor i nærheten av fabrikkene. Og det er jo det – det er ikke gårder lenger, det er fabrikker. Så tror jeg at det er vel egentlig en generell opplysning jeg har oppsøkt eller fått i løpet av det siste året, over hele verden, egentlig at alt henger sammen.

Informant 5

Intervjuer: Har du en yndlingsrett med kjøtt i?

Deltaker: Jeg er veldig glad i sånn høstgryte med sånn reinskav, det er kanskje det aller, aller beste jeg får.

Intervjuer: Det er fra reinsdyr?

Deltaker: Ja. For det er så sjeldent, men det er så godt. Også er jeg sinnsykt glad i pinnekjøtt, det er...

Intervjuer: Hadde du det nå til jul?

Deltaker: Ja (ler). Et år til neste gang, savner det allerede. Men det er liksom de to tingene der, det er det beste jeg vet.

Intervjuer: Hvilke typer kjøtt spiser du i hverdagen?

Deltaker: I hverdagen så spiser jeg – jeg spiser egentlig mest fisk, men kan lage en god lasagne eller noe sånn. Også er jeg glad i en burger av og til, sånn hjemmelaget med fetaost inni. Også lager jeg av og til kjøttboller med fetaost og krydder, som jeg fryser ned også har jeg til lunsj og sånn

Intervjuer: Så du lager en del selv?

Deltaker: Mhm. Jeg synes det er litt greit. Da vet jeg hva som er i også får jeg det akkurat sånn som jeg vil. Masse – ganske sterkt, mye chilli.

Intervjuer: Nå har du nevnt vanlige typer kjøtt så langt, kan du komme på en type kjøtt som kanskje er litt tabu å spise her i Norge?

Deltaker: Jeg tenker med en gang hvalkjøtt. Dét er jo ganske kontroversielt. Og, ehm, sånn, bare som jeg vet og som jeg alltid tenker meg litt ekstra om når jeg kjøper, det er kylling. Det er liksom noe som jeg alltid har hatt et litt sånn anstrengt forhold til. Ehm, og det er vel kanskje de to jeg tenker på aller mest. Personlig så spiser jeg også nesten heller aldri gris. Det liker jeg ikke, jeg blir dårlig av det. Så det er sånn, det er en ting som jeg ikke – eller, holder meg unna så godt det går. Men det er jo ikke det det er knyttet mest diskusjon til, det vet jeg ikke. Men jeg tenker liksom alltid hval og kylling. De to er ganske....

Intervjuer: Når du tenker tabu... for det er jo ganske vanlig å spise kylling for de fleste? Tenker du da tabu for deg selv, eller tenker du på diskusjon rundt – ?

Deltaker: Jeg tenker mest på alle disse her videoene jeg har sett med kyllingproduksjon og dette her med å sprøyte inn ting i kjøttet. Så jeg tenker ut i fra det så føler jeg, for min del iallfall, at kylling er litt sånn... det, ja. Jeg kjøper det bare hvis jeg virkelig, virkelig vil ha det. Det er ikke noe jeg har lyst til å være en overforbruker av med tanke på produksjonen og hva som kan være inni da, av ting og tang, saltvann og, vet ikke hva de sprøyter oppi.

Intervjuer: Husker du når du begynte å bli bevisst på det?

Deltaker: Ehm. Jeg ble vel ganske bevisst når jeg flyttet hjemmefra, flyttet til [by]. Først og fremst så – fordi ting koster penger (ler) og studenten [eget navn] synes det var ganske drøyt av og til. Og jeg har jo ganske mange venner som tar avstand fra kjøtt og sånn. Jeg har liksom aldri hatt – det har på en måte, jeg vet ikke, jeg har aldri hatt et helt sånn ”det går helt fint”-forhold til veldig mye kjøtt. Men jeg ønsker liksom å lære mer, så jeg er alltid villig til å høre etter. Det er ikke sånn at jeg bare: ”Nei, det gjelder ikke mine kyllinger”. Eh, men ja, kanskje egentlig mest fra jeg – fra 2010 når jeg var 19 år, at jeg begynte å gå enda mer inn i det. Og, egentlig akkurat da så gikk jeg vel mer inn i alt det jeg spiste. Siden jeg måtte betale for det selv så ble det litt sånn: ”Nei, det blir ikke ost nå, det er for dyrt”, og sånn (ler).

Intervjuer: Knekkebrød?

Deltaker: Ja. Mye sånne ting. Så jeg, ja. Men det var vel da jeg virkelig begynte å tenke, for da kunne jeg ta helt egne valg. Ikke at jeg ikke kunne det når jeg bodde med mine foreldre, men da tok jeg jo – da tok de hensyn til meg når de laget mat også tok jeg hensyn til de også. Så... det var vel egentlig da at jeg begynte å tenke litt mer og lese litt mer.

Intervjuer: Husker du hva du – hvordan du reagerte når du begynte å undersøke litt rundt dette her?

Deltaker: Jeg syntes det var skikkelig trist. Jeg har jo vokst opp på gård, og vokst opp ganske selvforsynt. Sånn, jeg hadde aldri kjøpt poteter – visste ikke hvor du fant poteter (ler litt) for vi hadde potetgård. Og mye kjøtt og fisk som jeg spiste når jeg var liten var sånn som onkelen min, som har villsauer på en øy, kom med, og jeg hadde en nabo som fisket. Så mye av det som jeg har fått i meg fra jeg var liten er jo ting som jeg har vært veldig sikker på hvor kommer fra. Eh, og at det ikke har vært en sånn masseproduksjon. Så jeg var vel kanskje nesten litt naiv – at jeg tenkte kanskje at alle hadde det sånn, at det kom en onkel på døren med kjøtt til dem (ler). Så når jeg på en måte skulle begynne å handle inn og ikke bare få det på døren, så ble det – så ville jeg sette meg mer inn i det. Jeg synes jo det er fælt og trist, og helt unødvendig at det skal være så mye lidelse og... hva er det de kalte det? Snarveier i kjøttproduksjon. Det synes jeg ikke er greit.

Intervjuer: Vil du si litt mer om hva du tenker på da?

Deltaker: Ja, altså... Nå vet jeg ikke helt hvor jeg skulle med de tankene, men jeg synes, sånn som det kjøttet jeg har vokst opp med å spise har jo vært fra frittgående glade dyr som har hatt et godt liv først, også har det ikke vært noe sånn – de har blitt drept ganske humant. Det går jo ikke an å si drept humant for det er jo uhumant å drepe. Men på en relativt human måte der det ikke har eh, altså de har ikke blitt avlet for å bli spist. De har levd et liv og så har de blitt spist. Så det var vel egentlig litt sånn, for meg da, det sjokket at ikke alle dyr har hatt det sånn. At ikke alle bønder tar så godt vare på de. Ja, det synes jeg er ganske fælt, gi og med at jeg har vokst opp med glade, friske dyr. Og et ganske sånn... nesten litt sånn – ikke kalt

forhold til det, men det har liksom, siden jeg har vokst opp på gård, så har det jo vært en del av livet at liksom... der kommer slaktebilen. Eller sånn. Men det, ja, når det på en måte ble større enn bare mitt eget forbruk, min familie sitt forbruk, så skjønnte jeg jo at produksjonen måtte bli mer sånn industristørrelse. Og ja, synes – sånn som det foregår synes jeg ikke er greit. Jeg synes det er fælt at dyr ikke skal få leve før de skal bli spist. Og jeg vet ikke – jeg vet ikke helt, men føler at jeg har lest litt om at de sprøyter de inn med ting og anabole steroider for at det skal se fint ut, og saltvann og sånn. Og det... er helt grusomt, rett og slett.

Intervjuer: Har du vært med på slakt på gården når du var liten?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Kan du si litt om det? Husker du første gangen?

Deltaker: jeg husker veldig godt den våren jeg skjønnte eh, eller – besteforeldrene mine hadde sauene da, det er naboene mine. Så det var liksom deres gård. Og for meg, når jeg var veldig liten, så var det liksom bare at det kom en bil og tok de med til et slakteri. Bestefaren min var alltid med for han ville se at de gjorde det skikkelig og at det ikke var noe tull. Han var veldig dyrevenn, så han var alltid med til slakteriet. Og når jeg – jeg husker veldig godt første gang jeg skjønnte at det var ikke – altså, de skulle ikke springe rundt på landet, at slakteriet var... det var ikke bare sauene som skulle på ferie, de skulle vekk. Jeg husker jeg syntes det var ganske fælt. Også bestefaren min som sagt, han er jo bonde, han er vokst opp i et helt annet liv enn det jeg har, eh, han skjønnte jo at jeg syntes det var litt fælt og satt og gråt på trappen hans og sånn. Lurte på hvordan han kunne gjøre sånne ting. Så han tok meg med da, bare sånn for å vise at... sånn blir det gjort. Og liksom, den maten der det er den vi spiser. Og forklarte meg litt da, at de har jo hatt et godt og fint liv hos oss. Fått springe rundt og spiste. Også fikk jeg være med da, inn på slakteriet og se litt. Eh, jeg syntes det var ganske – jeg så ikke alt, det var, bestefar ville ikke la meg få være med og liksom... sånn. Men han forklarte meg jo hva det gikk ut på når de kom inn her og sånn Sånn at jeg liksom skulle forstå litt mer. Også fikk jeg være med å se når det var ferdig, på fryseren, når det hang sånn kjøtt rundt om kring.

Intervjuer: Når det var stykket opp?

Deltaker: Ja. Jeg fikk ikke se noe flåing eller... det er jeg veldig glad for i dag. Men det var, egentlig sånn sett, en ganske fin opplevelse at jeg fikk vært med. Og de som jobbet – nå husker jeg ikke hvilket slakteri det var eller noe sånt, men de var og veldig flinke til å forklare og... jeg fikk litt sånn – følte meg litt sånn VIP, fikk gå rundt med sånn nett på hodet. Så jeg tror egentlig bestefar forstod nok hva han gjorde. Det ble veldig sånn: ”Sånn skjer og sånn”, og ja. Men det er jo en opplevelse som jeg husker veldig godt da. Men på ingen måte som noe veldig traumatisk, men kanskje mer et sånn skifte fra at alt er bare fint (ler) og ingen dør, til jo, de sauene som er hos oss de dør. Så det var mer det da, at det ble litt sånn virkelig. Men jeg vil ikke si traumatisk egentlig, bare sånn: ”Jeg husker det”. Verken som noe veldig positivt eller som noe veldig negativt. Bare et skifte, at jeg gikk fra å bare spise til å bli litt mer bevisst på hva som faktisk var bak alt det vi spiste.

Intervjuer: Har du vært med på slakt i senere tid?

Deltaker: Nei, det har jeg ikke.

Intervjuer: Har du slaktet selv noen gang?

Deltaker: Nei.

Intervjuer: Er det noe du tror du kunne gjort?

Deltaker: Nei. Nei, det tror jeg egentlig ikke at jeg kunne gjort i det hele tatt. Det... nei, det kunne jeg ikke... i det hele tatt gjort. Nei, uff. Jeg har liksom vært med å sløyet *fisk*, men that's it. Og det er og noe jeg aldri har gjort på egenhånd. Og noe jeg heller aldri tror jeg kunne gjort på egenhånd.

Intervjuer: Var det sammen med fiskeonkelen?

Deltaker: Ja, også – vi har hytte og der kan vi fiske en del og spise fisk og sånn. Så der har jeg vært med mor og far og sånn og sett på når de har ordnet opp og sånne ting. Men det er og noe som jeg bare kjenner... det kunne jeg heller ikke funne på, å klaske en fisk i..., liksom det funker ikke.

Intervjuer: Klarer du å beskrive hva det er som byr deg i mot ved å skulle gjøre det?

Deltaker: Jeg tror, jeg tror aller mest det at jeg med mine egne hender skal ta et liv, er vel kanskje det som jeg – jeg vil liksom ikke... på en måte se – jeg ville ikke være med på å gjøre det med mine egne hender. Det blir litt for heftig. Jeg er litt sånn... (ler). Sånn som når de sitter på farmen og sånn og slakter rundt, da... dét er liksom grunn nummer én: jeg kunne aldri vært med på farmen. For jeg hadde vært den som satt og gråt med hønene og sånne ting.

Intervjuer: Der slakter deltakerne selv?

Deltaker: Ja, der er de med på slakt. Og det... nei, det kunne jeg ikke gjort.

Intervjuer: Det er jo veldig mange som sier at de aldri kunne slaktet et dyr men som spiser kjøtt som sa er slaktet av andre. Hva tenker du om det valget?

Deltaker: Ja, jeg har jo tenkt ganske mye på det. Jeg har jo på en måte – siden jeg flyttet for meg selv prøvd å bli en mer bevisst forbruker da, i alt. Altså, plast og sånn, og har jo kuttet ganske mye eh, mye, mye spisedyr og produkter laget av dyr. Så det er jo noe jeg tenker på. Egentlig nesten daglig, at liksom, jeg kunne ikke gjort det selv men jeg spiser det likevel. Og det er jo ganske sånn two-faced å si: ”Jeg kunne aldri gjort det”, og så likevel spise det. Så det er, det er en sånn indre, liten kamp. Og jeg synes ikke det er – altså, det er ikke noe jeg ikke tenker på. Jeg tenker på og, og en grunn til at jeg har kuttet mye kjøtt er liksom, jeg må på en måte – ikke rettferdiggjøre, men jo nesten rettferdiggjøre at det er sånn. Og jeg skulle jo selvfølgelig ønske at alle dyr hadde det som dyrene på gården vår, at de fikk levd et fullt og fint liv *først*. Da hadde jeg ikke slitt så mye med det. Men med tanke på hvordan kjøttindustrien er nå så synes jeg det er vanskelig. Og ja, det går opp og ned (ler litt) hele tiden, det gjør det.

Intervjuer: Kan du si litt om hvilke – du sa at du hadde en liten indre konflikt, hvordan opplever du den? Hvis du for eksempel sitter og spiser kjøtt, hva gjør det med deg?

Deltaker: Jeg blir bare litt sånn... jeg vet ikke, jeg blir kanskje – jeg blir bare litt sånn... vet ikke helt hva jeg skal si. Det er ikke bare nytelse da, når jeg spiser det. Selv om jeg synes det er godt og sånn så er det kanskje en sånn ettersmak som er litt sånn, der jeg tenker at dette er jo en del av en større industri og miljøet, og alt mulig sånn. Så det kan ofte bli til at jeg begynner – går inn i en sånn youtube hull der jeg bare må google masse og ender opp med en etter en video. Ikke, ikke hver gang. Sånn som på julaften da tenkte jeg ikke så mye på de sauene. Men det... da er det liksom noe helt annet. Men når jeg lager mat selv så tenker jeg jo på de – eller, som en person selv, så tenker jeg på de sporene jeg etterlater i det meste jeg gjør. Og også på de dyrene som har måttet bøte med livet også sitter jeg og spiser de. Det er jo liksom, ja, det er bare god mat med en litt sånn rar ettersmak. Litt sånn, vet ikke helt hva jeg skal si. Bare, det er liksom ikke ren nytelse, det er litt sånn: ”Det var veldig godt, men var det verdt det?”, nesten.

Intervjuer: Har du kommet fram til en måte å håndtere det på? Hvis disse tankene kommer krypende mens du spiser, har du funnet en måte å løse det på?

Deltaker: Ja, altså, noe av det er jo at jeg har kuttet ganske mye ned på animalske produkter. Og det, og kuttet ned på mye forbruk av plast og sånn for jeg tenker at jeg, jeg tror nok aldri jeg kommer til å bli en vegetarianer eller en veganer eller noe sånn, men jeg har iallfall lyst til å gjøre mye annet da, som ikke – sånn at ikke alt jeg legger i fra meg på jordkloden er bare dritt. At jeg er litt – som jeg sa, at jeg er en bevisst forbruker. Jeg forstår at når jeg går og kjøper noe som er pakket inn i plast så er det en konsekvens. Eller, det er en konsekvens til å forbruke det. Så det er en av måtene jeg har taklet det på, er å bare kutte ned. Og også faktisk, en av måten er å ikke si liksom: ”Jeg skal ikke spise kjøtt”, men å bare spise det når jeg har lyst på det. Det er ikke noe sånn at jeg skal bare spise 100 gram i uken eller noe sånn, men det har nesten blitt det fordi jeg prøver å finne andre ting å spise som også er godt. Det er jo så mye annet kjekt. Å utfordre meg selv til å prøve nye oppskrifter, jeg er jo veldig glad i å lage mat. Og da har en av måtene å takle den lille dårlige samvittigheten på vært å – å finne en kokebok også se: ”Kanskje jeg kan lage dette uten kjøtt?”, også blir det kanskje like godt kanskje det blir *nesten* like godt bare, men da har jeg iallfall lært det og jeg vet at jeg kan gjøre det og har et alternativ. Så jeg har brukt mye tid på å kunne lage flere retter som også er uten kjøtt. Og det er en måte å deale med det på, at jeg prøver å sette med inn i andre spisevaner.

Intervjuer: Synes du det er lett å lage vegetarisk middag?

Deltaker: Ja. Nå begynner jeg å få litt teken på det. Det er så mye på nettet, sånn som hun der Veganmisjonen er jo fantastisk. Også tror jeg jo og at folk, altså folk er jo mer bevisst på det også. Det er jo Meatless Monday, at det er mer synlig, også er det blitt enklere å finne oppskrifter. Jeg har kokebøker og – men jeg er og en litt sånn kokk som bare: ”Kanskje det blir like godt med masse kikerter oppi?”, jeg er – jeg følger en oppskrift men så plutselig så bare skeier jeg helt ut og bare: ”Prøver dette. Og kanskje søtpotet og falaffel er en god mix”. Og det er det. Det er skamgodt. Så jeg er litt sånn da. Men jeg synes det er veldig fint at det er så mye som er tilgjengelig. Du trenger ikke å gå og kjøpe en kokebok, men det ligger så mye på nett. Det er mye som er enkelt. Jeg kan bli litt sånn demotivert hvis det er masse sånn ekstrating som folk flest kanskje ikke har i hyllene sine, sånn ting, jeg vet ikke hva det heter en gang. Men når det er sånn tusen forskjellige ting det bare skal være en teskje av oppi, så blir jeg litt sånn: ”Haaar det noe å si?” (ler). Men ja, jeg synes det er fint at det er så mange ressurser da, at vi har internett og at vi kan lære så mye og få så mye informasjon. Du har iHerb hvor du kan bestille ting, og det synes jeg er helt fantastisk.

Intervjuer: Det gjør det litt lettere å lage vegetarisk mat?

Deltaker: Jeg synes det. Du har alle ressurser til å lage vegetarisk mat, da er det jo enkelt, egentlig. Også har du jo og – jeg har aldri ikke likt grønnsaker men jeg har vært veldig: ”Disse liker jeg og disse liker jeg ikke”. Også har jeg blitt voksen og funnet ut at jeg liker egentlig alt (ler), nesten alt. Eh, så da har det også blitt litt enklere da, at jeg har funnet ut at... sånn for eksempel søtpotet i *alt*, det liker jeg veldig godt. Og jeg trodde aldri at jeg skulle like kikerter og kjøpe det så mye, nå er det vanlig på handlelisten min. Det er bare sånne små ting – sånn som jeg lager rundstykker med squash i, dritgodt. Så det er bare sånne småting – det var egentlig sånn det begynte med at jeg ble mer, spiste mer vegetarisk, ved at jeg bytte ut bare småting om gangen. Jeg ble jo – fikk vite i en alder av 21-22 at jeg var laktoseintolerant. Så det var jo et langt liv med mye vondt i magen som var helt unødvendig (ler). Så, og etter det så ble jeg jo mer... da begynte jeg å bytte ut en og en ting. Ble veldig glad i mandelmelk også har du den der sjokolademelk-soyatingen som jeg *elsker*. Så jeg begynte liksom bare å bytte ut en og en ting også plutselig fant jeg ut at: ”Åh, jeg kan jo bytte ut det aller meste”. Utenom ost, det har jeg ikke klart å finn et godt alternativ for. Kremost, det er mye gode kremoster som er veganske, men ost til å ha på pizza og sånn det er det ikke. Så det, utenom det så synes jeg det er enkelt (ler).

Intervjuer: Det blir jo som du sier et større marked for det og en økt etterspørsel etter det, og da blir det jo lettere tilgjengelig.

Deltaker: Ja. Og at det er synlig, at folk snakker om det. At det – sånn som på Kiwi her, de har disse her, hva er det de heter? Oomph og alt det der. Som jo er veldig fint i en sånn overgang, nå føler ikke jeg lengre at jeg trenger så veldig mange produkter som etterligner kjøtt som jeg gjorde i begynnelsen. Så nå synes jeg, prøver det ut, men så finner jeg ut at det... jeg trenger det egentlig ikke. Men jeg synes det er veldig fint for folk som ønsker å kutte ned litt og ikke ser en annen mulighet enn å ha en sånn: ”Dette her er proteinet ditt, det må være som en kylling”. Så for folk som har det behovet så er jo det – det er jo helt fantastisk egentlig. Og at du får annet enn bare soyamelk i butikken, at det er mandelmelk og alt mulig, kokosmelk og sånn. Da blir jeg skikkelig glad.

Intervjuer: Nå tenkte jeg å prate litt om viktigheten av kjøtt for deg og du var jo inne på det tidligere i forhold til jul og pinnekjøtt. Kan du se for deg for eksempel julaften uten kjøtt?

Deltaker: Ja, jeg kan – altså ja, jeg kan vel egentlig det. Men jeg kan ikke se for meg en hel advent uten pinnekjøtt på en måte. Sånn som når jeg er på julebord med jobben så velger jeg vegetariske alternativer fordi jeg vil spare pinnekjøttet til julaften. Men jeg kan jo også bytte det ut på julaften og heller ha det en annen dag. Men pinnekjøtt er liksom... jeg må ha det i løpet av året da. Det må jeg. Akkurat det er nok vanskeligere å bytte ut. Men jeg har ingen problemer med å bytte ut i julen. Det har egentlig ikke noe å si om det er på julaften. Vi har også vært en sånn familie som spiser pine kjøtt i påsken. I stedet for påskelam, sånn at det er ikke så knyttet opp til høytiden med i løpet av et år så må jeg...

Intervjuer: Ha en dose pinnekjøtt?

Deltaker: Ja, det må jeg faktisk. Men jeg er ikke sånn, jeg kan godt spise nøttesteik til jul jeg, det er ikke krise. Så lenge jeg får se Tre nøtter til Askepott (ler), det er liksom det viktigste. Å være med familie og bare ha det fint. Så har det ikke egentlig noe å si hva som er på bordet.

Men når det lukter pinnekjøtt og kolerabistappe da er det liksom gjort, da går det ikke å se for seg en jul uten. Men hvis jeg ikke er der så går det helt fint. Jeg feiret jul i Sydney, der spiste jeg ikke pinnekjøtt og det gikk helt fint. Så, men da hadde jeg pinnekjøtt før jeg dro sånn at jeg fikk det liksom inn da. Men en, det er liksom en runde i året, da må jeg ha det.

Intervjuer: Du nevnte at du har noen venner som ikke spiser kjøtt. Hvor viktig er kjøtt i sosiale settinger – gå ut og spise, invitere på middag?

Deltaker: Altså, jeg er litt sånn, hvis jeg inviterer venner på middag som er vegetarianere så er det jo ikke sånn at jeg lager vegetar som en siderett, da er det jo – jeg tar jo hensyn til de jeg inviterer. Jeg ville jo ikke invitert dem hvis jeg ikke hadde lyst til å lage mat til dem, så. Der er jeg veldig sånn, jeg har ingen problemer med å invitere på vegetarmat i det hele tatt. Og jeg synes ikke kjøtt er viktig når jeg er med mine venner. Det, det kan være det samme liksom. Men god mat er alltid kjekt, og hvis jeg er ute og spiser så veksler jeg mellom vegetar og ikke, ut i fra hvilket tilbud de har på den plassen og hva jeg føler for den dagen. Men – og sånn som når jeg bodde i London da valgte jeg veldig mye vegetar, for der har de større utvalg og mer spennende ting å prøve seg på enn i Norge, der det var veldig lenge bare sånn: ”Her har du en salat” (ler). Så eh, hvis det er et godt alternativ så tar jeg det. Det gjør meg ingenting, jeg synes det er spennende at det kommer gode alternativer i [by også]. Så det, jeg synes ikke det er viktig når jeg går ut og spiser eller inviterer folk på middag, det gjør jeg ikke.

Intervjuer: Har du noen gang tilpasset deg, enten den ene eller andre veien i forhold til hvem du spiser sammen med?

Deltaker: Ja, det tror jeg nok at jeg har. Jeg har jo – men med venner som er vegetarianere og veganere da tar jeg jo selvfølgelig hensyn til det, det er jo akkurat akkurat som de tar hensyn til at jeg ikke tåler melk. Så føler jeg på en måte av at mine venner så kan jeg forvente det, og de kan forvente det av meg, at jeg kommer ikke til å snike inn kyllingbuljong i maten liksom fordi det er sånn det alltid er blitt laget, sånn gjør jeg ikke. Men... og jeg har nok sikkert og tilpasset meg andre veien, at jeg har valgt kjøtt med noen folk heller enn andre, kanskje. Men jeg har ingen problemer med, hvis jeg er ute og spiser med mine vegetarianer venner, at jeg bestiller kjøtt. De har heller ikke noe problemer med det. Men jeg har nok, ja kanskje andre veien har jeg nok egentlig gjort mest, at jeg har spist kjøtt med noen folk, eh fordi – men da er det kanskje og det at – at, nei jeg vet ikke. Det har jeg egentlig ikke tenkt på, at jeg har tilpasset meg andre veien. Det har jeg faktisk ikke tenkt så mye på, egentlig. Men det har jeg nok, at jeg har valgt kjøtt når jeg egentlig i utgangspunktet tenkte vegetar. Men det har nok kanskje mer med at eh, at det er litt sånn: ”Åh, hvis alle tar en ting så kan vi smake litt på hverandres” også har det bare blitt sånn da. Ja, det har jeg faktisk ikke tenkt så mye på. For jeg vet at jeg har tilpasset meg andre veien, men kanskje, ja.

Intervjuer: Klarer du å beskrive hvorfor du spiser kjøtt? Hvorfor er det en viktig del av det du spiser?

Deltaker: Jeg tror først og fremst er det fordi jeg har vokst opp med det. Nå har jeg vokst opp i en familie der det ikke er sånn at vi har spist kjøtt hver dag. Og det er liksom, det har ikke vært en sånn... at vi har hatt – ja, det har ikke vært noe sånn at vi bare har spist det og ikke har tilpasset. Vi har spist mye vegetar, har spist mye fisk og sånn. Men det er nok, har nok en del med hvordan jeg har vokst opp, at vi har spist kjøtt. Men så har jeg en far som ikke spiser kylling, en mor som ikke spiser svin, så det har liksom hele tiden vært ting som har gjort –

”Ok, pappa er på hytten da kan vi spise kylling” (ler) og sånne ting. Men... det er et godt spørsmål. Men jeg tror og det har med hvordan jeg har vokst opp – tenker sånn som svigerinnen min da, han her minste nevøen min han er 1.5 år, og hun er veldig sånn, venter veldig lenge med å introdusere sukker. For det er jo et behov du som barn ikke har. Og jeg tenker også det samme med kjøtt, hvis du ikke blir introdusert for det så har du ikke et behov for det på samme måte. Så gi og med at jeg har blitt introdusert for det så har det blitt en del av min diett. Jeg tror ikke den kommer til å forsvinne helt men å ha kuttet ned på det det gjør meg ingenting. Men jeg tror ikke det kommer til å forsvinne helt, egentlig. Men det er nok – ja, det har nok med tradisjon og vane, kanskje mest av alt. Og det at – sånn som at i aviser og kokebøker så er jo kjøtt så ofte hovedrollen i måltidet at hvis *det* fokusert snur litt så hadde – eller, hvis det ikke hadde vært fokuset så hadde jeg kanskje ikke spist så mye kjøtt. Så jeg tenker kanskje det er det, vane og tradisjon.

Intervjuer: Hva tenker du i forhold til smak og tilgjengelighet?

Deltaker: Tilgjengelighet er klart, det er jo over alt. Det (ler) det er jo helt sykt egentlig, hvor mye forskjellig kjøtt du går og sånn. Og smak for meg det – sånn som jeg sier, pinnekjøtt det må jeg liksom ha, det er jo viktig det og, men jeg tenker og at det er ikke – det er nok ikke smaken som er grunnen til at jeg i utgangspunktet har spist det, det er nok vane og tradisjon, og så... Men ikke først og fremst smak. Men smak er jo en viktig del av det. Og sånn som jeg sier, jeg kommer jo sikkert ikke til å slutte å spise det helt. Og det har jo med smak å gjøre. For da hadde jeg savnet smaken hvis jeg skulle sagt: ”Nå er det stopp”, da hadde jeg sittet der og surmulet på julaften og sånn (ler). Men ja, altså, det er jo det at det er tilgjengelig over alt. Det er jo helt sykt egentlig, et land der vi lager så mye grønnsaker (ler), at kjøtt fortsatt er en *så* stor del av det. Det er helt sprøtt egentlig.

Intervjuer: Husker du at du på et tidspunkt bestemte deg for å spise kjøtt?

Deltaker: Nei, det kan jeg ikke huske. Jeg vet at jeg – jeg, det har nok bare vært en del av livet mitt tror jeg. Jeg har ikke på noe tidspunkt sagt: ”Nå, nå skal jeg spise kjøtt”. Jeg vet jo at jeg ikke likte det når jeg var liten, ganske lenge egentlig. Eh, og sånn er det fortsatt enda, jeg spiser aldri kjøttpålegg, jeg synes ikke det er godt. Nei, aldri likt det.

Intervjuer: Ingenting?

Deltaker: Jeg har salami, jeg synes servelat er ekkelt, og (ler) sånn kjøttpålegg har liksom aldri vært en del av mitt liv. Eller, en periode i barnehagen når jeg likte servelat men etter det så har det liksom forsvunnet. Det har nok litt med det å gjøre og, at jeg har ikke likt alt og jeg liker fortsatt ikke alt. Jeg bestemte meg jo tidlig or at jeg ikke ville ha servelat og salami og har holdt på det, jeg har ikke på en måte prøvd å re-introdusere det. Selv om jeg sikkert på et eller annet tidspunkt ville begynt å like det så har jeg ikke noe behov for å introdusere det igjen for hva skal jeg med det, egentlig? Så jeg holder meg til de jeg vet jeg liker, jeg er ikke sånn kjempeopptatt av å liksom utvide kjøttthorisonten, egentlig (begge ler). Det er jo veldig mange som er sånn: ”Wow, denne her indrefiléen, eller dette her er kjøtt som er røykt i tusen år” og sånn. Det er ikke jeg interessert i. Jeg synes det er mer spennende å eksperimentere med vegetariansk mat. For sånn som jeg sier – jeg *trenger*, altså jeg har ikke behov for å – eller, jeg har jo ikke det behovet for salami så hvorfor skal jeg skape det når jeg egentlig ikke trenger det, tenker jeg.

Intervjuer: Da er på sist kategori og du har vært innom det allerede – negative aspekter knyttet til det å spise kjøtt. Du har nevnt dyrevelferd og produksjon i stor skala, og plast. Vil du si litt mer om hva du kanskje har sett eller lest om negative konsekvenser av kjøttproduksjonen?

Deltaker: Ja. Først og fremst så tenker jeg jo miljø med en gang, at vi overproduserer og regnskogen... altså det er liksom, alt henger sammen og jeg synes det hadde vært veldig fint å ha en jordklode som er i noenlunde stand å gi til fremtidige arvin – eller, generasjoner. Selv om det ikke ser så veldig lyst ut akkurat nå. Så jeg, grunnen til at jeg begynte å kutte ned var vel egentlig det store aspektet. Og at jeg ønsket å føle at jeg iallfall gjorde en bitteliten del i det store for å bedre det. Og også jeg har vokst opp med dyr, jeg er veldig glad i dyr og jeg har ikke lyst til at de skal ha det vondt, og jeg har ikke lyst til at de skal bli avlet opp til å bli spist, de skal jo ha et liv *først* iallfall, tenker jeg. Og jeg synes, altså mase produksjon og disse her industriskala... slakting og sånn, jeg synes det er helt på trynet. Jeg har jo kuttet ned i bruk av, som regel – eller, 90% av produktene jeg bruker, på kjøkken og sminke og alt sånn, er jo også ikke testet på dyr. Det begynte egentlig med det da, at jeg ville kutte ned på det fordi jeg syntes det var skikkelig rart at min forfengelighet skulle gå ut over et annet levende vesen. Også er det dokumentarer på Netflix og alt mulig sånn, og Youtube og folk deler rundt om kring, som og har gjort at jeg har – som jeg sier blitt litt mer bevisst da, på mitt eget forbruk. Men jeg ser på det, først og fremst, i stor skala, og med et miljøperspektiv, jeg ønsker ikke å legge igjen et *så* dypt spor etter meg da. Og etter mitt liv, jeg synes ikke min livsstil skal vær en så stor belastning. Så i samme slengen så har jeg jo kuttet mye plast og gått over til andre produkter. Veldig opptatt av å ikke kaste mat, det gjør jeg så å si aldri. Jeg synes det er, jeg får helt vondt i magen av det. Fryser ned og alt mulig, lager min egen buljong (ler) av liksom kappa løk og gulrot og sånn og fryser ned i terninger. Så det er vel først og fremst storskala-miljøperspektivet jeg har sett men så har jeg jo og en barndom full av dyr og jeg vil ikke at dyr ikke skal ha et liv, rett og slett. Og jeg synes, ja, det er ekkelt at vi mennesker føler at vi bare kan gjøre som vi vil når de faktisk er – vi er én rase, det er titusenvis forskjellige dyr som og har rett til å leve, så jeg synes det er veldig rart at vi bare har bare liksom tatt så for oss da uten å tenke på konsekvensene.

Intervjuer: Hvorfor tror du er det blitt sånn at vi mennesker har tillatt oss å ta såpass for oss?

Deltaker: Jeg tror, først og fremst er det på grunn av økonomi, at vi har hatt god økonomi. Og ting som – mine besteforeldre spiste nesten aldri kjøtt fordi de hadde ikke råd til det, bønder og fiskere, hele gjengen, Men så når de da faktisk har råd til å unne deg selv noe godt så gjør du det oftere, og så har det blitt en del av hverdagen. Og så klarer vi ikke å se – vi klarer ikke å gå tilbake til at det faktisk ikke var mulig å spise kjøtt hver dag for mange. Så vi har på en måte latt det gå så langt at det er vanskelig å trekke tilbake. Og det må jo egentlig en ending i de fleste sine liv for å på en måte gjør noe med det, egentlig. Men jeg tror bare det har med at vi har fått bedre råd, pluss mer folk. Og så har vi bare ikke, vi har tenkt at det å unne seg selv noe, det er liksom helt greit også har vi hatt skylapper på og: ”Vil ikke se, vil ikke høre”. Også tror jeg jo at vi ikke har forstått konsekvenser. Sånn som på Røros da, der, det er jo nesten ingen trær der på grunn av gruvedriften. De var ikke klar over at slaggproduksjonen og alt det der skulle gjøre at det ikke vokser ting der så godt lenger, altså akkurat inne i byen. Så jeg tror nok det er litt det og, at vi har jo ikke vært klar over det for vi har ikke gjort det før. Vi har ikke vært på en så stor skala før, vi har ikke vært så mange mennesker, med så mange krav til hvordan vi vil at livet vårt skal være. Så jeg tror, ja, jeg tror det har litt med det å gjøre, vi har ikke forstått at vi ikke kan unne oss hver dag, selv om vi har penger til det og selv om det er på butikken hver dag. Det er jo ikke en menneskerett å bare ta for seg sånn,

egentlig. Altså, vi må jo tenke litt lenger. Jeg tenker det iallfall. Vi har jo mer penger, vi har muligheten til det så hvorfor ikke gjøre det? Også har vi ikke sett konsekvenser.

Intervjuer: Vil du si at den informasjonen vi har tilgjengelig om potensielle konsekvenser er lett tilgjengelig for de fleste?

Deltaker: Ja, det synes jeg. Men tror det er veldig mange som bare ikke har lyst til å gjøre om på sin hverdag. Så de bare, er ikke interessert i å lære om det. Jeg var litt sånn selv og, tenkte at: ”Dette har ikke jeg lyst til å lese om og lære om fordi jeg vil ikke vite hva som faktisk foregår”. Tror også veldig mange sitter med det at de – jeg tror det er veldig få da, som synes det er greit at dyr blir behandlet på den måten de blir, men de orker ikke å sette seg inn i det for det blir liksom for vondt for de å innse at de er med på det. Men det er jo lett tilgjengelig, du kan jo bare søke på google, hva du vil også får du det, det er bøker på biblioteket og... det er masse dokumentarer og Youtube og alt mulig sånn, så de som på en måte later – eller sier at det ikke er et problem, de er nok mange av de som bare ikke vil vite. For de har ikke ly – eller, de skjønner ikke at de er en del av problemet, eller vil ikke få beskjed om at de er en del av problemet, da. Også er det jo alt for mye penger i det og. Økonomisk så ja, det er jo helt sykt. Som jeg sa, verden er verdens verste gruppeprosjekt, altså gruppeprosjektet fra helvete hvor *alt* bare er sånn aarrgh! (begge ler). Men ja, jeg tenker det er mange som bare ikke vil vite. Som ikke har lyst til å gjøre endringer i sin hverdag.

Intervjuer: Hva var det som gjorde at du... ville du vite eller fikk du informasjon dumpet over deg?

Deltaker: Jeg tror nok, når jeg på en måte begynte å sette meg inn i det så var det jo ut i fra hvilken skole jeg gikk på [skole], sant, et miljøperspektiv på veldig mye. At jeg alltid har visst, men så når jeg da først skulle bruke mine egne penger på mat så ville jeg vite mer. Og da gikk jeg aktivt inn og søkte opp informasjon fordi jeg – altså, hvorfor skal jeg spise kjøtt hvis det er så dyrt, og jeg kan spise kikerter og makaroni istedenfor? (ler). Så det var vel da jeg gikk aktivt inn for det, for å på en måte vite hva mine penger gikk til da, egentlig.

Intervjuer: Du sa at du hadde en liten periode hvor du lurte på ”Hvorfor skal jeg måtte endre meg?”. Hvordan opplevde du den perioden og hva gjorde at du endre opp med endring?

Deltaker: Mye av grunnen til at jeg har endret såpas mye har med at jeg ble lak – eller fikk beskjed om at jeg var laktoseintolerant. Så det ga jo svar på veldig mye for meg da. Jeg var jo ikke klar over at du ikke skulle ha vondt i magen hver gang du spiste...

Intervjuer: Uffda...

Deltaker: Eh, at magekramper var liksom helt vanlig for meg. Det var jo en venninne som sa til meg at: ”Det der er ikke normalt”. Vi satt der og leste på biblioteket og hver gang jeg spiste så satt jeg meg sånn (sitter fremoverlent og holder seg på magen). Så sa hun: ”Hva er det du holder på med?”, så sa jeg: ”Nei jeg får bare alltid vondt i magen når jeg spiser”. Og hun bare: ”Dét er ikke greit”. Og da, når jeg på en måte forsto at kroppen min ikke vil ha melk så tenkte jeg: ”Hvilke andre produkter er det jeg putter i kroppen min som den egentlig ikke trenger eller som den ikke ønsker?”. Prøvde å lytte litt mer til min egen kropp og hva den trengte. Så da tok jeg en sånn, da rensset jeg ut alt – da spiste jeg i en måned tror jeg, etter at jeg fikk beskjed om at jeg var laktoseintolerant, så kuttet jeg alle animalske produkter bare for å se hvordan det var. Og så begynte jeg å reintrodusere gluten og sånn, og så begynte jeg

å rei-introdusere litt og litt for å se hva som var det verste. Og da, når jeg forsto at kroppen min ikke vil ha alt så ville jeg finne ut av det jeg faktisk hev i meg var noe jeg faktisk fikk noe ut i fra. Eller, får noe ut av. For den perioden når jeg kuttet det aller meste, da hadde jeg det egentlig ganske fint. Da gikk jeg – da begynte jeg med det der paleogreiene, sånn steinalderkost. At det jeg spiste skulle være ganske rent, som jeg egentlig har vokst opp med, da. Vi er en veldig sånn husmannskostfamilie, det er mye grønnsaker og kjøtt, sånn enkelt, rent kjøtt, veldig lite som er gjort med det. Gikk litt tilbake til dét. Og da hadde jeg det veldig fint. Så jeg var sånn: ”Åja, hvorfor skal jeg fortsette å stappe i meg ting som kroppen min ikke liker, når jeg bare ikke kan gjøre det også går det egentlig ganske fint” (ler). Så det var vel det dyttet som gjorde at jeg tok steget til å begynne å kutte ut ganske mye, og begynte jo også som jeg sa å bytte ut en og en ting. Men det har nok alltid vært litt sånn i bakhodet. Og, men egentlig mest det og at jeg flyttet for meg selv og skulle, ja, drive mitt eget hushold og kjøpe min egen mat og sånn. Det var vel første, det det begynte med, og så laktoseintoleranse, og så bare det at jeg føler jeg har blitt voksen (ler) og forstår litt mer. Det er jo enkelt å si til en femtenåring at: ”Det du gjør har konsekvenser”, men når du er femten så ser du ikke så veldig langt da heller, fordi du er femten år. Så det å bli litt voksen og innse at den livsstilen jeg har har konsekvenser for andre enn meg selv, det tror jeg og – det er jo også noe som hadde med det å gjøre. Men ja, først flytte ut, laktoseintoleranse, og så bare det å bli voksen. Og bli litt mer interessert i å vite hvordan jeg kan være en del av en løsning istedenfor å bare ignorere problemet, å se hva kan jeg faktisk gjør da, for å... ja, for at jeg ikke skal kjøre alt til helvete liksom (begge ler). Rett og slett.

Intervjuer: Merker du en positiv konsekvens eller effekt av de endringene du har gjort?

Deltaker: Ja, jeg føler – jeg har jo mindre dårlig samvittighet (ler), det har jeg jo. Og jeg føler, bare den følelsen av å føle at jeg gjør noe med det. Ikke bare sier at jeg skal gjøre det, men at jeg faktisk aktivt gjør noe, det er jo en konsekvens. Men også det at jeg ikke har vondt i magen, det er jo den aller beste egentlig. Og sånn som jeg sa, jeg har jo alltid reagert på svin, gris, det har jeg aldri likt – alltid hatt litt vondt i magen. Så det spiser jeg jo aldri. Og dét synes jeg er bra. Men ja, altså, bare det å føler at du er en del av en løsning og ikke *bare* et problem iallfall. For alt har jo en konsekvens og sånn som i dag, det går ikke an å leve zero waste, det går nesten ikke uten å bli helt crazy. Så i iallfall gjøre det jeg kan som en person og så har jeg gode vaner til å ta med meg videre en gang hvis jeg gifter meg og får egne barn og sånn. Da har jeg mine prinsipper og mine vaner som jeg kan ta med meg.

Informant 6

Intervjuer: Har du et yndlingsmåltid med kjøtt i?

Deltaker: Eh. Er, jeg vet ikke. Kanskje sånn type lasagne og taco og sånne ting. Eller, nei vet du hva, yndlings er jo kalkunmåltiden pappa lager til jul. Det må jo være – som jeg nettopp har hatt – det må være det beste jeg får. Ja, i den kategorien.

Intervjuer: Ellers i hverdagen da?

Deltaker: Ellers så gå – ja, sånn type... altså det er jo veldig sjeldent at jeg på en måte kjøper meg inn biff og – nei, det er veldig sjeldent. Det blir som regel mer sånne taco og pizza og

sånn jeg har. Det er vel det. Jeg er ikke så veldig eksperimentell på det området (ler), det er vel egentlig litt sånne ting.

Intervjuer: Spiser du mange forskjellige typer kjøtt i hverdagen?

Deltaker: Egentlig ikke. Når jeg er student nå så går det mest i, på en måte, kjøttdeig eh, og, jeg må tenke... fisk, jeg spiser veldig mye fisk. Jeg spiser heller fisk enn kjøtt tror jeg. Ehm, når jeg skal lage til meg selv bare, det er så greit å kjøpe sånne frosne, sånne frosne filéer som jeg tar ut av kjøleskapet. En og en måltider.

Intervjuer: Så det er litt enklere?

Deltaker: Ja, det synes jeg. Det går vel veldig mye i det.

Intervjuer: Nå har du nevnt vanlige typer kjøtt. Kan du tenke deg en type kjøtt som det kanskje er litt tabu å spise her i Norge?

Deltaker: Ja... eller, sånn, som hverfall ikke så mange – jeg vet ikke, kanskje hvalkjøtt og sånn tror jeg veldig mange har restriksjoner mot. Og... jeg vet ikke, kanskje, ja, det er vel helst det. Eller sånne arter som kanskje ikke er så vanlig å lage – eller jeg vet ikke, som du har hørt historier om – jeg spiser jo personlig ikke kylling. Men det er jo litt på grunn av antibiotika i – som jeg hører er i både fôr og alt sånn, og hvordan – jeg er jo veldig... kanskje ser på meg selv som litt sånn dobbel moralsk når det kommer til verdier og hva jeg spiser. Jeg har jo veldig mange av de samme – det kommer vi nok inn på senere, men veldig mange restriksjoner mot, ja, for eksempel kylling. Det spiser jeg bare hvis jeg får det servert, det lager jeg aldri selv. Kyllingkjøttdeig det spiser jeg ikke. Og det – så jeg prøver jo kanskje heller å spise fisk hvis jeg kan, men det går som regel på det som er enkelt. Men jeg kommer ikke på noe annet enn, akkurat nå i farten, enn hvalkjøtt og sånn (ler), sånn i Norge. Men jeg, ja. Jeg vet ikke egentlig helt, jeg har ikke tenkt så mye på det.

Intervjuer: Hva tror du grunnen er til at vi har litt restriksjoner mot å spise for eksempel hvalkjøtt?

Deltaker: Fordi man har hørt hvordan de blir jaktet på og det er unødvendig kjøtt å spise, når man trenger. Jeg vet ikke, at – vet ikke om det er en truet art, men hverfall hvordan det blir ja, jaktet på, som jeg tenker. Jeg har jo tanker om ganske mange forskjellige andre (ler) som jeg og har litt restriksjoner mot men som jeg fremdeles spiser. Det må vel være hvordan det kommer fram i media og sånn. Bare det med NSB i sommer, nei i høst, som kjører på så mange reinsdyr og sånn, sant. Det er jo, de blir jo ikke brukt til noen ting, sant, de blir jo bare roadkill. Men, nei, jeg vet ikke, litt usikker egentlig. Men... jeg vet ikke helt hva spørsmålet var, nå rotet jeg meg bort (ler).

Intervjuer: neida, du har svart meg, jeg lurte på litt uvanlige typer kjøtt å spise.

Deltaker: Jeg vet ikke, jeg tror ikke det er så vanlig her i Norge å spise sånn veldig kontroversielt kjøtt. Jeg vet ikke, ikke som jeg kjenner til iallfall. Ehm, jo, bare mer sånn du hører om i Kina med hunder og katter og ting hvor man har en assosiasjon om at det er et kjæledyr. Da har man et annet – eller et vilt dyr, så har man et annet syn på det med en gang når, jeg vet ikke...

Intervjuer: Hvorfor tror du det er sånn at man har et såpass klart skille mellom hvilke dyr vi spiser og hvilke dyr vi ikke spiser? For eksempel hund?

Deltaker: Nei, det er vel bare sånn vi er lært opp i samfunnet. Altså man lærer fra starten av at: "Dette er et husdyr, og dette er et dyr man spiser" også tar – så godtar man det fordi det er de normene vi har fått tildelt av foreldrene, også stiller man ikke spørsmål til det på samme måte. Og med en gang du på en måte utvider litt horisonten og ser, så tror jeg folk – altså jeg tror veldig få – jeg sier det til mamma hele tiden: "Hvis du hadde gått inn i et slaktehus så hadde du sikkert kommet ut vegetarianer, liksom. Det er jo, du kunne jo aldri tatt livet av et dyr men du, men allikevel så stiller du ingen spørsmål til det du spiser fordi" – for bare sånn er det, sånn er circle of life, på en måte. Det er jo, ja, man tar det jo veldig for gitt bare, at man ikke... de fleste iallfall.

Intervjuer: Har du vært i et slaktehus selv?

Deltaker: Nei. Fordi jeg vet at hvis jeg hadde vært der så hadde jeg sikkert ikke... (ler) så hadde jeg aldri, så hadde jeg aldri spist sånn jeg hadde spist. Det er jo det jeg mener med at jeg tro – fullstendig klar over at jeg er veldig dobbel moralsk. Det er bare fordi det er lettvin. Jeg er for egoistisk til å på en måte leve ut de verdiene jeg gjerne vil ha. Men sånn som Norges samfunn, eller sånn matindustrien er bygget opp så legger de ikke til rette for en annen type diett i Norge på samme måte som de gjerne gjør i Asia. At det blir tungvint rett og slett, å spise på en annen måte. Og hverfall med familie og sånn og man føler gjerne at man er til bry med en gang man ikke spiser sånn som alle andre gjør. Også gjør man det bare fordi det er lettvin og gjerne man ikke har kunnskapen om hvordan man skal sette sammen et måltid som ikke består av kjøtt eller, ja. Men ja (ler litt).

Intervjuer: Hvis vegetarmat hadde vært mer tilgjengelig og billig, hvordan ville du da ha spist?

Deltaker: Mest sannsynlig vegetarisk, tror jeg. Det er det jeg mener med at jeg er veldig dobbel moralsk fordi jeg, altså, jeg tror ikke at det er så vanskelig som vi skal ha det til heller. Men det er bare å sette seg inn i det og på en måte ... det å alltid, hvis jeg skal lage med noen venner, liksom skal være den som: "Åh, kan vi ikke heller spise på – ", altså å være den personen da, det er vanskeligere for meg enn å liksom, ja. Da tror jeg at jeg hadde vært det. Og jeg har jo alltid tenkt at senere, lenger frem så ender jeg sikkert opp som en vegetar etter hvert. Fordi jo mer kunnskaper jeg får om både kjøttindustrien og miljøet og sånn så er jeg jo enig i alt det jeg får høre. Det er jo ikke noe jeg tenker: "Åh ja, jeg synes sauer blir behandlet dritbra", liksom. Nei, jeg synes jo ikke det. Det er jo bare fordi det er lettvin. Ingenting jeg får høre fra den bevegelsen, eller hvis en kan kalle det en bevegelse da, som jeg er uenig med. Jeg har jo ikke fått noen fakta som jeg tenker sånn: "Nei, det er jeg fullstendig uenig i". Jeg er jo heller, tar jo heller den siden når jeg for eksempel diskuterer nå med jul, når søskenbarnet mitt kommer med et eller annet en sånn teit kommentar til damen til broren min som er vegetarianer, liksom, så tar jeg alltid – må jeg alltid ta hennes side liksom, sant. Så jeg er jo egentlig veldig enig i det, det er bare.... Jeg er bare for lat, tror jeg. Det er det som er (ler), rett og slett, det er rett og slett det.

Intervjuer: Hvordan opplever du den følelsen av å på en måte skulle ønske at du kanskje ikke spiste så mye kjøtt? Kan du beskrive hvordan du opplever det?

Deltaker: Det går litt i perioder føler jeg, hvor jeg er mer og mindre bevisst. Altså, for eksempel har – jeg har sett disse dokumentarene. En gang så så jeg Cowspiracy eller noe og endte med å være vegetarianer i en uk – en måned. Også ble det på en måte til at jeg var på byen også hadde jeg lyst på nattmat også var det letteste en burger, sant. Også bare: ”Å neeei”. Eller så kommer jeg hjem også orker jeg på en måte ikke å være – skal jeg liksom komme til familien min og bare sånn: ”Nei, nå må dere lage alt annerledes til meg”, så skal jeg være sånn der brysom, på en måte. Det er det jeg har veldig mye restriksjoner mot som jeg tror gjør at jeg på en måte holder veldig tilbake på det. Men det er jo, jeg kan være i perioder der jeg har en hel uke der jeg ikke spiser kjøtt, eller ihverfall bare spiser fisk istedenfor. Og spiser gjerne mindre kjøtt enn gjennomsnittet, det tror jeg absolutt. Men det er jo, ja jeg vet ikke... for eksempel jeg hadde en episode som også gjorde at jeg ble vegetarianer (ler) i sikkert en måned. Og det var når jeg var på julebord hos en kamerat også fikk vi tildelt smalahåve, og jeg trodde jeg skulle begynne å gråte fordi der så jeg jo på en måte hodet på tallerkenen, og det var helt forferdelig.

Intervjuer: Med øyne og alt?

Deltaker: Ja, og der ser du – der får du på en måte kjøttet presentert på – med det dyret som du har blitt opplært til at du ikke assosierer det med på en måte. For du ser en kjøttbit, du ser ikke en sau, men nå når du får – når jeg fikk smalahåve på tallerkenen i et hode så var det sånn at jeg klarte ikke å spise det. Han måtte ta det ut også tok han det fra sånn at det så ut som vanlig kjøtt før jeg klarte på en måte å spise det. Og etter det så følte jeg at det var en traumatisk opplevelse (ler litt). Også på en måte så er det jo sånn med veldig mange ting at den følelsen gjerne blir svekket, sant, etter hvert. Du får en sånn sterk opplevelse også går det videre også glemmer man litt den. Så får jeg sånne hele tiden, sånne påminnelser om at jeg er jo egentlig enig i alt det de sier men jeg er liksom ikke, har ikke guts – eller driven til å fullføre det helt gjennom, hvis du skjønner. Det er veldig merkelig (ler litt).

Intervjuer: Vil du si at det er en del sosiale faktorer som spiller inn?

Deltaker: Ja, veldig. Selv om det blir mer og mer akseptert, eh, hvertfall med vegetarian – altså vegetarianisme på en måte, så – jeg tror det blir mer og mer akseptert. Jeg ser det jo veldig på foreldrene mine som først fikk da en svigerdatter inn. Og i begynnelsen var det sånn: ”Åårh, hva skal vi lage til mat nå?”, liksom, sant? Til at pappa nå et år senere sier: ”Ooh, det kan jeg lage og det kan jeg lage!”, altså blir mer interessert i det. Og når jeg ser liksom utviklingen i foreldrene mine sånn, det tror jeg er tilfellet for veldig mange da. At i begynnelsen når det er fremmed så kan man få veldig sånn der avstandsfølelse mot det, fordi man har ikke nok kunnskap om hvor – altså hele, jeg vet ikke... hvorfor noen velger å gjøre det eller hvorfor, ja. Jeg har aldri forstått den motstanden mot det selv, og finner meg ofte i diskusjoner, ofte, der jeg på en måte tar den kampen da, selv om jeg ikke er vegetarianer selv. Jeg tar ofte – jeg tar alltid den siden i diskusjonen på en måte, hvis folk kommer med noe negativt mot det så blir jeg alltid sånn der: ”Det er jo ingenting – det er jo så selfless på en måte, å spise på den måten, så jeg skjønner ikke hvorfor du skal ha noen problemer med det, liksom?”. Altså, jeg tenker jo mer at jeg er dobbelmoralsk, at jeg burde, altså... ja, at jeg er dobbelmoralsk selv, men (ler) jeg har jo ingenting i mot noen som – jeg beundrer de som gjør det fullt ut. Og jeg skulle gjerne ønske at jeg gjorde det selv. Men så er det jo alle de sosiale... den være til bry, og det at for meg virker – altså, det er så mye å sette meg inn i. Nå må jeg på en måte sette sammen et måltid på en helt annen måte, jeg må få masse kunnskap om ulike typer energikilder, eller vitaminkilder, og hvordan jeg skal sette det sammen for å få

alt det jeg trenger. Men jeg tror jo at det hadde jo bare vært sunt i det lange løp (ler). Jeg tror, jeg finner bare unnskyldninger for å på en måte ikke gå all the way, tror jeg.

Intervjuer: Føler du deg kompetent på å lage vegetarmat?

Deltaker: Ja, jeg gjør jo det ofte. Men jeg føler meg ikke *så* kompetent (ler litt). Det blir ofte, hvis jeg skal – det blir ofte, hva skal jeg si? Eh, ann – altså, mat som er laget med kjøtt som jeg bare erstatter kjøttet med, på en måte. At jeg ikke har kunnskaper om en helt annen måte å sette sammen et måltid på hvor jeg ikke tar kjøttet og bygger rundt. For det er jeg ikke opplært med, eller oppvokst med, så ofte blir det gjerne taco med bønner og sånn i stedet for – altså det er jo den *letteste* å lage vegetar, bare pizza uten kjøtt på... eller vegetarlasagne eller sånne type måltider, som jeg helst lager vegetar.

Intervjuer: Tidligere i intervjuet så nevnte du det med at du ikke spiser kylling –

Deltaker: Så lenge jeg ikke får det servert, ja.

Intervjuer: Kan du fortelle litt mer om det?

Deltaker: Ja, det begynte vel med at det var en venninne av meg som, som sluttet å spise både laks og kylling på grunn av antibiotikaen i fôret og hvordan man blir – at det kan føre til en resistens mot det, jeg husker ikke helt. Også i tillegg hvordan kyllingene, man tenker gjerne at det er et lite dyr, men det er liksom de som kanskje bare får levd i fire måneder og bor inni en sånn liten... en sånn, liksom, hva skal jeg si? At forholdene... det er noe jeg *vet* mer om enn andre dyr, kanskje. Også har jeg bare, vet ikke... *slutta*. Først på grunn av antibiotikaen og så på grunn av hvordan kyllingene – eller hvordan jeg vet i Norge at de vokser opp. Altså, de får gjerne – at hvordan de feiter dem opp til fire måneder også er de ferdige, og samlebandet... og sånn er det jo med veldig mange andre og men det er det at jeg kanskje har begynt å kutte ut det da. Men helst kanskje på grunn av den antibiotikaen, først og fremst, og så... Men så er det jo på en måte: ”Åh, men er ikke det mer miljøvennlig med hvitt kjøtt enn med rødt kjøtt?”, også ja (ler litt)... Det, jeg synes det er så mye. Men det var først og fremst derfor jeg sluttet med dét da. Men så er det jo det at jeg ikke vil være vanskelig; når jeg får det servert så spiser jeg det. Men det er ikke noe jeg lager selv. Aldri.

Intervjuer: Har du noen gang opplevd å bli kalt vanskelig? Eller fått et inntrykk av – ?

Deltaker: Nei, men... for eksempel jeg var, jeg har en god venninne som er veldig klar over at jeg aldri spiser kyllingkjøttdeig eller veldig lite kylling. Så når jeg var på besøk hos foreldrene hennes så sa hun sånn: ”Ja, jeg sa til pappa og de at vi ikke skulle ha kylling når du var her, sant”. Og da får jeg veldig sånn: ”Årh, jammen det hadde gått veldig fint”, en vil ikke komme på besøk til foreldrene til venninnen din også skal de liksom legge om middagsplanen fordi nå kommer *du* som ikke kan spise kylling og... Ja, at man føler litt på det da. Å være en sånn... ja, vanskelig gjest. Selv om gjerne de, altså det virket ikke som om det var et problem, så det er jo gjerne noe du lager deg selv. Og jeg synes jo aldri det er et problem – men jeg har jo, jeg vet ikke, kanskje er litt mer sympatisør enn mange andre (ler). Så jeg synes jo aldri det er et problem, og blir litt sånn arg når folk skal synes at det er et problem fordi du kan jo bare lage noe annet. Når folk skal lage *to* ting så blir jeg sånn: ”Kan ikke alle bare spise det samme? Du dør ikke (ler) av et måltid der du ikke har kjøtt. Det går bra.”. Men ja, vet ikke... tror, nei jeg vet ikke (ler).

Intervjuer: Du var inne på dette med kyllinger og samleband tidligere. Vet du noe om forholdene for norske produksjonsdyr?

Deltaker: Eh, litt kanskje, ikke... Hvis jeg hadde hatt alt så hadde jeg nok vært vegetarianer (ler), men jeg har litt. Sånn som for eksempel, litt sånn der med frakt, hvor langt du må – dyrene i Nordnorge for eksempel har lov å bli fraktet fra gården til slaktet der de blir slaktet. Og hvor mange, hvor liten plass de får, at det er dyr som dør underveis og en blir litt sånn – bare jeg snakker om det nå så blir jeg sånn: ”Urgh”, bare sånn ekkel følelse innvendig. Men så har jeg jo spist pinnekjøtt, sant. Så det er sånn der, det er så veldig merkelig, ja. Jeg føler meg veldig dobbeltmoralisk i alt jeg mener og bare det – men slev gjør jeg det. Men jeg har litt kunnskap om det og hele - altså, ku... hele, for eksempel, jeg satt meg litt inn i det med melkeproduksjon en periode med hvordan kuer blir kunstig gravi – eller er kunstig gravide hele livet og det med at kalvene gjerne ikke får den melken. Men så er vi opplært til at vi skal drikke den melken, men vi drikker jo ikke rottene sin melk, eller elefantene sin melk. Det hadde vi syntes var *helt* sykt. Men fremdeles så synes vi ikke at det er sykt med ku. Og det er på en måte interessant hvordan *det* plutselig har blitt så normalt, eller hvordan *dét* har blitt normen i samfunnet, at man skal tenke at: ”kumelk, *dét* er greit”, men det er ingen som hadde drukket hundemelk. Alle hadde jo syntes det var helt sykt. Så... og det og (ler) sånn en periode, drakk jeg bare soyamelk liksom, en periode. Jeg bare tok det vekk. Så jeg er liksom sånn, jeg hekter meg på også hekter jeg meg av. Akkurat som om jeg på en måte... jeg lærer meg mye om det også går det veldig inn på meg, og så hvis jeg ikke holder det ved like eller ikke får – akkurat som om jeg glemmer det, at jeg på en måte blir litt nummet ut... Også går jeg tilbake til gamle vaner etter hvert. Men jeg ja sånn, nå, jeg drikker nesten aldri et rent glass med melk for det, etter – jeg så en sånn med hvor mye puss eller sånn det egentlig består av så blir jeg litt sånn: ”Ugh” (ler). Så frister det ikke like mye. Men så – sjokolade er det beste jeg vet, så er det sånn (ler)... *Skikkelig* sånn der, ja, en vanskelig... jeg skjønner meg ikke selv helt på det, hvordan jeg helter meg på og hekter meg av. Det, jeg kan bli veldig engasjert også dette tilbake igjen.

Intervjuer: Du nevnte at du føler deg dobbeltmoralisk. Er det noe du tenker mye på og som påvirker deg?

Deltaker: ja, av og til. Eller, jeg tror kanskje det er mer hvis jeg er sånn, hvis jeg er med en del venninner som er vegetarianere eller veganere og *da* kan jeg kjenne ekstra mye på det. At jeg liksom at jeg ikke har vært eh, så uselvvisk at jeg har gjort det samme selv, selv om jeg deler alle de samme men – at jeg da får dårlig samvittighet på en måte, hvis jeg omgås de type folkene. Men hvis, så føler jeg kanskje at jeg passer mer inn med andre, som er en majoritet av vennene mine, når jeg... så at jeg på en måte ikke helt vet hvor jeg, at jeg står litt mellom to grupper. Hvor jeg sympatiserer mye mer med den vegetarianske gruppen samtidig som jeg vil jo ikke være vanskelig for den andre gruppen. Men det er ikke noe som jeg går og har *skikkelig* vanskeligheter med, men hver gang jeg kommer i en sånn diskusjon, som er litt ofte (ler) fordi det er jo både med – ja, i familien min hvis det blir tatt opp eller med andre venner, så er jeg jo alltid den som er mest på lag, hvis det ikke er noen andre som kjemper enda mer enn meg (ler). Og da merker jeg det kanskje enda mer, at jeg hører mine egne meninger også bare: ”Du er jo helt enig, men hvorfor liksom – ?”. Også er det akkurat som noe jeg skyver foran meg at: ”Ja, en gang så skal jeg gå all the way”, på en måte. Men... så unnskylder jeg kanskje litt med at: ”Det er ikke lagt til rette,” eller: ”Jeg må sette meg skikkelig inn i det først. Jeg kan ikke bare hoppe over for da vet jeg ikke hvor jeg skal begynne og da plutselig så klarer jeg det ikke”. Også blir det liksom sånn, hva skal jeg si? Akkurat som a jeg føler meg som en failure hvis jeg da på en måte har prøvd også klarer jeg

det ikke... ja, at jeg kanskje har litt frykt for det og. At jeg må bare få *alt* på bordet og *så* – også skyver jeg det kanskje litt foran, at nå er det eksamen, nå er det det, også *etterpå*, da skal jeg gjøre det. Akkurat som jeg er sånn der, at jeg alltid finner unnskyldninger for hvorfor jeg skal skyve det foran eller jobbe senere, på en måte. Prokrastinere hele greien (ler).

Intervjuer: Du nevnte tidligere at du gjerne har sett eller hørt noe, også har du fått en litt kraftig reaksjon på det og sluttet å spise kjøtt i en måned. Kan du huske å ha hatt andre reaksjoner på samme følelsen?

Deltaker: Jeg skjønner ikke helt?

Intervjuer: Du nevnte at du føler konflikt i forhold til egne verdier, hvilke måter håndterer du det på?

Deltaker: Ikke annet enn at jeg de neste dagene kanskje styrer unna det. Jeg tror det er det som er min egen måte å... akkurat som jeg gjør opp for – leve *litt* opp til det. Akkurat som om jeg føler at da... jeg vet ikke, kommer jeg litt nærmere det jeg på en måte synes. Ved å endre litt, også glemmer jeg det litt etter hvert. Jeg tror, sånn, ja... Også er det gjerne lettere når jeg er – det er *mye, mye* lettere når jeg skal bestemme mine egne måltider enn hvis jeg kommer hjem til familien for da er det jo bare: ”Kjøtt, kjøtt, kjøtt, kjøtt”. Og da tenker jeg ikke så mye over det igjen. Også kommer jeg gjerne, hvis jeg er – skal planlegge mine egne måltider og har hatt en sånn reaksjon, så... det er vel egentlig sånn jeg reagerer på eller løser det på. Jeg styrer unna i en periode. Og at jeg normalt, jeg har jo gjort flere endringer som har blitt permanente da. Jeg spiser jo mye min – altså, jeg spiser aldri mer enn 100 gram til et måltid og synes det er merkelig hvis jeg skal – hvis vi skal lage mange venner også skal de ha *fire* kjøttdeiger fordi vi er *fire* personer. Også blir jeg sånn: ”Herlighet. Du kan jo ta 100 gram av den kjøttdeigen også kan du heller fylle på med alt annet”. At jeg blir litt sånn (ler). Men ja, det har ikke vært så veldig mye mer enn det tror jeg. At jeg endrer litt på maten jeg spiser på, kjøper inn soyamelk de to neste ukene og får litt bedre samvittighet av det. Ja, men, ja...

Intervjuer: hender det at du av og til bare ignorerer det? At du ikke orker å ta stilling til det?

Deltaker: Ja, det tror jeg. Iallfall i perioder der jeg... for eksempel hvis jeg er inni en sånn, jeg tror jeg kan ha det sånn med veldig mye forskjellig, at jeg kan gå inn i en sånn intens treningsperiode for eksempel, også kan jeg fokusere veldig mye på det. Og da, hvis det er primære fokus i den perioden – for eksempel, jeg pleier å løpte et halvmaraton, og hvis jeg skal trene meg opp til det, så er det sånn der... da legger jeg det gjerne litt mer vekk også fokuserer jeg ekstra på at det er mye lettere for meg å få i meg proteinene mine ved å – fordi jeg har kunnskap om det, at jeg får proteinene mine fra kjøttkilder, Og hvis jeg skulle, da hadde det tatt mye mer for meg å endre hele, og da sjekke jeg, altså hva skal jeg si? Å sørge for at jeg får alle proteinene jeg skal ha ved å ikke spise kjøtt, det blir vanskeligere for meg. Så da må jeg jo på en måte lese enda mer, eller på en måte sette meg inn enda mer i en sånn type periode. Eller hvis jeg har eksamen og er helt fokusert på det så kanskje jeg legge det enda mer vekk enn hvis det er perioder der jeg har litt mer tid til overs og kan planlegge måltidene mine mer. Og hvis jeg faktisk *har* tid til å planlegge og føler jeg har tid... mye tid til å lage middag så har det gjerne mer, altså... så spiser jeg gjerne mer vegetarisk fordi da føler jeg at jeg har tid til å sette meg inn i det. Hva jeg skal ha til m – for det tar mer tid for meg å planlegge et vegetarisk måltid hvis det *ikke* – altså bortsett fra å bytte kjøttdeig med (ler) bønner eller, sånn type da. Enn å på en måte skal lage en helt ny gryte der en må... Jeg er ikke så god på kjøkkenet med det første, føler jeg (ler litt). Så da føler jeg det tar mer eh,

det tar mer tid for meg. Men jeg vet jo at hvis jeg først bare hadde snudd så hadde det kommet mer og mer naturlig. Også får du jo flere redskaper med en gang du skal gjøre det, men så er det det å ta det steget. Det har enda ikke blitt lett for meg å på en måte gjøre det. Men altså, hadde jeg hatt en kokk som hadde laget alle måltidene mine så – som kunne sette dem sammen for meg så hadde jeg sikkert sagt at: ”Lag alt vegansk eller vegetarisk” også trenger ikke jeg å tenke på det. Så hadde det vært en helt annen fløyte (ler).

Intervjuer: Ja, det hadde jo vært livet det! (begge ler)

Deltaker: Jeg tror jeg er mester på å finne unnskyldninger på hvorfor det er vanskelig i stedet for å finne løsninger på hvordan det kan gjøres lett. Og jeg tror bare det er kunnskap jeg trenger for å ja, gjør det.

Intervjuer: Men du er jo veldig bevisst det at du mener at du finner opp unnskyldninger for å fortsette å spise kjøtt. Tror du det er tilfeller for de fleste som spiser kjøtt?

Deltaker: Nei jeg tror ikke det. For de fleste, når jeg har vært i sånne diskusjoner, så synes jeg de – altså noen er veldig sånn sympatisører og: ”Ja, jeg vet det er sånn og jeg prøver å spise litt mindre men det er sånn livet er”, og på en måte har veldig den der circle of life greien og alt det der som en unnskyldning. Mens jeg, jeg synes ikke de unnskyldningene holder. Jeg ser at de ikke, for mitt syn, er de ikke holdbare og da *må* jeg bare innse at, at... at det (ler) ikke er et godt argument og jeg må ta meg selv på det, kritisere meg selv. Fordi jeg er jo enig i det som blir sagt. Og jeg tror de fleste andre ser på det annerledes enn meg, som spiser kjøtt. Det tror jeg absolutt. Iallfall i alle diskusjoner jeg har vært i så er det: ”Åh, de er så spesielle og de er så vanskelige” og ”sånn er det” og ”herligheten, det er dyr bare”. Hvis jeg kommer med en sånn kommentar om: ”Ja, men kunne du drept den sauene og spist den etterpå? Hadde du syntes det var greit?”, så er det veldig mange som: ”Nei nei, det kunne jeg ikke gjort”. Også ser de ikke at det er på en måte... da synes jo jeg det er litt merkelig å ikke innse det selv. Også har du de som bare, som går på jakt og ikke tenker litt over, eller ikke synes det er noe vanskelig å ta livet av et dyr. Men jeg tror veldig mange hadde syntes det. Jeg tror det er flere som hadde syntes det var vanskelig hvis de skulle gjort det selv. Men samtidig så tror jeg at de fleste som spiser kjøtt synes det er etisk riktig fordi det er sånn de... det er sånn de er blitt opplært og at de ikke har stilt spørsmål til det. At de rett og slett ikke har satt seg inn i det nok, for jeg tror at hvis folk hadde satt seg inn i det like mye som jeg har prøvd å gjøre, eller... så synes jeg det er vanskelig å komme med argumenter mot. Men jeg tror bare folk unngår det fordi det er lettere, og at de gidder ikke å se de dokumentarene fordi de orker ikke å – å se realiteten i det. Og sånn er det jo med *veldig* mye, i hele – du kjøper klær der selv om du vet at det kanskje er noe shady med det fordi det er lettere. Sånn tanke – altså, enn å ja. Også er det jo alle de: ”Ja, du kjøper jo klær på Hennes, hvorfor?” (ler), at det er veldig mye sånn der, de føler seg angrepet da. Som om du ikke kan gjøre en god ting også er alle de dårlige du gjør... det er en veldig sånn teit argumentrekke. Hvis du gjør en god ting så er det ikke verdt det fordi du gjør en annen som ikke er så bra. Man må jo bare applaudere det gode alle gjør i forskjellige handlinger. Men, jeg vet ikke... Jeg tror, ja, for å summere opp så tror jeg at de fleste unngår det. Eller på en måte ikke ser kontroversen i at – ikke synes at det er kontroversielt.

Intervjuer: Vil du si at informasjonen om for eksempel norske produksjonsdyr er lett tilgjengelig?

Deltaker: Det er lett tilgjengelig hvis du leter. Men det er jo mye... jeg vet ikke. Jeg har jo, det er jo mange – alle disse store dokumentarene er gjerne gjort i USA, sant. Også sånn: ”Ja, men det er jo mye bedre i Norge. Det er jo så mye bedre.” Det har jeg jo også fått mange på. Og det er jo selvfølgelig mye lettere å finne informasjon om produksjon andre steder, men jeg tror – går du inn på de rette sidene så tviler jeg på at det er så vanskelig. Men nå har ikke jeg gjort et kjempeforsøk på å finne forholdene i Norge selv, men tror det er *litt* bedre her enn i USA, men det kan ikke jeg, det vet jeg ikke så mye om rett og slett. Bare at de... ja, har ikke sett så mange store dokumentarer fra, som er laget på produksjonen i Norge.

Intervjuer: Nei, det er vel mest fra utlandet. Du nevnte tidligere at du har en svigerinne og en del venner som ikke spiser kjøtt. Har du noen gang opplevd kritikk fra dem fordi du spiser kjøtt?

Deltaker: Nei, aldri. Ikke i det hele tatt faktisk. Jeg har bare... nei, jeg kan vel ha opplevd at de har snakket om det og at *jeg selv* har følt meg på en måte litt sånn: ”Ugh”, jeg er jo enig men jeg følger det ikke. Men jeg har ikke noe, det er *jeg* som kaller meg selv dobbel moralsk og setter den på meg selv, synes ikke at jeg lever opp til mine egne verdier sånn som jeg ser det. Men jeg har aldri fått noe negativt fra dem i det hele tatt. Aldri faktisk.

Intervjuer: Kan du si litt mer om viktigheten av å spise kjøtt for deg?

Deltaker: Jeg tror viktigheten er... kanskje mest det at jeg ikke føler meg til bry, veldig mye. Også er det selvfølgelig det at jeg synes det er godt. Og at det er det jeg er blitt opplært i å spise. Sånn at det er det som føles normalt for meg. Samtidig så er det jo mye tradisjoner og sånn, i julen... Og når jeg kommer hjem – pappa er utdannet kokk, så tanken på å på en måte komme hjem og bare: ”Nei nå spiser jeg ikke mer av det som du alltid –” altså da føler jeg nesten at jeg hadde såret han med å si at jeg ikke lenger vil ha det han lager. Eller sånne ting. Men det er jo ikke så veldig viktig for meg sånn sett, det er jo bare... jeg gjør det egentlig mest av vane og fordi det er lett, og det er ikke noe – jeg hadde sikkert savnet det hvis jeg hadde kuttet det helt ut. Mye av mine favorittmåltider som inneholder kjøtt, det er jo ikke noe... hvis jeg skal kose meg skikkelig så disker jeg ikke opp med vegetartaco da. Eller jo, kanskje av og til (ler), det synes jeg er så godt. Det synes jo er noe av det der jeg savner kjøtt minst, på en måte. Men jeg hadde nok savnet noen av de, pappa sin lasagne eller kalkunen til jul, eller det å bli invitert i middagsselskap og komme der og: ”Nei, jeg tar poteter og salat, liksom”, fordi at ja... Og at du blir møtt med rynking på nesen og at du kanskje må føle at du må forsvare det hele tiden. Også vil du ikke være sånn... vet ikke, påtrengende viktigper, man vil jo – jeg tror det er i veldig mange mennesker at de vil jo ikke være til bra, du vil jo ikke at noen andre skal stresse fordi du har valgt noe. Men så er det jo det man bare må hive av seg. Men det... ja, det sitter litt langt inne.

Intervjuer: Jeg tror nok du har rett i at det er vanskelig å føle at man er til bry også bare skulle stå i det.

Deltaker: Det er jo, jeg har jo venner som har både gluten- og melkeallergi (ler litt), men det, da er det på en måte... de kan ikke noe for det at de – men samtidig, selv de tror jeg er litt sånn: ”Årh, nå må de lage glutenfritt”, liksom, sant (ler). Bare du vitner det så gjør det jo det at du på en måte: ”Åh, jeg er glad jeg kan spise – ” og på en måte ikke være den som gjør at man må lage noe annet fordi at jeg har en spesiell diett. [liten pause for kaffepåfyll]

Intervjuer: Tror du at du kunne klart deg uten å spise kjøtt?

Deltaker: Ja. Altså, hvordan? Tenker du fysisk eller –?

Intervjuer: Ja, fysisk?

Deltaker: Ja, absolutt. Jeg har ingen tanker om at man får mangelsykdommer av å kutte kjøtt eller noe sånt, eller om alt er vegansk. Det tror jeg bare handler om kunnskap. Men jeg tror du må ha mye mer kunnskap om mat om du ikke spiser kjøtt. Eller ikke mer, du må ha annerledes kunnskap. Du må lære deg en ny måte som du ikke har fått – for du må jo ha kunnskap for å sette sammen hvilket som helst måltid, men det er jo dét du har fått inn med morsmelken på en måte. Eller, de fleste i Norge, oppigjennom så er det jo hvordan du setter sammen et måltid med alt du trenger og kjøttet er der. Så jeg tror du bare må ha en helt, altså en annen kunnskap for å sette sammen – sette deg inn i det for å få alt du trenger. Og jeg har en teori om at de som spiser vegansk mat har mer kunnskap om det enn folk flest, men det vet jeg ikke om er sant.

Intervjuer: Når du sier om ”det” så mener du?

Deltaker: Om hvilke type næringsstoffer man trenger, eller hvor... Det er bare av erfaring at de jeg kjenner som er vegetarianere eller veganere har mer kunnskap om hva de må få i seg. For jeg tror, det er jo veldig sånn utbredt at hvis man er det så skal man gå til legen og sjekke verdiene, om man har alt, og det er det jo mange som gjør. Og da blir man mer bevisst på at: ”Nå må jeg ha mer sånn eller sånn får å få alt det jeg trenger”. Så jeg tror absolutt det er kjempemulig (ler), det er bare jeg som setter kjepper i mine egne hjul.

Intervjuer: Du nevnte det at mange Norge får inn dette med kjøtt som en viktig del av måltidene, det er noe vi vokser opp med i stor grad. Var det sånn for deg da du var liten?

Deltaker: Ja, absolutt. Det er jo det som har vært normalen. Kjøtt med – jeg kan nesten ikke husk at jeg hadde et vegetariansk måltid. Det er liksom ikke, det har ikke vært normalt i det hele tatt. Det er *nå* kanskje litt mer med hun svigerinnen min, eller kjæresten til broren min som har gjort at vi har... Men da er det som regel, for hun spiser fisk da, såkalt pescetarianer gjerne så da blir det gjerne det at: ”Ok, men da har vi laks nesten hver gang hun kommer”, fordi tanken på å ta det *ut* – da er det nesten ikke, da blir det nesten sett på at: ”Åh, da er det jo ikke middag nesten en gang”, sant. At man har et sånt helt, at vi bare er blitt lært opp sånn. Også setter man ikke spørsmålsteget ved det, det er jo som å få en religion inn med familien, sant. Også er det noen som stiller spørsmål ved det og går ut av det, også er det noen som aldri gjør det fordi når du er 5 år og 10 år så tror du på alt foreldrene dine sier. Og da er det sånn det sal være, så man må være ganske kritisk og reflektert for å gå ut av det man alltid har hørt eller det man alltid blitt opplært til. Så jeg vet ikke, jeg har gjerne tenkt på en sånn parallell der, at du blir opplært med en religion eller du blir opplært til å spise kjøtt, at det er litt samme greien. Det er et sett med regler eller normer for sånn er det. Så får man impulser utenfra også må man ta stilling til det, eller om man bare lukker de ute. Jeg vet ikke.

Intervjuer: Det er jo en norm her i Norge å spise kjøtt, det er jo normalen. Kan du huske at du på noe tidspunkt bestemte deg for å spise kjøtt?

Deltaker: Nei, aldri. Det har jo bare blitt valgt for meg. Det er jo aldri, mamma har jo aldri satt meg ned og bare: ”Ja, nå må du ta et valg” (ler), det har alltid vært: ”Sånn er det”. Dette

får du på tallerkenen, og jeg har alltid blitt oppvokst med at det du får det spiser du. Så det har jo aldri vært noe spørsmål i det hele tatt.

Intervjuer: Har du vokst opp rundt gårdsdyr?

Deltaker: Nei, det har jeg ikke. Bare... nei, ikke i det hele tatt faktisk.

Intervjuer: Hadde du noe forhold til dem i det hele tatt når du var ung?

Deltaker: Nei, ikke mer enn at vi så kuer når vi gikk på tur og at det var litt mer sauer der vi har hytte, der mamma er fra, en liten bygd. Men jeg har ikke kjent noen nærme med gård heller, ikke i familien eller noe sånt.

Intervjuer: Så du har aldri vært med på noe slakt eller noe sånt?

Deltaker: Nei. Jeg sløyet en fisk når jeg var liten. Det likte jeg ikke. Men (ler), så var det fisketur liksom også har jeg på en måte synes det har vært litt... når jeg ble litt eldre så har jeg syntes at det og var... så ville jeg ikke være med å fiske heller. Sånn, bare tatt avstand fra hele prosessen.

Intervjuer: Kunne du vært med på slakt av en ku – ?

Deltaker: Nei. Ikke i det hele tatt. Kunne ikke gått inn i et – eller, jeg kunne gått i et slaktehus for å tvinge meg selv til å ta det steget da, det hadde vært en sånn ting. Men jeg kunne aldri – nei. Kunne aldri tatt liv av et dyr nå, på noen som helst måte. Kanskje insekter da. Det har jeg ikke samme (ler), vet ikke om det går inn i kategorien dyr.

Intervjuer: Kanskje ikke dem vi spiser til vanlig? Det har ikke helt blitt en hit i Norge enda (begge ler).

Deltaker: De har insektssykehus i Asia et sted. Jeg går jo religion, så i – går litt utenfor da men jeg synes det er så interessant. De har – og der er det jo sånn at de tror at de får dårlig karma av å skade hva som helst som lever, til og med planter har liv, og insekter. Så de koster foran seg når de går for å ikke trække på noen insekter. Også har de insektssykehus også... de strengeste går med munnbind for ikke å puste inn levende (ler litt)... men jeg synes det er en veldig fin tanke selv om det er ekstremt.

Intervjuer: Det er jo det å klare å gjennomføre det i praksis?

Deltaker: Ja ja. Men jeg synes de er veldig sånn – jeg synes de er veldig fint. Det er en fin tanke å ha. Men jeg hadde jo aldri tatt det til det nivået likevel. Men det er jo ikke noe jeg hadde funnet på å kritisert fordi det går ikke ut over noen andre enn dem selv. Og de gjør det jo av et veldig altruistisk syn på livet.

Intervjuer: Spennende! Det har jeg ikke hørt om. Da tenker jeg at vi egentlig er over i siste kategori, og da – du har vært inne på det allerede. Men kan du si litt mer om ting du har lest, sett eller hørt om negative aspekter knyttet til kjøttproduksjon?

Deltaker: Ja. Mest... hva skal jeg si? Det jeg hører mest om i Norsk sammenheng tror jeg er miljøhensyn. Hvor mye areal som brukes, eller mat som brukes for å produsere et kilo kjøtt

for eksempel, særlig rødt kjøtt. Og hvor mye energi som brukes på det. At det er veldig negativt for miljøet. Og jeg tror det er det som gjør at folk – eller én av grunnene til at folk blir mer og mer vennlige til tanken eller synes det er en god idé da. Syns det er lettere å hekte seg på den miljøbølgen enn velferdsbølgen. Jeg føler det er større aksept for å si at: ”Jeg reduserer kjøttforbruket mitt fordi det er så – av miljøhensyn”, enn å på en måte være den der: ”Åhh, alt er liv og –” (ler), selv om jeg synes det er et like godt argument. Men dét er en av de store tingene som jeg tror folk har fått mer og mer sympati for. Også er det jo selvfølgelig hvordan hele kjøttproduksjonen er bygget opp da. Hvordan dyr får et begrenset liv og blir avlet opp bare for at vi skal spise dem og ikke for deres egen... Hele den der veien i fra gård til slakt og begrenset areal for kyllinger som bare må gå inne på et lite... høner som kanskje blir sperret inne og skal være på samme sted hele livet sitt, de som ikke får gå rundt i det hele tatt. Og hvor mye antibiotika som blir brukt fordi dyrene er for tette. Eller at man må pumpe de opp med antibiotika for at de ikke skal bli syke, at lasken ikke skal ha lus eller – alt sånn da. Også årh, det var en ting til jeg kom på men nå.... kanskje jeg kommer på det senere. Jeg tror det er mest det da, av de argumentene mot kjøttproduksjo – det var *mot* kjøttproduksjon?

Intervjuer: Ja, negative konsekvenser av kjøttproduksjonen.

Deltaker: Ja, og at hvis ingen hadde spist kjøtt så hadde det kanskje... hadde det vært nok mat til alle. Og at man øker kjøttproduksjonen i vestlige land som går på bekostning av en matmangel til land som ikke har like mye ressurs – eller som må selge alt til fôr i stedet for å kunne bruke det til egen mat. Det er vel mye av det hverfall som jeg har vært borti. Så er det mye med melk, hvordan kuene blir fostret opp for at vi skal få melk og ikke for at de skal få et verdig liv, eller for at kalven blir revet fra moren sin tidlig fordi du skal ha melken til mennesker og ikke til kalven som skal vokse opp og bli sterk. Når jeg snakker om det nå så blir jeg sånn igjen at: ”Ja, hvorfor –?”, for jeg har veldig mye kunnskap – jeg vet mye om det og jeg er jo helt enig i det. Men det er den, det er en del av meg som bare stritter i mot fordi samfunnet er bygget opp slik det er – det må jo være derfor. Det er lettvent, mye mer lettvent å spise kjøtt enn det er å ikke gjøre det. Altså, hadde jeg bodd et annet sted i verden så hadde det gjerne vært mye lettere.

Intervjuer: Opplever du noen gang at det gjør det litt lettere å spise kjøtt fordi du vet såpass mye som gjør? At du har satt deg inn i ting?

Deltaker: Ja, kanskje. Det gjør jo at jeg kan være selektiv. Altså for eksempel, jeg vil jo være mye mer... hva skal jeg si? Jeg vil jo være mye mer bevisst på kanskje det med vilt kjøtt for eksempel. Jeg synes det er dyr som har levd hele livet sitt ute og så blir jaktet – jeg synes det er mer etisk enn de som er fostret opp i en kjøttindustri for eksempel. Men nå går jo ikke jeg og bare kjøper vilt kjøtt, men det gjør jo at jeg kan styre vekk fra det *jeg vet selv* som jeg ikke er enig i. Eller for eksempel at hvis jeg er i USA så går jeg – så styrer jeg helt bort fra biff og sånn. For der vet jeg mye mer om hvordan det blir, eller om conditions og hvordan omstendighetene er for kuene der i forhold til Norge. Jeg vil jo tro at det er bedre i Norge, men samtidig så har jeg ikke nok kunnskap om det. Jeg tror jo ikke det er helt perfekt her (ler), ikke i det hele – langt i fra. Men der vet jeg iallfall enda mer hvordan – alle disse dokumentarene er jo som regel fra USA som gjør at der vil jeg... når jeg var for eksempel i New York for et år siden, da var det nesten bare vegetariansk. Fordi da har jeg så mye mer kunnskap om hvordan industrien er at det er vanskeligere for meg å spise en burger der enn å spise en burger i Norge, på en måte. Så sånn sett så er det jo bedre med kunnskap, men samtidig så gjør det meg veldig bevisst på hva jeg bidrar til, hvilken industri jeg bidrar til når

jeg spiser kjøtt. Og at det er vanskelig for meg å fordøye. Samtidig som jeg distanserer meg fra det fordi jeg gjør det. Så man må jo ha en slags mekanisme som gjør at jeg på en måte kan klare å gjøre det likevel. Jeg er en litt sånn spesiell case, jeg vet ikke (ler).

Intervjuer: Husker du første gang du leste, så eller hørte noe om de negative konsekvensene?

Deltaker: Ehm... Ja... tja. Jeg hadde vel, jeg hadde en kamerat, han første som jeg visste var vegetarianer. Han introduserte meg vel for det. Og det var vel... når jeg først flyttet til [Bereg, by]. Det må vel ha vært syv år siden. Det var første gang ble introdusert til det, tror jeg. Og da var det vel at han snakket om hvorfor han ikke spiste kjøtt. Og da, det var jo – da hadde jeg ingen sånn... jeg merket at da hadde jeg ingen sånn veldig negativ reaksjon til det i det hele tatt. Det var ikke noe som jeg følte at jeg måtte stritte i mot eller... som jeg føler at veldig mange har, en sånn veldig reaksjon på at de føler at de blir angrepet eller noe sånt. Men det spørs jo veldig på *hvem* gjerne som introduserer deg for det, hvordan de presenterer det. Og på hans måte så sa han det bare fra sitt synspunkt og hva han hadde sett og hva han visste. Og han la det jo ikke opp til at: ”Alle som ikke tenker som meg er helt idioter” (ler litt). Så det var vel første gangen jeg ble introdusert for det. Og da husker jeg at han fortalte at *han* fikk veldig negative reaksjoner til det. At han kunne få slengt dritt etter seg og sånn bare fordi han for syv-åtte år siden sa at han ikke spiste kjøtt. Og at det var veldig mye negativt. Og da hadde jeg mer sympati for det da, for han var in venn og hvordan folk kunne reagere sånn på det som jeg så på som en kjempe uselvvisk handling. Så jeg tror det var der det begynte, at jeg fikk sympati for det samtidig som det var ikke – da hadde jeg ingen tanker om å gå den veien selv, før jeg fikk flere venninner som gikk den veien og fikk enda mer kunnskap selv. Men jeg har aldri vært kritisk til det på noen som helst måte. For jeg har ikke hatt noen tanker om hvorfor man skulle være det, egentlig. Jeg ser ikke hva – det gjør ingen andre noe vondt, på en måte. Det er vel det (ler litt).

Intervjuer: Husker du en situasjon hvor du bestemte deg for å spise mindre kjøtt? Noe som gjorde at du bestemte deg for å kutte?

Deltaker: Ja, det var jo veldig det der smalahåvegreiene da. Som... der jeg fikk fjeset på tallerkenen. Og etter å ha sett et par dokumentarer selv. Jeg har jo alltid, eller informasjon selvfølgelig fra venner er jo en viktig kilde til det, men det har vært mest det å få sånne reality checks liksom, der jeg selv liksom har sett fjeset til sauen eller en dokumentar hvor det er helt forferdelige... et forferdelig miljø eller forhold for dyr. Men så, så blir de også presentert litt som om: ”Dette er de mest ekstreme tilfellene, og det er ikke sånn det er i Norge”. Så da har jeg jo gjerne prøvd å se litt mer her da. Men det er vel helst sånne ting som har gjort at jeg har redusert det, tror jeg. At jeg har fått sånne sterke på film eller at jeg har, ja, sånn som den smalahåvegreien (ler).

Intervjuer: Da tror jeg vi er ferdige. Tusen takk!

Deltaker: Bare hyggelig!

Informant 7

Intervjuer: Kan du beskrive en yndlingsrett du har med kjøtt i? Eller flere hvis du har flere?

Deltaker: Eh, jeg spiser jo forskjellige typer kjøtt. Kjøttdeig og rent kjøtt, da, biff og så videre. Også spiser jeg også, finnes jo i alle typer kjøtt... proteiner. Så... hva var spørsmålet?

Intervjuer: Om du har en yndlingsrett?

Deltaker: Ja...

Intervjuer: Eller yndlings kjøtttype?

Deltaker: Tror jeg liker elg best. Jeg har, altså, jeg og mamma spiser lapskaus av og til også har vi vanligvis vanlig Gilde kjøttpølse i. Smaker helt greit, det er ikke spesielt. Også for et par måneder siden så fikk jeg elgpølse av morfaren min, han hadde skutt en elg. Så da laget han elgpølse.

Intervjuer: Det gjør han selv?

Deltaker: Mhm. Det var første gang. Så vi prøvde å ha elgpølse i stede for vanlig kjøttpølse i lapskaus og fy faen det ble så godt! Det *er* så godt i forhold til vanlig lapskaus.

Intervjuer: Det var en ny favoritt?

Deltaker: Ja, herregud. Det er nesten så jeg fikk litt [utydelig]. Det var nesten så jeg likte grønnsaker.

Intervjuer: Fordi du hadde elgkjøtt oppi?

Deltaker: Mhm.

Intervjuer: Er du vanligvis ikke så glad i grønnsaker?

Deltaker: Nja, altså jeg spiser det. Trenger den typen mat også, ikke bare kjøtt. Men jeg tror det er noe med smaken, at jeg liker kjøtt, det går veldig mye på smak da. Kjøttsmaken er selvfølgelig bedre enn ganske mange grønnsaker.

Intervjuer: Nå har du nevnt biff og elg. Er det andre typer kjøtt du spiser? Som gjerne er vanlig å kjøpe i butikken, du nevnte pølse?

Deltaker: Ja. Jeg har hatt flintstek av og til, det var veldig godt. Men ja, det er gris, tror jeg. Skal være gris?

Intervjuer: Jeg kan google det etterpå og sjekke (begge ler).

Deltaker: Get the facts. Så ja, egentlig alle typer kjøtt.

Intervjuer: Ja. Spiser du fisk?

Deltaker: Mhm. Jeg har en hytte på – veldig, veldig nærme havet, Oslofjorden, rett ved. Så når vi er der på sommeren, som er da vi er der, så drar jeg og... farfar omtrent bare, ut og fisker. Sånn to-tre ganger i uka-ish. Setter garn og... så alle typer kjøtt.

Intervjuer: Kan du tenke deg en type kjøtt som det her i Norge kanskje er litt tabu å spise?

Deltaker: Kalv er jo, altså... Det er jo litt sånn kontroversielt å spise kalv... vil mange si da. Jeg er for så vidt enig i at, altså... Jeg har hørt at lammestek er veldig mye bedre enn sauestek for å ta den sammenligningen da. Og tydeligvis så er lammestek bedre enn sauestek. Men jeg spiste sauestek for – i jula, 2. Juledag, og jeg synes det var kjempegodt. Så hvis lammestek liksom skal være bedre enn det så ser jeg ikke helt hvordan – hvor mye bedre det kan være (ler litt).

Intervjuer: Hva tenker du på i forhold til at kalv er kontroversielt?

Deltaker: Nei altså at, det blir jo slaktet når de er... unge, tror jeg. Altså jeg har ikke lest så veldig mye om det, men... jeg så på Friends for ikke så lenge siden med moren min også så hun, jeg husker ikke helt hva det var. Men et eller annet kontroversielt da, at altså Phoebe, hvis du vet hvem...?

Intervjuer: Phoebe i Friends ja!

Deltaker: En karakter i Friends skulle ha kalv med kjæresten sin. Også... fordi hun er vegetarianer, så (ler litt), så jeg *tror* hun hadde spydd uansett hva slags kjøtt det er, men hun... prøvde å skjule at hun måtte kaste opp men hun klarte det ikke.

Intervjuer: Var det fordi at det var kalv, eller var det bare fordi det var kjøtt?

Deltaker: Jeg tror nok det er fordi – altså, en blanding.

Intervjuer: Ja. Har du spist kalv?

Deltaker: Nei.

Intervjuer: Kunne du tenke deg å prøve?

Deltaker: Ja, bare for å prøve. Men ja, altså jeg spiser jo ku hele tiden, ikke sant. Så...ja, igjen det med sauestek og lammestek, om det er en forskjell så ser jeg ikke helt... om det er en vesentlig forskjell, egentlig.

Intervjuer: Hadde du opplevd det annerledes å spise en kalv enn å spise kjøtt fra et voksent dyr? Hadde det påvirket deg på noe vis at det var en kalv?

Deltaker: Ja, det måtte nok vært en spesiell – special occasion for at jeg skulle spist kalv. Altså at – ikke fått dårlig samvittighet for det.

Intervjuer: Hvorfor tror du det kunne gitt deg dårlig samvittighet?

Deltaker: Fordi jeg som person kjøper et dyr som ikke har fått lov til å vokse opp og leve et liv. Et ordentlig liv, liksom, på samme måte som meg. Jeg har vokst opp i Norge, lever i det

beste landet i verden... flere år på rad. Og at et dyr som ikke har en stemme en gang ikke får lov til å vokse opp på samme måte som meg... ja, som sagt, det måtte vært en ganske høytidelig muli – altså occation.

Intervjuer: Så ikke noe du hadde gjort hver dag?

Deltaker: Nei, definitivt ikke. Èn gang i året.

Intervjuer: Ja. Kjenner du til leveforholdene til norske produksjonsdyr? Ku, gris, sau og kylling.

Deltaker: Eh... norske er jeg ikke helt sikker på. Men ja, altså... for eksempel Prioregg som du finner i butikken. Så står det jo på pakningen: ”norske egg fra frittgående høner”, eller noe. Og jeg tror det er fakta. Altså, det er sant. Fordi det må jo komme noen og sjekke at det faktisk er frittgående høns. Kan ikke skrive hva de vil, liksom.

Intervjuer: Du nevnte kalver som slaktes unge. Kjenner du til slakteprosessen?

Deltaker: En kompis av meg jobber på slakteri, så han sier jo at de blir slaktet på en måte som gjør at de føler så lite smerte som mulig. Og det er veldig bra. Det føler jeg er... det er bedre. Jeg får litt bedre samvittighet da. Men når du tenker på USA så er det jo, da blir de jo fôret og fôret og fôret til de sprekker omtrent. Jeg tror de er sånn 3 måneder når de blir slaktet.

Intervjuer: Hvilket dyr da?

Deltaker: Høns. Tror jeg. Bena og musklene får ikke utviklet seg. Det blir for mye muskler også klarer ikke beina – svikter beina, eller så blir det... ja. At kroppen rett og slett svikter, da.

Intervjuer: Har du vært med på slakt selv noen gang?

Deltaker: Nei. Så jeg vet ikke helt konkret noe særlig om slakteri, sånn egentlig. Men ja. Jeg er jo også oppvokst i gårdfamilie, på begge sider av foreldrene.

Intervjuer: Vokste du opp på gård selv?

Deltaker: Nei. Men mamma gjorde det, i Nordland. Så morfaren min forteller ofte historier om slakteri og hvordan man slakter elg. Han går jo fortsatt på elgjakt.

Intervjuer: Og han gjør alt selv?

Deltaker: Ja. Han gjør det selv.

Intervjuer: Kunne du slaktet et dyr tror du?

Deltaker: Ja, når vi fisker så sløyer jeg fisken selv. Så jeg *kan* gjøre det men så lenge jeg vet at det ikke er utrydningstruet for eksempel. En truet dyreart. For eksempel den... tror det er en tiger som er veldig... så den kunne jeg definitivt ikke drept eller slaktet, eller... jeg måtte latt den være.

Intervjuer: Hva med for eksempel en ku, gris eller elg?

Deltaker: En ku kunne jeg – hadde jeg visst hvordan jeg skulle gjøre det, så *tror* jeg at jeg kunne gjort det, jeg vet ikke. Jeg har aldri vært i den situasjonen. Men fra mitt ståsted så kunne jeg nok gjort det. Men ikke en kalv.

Intervjuer: Hadde det gått på litt det samme som gjør at du ikke har lyst til å spise kalv?

Deltaker: Ja. Samme type ja.

Intervjuer: Hvordan har du opplevd det de gangene du har sløyet fisk? Husker du første gang du gjorde det?

Deltaker: Jeg var vel ni-ti år gammel tror jeg. Det var at farfar sa, jeg *tror* det var for kødd: ”Ja, [navn], kan ikke du sløye fisken. Så kan jeg kjøre, styre båten”. Så jeg visste jo ikke at, eller skjønnte ikke at det var tull da, egentlig. Så jeg bare: ”Jaaaa... ok da. Men da må du vise meg hvordan du gjør det”. Så viste han meg hvordan jeg gjorde det: først kutter du over strupen så langt opp som mulig sånn at du får med mest mulig kjøtt. Ikke at det gjør så veldig mye, men. Også skjærer du opp magen og tar ut innvollene... også tar du hodet. Hvis du skal gjøre det ordentlig da. Men når du har masse måker da, så hiver du...

Intervjuer: Slenge det på sjøen?

Deltaker: Ja. Lever og hjerte tar vi av og til med.

Intervjuer: Spiser man det?

Deltaker: Ja. Ikke jeg. Jeg er ikke så ivrig. Men farfar og samboeren hans gjør det. Så ja.

Intervjuer: Hva tenker du om –

Deltaker: [sier noe]

Intervjuer: Unnskyld, hva sa du?

Deltaker: jeg kan jo ha vært eldre også.

Intervjuer: Ja, det er jo kniv og sånn involvert. Men hvis han satt og så på så var det gjerne greit?

Deltaker: Ja, han satt og så på. Også gikk det sånn to år før jeg var modig nok til å gjøre det igjen (begge ler litt).

Intervjuer: Hva tenker du om det at det er mange som ikke kunne slaktet et dyr, men som likevel spiser kjøtt? Hva tenker du om at andre slakter det for en?

Deltaker: Ja. Det er jo det Phoebe i Friends er i mot. Ingen ting med øyne, ikke egg heller, jeg tror... fordi ingenting med øyne, fordi da får du skyldfølelse ofte. Og når du da til og med har kjøpt noe som noe har måttet dø for, da. Det... Det er jo jeg helt... eller, altså, jeg får ikke

skyldfølelse når jeg spiser biff. Jeg skjønner ikke helt hvorfor. Kanskje jeg er en veldig kald person? (ler litt) Men... neida.

Intervjuer: Har du sitte og spist biff også tenkt at ”nå får jeg ikke dårlig samvittighet”? Eller ”burde jeg føle noe nå?”

Deltaker: Jeg har tenkt på det, men jeg har liksom ikke *følt* på det... at et dyr har dødd for at jeg skal kunne spise det. Jeg har tenkt – altså det har... crossed my mind, men jeg har liksom ikke ordentlig reflektert over det.

Intervjuer: Kan du se for deg hva du kunne følt dersom du hadde reflektert over det?

Deltaker: Jeg tror nok jeg hadde følt det samme som de fleste, at... vi burde egentlig ikke gjøre det. Alle levende ting har følelser, på en måte. Vi burde ikke concourage at de skal dø for at vi skal kunne spise de. Burde ikke fremme de tankene, hadde jeg nok tenkt, tror jeg. Men jeg tror jeg er litt egoistisk men jeg liker biff, så...ja.

Intervjuer: Det blir kanskje litt vanskelig å fortsette som før hvis man tenker for mye på slike ting?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Vokste du opp med mye kjøttmiddager og sånn hjemme i barndommen?

Deltaker: Ja. Vi hadde kjøtt sikkert hver dag.

Intervjuer: Var det fra gården eller var det fra...?

Deltaker: Nei, det var butikkkjøpt. Jeg er oppvokst i Oslo, så.

Intervjuer: Så det var ikke slik at foreldrene dine fikk kjøtt fra sine foreldre fra gårdene?

Deltaker: Neida.

Intervjuer: Er det noe du har fortsatt med? At du som regel lager kjøttmiddag?

Deltaker: Kjøtt er en ingrediens jeg kommer til å bruke ganske mye. Kommer til å være det en stund fremover også. Men jeg husker første gangen jeg spiste vegetarmiddag, det var veldig... merkelig. Veldig merkelig. Mamma fant ut at hun skulle lage falafel. Også – fra scratch, også hadde hun kikerter, sant. Moste kikerter og hele pakken. Så... også stekte vi de og laget sanne pannekaker, ca så store [viser 3-4 cm med fingrene], også stekte vi de i pannen. Men fram til nå visste jeg ikke at hun laget falafel.

Intervjuer: Du trodde det var vanlig middag?

Deltaker: Ja, jeg trodde det var vanlig middag. Så hun av en bit, skjærte den i to, satt den på en gaffel også sa hun: ”Smak på dette”. Også smakte jeg. Det var godt. Så sa hun: ”Ja, det er falafel”. ”Hva er det?”, ”moste kikerter”. ”Are you sure about that? Sikker på at det ikke er kjøtt?”. ”Nei, det er moste kikerter, olje”. Og jeg bare: ”Det smaker jo kjøtt”. Hvordan? Det

er jo ikke sånn det fungerer! Grønnsaker smaker grønnsaker, kjøtt smaker kjøtt. Det skal ikke... Det var sånn *jeg* følte da.

Intervjuer: Så du ble positivt overrasket?

Deltaker: Jeg ble veldig positivt overrasket! Så laget vi tacotype-greier da, fmed falafel istedenfor kjøtt. Og rømme. Så det ble *veldig* godt. Det (ler).

Intervjuer: Jeg tenkte å spørre om lager vegetarmat, om det er noe du føler at du får til? Lager du mye mat?

Deltaker: Nei, ikke noe særlig. Salat kan jeg lage. Sånn mellommåltid. Men ikke middag tror jeg. Fordi... ja, jeg er en stor kar da, trenger mye mat. Og salat har ikke veldig mye næring.

Intervjuer: Ikke som hovedmåltid gjerne.

Deltaker: Veldig mye smak, hvis du lager den riktig. Og du kan jo ha kikerter oppi også. Kikerter er jo på en måte kjøtt, bare grønnsaker. Det er jo stappa med proteiner og litt forskjellig, C-vitamin tror jeg. Er litt usikker. Men hvertfall proteiner.

Intervjuer: Har du noen gang vurdert å spise mindre kjøtt?

Deltaker: Har vurdert det... Jeg har tenkt på det, men så ja... det bare faller bort, jeg klarer det ikke. Kjøtt, det er for godt, rett og slett.

Intervjuer: Husker du hva det var som gjorde at du var inne på tanken om å kutte?

Deltaker: Ehm. Gilde kjøttpølse, tror jeg. Jeg ble lei av det. Det ble liksom samme smaken hver gang. Det er ikke noe annerledes, du kan ikke koke kjøttpølser.

Intervjuer: De må stekes?

Deltaker: Ja. Bakt får fint, tror jeg. Men, det er et aller annet med smaken, det er bare ille... Wienerpølser! Det er pølser fortsatt og det er Gilde, men wienerpølser går fint.

Intervjuer: Hva mener du med at det er ille? Tenker du på smaken?

Deltaker: Ja, smaken er helt annerledes. Wienerpølser kan både kokes og stekes. Du kan variere mer.

Intervjuer: Vurderte du da i hovedsak å kutte ned på den typen pølse som du var litt lei av?

Deltaker: Eller altså, i en uke så tenkte jeg å bare kutte veldig ned på kjøtt, fordi av en eller annen grunn så tenkte jeg at kjøttpølser var alt kjøtt. Eller, kjøttpølser var den eneste typen kjøtt. Og jeg bare tenkte ikke på elg eller noen av de andre typene kjøtt.

Intervjuer: Men så ble det ikke noe av?

Deltaker: Nei. Fordi at plutselig så kom jeg på biff. Ha biff til middag.

Intervjuer: Skjønner. Har du noen venner eller noen i familien som ikke spiser kjøtt?

Deltaker: Jeg har en sånn distant slektning, som er veganer. Men jeg har møtt henne én gang. Så jeg har liksom ikke noe forhold til henne, jeg kjenner henne ikke. Hun bor i USA også. Så den... nei. Jeg har en del muslimske venner som, men de spiser bare ikke gris. Så de spiser jo ja... kylling, okse, elg.

Intervjuer: Hva tenker du om de som velger å slutte å spise kjøtt? Hva tenker du om det valget?

Deltaker: De må være en veldig mye sterkere person enn meg (ler litt), som klarer å kutte ut kjøtt. Eller at de bare ikke liker kjøtt like mye som meg. Jeg har vokst opp med dette, men det er, det er en del av middagen. Once you're in you're in.

Intervjuer: Det er vanskelig å slutte?

Deltaker: Vanskelig å slutte. Avhengig.

Intervjuer: Er det smaken som er viktigst for deg? Du snakket også litt om proteiner.

Deltaker: ja, jeg tror smaken er, om ikke *det* viktigste, så i hvert fall *veldig, veldig* viktig. Topp 2. Jeg tror smaken er en av de... altså det er en av årsakene til jeg ikke klarer å slutte med kjøtt. Så hvis de hadde funnet opp kjøtt... altså, grønnsaker med smak av kjøtt på en måte, så kunne jeg nok sluttet med kjøtt, antagelig. Men ikke foreløpig.

Intervjuer: Kjenner du til alternativer til kjøtt, produkter som skal ligne på kjøtt? Har du prøvd noen av de?

Deltaker: Nei, ikke som jeg vet iallfall. Så hvis mamma har lurt i meg tofu uten at jeg vet det så er det en veldig god jobb. Men jeg har hørt at tofu skal være ganske ille i forhold til kjøtt. Tofubeacon.

Intervjuer: Ja for det *er* ikke beacon men det skal smake som beacon?

Deltaker: Ja. Jeg har hørt at det ikke, at det ikke smaker sånn.

Intervjuer: Så de som prøvde det ble ikke overbevist?

Deltaker: Altså, jeg kan godt prøve å se om *jeg* synes det smaker likt, men jeg iallfall hørt at det ikke er samme greien da.

Intervjuer: Hva tenker du om å dyrke kjøtt i laboratorier? Har du hørt om det?

Deltaker: Ja, altså for all del... hvis det smaker som biff og det er... ja, som sagt ikke nødvendigvis alle proteinene, men hvis det smaker biff, eller kjøtt, så kunne jeg nok byttet. Men som sagt, ikke foreløpig. Ikke med dagens alternativer.

Intervjuer: Kan du komme på andre grunner som gjør at kjøtt er viktig for deg? Til jul for eksempel?

Deltaker: Ja. Hvis jeg skulle blitt veganer for eksempel så tror jeg nok at jeg hadde fått en del rare blikk fra familien min, på begge sider. Begge har, begge sider av familien har vokst opp med å elske kjøtt og alltid gjøre rent bord. Jeg hadde nok fått ganske mange rare blikk og snudd ganske mange hoder hvis jeg hadde sagt: ”Jeg har sluttet med kjøtt”.

Intervjuer: Tenker du at kjøtt i deres familie er en viktig del av for eksempel en julefeiring? Selve måltidet dere spiser?

Deltaker: Ja, vi har kjøtt til alle måltid, omtrent. Hvis vi spiser lunsj så er det salami og skinke, og rester....

Intervjuer: Ja, det blir jo mye mat i julen.

Deltaker: Pinnekjøtt også, for så vidt. Du er fra...?

Intervjuer: Jeg er fra Stavanger. Det kan være litt vanskelig å vite om det er Bergen eller Stavanger.

Deltaker: Det var det jeg trodde. Jeg har – moren til bestevennen min er fra Stavanger så jeg visste egentlig at du var fra Stavanger, jeg er bare veldig sliten, fortsatt, så jeg klarer ikke å tenke helt.

Intervjuer: Vil du ha en pause?

Deltaker: Nei nei, jeg skal hjem og spise snart.

Intervjuer: Du har allerede nevnt hva som gjør det viktig for deg å spise kjøtt. Kan komme på noe du har lest, hørt eller sett, som har handlet om negative konsekvenser av å spise kjøtt?

Deltaker: Det er jo... jeg har hørt fra kona til farfaren min, hun leser mye om sånne ting.

Intervjuer: Farmoren din?

Deltaker: Farmoren min ja. Så hun leser litt forskjellig også har hun sagt at kjøtt kan fremskynde, er det det det heter? , kreft. Men jeg vet ikke. Og om det er sant så, ja... jeg dør likevel.

Intervjuer: Så det var ikke noe du ble så stresset over å finne ut av?

Deltaker: Nei, jeg ble ikke veldig stresset fordi hun sier mye rart (ler lit), så... om det er sant, så, ok da, da fpr jeg gå over til kikerter og falafel resten av livet omtrent, bortsett fra ribbe og pinnekjøtt til jul. Men frem til jeg ser en teten en sykehusrapport: ”Ja, du har kreft”, eller om det er annen – for eksempel NHI sier at: ”Ja, kjøtt fremskynder kreft”. Hvis NHI kommer ut og sier det, så tror jeg nok at jeg vil komme til å slutte å spise kjøtt. Men det er liksom *der*. Jeg setter grensen der.

Intervjuer: Det skal litt til?

Deltaker: Den skal høyt. Det skal en god del til.

Intervjuer: Har du gjort noe egen research? Søkt etter artikler og den type ting for eksempel?

Deltaker: Nei. Jeg er egentlig veldig lite på den type metode. Jeg bruker mesteparten av tiden min på å spille.

Intervjuer: Har du kommet borti noe relatert til miljøet, for eksempel?

Deltaker: Ja, altså... kuer, kyr produserer jo... eh, altså for å si det rett ut, de promoter (begge ler). Og det... jeg *tror* det påvirker ozonlaget. Altså, det er en av grunnene til at det er hull i ozonlaget. Så det er jo nok et positivt, i gåseøyne, aspekt ved å spise kjøtt. Ihvertfall biff, eller kukjøtt da. At vi motvirker ozon – altså at vi motvirker nedbryting av ozonlaget. Nå skulle du egentlig ha negative aspekter da, men det funket ikke helt.

Intervjuer: Tenker du at å spise kukjøtt, som kan bidra til at ozonlaget brytes ned, er en positiv ting?

Deltaker: Ja, altså det er en positiv ting i forhold til at vi hjelper på nedbrytingen av ozonlaget. Gi og med at vi allerede har ødelagt [mumler] omtrent, så kan vi i hvertfall gjøre det beste ut av det og ikke ødelegge *mer*, kanskje... muligens. Det kan hende jeg tar *helt* feil nå, at det ikke hjelper i det hele tatt. Men ja. Så det er både et positivt og neg – altså, det er en positiv og en negativ *ting* at vi spiser ku da, så mye som vi gjør.

Intervjuer: Har du hørt noe om kjøtt relatert til regnskogen?

Deltaker: Hva sa du nå?

Intervjuer: Har du hørt noe om kjøttproduksjonen relatert til regnskogen?

Deltaker: Nå skjønner jeg ikke helt?

Intervjuer: For eksempel at det hogges regnskog for å få plass til å produsere mer kjøtt?

Deltaker: Å, sånn ja!

Intervjuer: Har du fått med deg noe om det?

Deltaker: Nei, det kan jeg ikke si at jeg har. Men jeg ser at det er logisk. Det er logisk at fordi vi produserer så mye kjøtt så må vi hogge ned regnskog for å få plass til å bygge nye fabrikker for eksempel, som kan produsere kjøtt i samme raten som det blir... Altså at vi kan produsere kjøtt i samme rate som vi slakter kjøtt, eller dyr. Så jeg ser sammenhengen.

Intervjuer: Tror du det er noen negative aspekter ved det å spise kjøtt som kunne påvirket hvor mye kjøtt du spiser? Du nevnte helse tidligere, og rapporten fra NHI?

Deltaker: Jeg vurderte å kutte ned bare på porsjoner. Og da blir det jo også reduksjon i kjøtt i de porsjonene. Så indirekte, ja. Jeg har vurdert å kutte ned i porsjoner fordi jeg vil gå ned i mengde mat jeg spiser da, i uken eller måneden.

Intervjuer: Da nærmer vi oss slutten. Du var inne på det tidligere da vi snakket om kalv og at du ikke har reflektert ordentlig over hvordan det ville være å spise kalv. Tror du det er noe du bevisst har unngått å tenke på?

Deltaker: Eh... Ikke bevisst, det har jeg nok ikke. Men jeg har nok bare tenkt at: ”Ok...”. Jeg bare tenker ikke på det. Men sånn, altså, jeg bare tenker ikke på det *bevisst*. Jeg kommer ikke inn på det temaet inni her [peker på hodet]. Hvis ikke noen andre kommer inn på det da. Så hvis noen for eksempel begynner å snakke om, ja... at det å spise kjøtt er galt, så hadde jeg nok tenkt kjapt gjennom det: ”Føler jeg at det å spise kjøtt er galt?”. Og for meg så er veldig, veldig mye av verden et ja/nei spørsmål. Skal jeg ta en kaffe? Ja eller nei? Nei. Skal jeg gå på Mc’ern og spise middag? Nei. Eller ja. Så jeg tenker nok bare: ”Er det galt å spise kjøtt? Ja eller nei?”, det tenker jeg også litt ordentlig på da, fordi det er et litt mer sensitivt tema enn ”skal jeg dra på Mc’ern eller ikke?”. Men da er det også... ”Er det galt å spise kjøtt eller ikke?”, så hadde jeg nok, så hadde jeg nok ikke brukt veldig lang tid på å finne ut hva jeg tenker. ”Er det galt å spise kjøtt?”. ”Nei”. Eller, det kommer an på hva slags type kjøtt, i bunn og grunn. Fordi det er jo noe annet å spise fisk – når er jo laks også truet, tror jeg? Vet ikke.

Intervjuer: Villaks kanskje?

Deltaker: Villaks ja, den er vel utrydningstruet, eller truet, jeg vet ikke hva forskjellen er. Men uansett. Hvis det er en utrydningstruet dyreart. **Også tenker jeg at det er galt å spise, hvis det er unge dyr på en måte. Altså... en kalv.** En kalv er jo egentlig bare en ku som ikke har fått barn enda. Så en kalv kan jo være fem år og den kan være fem måneder. Så... om en kalv er fem år så er det jo mindre galt å spise den enn om den er fem måneder eller fem uker. Det hadde vært veldig ulogisk å spise en fem uker gammel kalv. Generelt, jo lenger dyret lever, jo bedre, egentlig.

Intervjuer: Er det avhengig av hvordan dyret har det mens det lever?

Deltaker: Ja, det har det definitivt. **Hvis en ku har det jævlig, eller en kalv, så mener jeg at det da er bedre å slakte og produsere kjøtt av den. Men hvis en ku lever – altså, norske forhold har jeg en idé om at er de beste i verden, også på... dyreoppdrett og sånt. Så Norge mener jeg at vi burde ikke drepe dyr som er for unge. Rett og slett fordi de har ikke fått et verdig liv, da. De har ikke fått leve livet.** De har ikke fått hele, de har ikke fått hele perspektivet på livet. Og da er det, da mener jeg at det er feil å drepe de, fordi – det er det samme som at det er jo egentlig *verre* enn å drepe en jevnlig gammel gutt, da. Altså –

Intervjuer: Et barn? Et menneskebarn?

Deltaker: Et barn, et barn. Menneskebarn. Fordi et barn lærer jo å snakke når det er tre-ish, to? Jeg lærte å snakke når jeg var tre. Har hørt at det tydeligvis var litt sent, men... Jeg begynte å snakke da jeg var tre. Og jeg vet ikke om det er – altså jeg vet ikke hvor gamle... hvor gammel en kalv er, eller ku, men det er jo egentlig verre å drepe en jevnlig gammel ku, eller kalv, enn å drepe et tre år gammelt barn fordi en ku har *aldri* en stemme. Den har lyder som den kan lage og... den har ikke mer. Vi lager lyder frem til vi er to-tre år-ish. Og fra da så snakker vi. Og da kan vi uttrykke oss og si hva vi ønsker. Dyr kan aldri si hva de mener, vi vet ikke hva de tenker og føler. Og da er det jo ikke greit å drepe et dyr uansett, egentlig. Men det er jo... ja. Det er vanskelig (ler litt).

Intervjuer: Det er store spørsmål.

Deltaker: Nå kom vi inn på det likevel. Faen ass (ler litt).

Intervjuer: Jeg synes det er veldig interessant at du tenker høyt rundt det temaet jeg er interessert i. Det er det som er gull verdt for meg.

Informant 8

Intervjuer: Kan du beskrive en yndlingsrett du har med kjøtt i?

Deltaker: Oi, det...blir egentlig ikke så vanskelig fordi det er jo taco. Det må være yndlingsretten, og det spiser jeg faktisk én gang i uken.

Intervjuer: Tacofredag?

Deltaker: Tacofredag ja. Det går innenfor den kategorien.

Intervjuer: Bruker du kjøttdeig da?

Deltaker: Da er det kjøttdeig ja.

Intervjuer: Har du andre typer kjøtt du spiser? Spiser du mye kjøtt i løpet av uken?

Deltaker: Ja, jeg spiser veldig mye kjøtt. Jeg spiser kanskje kjøtt én gang nesten hver dag, med opphold med en til to dager.

Intervjuer: Er det bevisste opphold eller – ?

Deltaker: Nei, det er egentlig bare fra oppveksten at jeg er vant med å ha fisk minst en dag i uken. Så det går veldig på det, så det er en rutine som har fulgt meg da. Etter jeg har flyttet hjemmefra.

Intervjuer: Da vokste du gjerne opp med å spise en del kjøtt?

Deltaker: Ja, naturligvis. Jeg har vokst opp med en far som er kokk så han har laget, uten at jeg kan si alt han har laget, jeg har ikke peiling fordi jeg lager absolutt ikke det selv.

Intervjuer: Litt avansert?

Deltaker: Ja, og kanskje ting som han har lyst til å prøve ut ute i arbeidslivet som han bare testet på oss. Men så har jo han jobbet borte og da har det vært stort sett mamma som har laget mat, og hun lager stort sett bare tomatsuppe, pannekaker, og... sånn brokkolistuing. Så det... når han har vært borte så har det vært tomatsuppe, pannekaker, og sånn brokkolistu – brokkoligrateng tror jeg det heter, med sånn pølsebiter og sånn. Også når han kommer hjem så er det litt mer sånn avanserte retter som jeg *aldri* i verden kunne ha navngitt, ja.

Intervjuer: Med unntak av tomatsuppe og pannekaker, var det som regel kjøtt i middagen? Laget faren din alltid middag med kjøtt?

Deltaker: Nei egentlig ikke, men det gikk mest i kjøtt ja. Veldig mye variert, og alltid lokalprodusert mat.

Intervjuer: Ok. Vokste du opp ute på landet eller på gård?

Deltaker: Nei, ikke på gård. Men i nærheten av mange gårder. Så det ligger liksom et boligfelt også er det masse gårder rundt omkring.

Intervjuer: Var du mye på gård som liten?

Deltaker: Jeg har faktisk jobbet på gård også. Som ungdom da, jobbet jeg på gård.

Intervjuer: Hva jobbet du med?

Deltaker: Jeg jobbet med melkekyr, også har jeg jobbet med gris og litt sau.

Intervjuer: Hva var arbeidet du gjorde?

Deltaker: Arbeidet gikk ut på å melke og føre kyr stort sett. Og sørge for å dyrene har det bra. Egentlig det jeg husker.

Intervjuer: Var du med på noe slakt?

Deltaker: Aldri vært med på slakting nei.

Intervjuer: Du har ikke sett – ?

Deltaker: Jeg har sett det på film. Men ikke ellers, nei.

Intervjuer: Er det noe du kunne tenkt deg å være med på?

Deltaker: Jaa... Hadde ikke hatt noe i mot å vært med på det, nei. Det er jo en prosess, det er jo maten vi spiser. Så jeg kunne definitivt tenkt meg å vært med og sett.

Intervjuer: Kjenner du til selve slakteprosessen?

Deltaker: Jaaa...Kommer an på hvilket dyr, det er klart det er mye forskjellig. Jeg har jo lest veldig mye om sånn høns og kyllinger og hvordan de blir kvernet levende og sånne ting. Men det er kanskje ikke noe jeg har veldig lyst til å se på (ler). Det er veldig mye sånn, ja... masse sånn verste informasjon som florerer liksom, på nettet og i avisen og sånne ting. Men.. Nei, jeg vet egentlig ikke.

Intervjuer: Hva tenker du når du ser eller leser om for eksempel disse kyllingene?

Deltaker: Hva jeg tenker... det høres helt jævlig ut. Får liksom sånn assosiasjoner til at liksom... hva om vi hadde blitt slaktet på samme måte? (ler litt).

Intervjuer: Er det noe du tenker på i forhold til at du selv spiser kjøtt?

Deltaker: Nei. Nei, egentlig ikke.

Intervjuer: Er det noe du tenker at skjer her –

Deltaker: Det er jo egentlig det at, tenker jeg, at vi spiser så mye for eksempel kylling, at det må produserer så mye kylling for at vi skal spise og ha det bra – du kan spise kylling hver dag liksom. Det tenker jeg selvfølgelig på. Men så er det jo godt også da, så (ler). Er jo dømmekraften litt dårlig kanskje.

Intervjuer: Er det noe du tenker at skjer her i Norge? Du vente videoer hvor man ser det verste av det verste. Tenker du at det gjelder forholdene er i Norge også?

Deltaker: Delvis... jeg tenker iallfall på min egen erfaring med å jobbe på gård, nå har ikke jeg jobbet med kylling da, men jeg har jobbet med kyr og gris og sånn. Og jeg tenker jo at, i hvertfall sånn som jeg har jobbet, har jobbet på to forskjellige gårder, og jeg synes dyrene hadde det veldig bra, et verdig liv. Så jeg tenker det kanskje er litt andre forhold som du ser på dokumentarer om kjøttproduksjon i utlandet, USA og sånne ting.

Intervjuer: Kan du si litt om hvordan dyrene du jobbet med hadde det?

Deltaker: Ja. De hadde det for så vidt ganske bra. Spesielt om sommeren da, for var ikke ute om vinteren. Så om vinteren så var dem i bås som melkekyr, og okser gikk i en sånn... hva skal jeg kalle det? Det er jo en bås det og, men en større bås der de kan gå fritt da. Mens melkekyr er liksom i en ganske sånn trang bås der de ligger og står og spiser. Så dét er jo en litt verre tilværelse. Men om våren og sånn når de slipper dem ut og de får springe fritt, det er fornøydelig å se på. Jeg synes det er veldig rart fordi jeg så et innslag på tven en gang om at det var en gård som hadde dyrene ute hele året, så jeg skjønnte liksom ikke hvorfor det ikke var tilfellet på andre plasser.

Intervjuer: Det er vel primært en periode på sommeren at kuene er ute?

Deltaker: Ja, da er de ute og beiter. Så det synes jeg er litt rart egentlig. Kanskje det er mer jobb med det, eller. Det vet jeg egentlig ikke.

Intervjuer: Du har allerede nevnt noen typer kjøtt som du spiser. Kan du tenke deg noen typer kjøtt som her i Norge hadde vært litt tabu å spise?

Deltaker: Neeei... tror ikke det. Åja, som kanskje ikke folk spiser?

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Sånn som hunder og katter og sånn? Ja det hadde jo vært (ler), det hadde vært tabu iallfall for meg å spise det. Det hadde vært helt uaktuelt.

Intervjuer: Hvorfor hadde det vært uaktuelt?

Deltaker: Kjæledyr.

Intervjuer: Har du vokst opp med hund eller katt?

Deltaker: Jeg har hatt katt hele livet. Så jeg kunne ikke tenkt meg å spise katt.

Intervjuer: Hva hvis det var en helt fremmed katt som du aldri hadde hatt et forhold til?

Deltaker: Nei.

Intervjuer: Hva er forskjellen der på katt og gris for eksempel?

Deltaker: Kjærlighetsforholdet... blir det nok. Kan ikke si at jeg har det samme kjærlighetsforholdet til gris, nei... jeg vet ikke (ler litt).

Intervjuer: Nei... Vi har jo et ganske klart skille på hva som er vanlig og greit å spise, og hva som er uaktuelt. Men i noen land er det vanlig å spise –

Deltaker: Kina og... Japan spiser vel hunder? Det er vel ganske, jeg vet ikke om det er vanlig, men det gjøres i hvertfall.

Intervjuer: Kunne du tenkt deg å prøve? Hvis du var på besøk i et land hvor det var vanlig?

Deltaker: Jaaa... det har jeg egentlig ikke tenkt på, men... Nei, det hadde vært veldig vanskelig for meg iallfall. Spise... ja, jeg kunne – jeg hadde sikkert smakt på det, det tror jeg nok. Men jeg hadde aldri spist det. Hadde smakt på det men ikke spist det.

Intervjuer: Og da er det primært fordi det er –

Deltaker: Det er kjæledyr, det er nok derfor ja.

Intervjuer: Så selv om du ikke hadde hatt et kjæledyrforhold til hunden eller katten så hadde det blitt...

Deltaker: Ja. Jeg kobler det mye til om det hadde vært et land der det var vanlig å spise mennesker for eksempel, så tror jeg ikke jeg hadde smakt på det. Tror jeg absolutt ikke.

Intervjuer: Skjønner. Så det er en uaktuell kategori med hund og katt?

Deltaker: Ja, egentlig.

Intervjuer: Hvorfor tror du det er så vanlig for oss å spise de dyrene vi spiser?

Deltaker: Det er vel prakkert på oss fra vi er vokst opp (ler litt). Det er det du har vokst opp med og det du er vant med. Det... ja, er næring og det som trengs for at du skal – kroppen skal ha det bra.

Intervjuer: Kan du huske å ha tatt et valg om å spise kjøtt?

Deltaker: I oppveksten tenker du på?

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Nei, det kan jeg *ikke* huske i det hele tatt. Nei, absolutt ikke.

Intervjuer: Har du noen rundt deg, familie eller venner, som ikke spiser kjøtt?

Deltaker: Ja, jeg har veldig mange venner som er både er vegetarianere og veganere.

Intervjuer: Prater dere noe om deres valg?

Deltaker: Nei, egentlig ikke. Det, eller, vi har sikkert hatt diskusjoner... jo jeg har nok hatt diskusjoner med dem om hvorfor de har valgt å bli det, men svaret jeg får bestandig om hvorfor er de er veganere, det er å bli bedt om å se en eller annen dokumentar om det da, så blir du garantert vegetarianer selv. Eller så er det standardsvaret at dyr blir liksom... hva skal jeg si da? Injisert, de blir... de *gjør* dyrene gravide da, sånn at de skal bli flere dyr, og mer kjøtt.

Intervjuer: Har du noen gang opplevd å bli kritisert fordi du spiser kjøtt?

Deltaker: Nei. Det har jeg ikke blitt. Jeg føler det er veldig sånn folk kritiserer folk for å være vegetarianere eller veganere, men ikke omvendt.

Intervjuer: Ok. Så dere har greie samtaler sammen om temaet?

Deltaker: Ja. Det er egentlig ikke noe sånn daglig samtale, eller hver gang vi møtes så snakker vi om det å være veganer eller... nei.

Intervjuer: Hva tenker du om det valget de har tatt om å slutte å spise kjøtt?

Deltaker: Nei, jeg synes det er helt greit. Veldig tøft valg å gjøre, siden jeg er veldig glad i kjøtt selv og spiser veldig mye av det, kunne egentlig aldri tenkt meg å slutte med det heller. Men klart, mengden kunne jeg redusert på. Nei, synes det er helt greit, tøft gjort synes jeg.

Intervjuer: Har du vært inne på tanken om å spise mindre –

Deltaker: Spise mindre kjøtt ja. Ja. Jeg har vært inne på tanken om det faktisk. Men... ikke realisert noe enda.

Intervjuer: Hva er det som gjør at det ikke er blitt realisert enda?

Deltaker: Eh... det går vel mest på kunnskapen egentlig, det å lage mat uten kjøtt. Og ja, det er veldig enkelt å gå i butikken og kjøpe kjøtt. Det er alltid et, det høres jo feil ut; det er alltid tilbud på kjøtt (ler litt). Uansett hvor du går så er det et eller annet tilbud. Det er jo helt forferdelig at det er dyr som blir slaktet og blir... prisnedsatt i butikken. Det er litt dårlig verdi på dyr. De dyrene vi spiser i hvertfall.

Intervjuer: Er det noe som kan slå deg når du er i butikken og handler kjøtt?

Deltaker: Ja. Det slår meg at det er veldig billig og ja... hvordan kan det være så billig? Hvem er det som lever av det liksom?

Intervjuer: Når du kjøper kjøttdeig til taco, hvor mye – ?

Deltaker: Det er veldig snevert, jeg spiser ikke veldig mye variert kjøtt da. Det går veldig mye i farse og biff og sånne enkle ting.

Intervjuer: Påvirker prisen noen gang det du kjøper? Kan du tenke at det er for billig?

Deltaker: Det var mer når jeg var student at jeg var mer sånn, slo til på de tilbudene. Men nå som jeg har begynt å jobbe og tjene penger så bryr det meg egentlig ingenting kjøpe god mat.

Intervjuer: Er du bevisst hvor kjøttet kommer fra?

Deltaker: Ganske bevisst på hvor kjøttet kommer fra. Det må være helst norskprodusert. Det er ikke noe sånn at jeg drar på *den* svenskehandelen for å kjøpe masse utvannet kylling og, nei. Nei, det gjør jeg absolutt ikke.

Intervjuer: Påvirker nyhetssaker hvor det blir avdekket dårlige forhold for dyrene type kjøtt du kjøper? Det var en sak i sommer –

Deltaker: Ja, den så jeg. Nei, antageligvis ikke. Tror ikke det. Fordi det føler jeg liksom er en sak de har funnet, det har funnet det, de blir tatt. Det er jo ting som, de har ikke lov til å behandle dyr sånn. Etter norske lover og føring, skulle jeg til å si.

Intervjuer: Du nevnte tidligere at du har vært innom tanken om å spise mindre men at det ikke har blitt noe av. Husker du hva det var som gjorde at du begynte å tenke tanken?

Deltaker: Ja, det er innspill fra vennene mine som er veganere eller vegetarianere. Jeg har sett en dokumentar som heter Cowspiracy? Den har jeg sett. Så ikke hele, men jeg fikk med meg essensen av det. Masseproduksjon av kyr og... dårlige levekår. Og det er jo grunnen til at behovet er så stort at det må nesten gjøre det, for å...

Intervjuer: Ja, det er jo et marked som skal tilfredsstilles.

Deltaker: Ja. Så da vil ikke jeg være en så stor del av det markedet da, det er det som er bakgrunnen for den tanken da.

Intervjuer: Hva er det med det markedet som du ikke vil være en del av?

Deltaker: Det med at det må masseproduseres dyr for å mette det behovet. Det er vel egentlig det.

Intervjuer: Tenker du at det er en negativ ting?

Deltaker: Ja, det er en negativ ting. Definitivt.

Intervjuer: Vil du si litt om det?

Deltaker: (ler). Nei, egentlig ikke så mye mer enn det jeg har nevnt. Jeg kan jo veldig lite om det, men. Det å spise mindre kjøtt er jo veldig positivt føler jeg.

Intervjuer: Er det noe du kan se for deg at kunne gjort det lettere for deg å spise mindre kjøtt?

Deltaker: Jaa... faktisk, andre, sånn når du går i butikken, gjør andre ting – gjøre frukt og grønt mer tilgjengelig, billigere. Kanskje ikke billigere, bare... Vet ikke jeg. Man får jo veldig mange oppskriftsblad og sånne ting i butikker og det er jo stort sett bare kjøttretter. Men det går vel kanskje på egen interesse. At man bør interessere seg litt mer for hvordan man lager mat uten kjøtt.

Intervjuer: Har du laget vegetarmat?

Deltaker: Nei. Men jeg har spist vegetarmat. Smaker helt... nei, vegansk mat har jeg spist! Vegetarmat har jeg sikkert spist, men det var vegansk mat jeg tenkte på nå.

Intervjuer: Hvordan var det?

Deltaker: Det smaker helt forferdelig! (begge ler)

Intervjuer: Hva var det du spiste?

Deltaker: Jeg spiste noe sånn... jeg har spist vegansk burger også har jeg spist vegansk pølse... Også har jeg spist noe sånn vegansk soyagrøt, eller et eller annet. Med noe sånn chiabønner eller noe sånn?

Intervjuer: Sånn som blir til pudding?

Deltaker: Ja. Er du veganer?

Intervjuer: Ja. Mamma laget sånn chiapudding, hvis det er det du tenker på.

Deltaker: Ja, chiapudding, det var akkurat det. Også har jeg spist vegansk pizza, det har jeg spist en del av.

Intervjuer: Og det var?

Deltaker: Helt greit, det smaker ikke pizza, men du kan sikkert kalle det pizza ja.

Intervjuer: Har du spist det ute eller er det folk som har laget det til deg?

Deltaker: Jeg har spist det både ute og hatt folk som har laget til meg.

Intervjuer: Men det er ikke noe du har prøvd å lage selv?

Deltaker: Nei. Absolutt ikke.

Intervjuer: Føler du at det er noe du kunne fått til å lage eller er det litt sånn ”hvor skal jeg begynne”?

Deltaker: Ja, det er litt sånn: ”Hvor skal jeg begynne?”. Og har jeg tid – jo det har jeg sikkert, men... (ler). Jeg føler at jeg trenger tid til å gjøre det, burde kanskje bygget opp kunnskapen litt mer. Jeg er veldig dårlig til å lage meg mat selv fordi jeg er stort sett på jobb hele tiden. Så da blir det ofte det lettvinde. Gå på butikken og kjøpe seg pasta og lage seg spagetti

bolognese, et eller annet sånn kjempelett. Ting som er kjent for meg liksom, det er det det går i.

Intervjuer: Det skal jo være litt lett og tilgjengelig ja, i en travel hverdag.

Deltaker: Ja. Så det er jo det som er vanskelig da. Det er jo – du får en sånn ferdigmiks liksom, så du trenger bare å steke kjøttet eller pasta eller et eller annet også bare mikser du inn det også er det ferdig.

Intervjuer: Har du noen erfaring med uliketyper kjøtt? Hadde du opplevd det annerledes å skulle tilberede en hel kylling enn en filet?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hva hadde forskjellen vært?

Deltaker: Hvor enkelt det er. Jeg har aldri tilberedt en hel kylling og har ikke peiling på hvordan jeg gjør det. Da måtte jeg ha googlet en eller annen oppskrift får å sette – da er det på en måte en hel operasjon jeg må sette i gang, som kanskje ville tatt meg to timer å tilberede.

Intervjuer: Ja. Så veldig omfattende, da?

Deltaker: Ja. Og ja, det blir litt på samme måte som å tilberede... ting jeg ikke kan da.

Intervjuer: Så det er greit at det er noe du kan og som går litt kjapt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Du sa at du ikke hadde vært med på slakt men at du er åpen for at det er noe du kunne vært med på.

Deltaker: Ja, ja, kunne vært med på.

Intervjuer: Kunne du slaktet et dyr selv tror du?

Deltaker: Ja, det kunne jeg helt sikkert ha gjort. Hvis det er sånn pistol eller sånn boltegreier de skyter gjennom hodet, så hadde jeg sikkert kunne gjøre det. Tror ikke jeg kunna ha kuttet halsen av en ku eller en hest eller noe sånn, det tror jeg ikke jeg kunne gjort. Nei.

Intervjuer: Men boltepistol hadde gått greit?

Deltaker: Ja, hvis det er en sånn... la oss si humane ting da, som gjør at de ikke føler smerte, så kunne jeg sikkert gjort det.

Intervjuer: Hva tenker du om at det er så vanlig for folk å spise kjøtt samtidig som de aldri kunne tenkt seg å slakte et dyr selv, så derfor er det en tredjepart som slakter for oss?

Deltaker: Det blir jo litt feil da, fordi det er jo det man spiser så man må jo være klar over hvordan det skjer. Jeg vet ikke, det må jo gå i... det høres litt feil ut. At, nei, at man bare tenker på det som noe som er dødt og ikke har levd.

Intervjuer: Tror du det er en del som foretrekker å ha det sånn? Å ikke trenge å tenke så mye på prosessen før man får kjøttet på tallerkenen?

Deltaker: Det er det nok helt sikkert. Men jeg klarer ikke å forestille meg den situasjonen, skulle jeg til å si. Fordi i forhold til min oppvekst med alt sånn, far som har vært kokk, og hatt helse og matfag i skolen, der man lærer sånne ting.

Intervjuer: Ja. Har du alltid hatt et ganske bevisst forhold da?

Deltaker: Et ganske nært forhold til dyr og ja, hvordan livets gang er.

Intervjuer: Har det noen gang gjort det litt vanskelig for deg å spise kjøtt?

Deltaker: Nei. Aldri vært noe bekvem med å spise kjøtt, nei.

Intervjuer: Ubekvem...?

Deltaker: Ubekvem ja.

Intervjuer: Føler du at det er noe folk fleste kanskje kunne blitt litt mer klar over?

Deltaker: Tja. Hva skal jeg si om det da? Kunne jo blitt, hvis det er – det er det jo helt sikkert, en gruppe som ikke vet hvordan det prosessen er med hvordan dyrene lever og blir behandlet og slaktes. Det er jo en... det er jo et tema en kunne blitt mer bevisst på. Det kunne jeg sikkert blitt mer bevisst på selv. Jeg har jo et forhold til det på bakgrunn av den gården jeg jobbet på, og... men jeg vet jo ikke om fanget av hvor mange sauer som blir skaltet, hvor mange kyr som blir slaktet og sånne ting. Det har jeg jo *ingen* peiling på. Vet ikke om det er helt sinnsykt at kyr blir sina for å – vet du de blir sina for å...?

Intervjuer: Jeg vet ikke hva sina er?

Deltaker: Det er at dem blir injisert sånn at dem skal få kalv.

Intervjuer: Ja!

Deltaker: Vet ikke om det skjer i en så heftig – i et så heftig omfang at kua dør av å føde så mange kalver og... jeg vet ikke hvor heftig det utføres, det har jeg ikke peiling på. Men så jo som i den dokumentaren på netflix at i USA så er det helt sinnsykt. At de skal føde så mange kalver at de til slutt bare kolliderer av å gå gravid hele tiden. Så nei, det er absolutt noe man kunne lært mer om. Blitt mer bevisst på.

Intervjuer: Tror du det hadde påvirket deg å oppsøke den typen informasjon?

Deltaker: Ja, det tror jeg hadde påvirket til at jeg hadde spist mindre kjøtt ja. Ja, absolutt. Så det er kanskje noe jeg bevisst har unngått eller... nei, ubevisst unngått.

Intervjuer: At du ubevisst har unngått å –

Deltaker: Å unngå den type informasjon ja. Det kan være noe som har ligget i bakhodet.

Intervjuer: Det er jo ikke informasjon som det nødvendigvis er så lett å bare snuble over, men noe man aktivt må lete litt etter selv.

Deltaker: Det er det.

Intervjuer: Nå har du nevnt at smak er en viktig grunn til at du spiser kjøtt, også har du nevnt kunnskap om matlaging, og at det er greit og enkelt. Er det noen andre aspekter som gjør at det er viktig for deg å spise kjøtt?

Deltaker: Nei, egentlig ikke. Det går på det enkle, at det er lett å tilberede og det smaker godt. Det er det største...

Intervjuer: Hva med en vennemiddag og sosiale settinger, vil det være viktig? Ribbe til julemiddagen for eksempel?

Deltaker: Ja, tradisjon og sånne ting ja. Men... ja, det er jo fint at man samles rundt bordet rundt juletider og spiser, vi spiser ikke ribbe vi spiser pinnekjøtt. Men det er definitivt høydepunktet ved julen, at man – det er det man spiser, det er det jeg spiser iallfall.

Intervjuer: Hvordan ville julaften blitt med en vegetarisk julemiddag?

Deltaker: Det hadde kanskje ikke blitt en julaften det. Fordi julen for meg dreier seg egentlig bare om pinnekjøtt. Jeg er ikke så interessert i gaver og sånne ting, det er middagen som er det store.

Intervjuer: Hadde det da blitt rart med en annen type middag?

Deltaker: Det hadde blitt veldig rart.

Intervjuer: Har du andre gode sosiale minner som er knyttet til det å spise kjøtt?

Deltaker: Ja, det er jo den tacofredagen, da, som er hver fredag. Og den er med søsteren min som bor her i [Oslo, by] med familie. Så det har jo blitt en tradisjon. Så hver fredag er vi der og spiser taco, ja. Men ellers så har jeg ikke noe sånn der kjøtt er høydepunktet å spise, nei. Eller, kanskje sånn etter fylla, vært ute på byen eller noe sånn. Så er det alltid en eller annen kebabsjappe eller noe sånn fastfood som må inntas da, for at kvelden kan være fullverdig (begge ler litt).

Intervjuer: Det er vel en klassiker hos mange. Tror du at du kunne klart deg uten å spise kjøtt?

Deltaker: Ja, det har jeg jo faktisk tenkt på. Å bare prøve det for en uke eller en måned eller et eller annet sånn. Bare prøvd å vært veganer for en måned for eksempel og sett hvordan det hadde gått. Det har jeg faktisk tenkt på, men jeg trenger jo hjelp til det da. Fordi da må jeg jo stille meg om helt. Har tenkt på å prøve det som et prosjekt.

Intervjuer: Da har du litt folk rundt deg som kan bidra? For det ville jo blitt en omstilling som du nevnte.

Deltaker: Ja. Det blir jo en helvending, skulle jeg til å si.

Intervjuer: Er det noe du har begynt å tenke på nå nylig eller har du tenkt på det en stund?

Deltaker: Jeg har tenkt på det... ja, et par måneder nå. Kanskje to-tre måneder nå siden jeg spurte hun ene venninnen min som er veganer om hun eventuelt kunne hjelpe meg, litt sånn spøk, litt alvor (ler litt). Om hun kunne lært meg å lage vegansk mat da.

Intervjuer: Var hun positiv til det?

Deltaker: Ja, veldig positiv til det.

Intervjuer: Var det en grunn til at du tenkte at dette var noe du kanskje ville prøve? Leste eller så du noe?

Deltaker: Nei, egentlig bare at... tenker på at de klarer det daglig. Kunne tenkt meg å prøve det selv.

Intervjuer: Hva tror du hadde blitt det største hinderet?

Deltaker: Kanskje det samme som hvis jeg skulle kuttet ut snus en måned for eksempel. Det er den vanen, du må ha det faste vante. Det er kanskje en avhengighet å spise kjøtt.

Intervjuer: Det er jo iallfall noe man er vant til, som du sier. Kan du si litt mer om hvilke negative aspekter eller konsekvenser som du kjenner til ved kjøttproduksjon og det å spise kjøtt?

Deltaker: Det er vel kanskje når du spiser for mye kjøtt, ja nå vet jeg jo ikke så mye om det, men at å spise kjøtt med veldig mye sånn – korrekt meg hvis jeg sier feil nå, men sånn mettett fett. Så kan jo det føre til mye blod- og karsykdommer og sånne ting. Og kan føre til at du blir overvektig. Så dét er vel kanskje noe av det negative ved å spise kjøtt. Uten at jeg vet så mye om det da.

Intervjuer: det har vel vært noe skrivelser om det i media ja.

Deltaker: Det er vel egentlig veldig kjent kunnskap også, men det bare har falt bort fra hodet mitt (begge ler litt).

Intervjuer: I forhold til kjøttproduksjon som en industri, kjenner du til noe...?

Deltaker: Nei, jeg kjenner ikke noe til det, men det høres jo feil ut at dyr skal ligge på samleband og bli kvernet opp til mat.

Intervjuer: Så da tenker du dyrevelferd?

Deltaker: Ja, egentlig. Levekår til dyrene. Vil jo at de skal ha et fullverdig liv. Selv om kanskje hønen sitter i et bur og kyllinger har kanskje en... ja nesten ingen plass å bevege seg på. Det tenker jeg jo på.

Intervjuer: Har du lest eller sett noe knyttet til miljøet i forhold til kjøttproduksjon?

Deltaker: Nei, det er vel egentlig... ja, eneste på den dokumentaren da, som jeg nesten ikke husker noen ting fra (ler). Nei, jeg kan ikke si noe om hvordan det påvirker miljøet nei. Det kan jeg ingenting om.

Intervjuer: Føler du deg som forbruker komfortabel med å spise norskprodusert kjøtt?

Deltaker: Ja. Føler meg ganske komfortabel med det ja.

Intervjuer: Du nevnte tidligere dette med at dyrene både holdes inne og får gå ute, og at noen har litt lite plass. Er det noe du – ?

Deltaker: Det er ikke noe jeg tenker på når jeg går i butikken for å kjøpe kjøtt, nei.

Intervjuer: Hender det at du tenker på det i andre settinger?

Deltaker: Ja, det er jo liksom hvis man ser et program på tven fra gjerne en gård da, der de har dyr og... eller hører om andre som driver gård, hvordan dyrene har det og hvordan de behandler dem. Veldig sånn diffust det der fra dyrene er på gården og til dem blir slaktet og havner i disken. Det er veldig sånn... lukket tema (ler litt).

Intervjuer: Det er jo ikke noe som blir så voldsomt brettet ut nødvendigvis.

Deltaker: Nei, fra dyrene drar til å bli slaktet og til de havner i disken.

Intervjuer: Hvordan tror du det hadde påvirket oss som forbrukere hvis det var en mer åpen og synlig prosess?

Deltaker: Det vet jeg egentlig ikke, fordi... nå har jo ikke jeg vært med på den prosessen selv, til de blir slaktet og kvernet, men... det hadde kanskje ført til at folk hadde spist mindre kjøtt.

Intervjuer: Tror du det ville påvirket ditt kjøttinntak å være med på den prosessen?

Deltaker: Tja, det vet jeg ikke, det har jeg egentlig ikke prøvd.

Intervjuer: Man må kanskje erfare det for å vite sikkert. Har du noen gang opplevd ubehag relatert til det å spise kjøtt?

Deltaker: Nei. Det tror jeg egentlig ik – jo! Jeg spiste en gang noe som heter, tror det heter ”smalahåve” eller noe sånn?

Intervjuer: Sånn sauehode?

Deltaker: Ja. Da følte jeg litt ubehag. For da er det liksom hele hodet med skjelett og tunge og øyne og alt sammen. Og da følte jeg, kan jeg si at jeg følte litt ubehag ved å spise det. Men for all del, det smakte jo som vanlig (ler litt), det smaker som vanlig sau.

Intervjuer: Hva var det som var ubehagelig ved det?

Deltaker: Nei, det er jo at hele dyret ligger der, det er jo bare et grillt hode (ler litt). Du får liksom mer kobling til at det her, det her er et dyr.

Intervjuer: Og det synes du var litt ubehagelig?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Tror du det er noe du kobler litt av i hverdagen, når du spiser kjøtt?

Deltaker: Ja, jeg kom til å tenke på det nå. Det er nok noe man kobler av når man spiser kjøttet i hverdagen. Definitivt.

Intervjuer: Hvis du hele tiden var påkoblet det, hvordan hadde du opplevd det?

Deltaker: Hadde nok opplevd det litt mer ukomfortabelt med å spise dyr, faktisk.

Intervjuer: Da hadde det blitt litt som med ”smalahåve” hele tiden?

Deltaker: Ja, hvis det (ler litt), hvis du hadde fått liksom... ja, du kjøper jo steik og sånn med bein, men kobler kanskje litt ut der og. Man kjøper liksom grillribbe og sånne ting, så kobler man, iallfall jeg da, kobler ut *den* connectionen da. Det er faktisk sant... Veldig sånn selvrealisering (ler).

Intervjuer: Så det er tydeligvis ikke noe du har gjort bevisst?

Deltaker: Nei, det er jo ikke det.

Intervjuer: Det ligger kanskje litt i ordet? Jeg visste ikke før jeg var flaut gammel at ribbe var gris. Fordi ribbe sa meg ingenting om et opphav.

Deltaker: Ja, det er sant det. Det er interessant.

Informant 9

Intervjuer: Kan du beskrive en yndlingsrett du har med kjøtt i?

Deltaker: Ja. Eh... egentlig er det jo på en måte julaften, for da er det ribbe og pinnekjøtt og det. Det er sånn typisk, det er tradisjon. Og det er noe jeg kunne slite med å gå vekk fra. Så det vil jo definitivt være det, for det er på en måte, det er veldig sjeldent så det er litt eksklusivt. Så det er på en måte det jeg kan forbinde kjøtt med, at det er litt eksklusivt.

Intervjuer: Nå nevnte du jo at det ville være vanskelig å gå bort i fra. Hvordan ville da julaften sett ut uten kjøtt?

Deltaker: Det hadde vært uvant. Men jeg har jo på en måte vært, i forhold til det her da, så har jeg spist en julemiddag uten noe kjøtt. Og da var det på en måte – det var en spesialmåte å gjøre det på med bønner og... vi har jo surkål og vi har jo potetene og vi har jo – det er jo mye som er der. Så det er jo på en måte bare en vane, det er rett og slett det, vi er jo ganske vanemennesker. Så jeg tror det er det det kommer an på.

Intervjuer: Så du overlevde den julemiddagen også?

Deltaker: Ja, det var kjempegodt! Absolutt. Det var bare at jeg måtte spise ekstra mye.

Intervjuer: Hvilke andre typer kjøtt spiser du i hverdagen?

Deltaker: Tenker du da på frokost, middag...?

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Ok, frokost, hver dag unntatt da jeg – for fem-seks år siden, så spiser jeg altså brødkive med skinke og leverpostei. Altså, en brødkive med skinke og en brødkive med leverpostei. Det er på en måte *hver* morgen siden tidenes morgen, så sant jeg har det tilgjengelig. Så det er på en måte det jeg kjøper hele tiden. Så det spiser jeg *hver* dag. Hver eneste dag. Og da er det smør også, selvfølgelig. Det er ikke en selvfølge for alle, men det mener jeg iallfall. Den ene brødkiven er en brødkive med leverpostei, den andre brødkiven er en brødkive med smør, skinke og ost.

Intervjuer: Ok, så det har du til frokost. Hva med lunsj og middag?

Deltaker: Til middager så er det på en måte det kollektivet. Men når vi lager middager på egenhånd, når vi har en uke hvor vi ikke har de fellesmiddagene...

Intervjuer: Dere lager fellesmiddager?

Deltaker: Vi har middager som vi lager til syv stykker. Så nå venter jeg på middag, jeg laget middag på mandag, og da lager jeg for veganere, pescetarianere og kjøtteterere. Da legger jeg noen ganger to-tre – for vi er to-tre som spiser kjøtt, da legger jeg på en måte retter ved siden av. Men samtidig lager jeg veganvennlig.

Intervjuer: Så da har du på en måte et hovedmåltid som alle spiser også ekstra til de som spiser kjøtt?

Deltaker: Ja, men det er ikke alltid jeg gjør det. Vi tar ikke alltid hensyn, men vi pleier å gjøre det, bytter litt på. Kan lage en lasagne med bare kjøtt og en uten. Bruker osteerstatning, så det er ganske spennende.

Intervjuer: Er det, føler du at du får til å lage vegetarmat?

Deltaker: Jeg kan si det sånn, at for to år siden så var jeg elendig på det. Da var det sånn at det første vegetarmåltidet jeg spiste så ble jeg dårlig, faktisk. Det var så uvant for kroppen.

Men nå har jeg bare blitt bedre og bedre. Jeg startet med frosne grønnsaker og sånne ting, som vegetarianerne bare: ”Ehh...kan du være så snill å ta ferske grønnsaker fra disken?”, så ja... det er en ting man blir bedre og bedre på. Men det er sånn som er en øvelse.

Intervjuer: Det er sprekt at dere får til et slikt system når dere er såpass mange og spiser såpass forskjellig.

Deltaker: En annen grunn er også at det er et trangt kjøkken. Så når man er syv stykker og alle står og lager middag, så blir det litt sånn stress.

Intervjuer: Spiser dere sammen også?

Deltaker: Ja, fem- seks nesten alltid. Sånn, nå er vi vel syv stykker tenker jeg.

Intervjuer: Så koselig! For et fint kollektiv.

Deltaker: Ja, vi heter [navn på kollektiv], faktisk. Så hvis du spør i [liten by]så har de fleste hørt om oss. Selv om det er 3-4000 studenter. Pleier å ha sommerfest og sånn.

Intervjuer: Så gøy. Hvilke typer kjøtt pleier å bli brukt i middagslagingen?

Deltaker: Tenker du på de middagene som er med kjøtt?

Intervjuer: ja.

Deltaker: Da er det på en måte... da kan det være fisk hvis det er bare vegetarianeren, eller så er det på en måte kjøttdeig, svin, ja egentlig alt. Men ikke sånn biff, antrikot, sånn som koster mye for studenter da. Pris er litt vesentlig, i forhold til når man er student vil jeg si.

Intervjuer: Ja, alt koster jo når man er student. Men kan du komme på typer kjøtt som her i Norge er litt tabu å spise?

Deltaker: Sauetunge eller øyne. Eller at du spiser en katt som de gjør i andre land, det er liksom sånne ting. Det hadde jeg aldri i verden rørt, i hvert fall ikke enda. Sauetunge har jeg ikke spist, det er sånne ting som jeg synes er veldig spesielt. Men så er det på en måte, i forhold til fisk så er det veldig mange forskjellige fisk og da er det på en måte mange som er – sånn som hvalbiff. Det er på en måte veldig uvant, men jeg synes det er digg.

Intervjuer: Du har smakt det?

Deltaker: Ja, masse. Jeg spiser alt av, jeg er altetende nesten.

Intervjuer: Men ikke sauetunge, det har du ikke prøvd?

Deltaker: Det har jeg ikke prøvd. Ikke saueinnvoller heller, selv om det ikke vil være under den definisjonen.

Intervjuer: Er det noe du kunne tenkt deg å prøve?

Deltaker: Kanskje, jeg må se litt på det. Så hvis jeg blir tilbudt det så hadde jeg jo prøvd. Det gjør jeg. Men jeg hadde ikke prøvd en katt.

Intervjuer: Hvorfor ikke katt?

Deltaker: Fordi det er et kjæledyr, så det blir liksom litt feil. Jeg vet at i forhold til, nå kommer jeg jo inn på det andre spørsmålene dine etter hvert men det kan jeg jo komme tilbake til –

Intervjuer: Du må bare hoppe, det går fint

Deltaker: Nei, jeg på en måte... katt og hund, det er sånne ting jeg aldri kunne spist for det har jeg hatt som kjæledyr.

Intervjuer: Du har vokst opp med – ?

Deltaker: Katt og hund, siden jeg var to år.

Intervjuer: Hvis du var i et land hvor det var vanlig og det var en katt som du ikke hadde et forhold til?

Deltaker: Ikke med den erfaringen jeg har i deg, og med den oppveksten. Aldri i livet, jeg kommer aldri til å røre – så sant ikke noen av de ikke hadde sagt det, da hadde jeg spyttet det ut etterpå og sagt: ”Dette skal jeg ikke spise igjen”.

Intervjuer: Da hadde du jo ikke vært klar over det, nei. Men kan du se for deg hvordan du hadde opplevd det å spise katt?

Deltaker: Eh, det har liksom aldri vært en aktuell tanke da. Det har aldri falt meg inn å tenke på hvordan det smaker en gang. Så det er liksom en helt umulig tankegang. Så jeg tror det er det samme for vegetarianere og veganere når de på en måte virkelig er kommet inni det. Det er noen her som har vært i fem-seks år og noen har vært i åtte år, og da blir man – at man faktisk ikke vil gjøre det. Jeg tror det er samme tankegangen. At det bare... smaken glemmer man, eller fortrenger man. Vil jeg tro.

Intervjuer: Opplevde du det noe annerledes når du spiste for eksempel hvalbiff?

Deltaker: Jaa... nei ikke egentlig. Det er mat, men det høres jo litt rart ut sånn sett. Men jeg kan jo ta et annet eksempel; når jeg var i Australia så spiste jeg jo krokodille, kenguru, sebra, struts. Det var sånn fire forskjellige ting. Det var mye rare smaker og skikkelig sånn, måtte tygge godt og sånne ting. Det var bare for å prøve det. Men det var ikke noe godt så, du kan jo ta eksempler derfra. At det kunne kanskje vært noe å sammenligne med, men som sagt jeg tenker jo litt på hva man spiser. Jeg var, når jeg var tolv så slaktet vi en sau. Da var det flere som ikke ville spise den sauen fordi man så den jo i live først og så slaktet den. Jeg spiste den uten problemer, jeg var tolv år.

Intervjuer: Husker du hvordan du opplevde det som tolvåring? Du var med på selve slaktingen?

Deltaker: Ja, jeg så det. Vi så at den ble slaktet og dagen etterpå spiste vi den.

Intervjuer: Husker du om du syntes, tenkt du noe over det?

Deltaker: Synd på dyret. Jeg syntes synd på dyret. Det var litt rart å spise det, men samtidig så er det jo noe vi får da. Så det er liksom det. Man må jo tenke på at hvis vi hadde sluttet, alle hadde blitt vegetarianere, så hadde det blitt overflod av dyr fordi samfunnet er jo på en måte blitt sånn. Så man må jo tenke litt lengre enn sånn. Det er jo derfor det er heftige diskusjoner og folk ikke er så opplyst da, i forhold til det. Så jeg spiser enn så lenge, men jeg har også sagt at jeg kanskje kan bli vegetarianer. *Kanskje*. Men fisk er på en måte noe som jeg ikke hadde klart å kutte ut da. Noe må man ha, føler jeg. Jeg vet jo for eksempel det at hvis du ikke spiser kjøtt så må du på en måte ha b12, det er i forhold til aggresjon.

Intervjuer: Kosttilskudd?

Deltaker: Mhm. Vegetarianere og veganere må ha det. Det er noe som blir sprøytet inn i maten til dyret. Og det som er rart er at det kommer fra jord.

Intervjuer: Du nevnte at du ikke kunne kuttet ut fisk. Er det fordi det er favoritten din, eller er det det du spiser mest av?

Deltaker: Nei, da tenker jeg mer på oppdrett.

Intervjuer: I forhold til?

Deltaker: Nei, fordi at de som driver med oppdrett, det er store penger i det og samtidig hvis folk hadde sluttet å spise det, tenk deg fisken der som hadde skullet slippes ut i havet. Og det er jo fiskelus og sånne ting. Så det er en stor konsekvens av det. Samtidig så er fisk godt, jeg har fisket siden jeg var fire-fem år. Så det er flere ting som gjør at jeg på en måte ikke hadde kuttet det ut da. Også føler jeg at, jeg vil ha omega3, det er bra for kroppen. Så samtidig så er det på en måte... haien spiser fisk, det er sånn dyr... ja, hvorfor skal ikke mennesker spise fisk? Det er liksom... du skjønner hvor jeg vil? Så det er derfor jeg føler at det er veldig naturlig da, av næringskjeden. Og det er derfor vegetarianere spiser fisk, men da heter de pescetarianere.

Intervjuer: Og det er det en som bor her som er?

Deltaker: Ja. En pescetarianer, men også, spiser litt kjøtt når det er på – biff og sånn, så de er ikke helt der. Men det er tre, én som er helt vegetarianer, også to som er veganere.

Intervjuer: Du sa at du var med på slakt som tolvåring. Har du vært med på slakt i senere tid?

Deltaker: En høne sytten-atten eller noe. Nei, ikke egentlig. Det er lite av det i ettertid. For det har på en måte ikke vært mitt naturlige område. Jeg bodde liksom på gård da jeg var i den alderen og etter det så har det liksom ikke vært naturlig.

Intervjuer: Kunne du tenkt deg å være med på slakting nå?

Deltaker: Nei. Jeg er ikke noe glad i å drive å se på at dyrene blir drept liksom. Det er vel det... at hvis du hadde gjort det så hadde det vært... lettere å bli vegetarianer, kanskje.

Intervjuer: Tror du at du kunne slaktet et dyr selv?

Deltaker: Jeg har sløyet fisk, men det er på en måte ikke noe... jeg dreper jo fisken fordi den har det jo vondt når den på en måte har blitt tatt opp av vannet. Den mister jo pusten, det er jo som at mennesker skulle ha blitt kastet i vannet og kvelt. Så det er jo på en måte samme for fisken. Mens dyrene de puster jo, så det er på en måte ikke helt det samme. Men vi slakter jo noen dyr som er syke og, men da er det ikke alltid vi spiser de. Så det er liksom, ja... det er sånn vaskelig greie. Et skille da, som på en måte jeg ikke helt forstår meg på.

Intervjuer: Hva tenker du om det systemet som vi har nå hvor vi får kjøttet slaktet for oss uten at vi trenger å forholde oss til selve prosessen?

Deltaker: Jeg håper at i fremtiden at det, sånn som vi som er mer opplyst om det, at det blir mye plast og sånn. Fordi det er jo sinnsykt mye plast – hvis man kunne dratt til slakteriet og handlet der i stedet for. For da hadde vi sluppet all den plasten. Men det er ingen som tenker den i det hele tatt, man tenker bare matbutikken er sløve. Og vi blir dessverre bare sløvere akkurat nå, selv om vi tenker miljø så blir vi sløvere. Så det er veldig mye som kunne vært gjort annerledes, men det spørres om vi klarer det. Å omstille oss.

Intervjuer: Ja, det er mye som kunne vært forbedret. Kjenner du til selve slakteprosessen?

Deltaker: Jeg har hatt noen kamerater som har fortalt meg at når de har slaktet så henger de opp, også henger de i flere dager for å få ut alt blodet. For å tømme dyret for blod, før de på en måte deler det opp og sender det. Det er jo det slakteren gjør. Og så sendes det – pakkes det inn og sendes til butikken. Så jeg kjenner jo til prosessen, men samtidig så må det innom grossist og litt sånn forskjellig før den går ut i matbutikken, så jeg kan prosessen sånn halvveis. Men ikke helt ned til detalj, holdt jeg på å si.

Intervjuer: Nei. Er dette en type informasjon du har oppsøkt?

Deltaker: Nei, jeg tror det er mer erfaring. Det er på en måte, du prater med folk, du er interessert i hva folk prater om, de forteller deg det. Du lærer det på skolen, jo mer du studerer jo mer blir du opplyst. Så jo lenger du studerer jo mer tror jeg at du har kunnskap om sånt da. Uansett om du vil eller ei.

Intervjuer: Er det visse typer informasjon du vil si at du ikke oppsøker eller unngår?

Deltaker: Jeg oppsøker jo – jeg synes det er gøy å høre om informasjon, men sånn som det, som jeg bare synes var litt morsomt da, var at jeg fortalte at jeg skulle gjøre et intervju om det her. Og da fikk jeg vite av en kamerat som plutselig nettopp hadde blitt vegetarianer, at det med b12. Det er sånn morsom informasjon. Så det er sånne ting som jeg kunne dra inn i intervjuet også.

Intervjuer: Så det er en del folk rundt deg –

Deltaker: Som er opplyst og sammen er de gode. Så hvis man har et godt nettverk, eller på en måte et opplyst nettverk, så lærer du mye av det hvis du vil det. Hvis du på en måte har et ressurssterkt nettverk.

Intervjuer: Kan du si litt om hvordan samtalene er med de av vennene dine som ikke spiser kjøtt? For eksempel han kompisen du nevnte?

Deltaker: Nei, jeg spør jo på en måte, det at: ”Er du ikke ofte sulten og føler at du må spise store mengder?”. Jeg satt og så på han i går når han spiste åtte frukt, mens vi satt der og spiste for eksempel skikkelig kjøtt, holdt jeg på å si. Det er jo på en måte noe man sier. Og det er jo noen menn som flere at: ”Åårh, nå må jeg ha kjøtt”, det er liksom det også. Så det er sånne morsomme gammeldagse tankeganger. Og da på en måte kan man diskutere det. Men da sier han jo at: ”Jo, i starten så glemte jeg jo helt det der med b12 da”, så det er derfor på en måte at han opplyste meg om det, for da ble han aggressiv. Han skjønnte ikke hvorfor, også måtte han søke opp og finne ut av det, hvorfor ble han det.

Intervjuer: Så han merket en atferdendring faktisk?

Deltaker: Yes. Så det er på en måte, det er rett og slett kunnskap. Det er jo på en måte det vegetarianere og veganere lærer seg over tid, så det tar jo lang tid å bli det. Og tenk deg, for tyve år siden, hvor få var det som var veganere og vegetarianere da? Så det er jo noe vi har blitt i nyere tid. Men er det positivt eller er det negativt for samfunnet? Det vet ikke jo ikke helt sikkert i dag heller. Selv om vi kan diskutere for og i mot så er det, jeg vil si at det er fifty-fifty.

Intervjuer: Vil du si litt mer om det?

Deltaker: Da er det jo det eksempelet som jeg dro frem i stad, i forhold til det at hvis vi stopper å spise kyr eller stopper å spise fisk, så vil det bli overflod av det. Men da vil jo, samtidig som det bil bli sykdommer som bryter det ned, så er det ikke bra at det kommer sykdommer for da kan det smitte over på oss mennesker. Så det er jo en ting som du kan tanke deg – nei du kan ikke tenke deg til det, du må ha litt kunnskap da, men fagene, sånn som naturfag... du lærer mye om dette i barneskolen og videregående, mer eller mindre, og ungdomsskolen. Så det er jo på en måte, ja, hvis man lytter og gidder å lytte, så er det på en måte tin: ”Åja, det har jeg hørt før”.

Intervjuer: Når du har samtaler med de du kjenner som ikke spiser kjøtt, opplever du noen ganger kritikk rettet mot at du spiser kjøtt?

Deltaker: Nei, for de er litt forsiktige med det, merker jeg. At de på en måte prøver å ikke si noe mer. Men hvis du gir kritikk til *de*, da tar de igjen. Så det er mer det. Men det prøver jeg å ikke gjøre for jeg ser ikke poenget med å gjøre det, siden vi på en måte føler at det er greit. Men sånn som når vi er syv stykker så kan vi sitte og diskutere ganske lenge, med forskjellige. Også er det noen som bare: ”Nei, du, mannfolk må ha kjøtt”, liksom eller sånne ting. Og det er sånn der, da synes jeg det er en gammeldags holdning.

Intervjuer: Det er jo interessant at mange vil kunne kjenne seg igjen i det, at det er maskulint å spise kjøtt. Hva sier kompisene dine, de som mener at man må spise kjøtt?

Deltaker: Jobben og... hva skal jeg si? Familie, jeg har en sønn også en eks, men da liksom er det jo sånn at når jeg forteller den familien det, de er jo alle sammen skikkelige kjøttetere. Så er det sånn, de kan bare: ”Nei, men det må man jo ha”. Det er liksom den, den gammeldagse holdningen. Mens her så går det jo an å spise middager uten det, altså være vegetarianer. Men når jeg spiser frokost og kvelds så spiser jeg kjøttet. Så jeg spiser jo kjøtt

hver dag. Og det er jo på en måte en del av kostholdet mitt. Men å kutte det ut... det er liksom, det er en vanesak. Men akkurat nå så har jeg på en måte ikke tenkt noe særlig på det fordi jeg er såpass glad i det. Men hvis det kommer banebrytende ny forskning om det så kanskje, men ikke med en gang heller. Det er en sånn prosess som tar litt tid da.

Intervjuer: Var det en stor overgang for deg å begynne å spise mer vegetarisk etter at du flyttet inn hit?

Deltaker: Absolutt. Det var jo to-tre stykker som prøvde seg på det en gang i uken og det ble veldig upopulært i starten.

Intervjuer: Vegetar en gang i uken?

Deltaker: Ja ja, det var *skikkelig* upopulært i starten. For da var det jo, som sagt jeg ble jo dårlig første gangen jeg gjorde det, så da jeg flyttet inn hit i 2016 eller noe, i starten, så var det veldig sånn at alle skulle ha kjøtt eller fisk eller et eller annet. Også få vite at den ene er vegetarianer også må vi begynne å begrense oss til det, også er det en som på en måte ikke tåler melk eller mel, så da måtte en begrense seg til det. Også var det uvant men det har blitt en vanesak da. Så nå er det på en måte, nå tar man hensyn. Men det har jo vært en prosess.

Intervjuer: Hva var det som gjorde at du endret innstilling, hvis det er riktig å si?

Deltaker: Uff, mye snakk (ler litt). Ja, mye informasjon. Spørre om: "Hvorfor gjør du det?", "Hva er det som er grunnen? Miljøet?", sånne ting. Som jeg på en måte ikke tenker så mye over før jeg flyttet inn i kollektivet da. Så jeg har på en måte blitt mer opplyst. Før har jeg ikke tenkt det på den måte, så du får nye tankeganger. Du blir eldre, erfaringer, og tenker at: "Åja, det er kanskje ikke så ille, jeg blir jo mett, må bare spise nok". Så i starten var det sånn, tenkte jeg: "Men jeg blir jo aldri mett", da kunne jeg spise opp en hel gryte, men jeg fikk jo vondt i magen etterpå.

Intervjuer: Ja, en hel gryte er jo et stort volum...Men var det god mat da?

Deltaker: For å si det sånn, for å høflig si det, så var det på en måte en som ikke var noe god på å lage vegetarmat også var det en som var god på det. Og den som ikke var så god på det, den på en måte glemte viktige ting som gjorde at du faktisk ble mett. Så da ble vi aldri mette av retten.

Intervjuer: Da satt alle litt småsultne...?

Deltaker: Ja, måtte gå tilbake og spise brødskive og sånn. Eller ta fram kjøttdeig for å steke opp ekstra kjøttdeig bare for å få noe til å tenke at du ble mett. For det er liksom noe med den der metthetsfølelsen også. Så det er, og det med proteiner, for jeg hører veldig mange som sier at: "Åja, mangler de ikke proteiner?", nei, ikke hvis du vet hvordan du planlegger. Bønner, for eksempel.

Intervjuer: Har du satt deg inn i vegetarisk kosthold selv?

Deltaker: Ja, jeg har jo sittet og lest litt om det og sånn, ved siden av for moro. Også har jeg diskutert og lært mye av det. Så det er jo veldig mye kunnskap du bruker av de du bor med også. Som du på en måte husker og bruker videre. Så har jeg på en måte: "Hvorfor tar du

det?”, ”Nei, det er sann og det er sann”. Ja, så på en måte undersøker du litt selv også. For å se at det stemmer. Men det er jo, nettet i dag kan du søke opp hva du vil. Det er nesten, man trenger nesten ikke studere i dag en gang, vet du. Jeg er nesten litt for god på google, til å bruke google noen ganger. Men da må man jo se om det er empirisk eller ikke, da. Så du må på en måte se...

Intervjuer: Litt kildekritikk?

Deltaker: Ja, selvfølgelig skal man være kritisk. Det er sann, wikipedia er jeg ganske kritisk til. Ungdomsskolen, da brukte vi wikipedia, men da sa de ikke at du skulle være kritisk, det lærte vi på videregående. Da var det sann: ”2 på grunn av at du har brukt wikipedia”.

Intervjuer: Vokste du opp på gård som liten?

Deltaker: Nei, jeg bodde på gård i fem-seks år. Så ja, det er jo nesten da. Men det er på en måte fra jeg var 11 til jeg var 16 circa. Så da var det på en måte i den tiden også, hvor du blir litt mer opplyst.

Intervjuer: Hadde dere gårdsdyr der?

Deltaker: Vi hadde en hest, også vurderte vi litt andre dyr, men jeg hadde en hund og to katter. Så det var på en måte ikke noe veldig gårdsdrift, men det var gårdene som var rundt, også var det det at når vi var 12-13 år så kunne vi ta betalt for å jobbe på andre gårder. Og da var det via skolen, som skolen arrangerte, at du kan jobbe på den og den gården. Da tenkte jeg jo penger med en gang, jeg bare: ”Ja, der skal jeg jobbe. Tjene penger. Tjene penger tidlig.”.

Intervjuer: Hva gjorde du på gården?

Deltaker: det var absolutt alt, alt du kan tenke deg. Spa møkk, være i skogen og hogge ved... For de fordelte alt da, sann at du på en måte skulle lære å drive en gård. Så vi gjorde faktisk det som gikk an å gjøre i forhold til styrken og kunnskapene våre. Vi var jo som sagt med på slakting, det var jo på den gården, vi lærte utrolig mye etter sann fem uker om sommeren. Det var tre år, fem uker om sommeren. Og da fikk du 200 kroner uken, så den gang føltes det mye.

Intervjuer: Ja, når man er liten så –

Deltaker: Du er 12-13 år vet du, timearbeid og arbeidsmiljøloven var jo på en måte...

Intervjuer: Litt andre tilstander.

Deltaker: Yes.

Intervjuer: Har du noen gang vurdert å spise mindre kjøtt?

Deltaker: Ja, men det gjør jeg jo i forhold til middager, så der vil jeg ha redusert det. Men det å – til frokost, før så kunne jeg spise bare havregryn, når jeg var 12-13 år da. Frem til når jeg gikk i militæret så var det havregryn før jeg startet, for det har liksom alltid vært godt kosthold. Men samtidig som jeg har spist så enorme mengder, det mettete lenge men samtidig

så var det et eller annet... jeg gikk bare lei, etter å ha spist det i kanskje ti år da. Hver eneste dag.

Intervjuer: Ja, det er jo lov.

Deltaker: Og nå er jeg så dritlei av havregryn fortsatt. Så det er jo kanskje en dag at jeg plutselig er lei brødkive med ost og skinke, men det har ikke skjedd enda.

Intervjuer: Kanskje du har tiårsintervaller?

Deltaker: Har ikke peiling, men det er iallfall lenge nok. Så da, kanskje senere. Men det er spennende.

Intervjuer: Er det noe annet du kan komme på, med unntak av å lage fellesmiddager, som gjorde at du kuttet ned?

Deltaker: Det er jo alltid økonomi, i forhold til at det er rimeligere å være vegetarianer noen ganger, på visse områder. Eh, ting holder lenger. Kjøttet går ut – utholden – nei [knipser], dato altså, på en måte du må ha spist det opp innen fem eller seks dager. Mens grønnsaker kan holde i to uker. De smaker jo ikke så godt etter to uker, men de holder iallfall mye lenger da. Holdbarhet. Så det er en viktig ting som jeg tror veldig få tenker på. Jeg er halvveis Sunnmøring, så derfor er jeg veldig økonomisk av meg, og det er vel også en ting som jeg vil tro har noe for min tankegang å tenke, da. Fordi det er... ja, økonomi, holdbarhet og at en på en måte, ja, bare spiser litt mindre av det. Det er sånn, når det er middager, så kan det være det at du tenker at: "Shit, jeg har poteter, jeg har grønnsaker, jeg lager noe ut av det", til meg selv, fordi den dagen så er det ikke fellesmiddag. Istedenfor å dra på butikken bare for å kjøpe inn kjøtt da, så trenger man ikke.

Intervjuer: Så du synes det er greit å spise et vegetarisk måltid, du må ikke alltid ha kjøtt selv om du bare lager mat til deg selv?

Deltaker: Stemmer. Så det er jo på en måte en holdning som jeg allerede har endret litt etter litt. Sånn som det første måltidet som jeg laget i år da, 2. Januar, var faktisk en veganmåltid. Så det er på en måte en holdning som allerede begynner å endre seg.

Intervjuer: Hvordan er det i forhold til familie? Hvordan ville det blitt mottatt for eksempel nå i julen hvis du hadde sagt at du hadde sluttet å spise kjøtt?

Deltaker: I den ene familien så hadde jeg blitt mottatt veldig negativt, vil jeg tro. I den andre familien så hadde det nesten bare vært sånn: "Å, så flink du er da", liksom fått litt oppmuntring. Så det er begge deler. Så det er fifty-fifty der og. Men det er jo på en måte litt med hvem som bryr seg og ikke, vil jeg tro. Og litt sånn, på en måte... Årh, da er man på en måte tungvint for noen da, at det er en som legger om til å være vegetarianer. Den historien har jeg også hørt fra andre i kollektivet, med tanke på det da. At på en måte, da vil jo noen tanke at: "Årh, det er tungvint å lage mat til den" – det er jo ikke alltid det, hvis man bare vet hva man kan legge ved siden av. Ta litt hensyn.

Intervjuer: Er det noe du tror du ville følt på, dette med å være tungvint for andre? At man holder litt igjen på grunn av det?

Deltaker: Jeg tror egentlig det har mye med holdninger å gjøre. Men holde igjen... Det vil si at du ikke er så flink til å legge grønnsaker ved siden av maten da. Så må du tenke: ”Å, nå må jeg lage enda mer grønnsaker fordi at den personen skal bli mett”. Eller: ”Å, nå må jeg begynne å tenke proteiner som jeg legger ved siden av for at den personen skal bli mett”. Eller hvis for eksempel folk sier at de har... ikke tåler melk og melk og sånn, så på en måte, da må man – da er det noen som synes det er litt tungvint. Det hører man jo at folk sier. Så det tror jeg er en viktig ting, med tanke på også vegetarianere og veganere, faktisk.

Intervjuer: Hvis du går ut og spiser med venner, ville det da vært helt ok for deg å bestille vegetarmat?

Deltaker: Bestekompien min hadde fått skikkelig, skikkelig kommentar, han bare: ”Du skal spise skikkelig kjøtt, du skal ha antrikot”. Det er liksom hver gang vi er på, for eksempel danskebåten da, så er det sånn at han ser veldig rart på meg hver gang jeg ikke går bort til antrikoten eller den luksusmaten, roastbiff og sånne ting da. Men det er han ene, så resten er liksom ikke helt der. Det er fordi han har den holdningen selv. Så han klarer ikke helt å legge fra seg den gamle holdningen, for han er veldig gammeldags.

Intervjuer: Er han en av dem som sier at man må spise kjøtt?

Deltaker: For å være maskulin? Nei, det var ikke han. Nei, det var det ikke. Men han er nok en som kunne – han hadde ikke sagt det på den måten, han hadde sagt det på en annen måte, men... han er veldig sånn, utrolig klok når han snakker, men han er veldig gammeldags av seg. Det er sånn, det er som å sitte og snakke med en gammel mann som kan prate i timevis. Han prater mer enn meg (begge ler).

Intervjuer: Så dere er en bra match?

Deltaker: Ja, vi kan sitte og prate i telefonen i 1.5 time og glemme tiden. Ja ja.

Intervjuer: Gjør det at du da alltid spiser kjøtt når du er med han?

Deltaker: Ja, alltid når jeg er med han. Ellers så får jeg et rart blick eller så begynner han å fortelle en historie om hvorfor han mener at jeg burde gjøre det, og sagt: ”Farfar hadde gjort sånn og sånn”.

Intervjuer: Så det er enklere for deg å spise kjøtt når du er med han?

Deltaker: Ja, ellers så blir det en heftig diskusjon på det. Akkurat det der. Men han hadde nok etter hvert klart å tilpasse seg han også, det tror jeg.

Intervjuer: Og andre venner?

Deltaker: Er ikke like entusiastiske som han.

Intervjuer: Så hvis du skulle gått ut og spist med dem, ville det da vært hipp som happ hva du bestilte?

Deltaker: Ja, faktisk. Selv om noen bare hadde sett rart på meg også med å bare bestille en salat, for da... Ok, bestevenninnen min hadde kanskje reagert litt hun også. Det er det samme

som når jeg sluttet å drikke brus. Det er bare noe jeg har gjort av fri vane, fordi jeg synes at – jeg får ikke noe ut av det også ble jeg så tykk av det, så droppa jeg det.

Intervjuer: Og det fikk du kommentarer på?

Deltaker: Ja, det får jeg kommentarer på den dag i dag. Blir til og med noen ganger skjenket et glass med brus når jeg har kommet (begge ler).

Intervjuer: Et demonstrativt glass med brus?

Deltaker: ja, ikke sant. Og da tenker jeg at... ja. Også er det jo mannen hennes, han er jo på en måte, han elsker jo å lage mat. Og da skal han krydre kjøttet ekstra godt, og lam, og går litt til verks da. Så han hadde i hvert fall vært den typen som hadde sagt at: ”Shit, nååå, det her går ikke. Det her går ikke.” Så hadde han begynt å fichte og lekeslås, holdt jeg på å si.

Intervjuer: Hvorfor tror du det er blitt så vanlig å spise kjøtt?

Deltaker: I hvert fall i forhold til nordmenn da, så kan du tenke på husmann. På en måte på når vi var fattige, kall det det, på en måte i forhold til at vi laget mye retter som var nesten da vegetarianer eller veganer fordi vi hadde poteter og vi hadde grønnsaker. Også nå når vi på en måte begynner å få, sånn som gullalderen til nordmenn, så kjøtt det tilsvarer at du på en måte har en rikdom og har råd til det. Det er jo også som jeg var inne på med økonomi. Og da tror jeg det er noe med det, da føler du velstand. Så jeg tror det er forbundet med – fordi du snakker ikke om vegetariske måltider som er skikkelig velstand: ”Nå skal jeg ut og spise en vegi –” hvis du kan komme med et eksempel der så vil jeg gjerne høre det. Nå har jeg antrikot.

Intervjuer: Så tilsvarende bare vegetarisk?

Deltaker: Det er sjeldent. Du kan kanskje dra fram – nei du kan ikke dra fram det heller fordi... jeg tenkte på sånn russisk kaviar. Det er på en måte det nærmeste jeg kunne komme, men fortsatt velstand i forhold til vegetar og vegetarianere det er vanskelig. Så det er på en måte – det er en holdning som du ikke har tenkt over, som på en måte – jeg sa noe som du kanskje ikke hadde tenkt over før. Så det er på en måte å dra det inn i nye lys, hvor man blir mer opplyst.

Intervjuer: Vil du si at nordmenn flest er reflekterte rundt det å spise kjøtt?

Deltaker: Ja, i forhold til media da. Men nå er det noe noen som tar avstand fra media fordi det blir for mye. Det er jo på en måte nesten bare negative nyheter. Jeg har en venninne som... tar veldig avstand fra media, og da får du på en måte ikke med deg de gangene de snakker om noe positivt eller noe opplysende.

Intervjuer: Så hun har kuttet alt?

Deltaker: Ja, fordi hun mener at nyhetene er bare negativt. Og da er man ikke like opplyst vil jeg tro. Jeg føler at man lærer mye av media. Jeg leser avisen hver dag, men da må man være kritisk når man leser avisen, selvfølgelig. Det kommer jo an på om for eksempel overskriften er fengende. Og hvordan den på en måte... føler at den er interessant for deg da. Pluss at hvis

det står i en overskrift at: ”Nå har nordmenn kuttet ut kylling helt”, så hadde det vært en overskrift jeg hadde trykket meg inn på og lest og lurt hva er dette for noe.

Intervjuer: Kan du si litt mer om hvorfor kjøtt er viktig for deg, hvorfor du spiser det?

Deltaker: Fordi jeg er veldig glad i mat og fordi jeg får metthetsfølelsen. Som jeg ikke alltid får når jeg spiser vegetariske måltider, dessverre, det er fortsatt den der. Så jeg vet ikke hva jeg savner, men det er noen ganger jeg spiser utrolig gode vegetariske måltider. Men det er jo det å bli bedre på å lage mat i form av vegetariske måltider. Sånn som de andre i kollektivet er ganske flinke. Så jeg vil på en måte tro at viktigheten vil være at det er lettere å lage god mat med det. Faren min er kokk så det vil jo hjelpe på. Ikke kokk nå lenger da, men var det. Så det er på en måte, og lillebroren min er kokklærling så det er på en måte i familien. Og det har på en måte alltid vært det. Så viktigheten det er på en måte... jeg tror det er fordi jeg er et vanemenneske, deretter er det vanskelig å gå fra vanen som jeg nevnte i stad. Så viktigheten er vel – det viktigste er at det smaker godt.

Intervjuer: Så smak og metthet – ?

Deltaker: Ja, og at jeg savner noen ganger å ikke ha det i maten.

Intervjuer: Har du noen tanker rundt det med tilgjengelighet?

Deltaker: Hva tenker du på da? Hvor lett det er å få tak i det? Hvis det hadde vært vanskelig å få tak i?

Intervjuer: Ja, eller at kjøtt er såpass lett tilgjengelig. Når man for eksempel er på farten og vil ha noe å spise.

Deltaker: Da lager jeg som regel matpakker. Men hvis jeg på en måte ikke har noe utenom det, så er det jo lett å få tak i som du sier. Og hvis jeg tar en salatbar så legger jeg ved siden av kylling eller skinke og liksom... så da blir det ikke helt salatbar i den forstand – men egg da, på en måte. Men annet enn det så er det veldig lett tilgjengelig som du sier, uansett hvor du er. Du har jo – nå kan du få maten kjørt hjem, ikke sant, pizza... det er jo utrolig lett tilgjengelig. Så det er motsatt med vegetarianere. De sliter med tilgjengelighet i forhold til oss. Hvis du tenker på alle restauranter og sånne ting, du har jo vegetariske restauranter da midt i Oslo, eller i Moss. Det er fordi at jeg vet det fordi jeg kjenner vegetarianerne og veganerne.

Intervjuer: Her er det gjerne ikke like lett å få tak i?

Deltaker: I [by, Ås]? Nei, ingen sånn sett, som er kun vegetarisk da, eller eksklusivt. Du må på en måte be dem ta ut kjøttet i på en måte maten. De er ikke så tilpasset det enda.

Intervjuer: Kan du si litt mer om negative konsekvenser av kjøttproduksjonen som en industri og av det å spise kjøtt? Kanskje noe du har lest eller sett?

Deltaker: Da var jeg inne på ganske mye om det, på overproduksjon og det med plast, og det med miljø. Og at vi sprøyter inn maten med unaturlige ting for kroppen. Men å ha lest noe generelt, det er på en måte litt sånn... jeg har ikke lest noe særlig bøker om det hvis det er det du er ute etter?

Intervjuer: Jeg tenker mer på om det er noe som har festet seg litt og gjort inntrykk, det kan være en film på youtube, en dokumentar?

Deltaker: Ja, det kan... ja. Nå faller jeg litt ut.

Intervjuer: Det går helt fint. [vi flytter oss til et annet rom på grunn av mye bakgrunnsstøy]

Intervjuer: Du nevnte plast og miljø. Er det faktorer som har påvirket forbruket ditt?

Deltaker: Jaa, eller... jeg vet om det men om det virkelig har påvirket, det er på en måte... det skulle jeg vært bedre på da. Fordi jeg på en måte, jeg ser mye på prisen når jeg handler mat. Så jeg handler first price-produkter fordi jeg er student.

Intervjuer: Fordi det er rimeligere?

Deltaker: Yes. Men da er det også mye plast. Veldig mye plast. Men jeg ser jo på en måte – kjøper inn økologisk hvis jeg har litt ekstra råd. At jeg prøver å tenke litt på det. Men jeg kunne sikkert vært bedre på det. Så ja... men andre ting som på en måte har påvirket. Jeg har jo, som jeg sier, så er det jo de som bor i kollektivet som har vist ting og fortalt ting. Og jeg vet jo litt hvordan det er, men negative ting... jeg synes egentlig at det er positivt, som jeg nevnte litt i starten, at det er positivt at det er kjøtteterere og det er vegetarianere, enn at det bare er 100% kjøtteterere. For jeg ser jo selv positiviteten, og de sier de jo selv, at én dag mindre for kjøtteterere å spise kjøtt er bra for miljøet. Så jeg har på en måte skjønt mye av det greiene der.

Intervjuer: Meatless Monday for eksempel?

Deltaker: Mhm, den har vi jo absolutt, selv om jeg ikke har helt – eller, jeg kan ha en hel dag uten, jeg kan ha det, men jeg har det ikke helt enda. Men jeg har det i middagen da, for det er da du spiser mest av det. Så sånn som et lite skinkepålegg det blir mindre da, det blir delt opp over lang tid. Hvis du tenker deg hvor mange gram det er i hver skinke, altså skive, så ja.

Intervjuer: Ja, det er jo et lite volum.

Deltaker: Yes.

Intervjuer: Du nevnte at du kunne blitt flinkere, er det noe du går og tenker på?

Deltaker: Noen ganger. Som jeg sier, at jeg selv lager veganske måltider, vegetarianske. Det er vel det. Men enn så lenge så er det vel det at metthetsfølelsen er såpass viktig. Fordi jeg har såpass høyt forbrenningssystem også, som er sykt irriterende. Så det er også en annen grunn. Hadde jeg ikke hatt *så* – fordi du kan forbinde noe jeg ikke har snakket om enda, det er det med slanking, at noen tenker på det. Det er ikke noe for meg, for min del trenger ikke jeg det.

Intervjuer: Altså å spise mindre kjøtt tenker du?

Deltaker: Ja, for å på en måte slanke seg eller holde seg fit shape eller det man liker, da. Så det er på en måte noe med det også. Så jeg tror det har – noen kan det være en motivasjonsfaktor for. Det hører jeg noen av jentene si.

Intervjuer: Men det er ikke noe du har trengt å – ?

Deltaker: Jeg har ikke noe behov for det, du ser jo det (begge ler). Så ja. Men ja, det måtte jo vært en av motivasjonsfaktorene da, i så fall. Sånn som jeg har jo en lillebror som sikkert er hundre kilo.

Intervjuer: Han som skal bli kokk?

Deltaker: Ja, så han kunne jeg jo prøvd å inspirere om det, men han er så enkel i matveien. Det med at jeg kuttet ut brus, han drikker brus hver dag så det er jo på en måte der også. Men det er vanskelig fordi det er så mange momenter og det er at vi er så forskjellige da. Så jeg vil si at det har ikke så mye å si for det du lurer på, tror jeg. Men at jeg kanskje kunne påvirke andre da. Det... men tilbake til negative aspekter, så er det jo det at du faktisk dreper dyr, og hvis det blir for lite dyr... så at vi kunne redusert hvordan dyrehold har det. Fordi jeg har jo sett filmer, sånn som høner som trækker oppå hverandre, dør i – at det er alt for mange. At dyr har det ubehagelig, dyrehold. Jeg er jo veldig glad i dyr, det har jeg faktisk ikke nevnt. Jeg har hatt hamster, skilpadde, etcetera. Så... og fisk som akvarie. Så jeg synes egentlig at dyr er, jeg er veldig glad i dyr. Ikke noe i mot det. Så jeg har på en måte, føler at jeg har et sunt forhold til dem. Fordi som jeg sa i starten, jeg vil ikke spise katt eller hund. Men negative aspekter er definitivt det med hvordan hønene blir behandlet og hvordan noen kuer, jeg vet egentlig ikke om noen som har det ille fordi det er jo blitt så strengt, i hvert fall i Norge. Men i andre land er det noe helt annet. Så hvis du tenker innenfor Norge så er det på en måte... jeg tror ikke det er her vi må starte med sånne problemer, jeg tror Norge er ganske langt på vei. Men det er bare noe jeg tror, så jeg har ikke noe svar på det for jeg har ikke forsket noe særlig på det, for å si det sånn. Men det er noe som kunne vært spennende.

Intervjuer: Ble du påvirket på noen måte når du så for eksempel den videoen du nevnte med kyllinger som hadde liten plass?

Deltaker: det gjør noe med personen i forhold til at jeg spiser mindre av det, ja. Det er det, fordi det er jo negative ting. Så absolutt. Det er jo på en måte noe, hadde jeg ikke visst om det og hadde jeg ikke klart å tenke over det med plast og sånn så hadde jeg kanskje spist middag hver dag med kjøtt, da, som jeg sa i starten. Men nå gjør jeg jo ikke det lengre, og jeg kan jo også kutte ut frokost noen ganger og kvelds, bare spise brødskiver med andre ting.

Intervjuer: Har du opplevd det som ubehagelig å bli klar over noen av disse negative aspektene?

Deltaker: Det er vel det at jeg har syntes synd på dyrene. Men ubehagelig... Det er på en måte, jeg får ikke gjort så mye med det. Men det er jo på en måte det at det er mange som må ta en bølge med det, det er jo derfor vegetarianere og veganere gjør noe bra i forhold til det. Men hvis det hadde vært, si at det hadde blitt forbudt med det, i Norge å spise kjøtt, så hadde det vært et skrekksenario, dessverre, det må jeg si på den måten. Men ja, det er jo ubehagelig å vite om det. Det er ubehagelig at folk driver og tenker penger og lite på velferden til dyrene. For det er det – nordmenn vi har det litt for godt noen ganger.

Intervjuer: Har det på noen måte hjulpet å spise mindre kjøtt?

Deltaker: For å si det sånn, jeg merker ikke at bare jeg gjør det. Men jeg kan jo tenke på at jeg kanskje forurensrer mindre. Vi ser jo at det går ned med kjøttkonsumet. Men... i følge noen undersøkelser så stemmer jo ikke det (ler litt), det går motsatt vei.

Intervjuer: Det har gått opp?

Deltaker: Ja. *Fordi* vi blir flere og flere mennesker. Så selv med vegetarianere og sånn, så går det fortsatt oppover. Men det er jo på en måte noe jeg har hørt, så det er empiri som du kanskje må finne mer ut av. Men hvis det stemmer så er jo det litt kjipt. Men igjen, du reduserer jo noe men det er fordi vi blir flere og flere. Så da må enda flere – det må komme inn – kanskje hvis det hadde kommet inn statlige reguleringer, men jeg tror ikke det er positivt heller, for det ser du jo på... i forhold til at – ja, eller det er jo positivt med tanke på at grønnsaker uten moms og sånn. Det er jo positivt. Så da gjør det at det hjelper jo faktisk folk til å handle grønnsaker mer. Som [mumler] at det er kostbart for bonden å så videre. Men hvis det hadde vært reguleringer på å gjøre kjøttet dyrere så kunne kanskje flere, med tanke på økonomi. Så det tror jeg hadde vært en ting som kunne gått an. Men det er jo veldig psykologisk, med tankeangen. Fordi det er jo noen som tenker at: ”Nei, jeg skal ha det uansett jeg”. Det er det samme som at boligrenten: ”Jeg vil ha bolig uansett”, det er jo ikke en rett vi har. Det er en luksus – det er et luksusgode, med tanke på økonomi.

Intervjuer: Ja, det hadde vært spennende å se hva reaksjonene hadde blitt til restriksjoner på kjøp av kjøtt.

Deltaker: Ikke sant. Nå har det heldigvis blitt positivt mottatt med tanke på at nå er det masse fordeler ved å handle grønnsaker, med trumf og coop-bonus, og at de har fjernet moms. Så totalen av det gjør at det er veldig mye mer attraktivt så man handler mye mer grønnsaker, og kanskje mindre kjøtt.

Intervjuer: Har du merket noe til det?

Deltaker: Ja, for så vidt. Jeg handler mer av det. Det gjør jeg jo, helt klart. Og når jeg lager måltider så prøver jeg å legge til enda mer av grønnsaker og handle mindre av kjøttet, og prøver å kaste mindre. Fryser det ned, holder på det lengre, sånne ting. Så ja, det vil jeg si, absolutt.

Intervjuer: Da har vi vært gjennom det meste. Har du noen spørsmål?

Deltaker: Nei, jeg har på en måte... Det er du som har spørsmålene (begge ler).

Informant 10

Intervjuer: Kan du begynne med å beskrive en yndlingsrett som du har med kjøtt i?

Deltaker: Ja. Ehm, det er gjerne mer typ grytelignende, ikke nødvendigvis den der at du har kjøtt, grønnsaker og potet. Men mer sånn... jeg er halvt tyrkisk så da gjerne typ tyrkiske

gryteretter egentlig. Hvor det er en miks av, enten at det er småkjøtt eller at det er kjøttdeig som er en del av ingrediensene i gryten og gir smak, på en måte. En av favorittene er vel, ja det er en bønnegryte hvor du har brekkbønner, tomatsaus også kjøttdeig og forskjellig krydder. Det er egentlig veldig enkelt. Også har du det med ris til, eller på ris. Det er vel den type kjøttretter jeg liker best.

Intervjuer: Lager du det selv mye til middag?

Deltaker: Eh, jeg lager ikke det så mye selv, sånn fordi, det er sånn typ – blir laget hjemme. Så det er sånn som blir laget hvis jeg får besøk og sånn. Så det er kanskje derfor det også er en yndlingsrett, fordi det er ikke – selv om det har vært hverdagsmat i oppveksten så er det ikke hverdagsmat *nå*, med det er en godfølelse rundt det.

Intervjuer: Nå får du det når du kommer hjem til middag?

Deltaker: Ja, så da er det liksom en av disse tyrkiske rettene, eller det trenger ikke å være det, det kan være... norske retter også, sånn typ levergryte. Det er også en favoritt. Det er noe med disse gryterettene som jeg liker veldig godt.

Intervjuer: Er det noe du generelt har spist mye av i oppveksten?

Deltaker: Ja, det vil jeg si.

Intervjuer: Var det vanligere at dere hadde kjøtt innblandet i måltidet, som du nevnte, fremfor kjøtt, grønnsaker...

Deltaker: Ja, altså... moren min er norsk, og det er hun som lager – altså hun lager tyrkisk mat også, er veldig god på det. Så det er noe med at hun ordnet middagen gjerne på søndagene, og da var gryteretter veldig greit for det var lett å varme opp, så kunne du – hvis det var sånn at jeg skulle på kor og broren min skulle på et eller annet... fotball eller hva det var, at vi spiste på forskjellige tider, så var det lett å varme opp. Så var det sikkert derfor vi hadde mye sanne type ting. Også i helgene så var det kanskje litt mer den der tredelte retten som ble laget der og da. Men mye sånn... det var også en del supper og sånn. Det var jo ikke med kjøtt, men blomkålsuppe og forskjellig sånn. Så det var veldig vanlig. Så jeg tror det er derfor jeg liker det veldig godt. Også er det noe med at smakene blandes da.

Intervjuer: Hvis du lager kjøttmiddag nå, selv, hva pleier du å lage?

Deltaker: Eh... gjerne noe med kjøttdeig. Jeg er litt sånn – jeg har det der med at jeg lager opp også kan jeg fryse ned, og ta opp og ha det lett tilgjengelig.

Intervjuer: Litt porsjonering?

Deltaker: Ja, så da lager jeg kanskje en stor porsjon lasagne eller... at jeg lager en pastasaus som jeg fryser ned i porsjoner også har jeg den og fersk pasta til, ikke sant. Så det er gjerne litt sanne type ting jeg lager stort – ikke, innimellom er det mer sånn, typ koteletter eller jaaa... ikke så mye kylling egentlig. Lammekoteletter.

Intervjuer: Spiser du fisk?

Deltaker: Ja, ganske ofte. Da er det mer sånn fileter eller fiskegrateng eller fiskekaker.

Intervjuer: Er du glad i å lage mat?

Deltaker: Ja, jeg er det. Men samtidig så er det sånn... det skal være lettvin, eller det skal være fort gjort, da. Så kan jeg godt en dag jeg har tid lage noe som tar lenger tid. Men det er sånn typ ikke noe jeg vil når jeg kommer rett hjem fra å ha studert, liksom. Da vil jeg ha den der lettvin, et eller annet jeg har laget opp på forhånd.

Intervjuer: Nei, da orker man gjerne ikke å stå og lage mat i flere timer.

Deltaker: Men sånn typ, hvis vi lager noe felles eller hvis jeg inviterer noen, da er det gjerne noe mat som kanskje tar meg lenger tid å lage.

Intervjuer: Pleier du da også å lage middag med kjøtt i, hvis du inviterer på middag?

Deltaker: Eh... det varierer, men etter at jeg kom hit, sjeldent. For det er alltid en vegetarianer. Altså, nå bor jeg med to vegetarianere, veldig mange av vennene mine er vegetarianere (ler litt). Så kanskje en tredjedel av gangene? Men da er det liksom venner fra Oslo, da lager jeg gjerne – ikke nødvendigvis, det kommer helt – ja, hvis det er venner fra oppveksten da blir det mer kjøtt. For de spiser det.

Intervjuer: Hvis du da får besøk av noen venner som er vegetarianere, lager du da helvegetarisk til alle eller har dere en blanding?

Deltaker: Nei, pleier å gå for helvegetar.

Intervjuer: Hvordan synes du det er å lage?

Deltaker: Jeg synes det er greit. Altså, jeg spiser ganske mye vegetar selv, men jeg ser ikke på meg selv som vegetarianer fordi en del av oppveksten så har vi spist vegetarmat, vi har bare aldri kalt det vegetarmat. Fordi det er mange tyrkiske retter som naturlig er det, ikke sant. Det er bare det når det kommer til den mer norske mattradisjonen så er det ikke noe retter som på en måte, altså – ja pannekaker, men folk tenker liksom ikke på det på den måten da. Mens i tyrkisk mat så har du typ linser og du har kikertgryter, sånne type ting. Og de er naturlig kjøttfrie, altså du *kan* tilsette men det er ikke nødvendig. Da er det liksom ekstra stas hvis man gjør det, men det er ikke nødvendig for rettens del da, ikke sant. Så jeg tror, sånn sett synes ikke jeg det er noe vanskelig å skulle spise vegetarmat. Jeg har ikke noe anstrengt forhold til det, fordi jeg bare, jeg har vokst opp med at vi spiser vegetarmat vi har bare aldri kalt det det. Det har ikke vært noe fokus at det skal være vegetar. Det var mer *det* er maten. Så liksom, hvis man skal se på norsk mattradisjon så er det liksom... ja, pannekaker og risengrynsgrot som er av vegetarmat, men (ler litt). Vi har ikke kulturelt sett en mattradisjon som er fylt med grønnsaker. Så det er vel ikke så rart at de norske rettene vi har er liksom fisk eller kjøtt, ikke sant.

Intervjuer: Ja, det er jo mye det det går i i norsk husmannskost (begge ler)

Deltaker: Poteter og kjøtt.

Intervjuer: Har du laget vegetarmat til noen av vennene dine som spiser kjøtt?

Deltaker: Eh... jeg har nok laget vegetar til de og, men jeg har ikke tenkt over det. Men også kanskje en del fisk, spesielt hvis det er sommerstid. Da blir det gjerne fisk, at vi... Men ja, nei, altså, jeg har som oftest – da er det lettere at jeg ender opp med å velge noe kjøtt eller fisk, ikke sant. Jeg har nok helt sikkert laget noe vegetar men så har det helt sikkert ikke blitt kommentert for de er ikke – de er litt sånn åpne for det.

Intervjuer: Du har jo laget middag til dem!

Deltaker: Ja, ikke sant (ler)!

Intervjuer: Nå har vi snakket om ganske vanlige typer kjøtt som de fleste spiser til middag. Kan du komme på noen typer kjøtt som det hadde vært litt tabu å spise her i Norge?

Deltaker: Jaaa... tenker du – det er på en måte flere veier å tenke der da, men innmat synes jeg er veldig sånn... da er du forskjellig. Jeg liker lungemos veldig godt, jeg liker lever veldig godt, som sagt. Jeg synes det er godt. Det er ingen som har sagt æsj når jeg var liten, ikke sant. Så derfor har ikke jeg lært at det er æsj heller. Og kanskje i Tyrkia så ser man ikke, der ser man kanskje på det som litt mer eksklusivt mens her ser man på det som, *restene* som er igjen. Så ja, innmat. Folk blir litt sånn satt ut hvis du snakker om lungemos.

Intervjuer: Ja, det er jo ikke noe jeg for eksempel kan si at jeg har vært så mye borti, til middag.

Deltaker: Nei. Jeg synes det smaker, altså sånn lungemos som man får på butikken, det smaker akkurat som kjøttdeig. Det er litt seigere men smaken er helt lik. Og ja. Lever kan jeg skjønne at har en litt annerledes smak. Men jeg har alltid likt det veldig godt (ler), som liten. Blodmat er jeg ikke så veldig glad i selv, men det er liksom... det er ikke noe mental sperre, jeg bare er ikke så fan av smaken rett og slett. Men jeg personlig har på en måte ikke noe sperre, altså den mentale sperren mot å skulle prøve ting som jeg ikke har prøvd før. Men jeg bare merker på reaksjoner til venner og sånn når *jeg* snakker om lever og lunge at innmat er tabu.

Intervjuer: Så du merker det på dem?

Deltaker: Ja. Mer enn at jeg selv opplever det som ubehagelig. Ellers så er det litt sånn, ikke noe, ikke noe annet jeg kommer på som er tabu. Ja, eventuelt altså, når man snakker om at kanskje i andre kulturer spiser man det vi ser på som kjæledyr da.

Intervjuer: Hva tenker du om å prøve å spise katt, dersom du var i et land hvor det var vanlig?

Deltaker: Ehm... (ler litt). Da tenker jeg at, rent sånn ernæringsmessig så er det ikke så veldig gunstig å spise rovdyr. Men på en måte, hadde jeg vært i en situasjon hvor det var alternativet mitt da, at jeg ikke hadde så mye annet å velge mellom, så hadde jeg nok ikke hatt noe problem med det. Jeg hadde spist det, jeg hadde også spist hund liksom, det...

Intervjuer: Ville du opplevd det som annerledes enn å spise fisk for eksempel?

Deltaker: Det hadde sikkert vært litt sånn rart... sånn, at liksom skulle skru om hjernen fra å tenke liksom kjæledyr til mat. Men igjen så er liksom, hvis dét er det som blir servert der,

hvis det er det som er maten, så der jeg ikke noe problem med det fordi kulturelt – det stedet så *er* ikke det kjæledyr. Da er dette mat, ikke sant. Det er folk som har gris som kjæledyr, men det er ikke snakk om at man da spiser *den* grisen, ikke sant, det er det. Jeg vet ikke, det er noe med hva slags forhold man har innledningsvis til det dyret som blir skutt kanskje?

Intervjuer: Ville det da vært annerledes å skulle spise katt her i Norge?

Deltaker: Det hadde jeg nok syntes var rart. Det hadde jeg nok syntes var, da hadde det nok vært litt mer sånn stopp. Fordi hvis du har en katt i Norge så er den mest sannsynlig et kjæledyr på en måte.

Intervjuer: Så det blir en annen setting?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hvorfor tror du det er slik at vi har et ganske tydelig skille på hvilke dyr vi spiser og hvilke dyr vi ikke spiser?

Deltaker: Ehm. Det er vel hvordan de har utviklet seg som bruksdyr for oss. Altså de som er kjæledyr *nå* er jo på en måte etter det som tidligere var bruksdyr på en måte men ikke for føde. Hunder har man fordi det har gjeterhunder og diverse oppgaver de har hatt, og det samme med katt. Man har hatt katter fordi at de skal ta andre skadedyr og sånn, og dermed har de senere blitt til kjæledyr på den måten vi har i dag. Mens... ja, også hest er på en måte en miks. Der har du hatt – at de bærer, at de drar, men samtidig så, jeg tror at å spise hestekjøtt har kanskje vært vanligere før. Mens nå har de, *fordi* de er gått over til å bli kjæledyr så har de blitt mer, folk føler det er ubehagelig da. Jeg vet ikke. Jeg tror det har noe med hva slags jobb de har hatt tradisjonelt sett. Kyr har vært for å gi melk, eventuelt gi kjøtt, mens hund har vært der for å gjete. Så det er litt det. Også hund og katt er jo rovdyr og det skal vel egentlig ikke smake så veldig – altså like godt egentlig. Fordi de har – giftstoffene går jo oppover i næringskjeden, og fordi de spiser da kjøtt så vil det være mer andel av giftstoffer. Så jeg tror derfor – ja, ikke så sunt rett og slett. Altså, det er mer giftstoffer i et rovdyr enn i et beitedyr, og det går da videre til oss. Jeg vet ikke om det kan ha noe, at det kan være en så klar bevissthet rundt det valget, men jeg tror det har noe å si. Det er jo en grunn til at man ikke jakter på rovdyr for mat.

Intervjuer: Ja, og smak er jo viktig for de fleste i forhold til hva man spiser.

Deltaker: Ja. Jeg vil tro at det påvirker smaken på en eller annen måte, siden vi har evolusjonært sett valgt å jakte på beitedyr og ikke rovdyr, i tillegg til at de er sikkert vanskeligere å jakte på (ler). Jeg tenker at det er en kombinasjon da. Hva man oppfatter som godt er jo på en måte noe man evolusjonært sett har utviklet til å kunne *oppfatte* som godt fordi det gir riktig, eller godt med energi. Altså søt frukt er ekstra godt fordi sukker har mye energi. Ja (ler litt).

Intervjuer: Ja, det er sant. Hvilket forhold hadde du til dyr generelt, spesielt gårdsdyr, når du vokste opp?

Deltaker: Jeg er fra Oslo da (ler), så jeg har liksom ikke vært på noe gård. Men det har aldri vært noe sånn utydelig at kjøtt kommer fra dyr. Så det er liksom, det var ikke noe... jeg vet ikke, jeg har aldri følt noe ubehag ved at kjøttet kommer fra et dyr. Men det... jeg har sikkert

ikke hatt en like stor bevissthet på hvordan en gård er, hvordan et gårdsdyr har det, som noen som er fra gård. Jeg vet ikke hvordan jeg skal beskrive forholdet til de (ler litt). Jeg har vært tilstede ved når man har slaktet en høne, eller partering av elg og sånn. Og jeg har på en måte ikke, det har ikke vært noe ubehagelig da.

Intervjuer: Var du med på det som liten?

Deltaker: Jeg har sett det og vært til stede da. Så jeg følte ikke noe ubehag, nei. Det var helt greit egentlig.

Intervjuer: Hadde du noen tanker knyttet til det som ble gjort?

Deltaker: Jeg hadde nok ikke det da. Ikke noe annet enn at det var litt sånn spennende når vi liksom... når man parterte elg og skulle konservere på en eller annen måte, lage kjøttkaker og pølser og... ja.

Intervjuer: Var det noe du gjorde med familien?

Deltaker: Med familien ja.

Intervjuer: Er det noen i familien som jakter?

Deltaker: Nei, men altså, da var det sikkert et eller annet jaktlag der hvor vi har hytte hvor de kjøpte, ikke sant. Da kjøper du en halv elg eller et eller annet, også kan du, så parterer du. Da har vel de, du får vel flådd og sånt?

Intervjuer: Du hadde vært med på slakt også?

Deltaker: Ja, altså... jeg har i Tyrkia vært til stede når det har vært slakt av geitekillinger og sånn. Jeg husker ikke spesifikt settingen og sånn, sikkert en religiøs høytid hvor folk kjøper seg et lam eller en geit. Det var heller ikke noe jeg tenkte noe særlig over. Det var bare sånn, det var noe man gjorde. Så det har jeg nok vært med på en del ganger. Men jeg har ikke så sterke minner fra det. Jeg har mer minner fra dette med elgen fordi det var mye – vi holdt på en stud og...

Intervjuer: Det var en større prosess?

Deltaker: Ja, det var et prosjekt som vi hadde, ikke sant.

Intervjuer: Er slakt noe du kunne tenkt deg å vært med på nå?

Deltaker: Eh, altså... jeg ville ikke hatt noe i mot det – ikke sånn fordi det er gøy å slakte, men sånn typ være med på å partere og behandle og utnytte kjøttet det synes jeg nok... det hadde jeg nok syntes var spennende.

Intervjuer: Kunne du slaktet dyret selv?

Deltaker: Litt usikker...eh, jeg kunne godt tenke meg å drive med jakt, men kanskje ikke nødvendigvis slakt, hvis du skjønner? Det blir to forskjellige ting at du... litt usikker. Jakt det kunne jeg godt gjort. Det er noe med naturopplevelse og ikke nødvendigvis et mål i seg selv

at du *skal* få noe men om du får til å få et bytte så er det spennende. Mens å slakte et dyr det har jeg egentlig ikke noe behov for. *Kunne* gjort det men jeg har ikke noe behov for å gjøre.

Intervjuer: Hva er det med jakt som gjør at det er noe du kunne tenkt deg å være med på?

Deltaker: Det er vel noe med at da har du et vilt dyr som, altså... Jeg har jo jegerprøven men jeg har ikke jaktet. Jeg tok det på folkehøgskole for da var det så tilgjengelig å ta det. Men jeg har ikke jaktet. Men du har et vilt dyr og du har en regulering av hvor mye som skal beskattes. Og det er kanskje dyr som man trenger å regulere mengden av i en skog og sånn. Så dermed er det en del av det naturlige da, eller av økosystemet at det kanskje *må* tas ut – men samtidig, det er det at du har et vilt dyr som har det helt greit og som... når du, hvis du har muligheten til å skyte, så skal det være fordi du er sikker på at det kommer til å dø med en gang, så det skal være så humant som mulig, sant. Det er ikke... du har ikke en... *så* fysisk nærhet selv om du er på en måte nærme. Så ja. Det føles forskjellig ut da, den i naturen versus å skulle ta et husdyr og slakte. Det er sikkert... det å skulle ta å slakte et husdyr det føles litt sånn overveldende, tror jeg. Det blir litt... det blir et veldig stort steg tror jeg, å gå over til. Og det er jo det at jeg ikke har så mye, jeg er ikke vant til det da, ikke sant. At noen rundt meg gjør det, at – eller, altså selv om jeg har sett det som liten så er det fortsatt ikke noe jeg er vant med. Det er liksom, det er i spesielle anledninger jeg har sett det, kanskje. Så den overgangen der blir litt stor. Kanskje hvis det var noe jeg ble litt mer vant til å se så kunne jeg på et senere tidspunkt vært mer villig til det. Men akkurat *nå* så ville det vært nei.

Intervjuer: Kjenner du til slakteprosessen når vi slakter produksjonsdyr her i Norge?

Deltaker: Nei, ikke så veldig mye, det gjør jeg ikke.

Intervjuer: Vil du si litt om det du vet? Det du kanskje har sett eller hørt?

Deltaker: Jeg vet egentlig ikke noe særlig (ler). Det er liksom, det er sånn som dukker litt opp på facebook-feeden innimellom. Men problemet er at veldig ofte så føles det ut som det er veldig sånn propagandalaget, og jeg vet at det da vil gjøre inntrykk på meg. Men så føler jeg at det er andre ting i verden som allerede gjør så sterke inntrykk på meg at jeg er ikke, jeg er ikke villig til å ta i mot det i tillegg. Og hvis jeg skal lære – lese meg opp på det og se om det så vil jeg gjøre det på *mine* premisser og ikke fra noen som har et politisk ståsted i formidlingen sin, hvis du skjønner. Så jeg kunne godt tenke meg å vite om det, men de situasjonene hvor det har dukket opp muligheter så har det vært veldig sånn, det er veldig tydelig at det er propagandabasert, ikke sant. Det er noe sånn dyrevern – dyrebeskyttelse som har laget en video for å vise det på en måte som *skal* påvirke meg psykisk, og da klikker jeg ikke inn på det. Hadde det vært mer en informasjonsvideo hadde det vært typ en video som instituttet jeg studerer ved hadde laget eller et aller annet så hadde jeg nok vært villig til å gå inn. Men så lenge det... ja, det er den der propagandafølelsen som jeg ikke vil ha, fordi hvis de skal gi meg dårlig samvittighet og en dårlig følelse så er ikke jeg villig til å utsette meg selv for det når jeg allerede føler nok for ting som skjer med mennesker her i verden. For det føler jeg så mye, hvis du skjønner.

Intervjuer: Så det hadde blitt for mye å forholde seg til?

Deltaker: Ja. Fordi jeg tar noen valg og det er: jeg bryr meg først om mennesker, så om miljø, og så kan dyr komme. Men enn så lenge (ler litt) så er det så voldsomt mye å ta innover seg

når det kommer til mennesker og miljø at jeg er ikke villig til å ta inn det som har med dyr å gjøre, i stor skala. Ja.

Intervjuer: Har du sett noen av disse videoene noen gang?

Deltaker: Ja, altså... det har jo – det begynner jo å rulle så det har jo vært sånn type, har vært sånn at de kverner kyllinger levende, veldig voldsomt. Men da er jeg veldig fort forbi.

Intervjuer: Hva gjør det med deg å se det?

Deltaker: Eh... Jeg synes det er ubehagelig da. Jeg synes et er ganske grotesk. Også... Jeg blir litt, jeg føler meg litt sånn maktesløs, jeg tror det er derfor jeg velger å ikke se på de, den maktesløsheten. Altså jeg synes det er så mange områder hvor det blir for mye. At å skulle ta i mot den maktesløsheten jeg føler overfor enda et stort, liksom... en stor struktur da, hvis jeg kan si det sånn, den er jeg ikke klar for å skulle ta i mot. For jeg må bearbeide andre ting først, og gjøre det jeg kan med andre ting først. Jeg er veldig bevisst på at jeg har valgt den prioriteringen, at... eh, jeg mener, man skal, altså dyrevern er viktig. Man skal ikke mishandle dyr, men samtidig så er det liksom... jeg har en prioriteringsrekke da, ikke sant. Så hvis man skal se på kjøttindustrien som dyremishandling så er det på en måte for stort til at jeg ser på det som: ”Det er *der* vi skal starte”. Jeg har andre ting jeg vil starte med først.

Intervjuer: Husker du at du bevisst gjorde den prioriteringen? At du tenke at: ”dette må –”

Deltaker: Den har jeg helst sikkert hatt veldig lenge. Jeg tenker at den har jeg sikkert hatt fra jeg var sånn 14-15. Jeg var alltid liksom... jeg vet ikke. Jeg tenker det at jeg har valgt mennesker som lider før dyr som lider det kom nok da, også kom – miljøet har kommet inni der, den har nok kommet litt senere, kanskje når jeg var 18-19. Ja.

Intervjuer: Husker du, for eksempel med miljø, var det noe du leste?

Deltaker: Miljøet var det vel at jeg leste om scampi.

Intervjuer: Sånn reke...?

Deltaker: Ja, sånne kjempereker, at det var en veldig miljøversting. Gikk ut over mangroveskog og at man tømte ut ferskvannslagre i Kina og ja... det var forskjellige ting, jeg husker ikke. Nå har det jo endret seg da for den som selges på butikken i Norge i dag den er sertifisert. Men det, ja (ler litt), *da* var den ikke det, så det var liksom der det startet.

Intervjuer: Så det gjorde inntrykk?

Deltaker: Ja, da begynte jeg nok å lese litt mer om miljø-ødeleggelser og ja. Så jeg spiser jo mindre kjøtt og fisk på grunn av at det har en mye større miljøbelastning enn grønnsaker har. Også har det ikke vært så vanskelig for meg å kutte litt ned når jeg allerede hadde naturlig en – vegetarmat som en del av mitt kosthold. Men jeg har på en måte ikke kommer dit hen at jeg ville kuttet det helt ut. Men jeg tar bevisste valg da. Altså jeg går alltid for økologisk når jeg kan, og ja... tenker litt over hva slags, hvilke av disse – hvis jeg skal ha dette produktet, hvilke av de tilbudene de har vil jeg velge?

Intervjuer: Husker du hva det var som gjorde at du bestemte det å begrense kjøttforbruket ditt? Du nevnte at det er en miljøbelastning, vil du si litt mer om det?

Deltaker: Ja. Altså det krever jo mye mer energi å produsere så mye energi som du får av et stykke kjøtt som du får av versus energi i grønnsaker. Fordi det er vel noe sånn som at det går 20% av den energien fra det fôret som dyret får, går videre, også tar du opp 20% igjen, ikke sant. Så da... sånn som mesteparten av dyr i Norge, og også laks og sånn, blir jo fôret på soya og palmeolje. Som gjerne dyrkes i Brasil og fører til avskoging. Så som om det ikke er ille nok at det krever mer energi å skulle avle fram mat som er fra dyr, så fører det også til naturødeleggelser fordi de skal dyrke så mye mer og mer og mer. Så når jeg tok valget om å kutte ned, det var sikkert når jeg begynte her for her er det så mye idealister og ja. Så liksom, det er så mye lettere. Det er ingen som går i mot deg. Det er vanskeligere å skulle legge om når du har kritikere rundt deg mens her er det mange som – om de ikke er der at de har kuttet ned på kjøttforbruket men så har de den tanken, den viljen. Det er veldig mange som er opptatt av miljø her ikke sant (ler). Mye tettere og en del av [mumler] ellers, kanskje.

Intervjuer: Synes du det gjorde det lettere for deg å kutte kjøtt, at du hadde et aksepterende miljø rundt deg?

Deltaker: Ja. Det er helt, altså jeg ville jo helt sikkert ikke fått noe kritikk i Oslo nødvendigvis. Den maten jeg spiser hjemme er det jo ingen andre som ser, men det er jo noe med – jeg synes det er veldighyggelig å lage mat sammen og spise sammen. Da er det liksom... da er det mye lettere å bli inspirert av andre og se hva andre lager. Og når de også da har den tanken om at man skal kutte ned på grunn av miljø så kan man inspirere hverandre da. Dele retter eller oppskrifter.

Intervjuer: Har du noen gang opplevd det som ubehagelig å spise kjøtt fordi du har lest om potensielle negative konsekvenser?

Deltaker: Ja. Jeg synes julen er ubehagelig (ler litt). For jeg synes det er en veldig sånn frotsing i kjøtt og det er liksom ikke, det er ingen alternativer. Det er liksom, på julaften så er det ribbe, medisterkaker, medisterpølser, sossiser, også har du surkål. Du kan liksom ikke ta veldig mye surkål for å kutte ned på hvor mye kjøtt du tar. Men det er litt interessant, for det er sånn... jeg ser at... mine foreldre spiser mye mer kjøtt nå enn da jeg var liten. Det har vært en gradvis økning. Jeg tror ikke de ser den selv, fordi den har på en måte bare vært en del av deres økning. Og jeg ser også, sånn som broren min og sånn, de spiser veldig mye kjøtt. Men når jeg kommenterer det så er det sånn: ”Nei nei, men vi spiser jo – to ganger i uken så spiser vi ikke kjøtt”, liksom. Også er det sånn (ler litt)... Jeg vet jo at... det blir så veldig voldsomt på julaften (ler). Så er det sånn 1. Juledag er bedre for da kommer det sånn, da kommer det litt mer variasjon. Men ja, jeg synes julaften ofte er litt ubehagelig (ler litt). Det blir så... ja, frotsing rett og slett (ler).

Intervjuer: Ja, det går jo mye i mat i julen (begge ler), mange spiser mye.

Deltaker: Også er det sånn, man skal spise til man liksom sprekker, så skal man snakke om hvor mett man ble. Og det er på en måte en del av tradisjonen. Jeg synes nok det er, jeg *tenker* nok mer på det nå, kanskje litt ubehagsfølelse, før så var ikke den der, nå er den der.

Intervjuer: Hva er det som gjør at du har den følelsen av ubehag?

Deltaker: Eh, jeg vet egentlig ikke helt. Jeg tror det er litt sånn... jeg tenker, kjøtt har på en måte vært... det er liksom, det har vært luksus før, det er sånn: ”Yes, nå lager mamma en rett med kjøtt i istedenfor uten”. Og det var sånn ekstra godt når det var sånn. Mens nå er det mer sånn, det føles ikke som en luksusvare lenger, når er det dét du spiser. Det er så rimelig, det er så lett tilgjengelig, det er så overflod av det. Også derfor blir det så ubehagelig når jeg at det er, den har så mye større belastning på miljø enn den maten ute. Så det er nok det. Det er den der... altså, folk har så godt råd, ikke sant. Man snakker om, man forklarer jo alltid sånn: ”Å, har så dårlig råd, maten er så dyr” osv. Men, jeg tror nordmenn bruker sånn en tredjedel av lønnen sin på mat. Det er *ingenting* sammenlignet med andre land. Det vil si at du har mer enn halvparten av lønnen din til gode for andre ting. Ja, nå går vel ting til kanskje lån og sånn, men likevel. En tredjedel av lønnen til mat er veldig lite. Men folk tenker ikke på det på den måten. Og når da liksom butikken har så mye kjøtt og det blir så rimelig, og det bare bugner. Det blir sånn der – jeg sjekker jo alltid 50%-disken og det som er der er alltid kjøtt fordi de har for mye, ikke sant. Så blir det liksom til at: ”Ja, men jeg kjøper på 50% så da kan vi spise masse kjøtt”, så ja. Jeg gjør det jo selv. Jeg kjøper også fryser jeg det ned. Men jeg tar nok ikke nødvendigvis å spiser større del av middagen kjøtt enn jeg ellers ville gjort. Mens andre...

Intervjuer: For da har du ikke hele det store kjøttstykket?

Deltaker: Nei, jeg deler det opp, ikke sant. Men det er det mange som ikke gjør. Da blir halvparten av middagen kjøtt istedenfor den ene delen som skal være kjøtt. Så ja (ler litt). Nå vet jeg ikke helt, vet ikke hva slags svar – jeg beveget meg litt langt ut fra det, men...

Intervjuer: Neida. I forhold til det ubehaget du har opplevd fordi du følte at du spiste for mye kjøtt, ble den følelsen påvirket av at du kuttet ned på mengden kjøtt?

Deltaker: Eh...ja. Altså, det at jeg kuttet ned henger på en måte sammen med dette valget om å skulle være en mindre belastning for miljøet, ikke sant. Og da... når jeg har en sånn, du blir jo litt sånn, du vil jo viderefremidle den holdningen. Også gjøre det på en måte som ikke er belærende, men så er du på en måte i et miljø der vi – der det serveres så mye og det er liksom, det er så fokus på denne maten for det er dette som er hovedtemaet akkurat nå. At det går ikke an i denne situasjonen og skulle informere om at kanskje dette er litt mye. For at det – da skaper du dårlig stemning, ikke sant (ler litt). Du kan ikke være i et juleselskap hvor noen serverer kjøtt, og fortelle om hvor de har kjøpt den og hvilke slakter, og det er så hyggelig der og for en opplevelse, og hvordan de har laget den. Da kan ikke du komme og ødelegge det ved å informere om kunnskap som du synes er utrolig viktig. Du kan kanskje ta det i en annen anledning men ikke *da*, men det er da du føler på den, og derfor blir den mer ubehagelig. Ja?

Intervjuer: Har du vært i en sånn setting selv?

Deltaker: Ja, altså, men familie og jul og sånt da, så synes jeg det er veldig sånn... Nå er det jo ikke så lenge siden så den sitter litt. Har helt sikkert vært også andre typer, sånn bursdagsmiddager og sånn, ikke nødvendigvis bare med familie men kanskje også hos venner. Men ja, jeg føler det kanskje sterkest med familien fordi de er de du kanskje er vant til å snakke veldig direkte til. Men du kan jo likevel – du kan ikke sitte på julaften og si at: (ler) ”vi skulle ikke kanskje spist mer grønnsaker?”, kan ikke endre på julemåltidet.

Intervjuer: Hvordan tror du det hadde blitt mottatt hjemme?

Deltaker: Jeg vet ikke jeg, Altså jeg vet jo at, ja, sånn som... når jeg snakker om det... det er sånn, det er noen ting jeg har fått igjennom. For eksempel, altså, palmeolje, det har det skjønt, ikke sant. Så dermed, hvis de husker på det, ikke at de klarer – de er ikke alltid 100% bevisst på det hele tiden, men hvis de husker på det så er det sånn at de sjekker. Men, den der tanken om å skulle vurdere hvor stor del av middagen skal være kjøtt, den er vanskelig å omstille. Fordi de *føler* ikke at de spiser mye. Og den er ikke så, den er ikke så direkte. Du kan liksom ikke... med palmeolje så kan du liksom vise bilder av regnskog som er – altså flatehogsten, ikke sant. Mens med kjøtt så er det en litt sånn... det er ikke en direkte men det er en indirekte sammenheng. Og så *føler* de ikke at de spiser mye. Det merker jeg spesielt på... broren min og andre – han er litt eldre enn meg, gjerne folk i tredveårene. At de, de ofte tror de spiser lite hvis de spiser vegetar én gang i uken og fisk en gang i uken. Så tror de at de har begrenset seg når de dagene når de spiser kjøtt så er det halvparten av tallerkenen, ikke sant. *Fordi* at det har den der ene dagen. Og da er de ikke villig til å høre fordi de føler seg allerede så flinke. De har gjort det der og de har vært så flinke å kuttet den ene dagen. Så hvis du kommer og sier: ”Men du har halvparten av tallerken din dekket med kjøtt”, så blir de helt sånn: ”Hva men nei, vi spiser ikke så mye kjøtt vi altså. Vi spiser masse grønnsaker, alltid salat til maten”, ikke sant. Da blir de veldig sånn... skal beskytte seg selv da: ”ikke angrip meg liksom, jeg gjør så godt jeg kan. Ikke kom og ødelegg” (ler litt). Så ser jeg på sånn som broren min og andre som... fettere og sånn i den alderen, de er, de synes de er veldig flinke. Og da går det ikke an å si noe annet (ler). Da er de ikke villige til å høre det rett og slett.

Intervjuer: Opplever de det som kritikk?

Deltaker: Jeg tror det. Men, jeg tror det. Og jeg skjønner det godt fordi det er veldig lett å bli belærende. Jeg merker selv at hvis det er folk som er veldig ekstreme, eller, *de* oppfatter ikke seg selv som ekstreme men jeg oppfatter dem som ekstreme. Da er det veldig, har en tendens til å føles ut som de har nedlatende tanker om meg. Så det er den: ”Hva skal jeg gjøre videre for å bli hørt?”, den er vanskelig. Så tror jeg det handler litt om at hvis de vet at det du sier er sant, så er det mye lettere for dem å føle seg angrepet fordi de føler seg kanskje litt skyldige. Fordi det *er* jo om dette i aviser og sånn med jevne mellomrom. Så du vet om det, det er ikke ny kunnskap jeg kommer med. Så dermed når jeg tar det opp så er de kanskje i en state of mind hvor de ikke vil tenke på det, men så tar jeg det opp også kjenner de at: ”Dette vil jeg ikke tenkte på nå” fordi du får litt dårlig samvittighet da, kanskje. Det er jo litt sånn tilsvarende som at jeg ikke vil se videoene på facebook som blir lagt ut. Jeg vil ikke ta det inn over meg, jeg har ikke lyst til at – har ikke lyst på den belastningen da.

Intervjuer: Tror du at folk generelt velger bort den typen informasjon? Du nevnte at det står i aviser og er et aktuelt tema.

Deltaker: Det kan godt hende. Ja. Denne julen så har jeg valgt å ikke si noe som helst (ler) om kjøtt men jeg har snakket om avokado til absolutt alle som vil høre. Og da blir de jo litt fra seg ikke sant, fordi: ”Herregud, skal vi ikke spise det heller, det er jo så godt”. Jeg var jo sånn, jeg kan ikke huske at det var avokado i butikken for ti år siden, men nå skal alle ha det hele tiden. Og jeg ser alle barna får det i matboksen hele tiden, sant. Vi får jo ikke bare – vi får jo også jordbær og blåbær hele året, ikke sant. Det er jo sånn som nevnen min, de spiser jo dette, for det får de. Det er liksom ikke noe luksus for det er hverdagen. De synes det er kjempegodt men det er hverdagen. For meg, for oss som ikke har vokst opp med det men det har kommet senere, så er det kanskje litt mer luksus. Men samtidig så er det sånn, det er veldig tilgjengelig, *fordi* det er den luksusfølelsen så frotser vi og gir det til barna også blir

det hverdagen deres. Så, og avokado har ikke noe med julen å gjøre så det var passende å ta opp (ler).

Intervjuer: Jeg er ikke klar over avokado, kan du – ?

Deltaker: Den er, trærne binder opp vann, de er veldig vannkrevende. Og hovedparten av produksjonen skjer i Mexico. Og i Mexico så er det i prinsippet regulert sånn at i visse områder så har du lov til å dyrke fordi det er dyrket fra før og du har tillatelse til å dyrke der. Og noen områder er da: ”Her kan du dyrke avokado”. Også har du grunneiere som *fordi* at avokado er så attraktivt, vil – altså det er kjempe ettertraktet, etterspørselen er jo så stor nå, det er jo... altså det finnes jo ikke én matvideo på facebook som ikke inneholder avokado nå, ikke sant. Før var det bacon, nå er det avokado. Fordi det er så stor etterspørsel så vil de også produsere og tjene penger og det skjønner jeg jo. Det er en helt naturlig reaksjon. Og det de gjør er at de planter, ulovelig, og siden det er Mexico og så høy korrupsjon så er det ingen som regulerer det, selv om det i *prinsippet* ikke er lov. Og det som skjer er at de går høyere og høyere opp i dalene, og siden det binder opp vann så forsvinner da det vannet som ellers ville rent ned. Så elver og bekker forsvinner, så du får tørke langs dalsidene og også tørke nede i dalen. Og du får ikke utnyttet det jordbruksarealet som er nederst fordi det blir vannmangel ikke sant, og du får erupsjon nedover. Og det er sånn... avokado er liksom en kjempeting å – jeg vet jo at hvis jeg tar det opp med vegetarianere så blir de helt sånn fra seg for det er liksom den ene gleden de har (ler). Eller, det er mye annet som er godt, men den er liksom så spesiell fordi den er fet og den er god, og den er ganske sunn. Men ja. Så (ler). Men den har en veldig stor belastning da, på det miljøet som er det. For det er jo, ja det er hovedsakelig i Mexico det dyrkes. Også er det sikkert andre steder og. Men det er det at det binder opp enormt med vann, veldig vannkrevende.

Intervjuer: Ja, jeg leste noe om avokado og Mexico i sommer men jeg må innrømme at jeg ikke kjente til det såpass detaljert. Men det høres absolutt ut som en sak å sette seg inn i. Det er jo en fare for å fokusere mye på noen ting og derfor gå glipp av andre aspekter, for eksempel knyttet til miljø.

Deltaker: Jeg mener at en total livsstilsforandring helt plutselig, det fungerer ikke for noen. Det er ikke en måte å redde verden på fordi det er ikke noe du kan leve med hvis du gjør det. Eller de fleste vil ikke klare det, det er sikkert noen ildsjeler som klarer det. *Jeg* kan ikke klare det. Så for meg har det vært veldig sånn gradvis. Det har vært først at jeg ikke spiste scampi, så har det vært at jeg ikke tar noe som helst med palmeolje, også har det gått over til at jeg velger økologisk. Det blir jo føret opp med soya likevel. Det å få tak i noe som ikke er føret opp med soya det er nesten umulig. Da må du ha veldig dyrt, liksom frittstående på fjellet i Norge. Det er kjempedyrt. Jeg er student, det har jeg ikke råd til. Men hvis jeg velger økologisk så er det i alle fall ikke soya som er sprøytet. For det er også veldig miljøbelastning. Og så, nå er det da på at jeg skal ikke spise avokado, ikke sant. Jeg tar det den gradvi – før det så var det jo at jeg kuttet ned på kjøttforbruk *også* at det skulle være økologisk. Og nå er det at jeg kutter avokado. Tar en ting av gangen, over mange år.

Intervjuer: Merker du noe endring i forhold til de valgene du tar?

Deltaker: Jeg synes... fra andre, eller hvordan mine holdninger endrer seg, eller? Altså jeg tenker... jeg synes alltid det er vanskelig de første tre månedene når jeg tar et nytt valg. Det er kjempevanskelig fordi det er – jeg vet ikke, de første tre månedene er det skikkelig hardt. Jeg har akkurat valgt dette med avokado, jeg synes det er dødskjipt.

Intervjuer: Du holder på med det nå?

Deltaker: Ja. Det er jo ikke sånn at jeg pleide å spise avokado ofte, jeg spiste det kanskje en gang i måneden, det er ikke mye. Men likevel, nå ser jeg på avokadoen ekstra mye når jeg er på butikken. Så det er liksom litt tungt valg jeg må ta. Jeg må ta det valget bevisst hver gang jeg er på butikken, selv om jeg vanligvis ikke *ville* kjøpt avokado hver gang jeg er på butikken så er det nå et valg hver gang at jeg *ikke* kjøper det. Men så går det over etter hvert. Så blir man vant til det liksom. Også... ja sånn som scampi da. Jeg spiste jo scampi for første gang etter mange, mange år nå i høst. For da var det: ”Ja, den er jo sertifisert, jeg kan jo smake og se om” – jeg husker jeg synes at scampi var det beste, var så godt, ikke sant. Åh, det var helt nydelig. Så var det sånn, det smaker jo egentlig akkurat som reke? Det var litt stort og mer å tygge på men nei, jeg vet ikke helt jeg... det var liksom ikke noe fantastisk sensasjonelt ved saken fordi det hadde gått så lang tid og jeg hadde vent meg av å ikke synes at det var så fantastisk, ikke sant. Så jeg tenker det er vel det samme med andre ting og (ler). Ellers, endringer jeg føler er vel kanskje at... det har vel blitt mer og mer naturlig, eller vanlig, de siste årene at folk er miljøbevisste. Det er ikke sånn at du er en av tusen, nå er det liksom – *noen* av en gruppe på hundre er det. Så du er jo flere om det. Så blir det, altså det kan bygge seg opp en kultur rundt det. [blir avbrutt av besøk]

Intervjuer: Du sa at du føler det er blitt flere. Nå er man ikke en av tusen?

Deltaker: Ja. Om det ikke er at folk er vegetarianere så er det en eller annen form for miljøbevissthet rundt maten du velger eller klærne du kjøper. Folk begynner å ta små valg i hverdagen. Litt mer sånn vil – altså man har store byttegrupper på facebook ikke sant, sånne type ting. Så dermed så kan det nå vokse opp en kultur for det. For den kulturen har ikke eksistert... eller gjenbruk har jo vært veldig naturlig i Norge. Men den har forsvunnet, og nå føler jeg den er på vei tilbake da. Så... og sånn blir det litt sånn, forhåpentligvis med kjøtt etter hvert at folk har litt sånn – at det blir kultur for å velge alternativer. Altså sånn som... at REMA 1000 satser på å lage ting, at de har alternativer. Det vet at: ”Ok, nå har det blitt en såpass stor gruppe at vi kan faktisk tjene penger på å ha det. For vi har de som *vil* velge det. Også vil vi ha de som er nysgjerrige”. For den er ganske stor, folk som er nysgjerrige på alternativ mat. Så ja. Jeg synes det er en interessant utvikling da.

Intervjuer: Og det er jo en ganske kjapp utvikling?

Deltaker: Den har jo gått ganske fort. Det tror jeg har mye med nett å gjøre. At folk som har vært der ikke har vært så alene. Så dermed har det blitt en sånn, et samfunn, et community hvor man kan utveksle også kan andre se de. Men jeg synes at før så har det vært veldig sånn propagandabasert. Fortsatt det, i noen grupper, veldig sånn legge skyld på folk og sammenligne å skulle spise kjøtt som å skulle myrde barn. Altså, det blir så ekstremt, ikke sant. Og folk kan ikke relatere. Mens nå er det mer sånn... forklarende. Jeg mener det finnes to typer vegetarianere. Du har den dyrebeskyttende også har du den miljøbeskyttende. Den dyrebeskyttende kan fortsatt være veldig propagandabasert, men den miljøbeskyttende er mer – ja det kan være propaganda med i bildet, men det er på en måte ikke like (ler)... det er ikke like... den er, de er ikke like ekstreme i sammenligningene sine. Og de har mer ting folk klarer å relatere til. Altså nordmenn er glad i skog, vi er glad i friluftsliv, så når man viser flatehogst fra Brasil så påvirker det oss selv om det ikke er vår skog. Men når det kommer noen og sier at å skulle slakte kyllinger er som å myrde barn, så kan du ikke relatere på en måte. Fordi å spise kjøtt er en naturlig del av kulturen.

Intervjuer: Tror du at fordi du har en annen innstilling til miljøbiten så kan du oppleve informasjonen du får fra de to type vegetarianerne forskjellig?

Deltaker: Ja, det gjør jeg nok. Eller... det jeg opplever da, er at hvis du har den miljøbeskyttende, skal formidle en ting også skal den dyrebeskyttende formidle den *samme* tingen. Så har gjerne den dyrebeskyttende delen en tendens til å overdrive. Og når de overdriver så, så på en måte senker det min tillit, ikke sant. Da er man ikke like villig til å nødvendigvis tro like umiddelbart på den informasjonen de gir deg. Men hvis noe blir formidlet til meg på en saklig måte uten overdrivelse, med en gode kilder som ikke bare er *de selv* som har laget, da er jeg mye mer villig til å ta i mot informasjonen og ta den i mot og vurdere hva slags holdning jeg har ut i fra det og hvilke handling jeg vil ta ut i fra det. Ikke – jeg sier ikke at alle de dyrebeskyttende er sånn, det er bare at de som gjør seg *hørt* er sånn.

Intervjuer: Føler du også at det er forskjellig grad av følelser involvert i de to forskjellige budskapene, hvis vi holder oss til grupperingen med to typer vegetarianere?

Deltaker: Altså, følelser rundt formidlingen deres eller følelsen rundt det å – kjøttspising?

Intervjuer: Jeg tenkte primært rundt –

Deltaker: Eller min opplevelse? Fordi jeg tenker det at rundt formidlingen så vil jeg si at... begge deler legger – gir deg litt dårlig samvittighet, jobber litt med den der litt sånn skyldfølelsen som du skal få, for å få deg til å gjøre noe. Altså det fungerer jo veldig godt å gi skyldfølelse. Alle hjelpeorganisasjoner jobber jo, reklamerer jo ut i fra å gi deg skyldfølelse så du skal handle – veldig effektivt. Men jeg tenker kanskje at den dyrebeskyttende er veldig sånn, skal gå så veldig på sjokk? Det er veldig angripende. Og veldig anklagende. Hvis du blir *anklaget* for å gjøre noe feil, da vil du protestere. Du vil ikke bare kve under og si deg enig. Så sånn sett så er de forskjellig, ja. Kan godt til tider ha den samme informasjonen men det er måten de formidler det på som har et annet mål. Som gir deg en helt annen reaksjon ut i fra hvordan de – hva, altså de *ønsker* jo det samme, egentlig. Men de tar tak i det på to helt forskjellige måter da.

Intervjuer: Så du oppfatter både informasjonen og måten den blir formidlet på, forskjellig?

Deltaker: Ja. Den ene virker mye mer saklig og informativ, samtidig som de har skyldfølelseelementene, mens den andre er skyldfølelse, skyldfølelse, angrep, sjokk, anklager deg for å... ja for å være et fælt menneske.

Intervjuer: Vil du si at skyldfølelse har spilt, fra den ene eller den andre gruppen, en rolle i de endringene du har gjort i ditt liv?

Deltaker: Hm... nei. Det er ikke skyldfølelse som får meg til å gjøre endringer. For meg så handler det mye mer om kunnskap. At jeg skjønner at det er en nødvendighet for menneskehetens og klodens utvikling, ikke fordi jeg har dårlig samvittighet fordi jeg har spist kjøtt. Eller fordi jeg tidligere har spist noe med palmeolje. Jeg har ikke dårlig samvittighet for det. For den har jeg spist ut i fra det ståstedet jeg har hatt, nå har jeg annen kunnskap og tar et annet valg. Så skyldfølelse får ikke meg til å endre den type van – eller, det er ikke det som er drivkraften da. *Men*, jeg får skyldfølelse hvis jeg spiser noe med palmeolje *nå*, som jeg vet det. Fordi jeg *vet* det, jeg har tatt det valget. Og da vil jeg få skyldfølelse hvis jeg spiser noe

når jeg ikke har klart å følge det valget jeg har tatt. Ikke fordi noen sier jeg skal ha det men fordi det er mitt valg at jeg sikke skal gjøre det også har jeg på en måte sviktet meg selv. Og det tror jeg er en helt annen form for skyldfølelse da. At noen skal komme og angripe meg og gi meg skyldfølelse for et valg jeg har tatt uten kunnskap, det gir ikke mening.

Intervjuer: Så det er det at du nå er i besittelse av mer og en annen type kunnskap enn du var på et tidligere tidspunkt, som utgjør en forskjell?

Deltaker: Ja, mhm. Det... også er jeg sånn. Hvis jeg vurderer noe så er det – det holder ikke å få den kunnskapen fra én kilde én gang. Jeg må velge, jeg vil søke opp informasjon, jeg vil se på kildehenvisninger, jeg vil se liksom... stemmer dette eller er det noen som formilder dette som ønsker at jeg skal reagere på denne måten? Jeg må på en måte ha nok informasjon til å kunne ta det valget og vite at jeg har fått den kunnskapen jeg trenger for å være sikker på at dette stemmer da. Det er sikkert ikke så mange – noen andre er sikkert sånn, men jeg tror det er mange som er mer sånn påvirket av én artikkel mens jeg må ha flere. Men da er det at jeg ser en artikkel og så *da* søker opp mer informasjon. Det er ikke sånn at det skal komme gradvis av seg selv, men at jeg selv søker det opp.

Intervjuer: Men du trenger den kickstarten også –

Deltaker: Og så vil jeg søke opp, ja.

Intervjuer: Har du opplevd, i forhold til miljø, at du bevisst unngår noe informasjon? Litt som du var inne på i forhold til dyrene, at visse ting kan du ikke ta stilling til nå?

Deltaker: Hm... Nei. Ikke når det kommer til miljø. Men jeg tror det er noe med... Jeg har gjort det når det kommer til mennesker. Mennesker som lider, men jeg har ikke gjort det med miljø. Men da er det fordi at... det er ikke en bevissthet som blir utsatt for noe, det er ikke noe som verken ...det er ikke – i indirekte forstand så vil det være arter og individer som er påvirket, men miljøet er mer stort. Det er områder, det er miljøutslipp, det er inngrep... det er sånne type ting. Mens når det kommer til ting som har med mennesker å gjøre, hvordan det er i flyktningseiler... det kan jeg godt kjenne at *nå* er jeg ikke i stand til å ta i mot den informasjonen. Men fordi at det er viktig for meg så vil jeg søke opp den informasjonen senere, når jeg vet at *nå* er jeg mentalt der at jeg er villig til å ta i mot det. Men jeg er for eksempel ikke villig til å ta i mot det rett før en forelesning, ikke sant. Jeg velger tidspunktet selv, er veldig bevisst på når er det jeg er villig til å se på dette. Ja.

Intervjuer: Du uttrykker at det av og til kan blir for mye inntrykk. Husker du å ha opplevd det? Når skjønte du at du måtte begrense inntrykkene?

Deltaker: ... ehm, litt usikker. Jeg har vært deprimert tidligere og gått til psykolog for det. Og jobbet veldig mye med mitt egen følelsesmonster og dermed blitt veldig bevisst på reaksjonene mine. Jeg har også posttraumatisk stress, og dermed har måttet jobbe med nettopp dette her med å identifisere at nå kan det komme en reaksjon. Nå er det ikke relatert til noe av dette men det at jeg har jobbet med den der å kartlegge ”hva føler jeg?”, kartlegge ”hvor kommer en handling fra? Hvilke tanke er det jeg har hatt som har gitt meg følelse som har fått meg til å handle på en måte?”. Den har gjort at jeg er blitt veldig bevisst. Så jeg tror kanskje – etter at jeg har kommet dit hen at jeg på en måte var ferdig med å bare gjøre det for hverdagslige ting så har det satt seg sånn at jeg gjør det fortsatt. Jeg bruker det som et verktøy i hverdagen. Uten at jeg er deprimert nå, uten at jeg nødvendigvis er i et stadie hvor jeg blir

trigget når det kommer til posttraumatisk stress, så bruker jeg den. Jeg *velger* selv sånne type ting som *skal* ha en veldig psykisk effekt, som jeg vet at det kommer til å psykisk påvirke meg fordi det vil det alle. Så velger jeg da på en måte å heller ta det i et tidsrom hvor både jeg er mentalt... klar og stødig nok, men også et tidsrom hvor jeg har tid til å bearbeide etterpå. Jeg er veldig bevisst i akkurat de valgene når det kommer til nyheter, artikler, klipp, informasjon som jeg vet påvirker meg. At jeg plasserer det på et tidspunkt som passer meg. Fordi at jeg bearbeider. Jeg bearbeider veldig systematisk og det er fordi jeg har trengt det tidligere. Jeg trenger det nok ikke nå, men det fungerer så godt (ler litt).

Intervjuer: Det høres fornuftig ut. Det er jo lett å bli bombardert og ikke – j

Deltaker: Jeg tror det er veldig mange som blir overveldet og ikke vet hvordan de skal håndtere det, uten at de nødvendigvis har noen psykisk sykdom av den grunn, liksom. Det er bare *så* mye informasjon som kommer hele tiden nå. Men jeg har da fått verktøy til å skulle håndtere det nettopp på grunn av at jeg har hatt en syk psyke. Også kan jeg bruke det senere, men ja.

Intervjuer: Hvordan ville du opplevd alle informasjonen om negative konsekvenser av å spise kjøtt hvis du ikke hadde hatt mulighet til å sett det grensene?

Deltaker: Det er vanskelig å si, egentlig. Jeg tror... [utydelig] når du er deprimert så er tungt men du føler ikke så mye. Så sann sett er det vanskelig for meg å si hvordan det ville vært uten de verktøyene jeg bruker og når jeg ikke er deprimert. Fordi jeg var deprimert så lenge at jeg ikke husker helt hvordan – og da var jeg ikke voksen, ikke sant. Jeg vet ikke helt hvordan men jeg tenker at uten det så hadde det kanskje, det hadde sikkert vært overveldende (ler).

Intervjuer: Ja, det var du jo inne på tidligere.

Deltaker: Dermed så tar jeg det i de dosene jeg klarer, når jeg vil. Men tror kanskje folk som ikke har den måten å håndter det på de bare blir forbi da, uten å tenke at det gjør det *fordi* det er overveldende. De er ikke klar over at det er derfor, men de velger å gå forbi det, tar det ikke innover seg. De velger å la være å lese eller å la være å se en video. Også vet de ikke at grunnen til at de gjør det er fordi det er overveldende. Fordi de har ikke lært i kjenne igjen at det er det det er. Tror jeg.

Intervjuer: Interessant. Det er jo forskjellige grader av hvor bevisst man er de valgene man tar.

Deltaker: Ja (ler litt). Det er en kjempeøvelse å skulle bevisstgjøre seg sine valg og reaksjoner. For det er ikke en naturlig måte å reagere på, da. For meg har det – det har jo vært. det verktøyet jeg bruker har vært sånn... det tok meg år å lære. Og jeg husker først så skulle jeg kjenne igjen at: "Nå har jeg kommet i en situasjon på grunn av noe". Og så skulle jeg klare å jobbe meg bakover og se: "Hva er situasjonen som har ført meg hit?". Og så kunne klare p kjenne igjen: "Hvilken *følelse* er det denne situasjonen har gitt meg?". Og så det å skulle jobbe og tenke: "Hvilke *tanker* er det jeg har hatt i den situasjonen som har gitt meg den følelsen som gjør at jeg reagerer på den måten?". Eh, dét har vært en kjempeprosess, ikke sant. Og så skal du lære deg på gjøre det så effektivt og gjøre det så mange ganger at du til slutt klarer å kjenne igjen en situasjon og en tanke du får i *det* det skjer, før du ender opp med en reaksjon. Så derfor kan jeg ta det valget at: "Denne artikkelen vil jeg ikke lese nå, den

vil jeg lese senere”. Også lagrer jeg den når jeg vet at jeg klarer å reagere på en måte jeg har kontroll på. Du må liksom først klare å jobbe deg bakover, og så må du komme deg dit hen at du er blitt så flink til det at du klarer å *hindre* det reaksjonsmønstrer du ellers har. Og *så* må du komme deg dit hen at du kan likevel gå inn i den handlingen med en bevissthet hvor du kan få et annet reaksjonsmønster enn det som kommer intuitivt. Det som ligger der liksom i ryggmargen, sånn som du alltid har reagert. Og det folk gjør er jo da at de blir så overveldet også lærer de seg, fordi det er så overveldende, å bare bla forbi det så *slipper* de den følelsen av å bli overveldet. Altså skyldfølelse eller hva det måtte være. Og dermed går de aldri inn på det fordi de har ikke noen måte å håndtere det på annet enn den måten de alltid har hatt da, hvor de kanskje reagerer med overveldelse, skyldfølelse, skam. Også velger da å bare aldri gå inn i situasjonen igjen. Ikke sant. Det er derfor jeg mener at den der, den der anklagende skyldfølelsen ikke er effektiv i det hele tatt mot folk fordi de vil bare unngå det.

Intervjuer: Som du sa tidligere, det er jo ingen som *liker* å bli anklaget for noe, og da er det jo naturlig å unngå det hvis man har mulighet til det.

Kan du si litt mer om hvorfor det er viktig for deg å spise kjøtt, altså –

Deltaker: Hvorfor jeg ikke kutter det men faktisk spiser det?

Intervjuer: Ja. Hvorfor spiser du kjøtt?

Deltaker: Det er godt (ler). Det er godt. Også... ja, jeg vet ikke. Det er noe med, jeg er vant til det. Også... det gleder meg da, jeg setter pris på det. Kanskje mer nå som jeg gjerne spiser mindre enn før?

Intervjuer: Koser du deg – ?

Deltaker: Ja, det er litt sånn ekstra stas. Det har alltid vært den – gjennom oppveksten sp har det alltid vært den at det er litt sånn stas når du lager en gryte med kjøtt istedenfor uten kjøtt. Det har alltid vært stas. Også har det nå gradvis, fordi det blir bare mer og mer kjøttforbruk, så har den gleden forsvunnet. Og nå når jeg har kuttet ned nå så har den gleden kommet tilbake. Så det er litt stas, det er litt glede, det er godt. Også ja. Det er en smakssetter også da, tenker jeg. Men det er litt måten man bruker det på, er det i en gryte, er det i en lasagne, bønnestuing, så er det en smakssetter, den er ikke nødvendigvis hovedelementet. Ja. Kommer ikke på noen andre grunner (ler litt). Jeg har ikke vilje til å ikke skulle gjøre det, rett og slett.

Intervjuer: Har du vært inne på tanken om å kutte det helt?

Deltaker: Kanskje om fem år...? Men så er det liksom, når jeg har kommet dit hen da... Ja, sånn det er ikke en umulighet. Jeg er alltid veldig villig til å smake på alternativer, jeg har veldig tro på tang (ler). Og på innsekter.

Intervjuer: Ja for innsekter, selv om det kanskje ikke er up and coming i Norge enda (begge ler), så er det er mer aktuelt enn det var for en stund siden

Deltaker: Ja. Det er jo ikke noe – jeg har jo smakt på det og det er jo ikke noe problem liksom. Helt greit. Men det smaker ikke det samme da.

Intervjuer: Nei?

Deltaker: Det gir ikke den samme smaken. Men altså, jeg vet absolutt at det finnes måter å lage mat på som gir tilsvarende smak. Men det er litt mer jobb da for det er ikke det vi har av ferdige ting. Det er for eksempel veldig mye typ kraft som er laget på tang, og... Ja, nå er de igjen noe sånn fiskepulver som gir den der umamismaken som er uten kjøtt, men det er absolutt mulig. Men det er bare vi er ikke vant til det, og det er ikke så tilgjengelig for oss. For jeg liker veldig godt umamismak, jeg synes det er veldig godt. Det er den som gir vann i munnen, det er den som gir middagsfølelse. Det tror jeg har mye å si. Jeg tror veldig mange ikke vet hvordan de skal lage mat som gir *den* smaksfølelsen som du får av kjøtt og fisk. Når – jeg vet ikke... veldig god smak da, det er det. Så jeg kan liksom ikke se for meg når jeg eventuelt skulle ha slutta. Jeg har vært inne på tanken men jeg er ikke villig. Ja. Kutte ned og velge økologisk, det er liksom nok. Det er andre ting jeg kan gjøre som er likeså besvarende for miljø, ikke sant. Så da velger jeg det isteden.

Intervjuer: Føler du at der du er nå er en gylden middelvei? Er du tilfreds med der du er nå?

Deltaker: Ehm... ja, jeg er ganske tilfreds, egentlig. Når det kommer til hvor mye kjøtt og fisk jeg spiser. Spiser nok mer fisk enn kjøtt. Vet ikke, når det er pålegg så er det kanskje motsatt, litt usikker.

Intervjuer: At du – ?

Deltaker: Spiser mer kjøtt enn fisk når det kommer til pålegg. Jeg må bare tenke litt. Eller, der tror jeg det er like mye av hver. Altså det er ikke sånn at alt pålegget er verken kjøtt eller fisk men ja. Men når det kommer til middag iallfall så spiser jeg nok mest fisk. Og så kjøtt. Ja, også ofte vegetar. Også... det er liksom det at jeg har valgt å kutte kjøttforbruk av miljøårsak. Og da er det sånn at fordi jeg tar ting gradvis så er jeg der at jeg velger heller å ikke kjøpe klær... gjenbruk, kjøpe bruktklær, enn å kutte mer ned på kjøttforbruket. Og det er – jeg har andre ting jeg heller jobber med først også kan det kanskje senere være at det er kjøtt som igjen blir kuttet mer ned på. Så jeg er ikke – jeg er på en måte ikke ferdig, men jeg er ganske tilfreds med det nivået av kjøtt og fisk jeg spiser nå.

Intervjuer: Det høres jo ut som om du tar gjennomtenkte valg og har en langsiktig tankegang på ting og det er nok fornuftig (begge ler).

Deltaker: Ja, det er jo iallfall de valgene jeg har tatt da. De har jeg jo ikke brutt hittil så da har jeg jo gjort det i et tempo som jeg klarer å holde tritt med.

Intervjuer: Ja, det er jo en vesentlig del av å skulle endre noe, at man klarer å holde seg til endringen.

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Da er vi egentlig ferdige. Takk for et spennende intervju.

Deltaker: Jo. Jeg har sikkert vært litt utenfor temaet også (ler litt)

Informant 11

Intervjuer: Kan du begynne med å beskrive en yndlingsrett du har med kjøtt i?

Deltaker: En yndlingsrett... det må være noe med lam. Eller så er det det som jeg lagde på toget, at det blir pasta, pesto og seramoskinke. Nei, jeg vet ikke, jeg liker seramoskinke veldig mye.

Intervjuer: Er det noe du spiser ofte? Er ikke seramoskinke litt sånn fancy?

Deltaker: Jo, det er ganske fancy (ler), men jeg spiser det hver dag da. Men det er på grunn av diett også.

Intervjuer: Du spiser det hver dag?

Deltaker: Ja. Men altså jeg sniker litt med gjennom grensen da. Men det gjør jeg. Det er for å få, ja de kaloriene.

Intervjuer: Når du sier i forhold til diett, er du på en spesiell diett?

Deltaker: Det er egentlig for å gå opp i vekt, da. Så for å bygge muskler, gå opp i vekt, i tillegg til det da.

Intervjuer: Trener du også da?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Så da har du en diett som er tilpasset det å skulle trene og bygge muskler?

Deltaker: ja. Eller, den er – det med kjøttet det har ikke noe å gjøre med dietten å gjøre, egentlig. Men det er bare det med at, liksom, det smaker godt da. For ellers å spise pasta hver dag, det hadde vært litt sånn... pasta og [mumler] er jo døden egentlig for meg.

Intervjuer: At det ikke bare blir karbohydrater?

Deltaker: Ja, men liksom at det ikke blir det samme tørre. For det er ikke det man, man har ikke lov til å krydder egentlig heller, i følge den dietten jeg har laget for meg selv.

Intervjuer: Hvordan laget du den dietten?

Deltaker: Altså jeg fikk hjelp av noen venner av meg også da, som er ganske gode på det, som er kokker også. Også bare: ”Du burde gjøre sånn her”. Han heter [navn] så han er en ekte kokk. Han hjalp meg, han bare sa: ”Kjør på”. Og jeg bare: ”Ja vel”.

Intervjuer: Hvor lenge har du hatt denne dietten?

Deltaker: Jeg har vært på den i cirka... kanskje tre måneder nå. Selvfølgelig spiser jeg liksom andre ting, appelsin og sånn, slik at jeg ikke får skjørskokk liksom. Sjøbuk heter det gjerne.

Intervjuer: Sånn de hadde på skipene – ?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Ja det hadde jo vært kjedelig å få.

Deltaker: Ja det hadde vært kjedelig å få bare fordi man skal følge en kjedelig diett.

Intervjuer: Er kjøtt en stor del av dietten din?

Deltaker: Nei. Det meste har vel egentlig å si med pasta jeg spiser da, for karbohydratene. I tillegg til proteinene så er det jo selvfølgelig bra da med å spise kjøttet. Men det kan jeg få fra andre kilder også, som for eksempel jeg tar jo proteinpulver, blant annet.

Intervjuer: Så du tar tilskudd? Men er det karbohydrater du trenger mest av?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Ok. Jeg har alltid tenkt at proteiner skal være så viktig når man trener.

Deltaker: Men jeg skal liksom ha, for å ikke gå ned i vekt men for å gå opp i vekt, så trenger jeg liksom 2000 kalorier om dagen. Så må jeg pushe meg liksom til å spise syv retter med pasta om dagen (ler litt). For å gå opp i vekt på en god måte da.

Intervjuer: Men du blir ikke litt lei? Er det lov til å spice det litt opp?

Deltaker: Ja. Spice det opp med andre typer kjøtt, men pasta er det som skal være der liksom. Og det er ikke uendelige måter med å spice opp pasta... utenom masse sånn der fett og... Nei og ikke kan man la det stå to minutter heller for da blir det sånn der tørt pasta som bare (later som han brekker seg). Men det er jo på en måte, hvis man hadde hatt sånn der sauser, sånne fettete sauser så hadde det blitt – hadde det vært ok å spise hele tiden da.

Intervjuer: Men det får ikke du lov til... av deg selv?

Deltaker: Får og får (ler). Det blir sånn mental addiction og, men ja.

Intervjuer: Saus og sånn skal du helst ikke spise på den dietten?

Deltaker: Nei. Noen ganger gjør jeg det bare for å kose meg litt da.

Intervjuer: Før du begynte på denne dietten... spiser du mer eller mindre kjøtt etter at du begynte på dietten?

Deltaker: Jeg spiser omtrent likt vil jeg si. Bare at før var det mer sånn der andre typer kjøtt, antrikot og indrefilet og... så der 200 gram kjøttbiter eller mer, eller 100.

Intervjuer: Og nå spiser du, i tillegg til –

Deltaker: Nei, ikke i tillegg. Det hadde vært grovt mye mat (ler)

Intervjuer: Nei, i tillegg til seramoskinke, hvilke andre typer kjøtt spiser du nå?

Deltaker: Nei, det blir vel det samme egentlig. Det er bare liksom kylling, ja lam. Ku. Ja bare sånn der.

Intervjuer: Får du tak i mye av kjøttet ditt gjennom jobben? Du sa du jobber på slakteri?

Deltaker: Ja, men det er griseslakteri da. Men jeg er ikke noe fan av gris egentlig.

Intervjuer: Du er ikke så glad i svin?

Deltaker: Nei i hvertfall ikke etter å ha vært på slakteri liksom. Eller jooo, litt, men det er liksom ikke sånn der at jeg blir glad når jeg ser det liksom.

Intervjuer: Har du fått en assosiasjon mellom slakteriet og gris?

Deltaker: Mhm.

Intervjuer: Slakter du grisene?

Deltaker: Nei fordi man trenger spesiell utdanning for det, ikke sant. Men jeps står liksom i samme rom da.

Intervjuer: Så du har vært med på slakt?

Deltaker: Mhm.

Intervjuer: Hvordan blir de slaktet?

Deltaker: Nå skal du få høre. Vil du høre hele?

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Hele-hele?

Intervjuer: Hele-hele. Alt.

Deltaker: Du får en uke før da. Ok, så grisene våre, vi er typ det tredje største slakteriet i Sverige da. Så grisene da, først så blir de jo avlet opp ikke sant, i store kull. Men så, to måneder senere når de er fullvoksne, eller store nok, så blir de –

Intervjuer: Er de to måneder eller eldre?

Deltaker: Jeg tror det var to måneder men det behøver du ikke å ta mitt ord på det, men de er svære iallfall. Men cirka da så blir de sendt på sånn kosehjem kan man si. Det er – det er litt hemmelighet, men det er sånn innenfor slakteri da. Men de blir sendt på sånn kosested der de bare skal kose seg da. I en uke. Det er litt fordi det skal være mer humant enn de andre slakteriene da. Og i tillegg til det så blir det lavere adrenalininnhold i kjøttet.

Intervjuer: Påvirker det smak?

Deltaker: Ja, det kan påvirke smak men også liksom det mental – for andre slakterier de er liksom mer brutale. Så da blir det liksom bare masse epler på de og så videre, sånn at de skal få det hyggelig første – siste uken deres.

Intervjuer: Er de nå kommet til slakteriet, eller er dette et annet sted?

Deltaker: Nei, det er sånn der... hva heter det, hva heter det? Hvordan skal jeg si det igjen (knipser med fingrene) – økologisk slakteri da. Så de blir vokst opp –

Intervjuer: Så du jobber på et økologisk slakteri?

Deltaker: Ja. Så de blir vokst opp på gården, født og oppvokst på gården. De får maten fra gården også. Ja, så alt går liksom i sirkulasjon på gården.

Intervjuer: Så dyrene blir ikke slaktet noe langt til et slakteri?

Deltaker: Altså, de blir maks fraktet kanskje hundre meter liksom.

Intervjuer: Så da er de der i en uke og koser seg. Og så ?

Deltaker: Så siste dagen da, når de skal bli slaktet, så kommer man bare med en trailer egentlig. Så tar man dem liksom – en sånn liten en da, så de blir tatt en og en. De blir bare lokket inn med epler liksom. Så de skal liksom ikke bli eksponert for andre griser. Det er igjen det med at det skal være mer komfortabelt, andre griser skal ikke få noia liksom når de, om de ser at kompisen deres får elektroshjokk da. Så blir det tatt da til slakterihuset. Der får de elektroshjokk.

Intervjuer: Hvordan gir man elektroshjokk?

Deltaker: Det er som en stor sånn der... hva skal jeg si da? Salatgaffel ikke sant, du vet hvordan den funker?

Intervjuer: Sånn med tre – nei, sånn klypegaffel?

Deltaker: Ja, klype. Så du bare, det er to sånne never på den gaffelen, så mot tinningen for at det skal bli minst mulig smerte. Så bare faller de over.

Intervjuer: Er de da døde?

Deltaker: Ja, de er døde. Ja da – de er døde med en gang det går gjennom, det er såpass høy elektrisitet.

Intervjuer: Stemmer det at man også kan bruke sånn boltepistol?

Deltaker: Åh, dét er inhumant som faen. Men ja, vi har boltepistol i slakteriet, i et skap. Det er til nødstillfeller.

Intervjuer: Ok. For det har jeg fått inntrykk av at er vanlig?

Deltaker: Det er mer i USA og sånn greier. Det er jo inhuman, sånn veldig, veldig, veldig. For de er fortsatt, de kan fortsatt være levende og det er veldig, det er veldig dumt. Det eneste vi bruker boltepestol til det er liksom – jeg kan fortelle en historie da, om du vil.

Intervjuer: Ja, gjerne.

Deltaker: Vi hadde en sånn stor moregris, ikke sant, som skal føde. De er svære. Så den skulle bli lagt ned da en dag. Den gikk ikke ned på støtet.

Intervjuer: Pleier man å støte dem for at de skal legge seg ned?

Deltaker: Nei, med den gaffelen ikke sant?

Intervjuer: Åja, det funkete ikke!

Deltaker: Det funkete ikke den gangen, så den gikk helt amok. Så da ble det å komme seg til skapet og fortet mulig.

Intervjuer: Så det er ikke vanlig praksis hos dere å bruke boltepestol?

Deltaker: Ikke – jeg kan ikke snakke for noen annen gård liksom, men det vil vi ikke. Vi vil at det skal være så humant som mulig.

Intervjuer: Skjer det av og til med strømgaffelen at de ikke detter om med den og? Kan man bomme med den?

Deltaker: jeg kan ikke gjøre det da, men jeg tror ikke det er så mye man kan bomme på. Det er mer om de er store nok til å kunne holde støtet.

Intervjuer: Så om støtet er kraftig nok?

Deltaker: ja, Men det er jo forskjell på en gris når den er noen år gammel og en gris når den kanskje ikke er mer enn et år gammel.

Intervjuer: Så det pleier å gå fint med - ?

Deltaker: Ja, det går helt greit, det er liksom flere griser som blir slaktet hver dag.

Intervjuer: Men står de og ser på? Hvor er de andre grisene?

Deltaker: De blir tatt fra et annet hus.

Intervjuer: Så en gris blir tatt inn, får støt, og blir tatt ut, og så kommer neste?

Deltaker: Ja, den blir støtet. Så blir blodet vasket bort. For det blir jo litt sånn mess, ikke sant. Blodet blir vasket bort, så kommer det en ny gris.

Intervjuer: Men hvis de strømmes mot tinningen, hvor kommer blodet fra?

Deltaker: Blodet kommer liksom fra... de skal jo bli skjært opp da, så blodet bare renner ut på gulvet.

Intervjuer: OK, så man begynner å kutte dem opp inne i det rommet, før de flyttes?

Deltaker: Ja. De skal jo – altså, sånn her er det. Ett minutt etter at grisen har blitt... eller, de får jo selvfølgelig bedøvelse før de blir støtet ikke sant, bare sånn at du vet det. Ja, det glemte jeg kanskje å si, det var også viktig å si. På et minutt etter at de har fått bedøvelsen skal den være drept eller lagt det. Så skal de bli vasket, de blir sendt i en sånn der turbin liksom. Så for at de skal, for at håret skal komme lettere av så skal håret bli borte – det er for sanitære grunner ikke sant.

Intervjuer: Dette er veldig interessant, dette er ting jeg ikke vet. Hva skjer etter at hår/pels er blitt fjernet?

Deltaker: Håret blir flambert bort. Det høres ganske brutalt ut, men... Så etter det blir de skjært opp fordi innvollene skal ut. Det er der blodet kommer fra.

Intervjuer: Og alt dette skjer i samme rom, før de blir flyttet videre?

Deltaker: Ja, det at innvollene skal ut det er også for sanitære grunner da. Det kan gjøre kjøttet dårlig for eksempel.

Intervjuer: Når du sier at de får bedøvelse først, er det en sprøyte? For kan ikke bedøvelse være litt problematisk i forhold til at kjøttet skal spises?

Deltaker: Jeg vet ikke. Men det er lovpålagt eller noe, med at de skal det. Så de får det.

Intervjuer: Og når det er vasket så kommer neste inn. Hva skjer så videre i prosessen?

Deltaker: Videre i prosessen så blir det, da blir det bare skjært opp mer. Mer og mer. Det er en av de mest brutale noe jeg har sett, men det går så fort atte.

Intervjuer: Er det folk eller maskiner?

Deltaker: Det er folk. Iallfall der. Så jeg pleier å snakke med de polakkene da. For det er polakker.

Intervjuer: Det er de som parterer?

Deltaker: Ja, for det er ikke mange svenske eller nordmenn, eller hvem som helt som har lyst til å gjøre det der arbeidet.

Intervjuer: Vet du hvorfor det ikke er så mange andre som vil gjøre det?

Deltaker: Jeg vet ikke. Det er mange som spiser kjøttet men kanskje ikke mange som har lyst til å vite hvor kjøttet kommer fra. Nei, jeg kan godt forstå det liksom, fordi det jeg måtte gjøre noen ganger da. Det var å flambere kjøttet. Eller flam – svisj bort håret.

Intervjuer: Så du brant vekk håret?

Deltaker: Ja, det er noe...

Intervjuer: Hvordan opplevde du det?

Deltaker: Det blir jo en vane etter en tid da, men det er jo ikke helse – psykisk helsemessig bra. Så det er, alle blir jo sendt bort, hver annen måned liksom. Tilbake til Polen for eksempel.

Intervjuer: Er det en bevisst pause de får?

Deltaker: Ja. Ellers så hadde folk blitt helt gale. Det er ikke, ingen hadde klart å stå der dag inn, dag ut iallfall, tror jeg.

Intervjuer: Er det noe dere prater om på jobben?

Deltaker: Nei, det er ikke noe man prater om. Altså polakkene, på kvelden, de bare drikker. Det er sånn ganske stereotypisk, men det gjør de altså. De blir funnet på mandag morgen med at de åpner skap også faller det ut vodkaflesker liksom. Det har faktisk skjedd en gang, så det var jo ganske morsomt (ler litt). Nei men jeg bare drar tilbake til der jeg bor da.

Intervjuer: Har du opplevd noe på jobben som gjorde litt ekstra inntrykk? Første gangen du skulle brenne av hårene for eksempel?

Deltaker: Det er vel kanskje hvor lett det var for folk å gjøre det, jeg vet ikke. Men første gang jeg var det så var det på en omvisning for å se hvor kjøttet vårt kommer fra og sånn. Og jeg tenkte: ”Ja, det er litt morsomt å se”. Og det var jo ganske mektig da. Fordi det bare gikk jo fort som faen liksom, alt sammen. Bare gå gjennom alle avdelingene på selve slakteriet.

Intervjuer: Husker du første gang du var med på slakt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Husker du hva du tenkte da?

Deltaker: Jeg er en sånn prestasjonsgutt, jeg er var mer sånn: ”Jeg skal – jeg vil gjøre det riktig nå”, kanskje.

Intervjuer: Ok. Så du var mer opptatt av at du – ?

Deltaker: Jeg ville gjøre det ordentlig. Jeg bare gjorde det jeg skulle gjøre liksom, også svisj videre.

Intervjuer: Så blir det litt sånn at man får en businessinnstilling? At dette er en jobb som skal gjøres?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Har du noen gang syntes det har vært ubehagelig eller ekkelt?

Deltaker: Neei. Alle de ubehagelige tingene blir jo tatt bort egentlig. Nå er det jo ganske grusomt å si det, med at man sier at slakter griser da, men det ubehagelige er vel mer å spise kjøttet man skal slakte.

Intervjuer: Å spise kjøtt som du har vært med på å slakte?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hvorfor synes du det er...?

Deltaker: Vet ikke. Man har litt sånn der relasjon med grisene. Sånn for eksempel... folk på gårder da, sånne små gårder med egne slakteri liksom, de klarer ikke å spise sine egne griser ikke sant. Eller kuer. De blir sendt videre til en annen gård.

Intervjuer: Å. Jeg trodde det var veldig vanlig å være selvforsynt med -

Deltaker: Ja, da hadde jeg faktisk – jeg hadde ikke klart det. Liksom, man får jo et forhold med sine dyr selv om det er business da.

Intervjuer: Ja, man stiller jo med dyrene.

Deltaker: Ja, du kjenner kua di liksom. Det er ikke som sau liksom. Sau er fårdyr liksom, det ligger i navnet, det er får. Om du skyter den ene så kan den andre stå der og - ja, stå der, den bare gjør det den pleier å gjøre. Spiser gress eller noe. Men en gris, den får jo helt noia om den ser en annen gris bli slått til eller... for de ser jo og de vet.

Intervjuer: Spiser du gris?

Deltaker: Jeg prøver å unnvike det. Det er litt på grunn av smak og litt på grunn av... jeg vet ikke om smaken kommer av det med... med det er litt for smak også er det litt på grunn av det.

Intervjuer: Kjenner du til hvordan andre griser har det på andre gårder?

Deltaker: Jeg tror det er – vi fikk jo best i test på Sverige da. Med adrenalininnhold i kjøttet. Der vi var ganske, vi var veldig lave da. Med veldig stor margin. Liksom, jeg kan ikke, jeg kan ikke forvente at noen annen gård skulle kunne legge så mye ned på å ha en koseuke for dyr, liksom. Eller at de skulle få det behagelig. Det vet jeg faktisk, mange griser, de fleste griser blir jo slaktet samtidig da.

Intervjuer: Det er vanlig praksis andre steder?

Deltaker: Ja, du får mye mer ut av det med å slakte flere samtidig. Så, men der tror jeg grisene får sjokk. For de får sjokk av å se at det skjer og sånn, så jeg vet ikke da. Men det skjer.

Intervjuer: Går de ute på den gården du jobber på?

Deltaker: Nei. Altså, de får litt... det er ikke så utrolig mye. Det er liksom for stort til at det kan skje. For det er flere tusen griser.

Intervjuer: Ja, så det er ganske stort. Du sa jo at det var det tredje største.

Deltaker: Ja, og det har tenkt å bli utvidet enda mer liksom. Liksom, vi har tenkt å – én av, vi har en sånn rekke med hus da. Vi har tenkt å få to mer.

Intervjuer: Så dere skal tripple... Tror du det kommer til å påvirke praksisen?

Deltaker: Altså... det blir eksponert mye mer penger så jeg håper liksom at de kommer til å gjøre noe ut av det på et mer, få noe inn igjen i gården liksom. Sånn at det blir større slakteri kanskje, med at – ikke sånn at det blir mer og mer kutjch (lager kuttelyd), men liksom mer at vi kan fortsette med den vennlige praksisen.

Intervjuer: Du nevnte tidligere at boltepistol ikke er human. Har du noe tanker rundt begrepet ”human slakt”?

Deltaker: Nei, men jeg føler at, i hverfall det med elektrisk sjokk, det er mer human slakt enn med boltepistol.

Intervjuer: Kunne du jobbet på et annet slakteri, uten koseuke og hvor boltepistol var praksis?

Deltaker: Nei. Jeg tror ikke det. Men det kommer an på, hvor mye jobb er jobb liksom? Nå er ikke jeg så veldig mye – trenger penger liksom. Eller, det skal man kanskje være forsiktig med å si, men jeg vet hvilke grenser jeg har lyst til å gå til da. Jeg tror nok jeg vil kunne holde meg til det jeg holder på med nå.

Intervjuer: Har du møtt noen reaksjoner på det at du jobber på slakteri?

Deltaker: ja ja (ler litt). Veldig mye. Masse veganere, blant annet. Masse muslimer. Nei, det er bra samtaleemne for noen tydeligvis. Jeg er litt sånn lei av det.

Intervjuer: Også sitter vi og snakker om det...

Deltaker: Nei nei, det her er interessant da, siden det kommer til noe. Men... muslimer det er mer sånn der med hallalslakt. Det... det er egentlig veldig morsomt også, fordi jeg synes det er helt på trynet iallfall.

Intervjuer: Halalslakt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Har du vært med på det?

Deltaker: Nei jeg har ikke det. Men jeg har lest praksisen. Og det er klart det er jo praksis, det er ikke noe som man kan gå bort fra i hallalslakt, da er det ikke hallal lenger.

Intervjuer: Hvordan er hallalslakt?

Deltaker: Det er bare å kutte over strupen og henge grisen opp ned liksom. Eller, ikke grisen men andre – henge dyret opp ned.

Intervjuer: Uten bedøvelse og sånn?

Deltaker: Jeg tror det. Sånn var det iallfall før, tror jeg. For det er jo sånn det står liksom, at det er hallalslakt.

Intervjuer: Da skal vel dyret blø ut?

Deltaker: Dyret skal blø ut. Jeg tror det skal også være naturlig med at det ikke skal være noe sånn...Det er inhumant iallfall. Det er sånne ting som jeg kan stå veldig i mot.

Intervjuer: Blir det heftige diskusjoner da?

Deltaker: Ja, det blir heftige diskusjoner. Det er sånn, religionstimen på skolen de er alltid morsomme. Det kommer opp veldig mye der da.

Intervjuer: Har du fått kritikk, eller har folk blitt sinna, fordi du jobber på slakteri?

Deltaker: Ja. Men hva skal jeg si til de liksom? Jeg bare: ”Bløh, jeg liker kjøtt. Jeg skal ikke lyve, jeg liker kjøtt”. Det er ofte det jeg pleier å si. No shame liksom. Folk pleier alltid å bite rundt bushen, sånn som vi sier på engelsk: ”beat around the bush”, og sier: ”Å, det er noe med at det er bra for deg”, og bare: ”Nei, det er jo godt. Hvorfor lyver du?”.

Intervjuer: Tenker du da at man kommer opp med andre grunner?

Deltaker: Ja, det er stigma.

Intervjuer: Hva tenker du om at det er så mange som liker og spiser kjøtt, men som aldri kunne slaktet et dyr? Den praksisen vi har med at jobben blir gjort av andre?

Deltaker: Du nevnte det morsomme, det er jo sånn: ”Klarer du ikke slakte kjøttet så bør du ikke spise kjøttet”, jeg bare tenker: ”Ja, men so what liksom?”. Det er mest det jeg tenker liksom. Selvfølgelig er det ok om du hadde kunnet slakte kjøttet, men... det er såpass humant synes jeg at det betyr ikke så mye. Jeg jakter jo selv liksom, har gjort det. Så jeg kan slakte dyr liksom.

Intervjuer: Så du har jegerlisens?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hvordan opplever du den type felling av dyr?

Deltaker: Det er mer personlig egentlig, men... liksom... noen ganger så er det litt sånn der, for å skyte det er egentlig bare for gøy. Det gjør jeg på blank liksom, veldig ofte. Noen ganger så er det sånn at man har lyst til å gjøre noe spesielt for julen for eksempel. Sånn du har lyst på til eget måltid så har du lydt på egen ku eller egen hjort. Så går du ut og jakter på det selv. Men det er mer for tradisjoner og sånn.

Intervjuer: Er det du som pleier å jakte julemiddagen?

Deltaker: Ja. Men det er litt sånn fordi det er tradisjon da.

Intervjuer: Har dere hjortestek til jul?

Deltaker: Ja. Eller, det kommer an på hva man får da. Det er litt sånn der...

Intervjuer: Litt vanskelig å forutse. Kan du jakte på store og små dyr?

Deltaker: Ja, storvilt og alt sånn der. Så jeg har jaktet villsvin, elg, hjort. Villsvin ja, det har jeg ikke noe i mot å gjøre, de er voldelige små jævlere.

Intervjuer: Var det i Sverige?

Deltaker: Nei, de liksom jakter på meg de små grisene så jeg har ikke noe i mot å hoppe opp på en stein.

Intervjuer: Så det er deg eller dem?

Deltaker: Mhm (ler). Det har jeg ikke lyst til å si heller, det er selvfølgelig med som står med våpenet som har noe å si, men... Nei men altså, når man skyter én så kommer hele flokken, det er ikke noe – de løper ikke bort, de kommer bort der de hørte skuddet.

Intervjuer: Skal de...?

Deltaker: De skal ta deg. De er flokkdyr som faen. Så sitter du der hele natten, oppe i et jakttårn og bare: ”Ja... faen”, så kan du ikke komme ned.

Intervjuer: Så de er hissige?

Deltaker: Ja, men alt annet det er jo sånn der, det er bare å gjøre.

Intervjuer: Husker du første gang du skjøt vilt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hvor gammel var du da?

Deltaker: Jeg var kanskje... tretten eller noe. Men jeg har en ring – hva heter det? En ring med – enden av kulen er liksom... så det er en merkverdig ting å huske.

Intervjuer: Unnskyld, hva sa du nå?

Deltaker: Sorry. At når jeg var tretten...

Intervjuer: At når du var tretten så jaktet du for første gang?

Deltaker: ja. Jeg jaktet med min farbror da.

Intervjuer: Så du var ikke ute i skogen med gevær alene?

Deltaker: Nei. Nei, det hadde vært noe. Men det var noen år senere iallfall, jeg ville først – jeg fikk ikke en gang gå med våpen, han stolte ikke på meg så mye.

Intervjuer: Så det var noen som fulgte med?

Deltaker: Ja, han het [navn], han jeg jaktet med. Så når vi gikk rundt, sånn var det. Da så han etter dyr også bare sa han: ”Se der”. Nei men først så gikk vi bare ut på tur liksom fordi han ville gjøre meg normalisert med det. Så han... først gikk vi bare ut på nettene fordi det var morsomt å se dyrene. Sånn for eksempel så kunne man se en elg der borte. Så pekte han bare på den også gikk man inn. Så hjort, alt sånn der, så fikk man bare se det først. Så jeg ble et veldig naturmenneske. Også bare en dag: ”Skal vi ut og jakte?”, fordi hvorfor ikke gå ut og gjøre noe nyttig, tenkte han.

Intervjuer: Husker du hvordan du opplevde det første gang du skjøt noe?

Deltaker: Jeg tenkte mer på at det er mektig å skyte våpen liksom. Nei, jeg hadde ikke så mye – har ikke noe... i mot det. Jeg fokuserte mer på siktingen, jeg fokuserer aldri på livet liksom, hva man tenker over det.

Intervjuer: Så du fokuserte mer på å gjøre en riktig jobb, mer enn at du skyter et dyr?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Har du – nå beveger jeg meg litt –

Deltaker: Altså, det kan gjerne ta lengre tid også, jeg har ikke noe i mot det.

Intervjuer: Du har ikke dårlig tid?

Deltaker: Neida. Men jeg bestilte en cola, den har jeg ikke fått [går og henter cola]. Men ja, det kan gjerne ta mer tid.

Intervjuer: Har du noen gang tenkt på om det er en type kjøtt som du ikke kunne tenkt deg å spise? Du har jo nevnt gris. Er det noen andre typer?

Deltaker: Hund. Katt.

Intervjuer: Fordi?

Deltaker: Det er husdyr. Ja, det er, det er – jeg har sett den der: ”Hvor setter du grensen ved husdyr?”. Jeg kan se for meg at folk spiser hestekebab også, men liksom... jeg kunne ikke tenkt meg å spise en hest liksom.

Intervjuer: Har du... kjenner du en hest? (begge ler). Har du et nært forhold til hest?

Deltaker: Nei. Men jeg tenker fortsatt at det er såpass nært liksom.

Intervjuer: Hadde du spist kanin for eksempel?

Deltaker: Ja, det tror jeg. Ja, det har jeg.

Intervjuer: Ok. Hvordan tror du at du hadde opplevd det å få servert hund eller katt eller hest? I et litt spesielt middagselskap?

Deltaker: Nei, men jeg har sett folk som har blitt servert hund med uhell, liksom. Ja, min – jeg ser på ham som min andre far da, han var på en flyplass i Asia da. Heh, big surprise (ler). De kunne ikke så mye enkelsk der, så han bare kjøpte noe liksom. Så han spurte: ”Det var godt kjøtt. Hvilket – hva var det?”, og bare: ”Voff, voff”.

Intervjuer: Og da hadde han spist det?

Deltaker: Ja. Han sa liksom det ikke var noen innvirkning på *han*, det var bare – han synes bare det var en morsom historie med ”voff, voff”.

Intervjuer: Hva hadde du tenkt hvis du hadde spist en kebab også etterpå blitt fortalt at det var Fido?

Deltaker: Det var Fido.... Jeg hadde tenkt at: ”Faaaen... kulturen min”. Jeg hadde tenkt at det burde stått noe sted at det var hund. For jeg tenker... i Asia da, fine, det er sikkert noe med kulturen deres der, som er veldig... ikke normal. Så vestlige standarder. Jeg tenker det er såpass surrealistisk for oss her i Norden, eller Skandinavia, å spise en hund, at det er liksom... menneskets beste venn. Nå er jeg ganske dum å sier det da, men liksom... gris de vet jo liksom mer enn hunder. Hunder er dumme i forhold liksom.

Intervjuer: Ja, jeg har hørt at griser er smarte.

Deltaker: Ja, ikke sant. Så hva er forskjellen ikke sant, spør folk. Og jeg bare: ”Vet ikke”. Det er noe med hunder. Hunder og katter, husdyrene våre.

Intervjuer: Men hva med hest da? Kunne du smakt på det?

Deltaker: Nei. Jeg tror ikke det. Jeg hadde ikke følt meg komfortabel med å se sånt dyr, jeg synes det er et ganske fint dyr ikke sant. Et så fint dyr liksom, bli slaktet for mat. Det hadde følt helt feil. Samme med hund. Liksom, det er samme – jeg hadde følt like mye disgust om jeg hadde spist en hest eller en hund.

Intervjuer: Så det hadde vært ganske det samme?

Deltaker: Ja, det hadde vært ganske uuurgh (indikerer ubehag).

Intervjuer: Hva er det som gjør at mage av oss har et tydelig skille mellom hvilke dyr vi spiser? Selv om det for eksempel som du sa med gris og hund er store likheter? Ku og hest er jo begge store dyr som bor på gård.

Deltaker: Tja, altså... noe kan komme fra filmer. Liksom, man får jo forhold til ting der også. Sånn... til dyr kan man jo si. Jeg tror ikke folk hadde spist hamsteren sin heller. Eller, det er kanskje en delikatesse eller noe. Liksom elefanter og ting. Jeg hadde ikke spist det heller. Hadde tenkt at det er for, det er for [mumbler]. Så er det noe med hva man er vant med å spise. Folk er mer vant til å – om man er vant til å spise en elefant så hadde det kanskje vært ok, men sånn er det jo ikke.

Intervjuer: Så det har noe å gjøre med hva man er vokst opp med og blitt vant til?

Deltaker: Ja. Litt andre folks påvirkning også da. Selv om det går ganske mot det singel... Det er litt sånn underbevisst, jeg tror folk hadde sett ned på deg om du hadde spist hest – egentlig ikke, siden det har vært sånn hestesalami.

Intervjuer: Hest er kanskje litt i grenseland?

Deltaker: Det er grenseland. Det hadde ikke vært det farligste, men om jeg hører om noen som spiser delfin til vanlig liksom... nå har jeg spist hvalkjøtt da, men vet ikke. Så jeg vet ikke hvorfor egentlig. Det er litt sånn der med hva man tenker er fint. Majestetisk.

Intervjuer: Men en hjort i skogen er vel et veldig majestetisk dyr?

Deltaker: ja, det er et veldig majestetisk dyr, det er jeg enig i. Så... nei, det er gode spørsmål. Det er ting som jeg ikke har sånn svar på. Men det er sånn som jeg sier til veganere som spør meg liksom, for det er der jeg fikk det med at griser er smartere enn hunder, liksom. Også fikk jeg – så googlet jeg også var det riktignok sant det. Og så etter å ha gjort det så: ”Jaha, kult”. Men det skifter ingenting for det.

Intervjuer: Har du vokst opp med å spise mye kjøtt hjemme?

Deltaker: Om jeg spiste mye kjøtt?

Intervjuer: Mhm.

Deltaker: Ja. Det gjorde jeg. Det er ikke noe å se bort fra, det gjorde jeg.

Intervjuer: Var det alle typer kjøtt? Hver middag?

Deltaker: Hehe, morsomt. Helst siden jeg var ti så spiste jeg bare risengrøt. Så mitt minne er litt faint egentlig.

Intervjuer: Du spiste bare risengrynsgrøt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Hver dag? Fordi du var veldig glad i det?

Deltaker: Jeg klarte ikke å spise noe annet, det var bare risengrøt. Det var det som fungerte.

Intervjuer: I forhold til magen, eller?

Deltaker: Nei, det var bare risengrøt. Jeg vet ikke hvorfor (ler), det var deilig. Jeg fikk alt jeg skulle ha, av næring og greier. Så ja, det var tydeligvis bra for foreldrene mine., behøvde de ikke å lage noe fancy mat.

Intervjuer: Så de syntes det var greit at du bare ville ha grøt?

Deltaker: Ja. Men det var tydeligvis... Liksom, man behøver ikke å tenke: ”Hva skal jeg lage til barna mine i dag, gitt?”.

Intervjuer: Nei, det blir jo veldig lett hvis det alltid er grøt.

Deltaker: Ja, bare svisj, masse risengryn.

Intervjuer: Hvor lenge spiste du bare risengrynsgrøt?

Deltaker: Ti år.

Intervjuer: *TI* år? Fra du var ti til du var tyve?

Deltaker: Nei, fra jeg ble født til når jeg var ti.

Intervjuer: Åja, fram til du var ti så spiste du...

Deltaker: Nei, det hadde gått mot det jeg sier nå, med at jeg spiser diett. Jeg er ikke 23 liksom.

Intervjuer: Hva skjedde når du ble ti da?

Deltaker: Det er da jeg vet det slutta iallfall. Men jeg tenker at de tenkte at: ”Nå må han spise normal mat”, eller noe. For jeg har et faint, veldig veldig faint minne om at det skjedde på julematen, liksom. At det var da jeg begynte å spise kjøtt. For det var, det er det eneste jeg husker egentlig.

Intervjuer: Spiste du kjøttpålegg til frokost?

Deltaker: Nei, det var jo – mener du før jeg var ti? Nei, da var det bare risengrøt.

Intervjuer: Så alle måltidene var risengrøt?

Deltaker: Alle måltid.

Intervjuer: Det har jeg aldri hørt om før.

Deltaker: Nei, ikke jeg heller.

Intervjuer: Også plutselig når du var ti så begynte du?

Deltaker: Jeg tror det var en gradvis overgang, men det var liksom... så ble det dét, så ble det dét. Jeg spiser fortsatt risengrøt nå liksom. Det er ikke noe at jeg er blitt lei av det. Jeg spiser det hver morgen, liksom. Det er godt, hva skal jeg si? Nei, med så ble det sommerfilet og sånn, jeg tror det ble mer kos, mer kulturkos. ”På sommeren, da skal man spise sommerfilet. gitt. Da skal vi ut og grille”. Liksom, familien skal være sammen, og sånn der ting. For kos. Men risengrynsgrøt er godt. Kan rekomendere til alle barn. Jeg vet ikke hvorfor, men man får jo all næring. Jeg vet ikke hvordan det gir mening helt, men...

Intervjuer: Hender det når du lager mat – har du noe erfaring med å lage vegetarmat? Nå er jo risengrynsgrøt uten kjøtt, men utover det?

Deltaker: (ler). Jeg kan ikke lage det. Det er moren min sin recipiet selvfølgelig.

Intervjuer: Lager hun noen annen vegetarmat da?

Deltaker: Hun er vegetarianer. Hun ble sendt til – eller sendt til sier jeg, som om hun ble deportert... Hun var i Amerika på sånn utvekslingsår da hun var seksten, ikke sant. Hun fikk så mye kjøtt der i følge henne så hun ble kvalm. Så hun spiste det ikke siden. Nå har jeg prøvd å få henne til å spise det igjen da, for hun er mager som faen. For jeg tenkte liksom – jeg vet: ”Vegetarmat, du får alt du trenger”, men nei, du må spise mer tydeligvis. Så jeg kriger i henne mat.

Intervjuer: Men hun vil ikke spise kjøtt?

Deltaker: Nei, men hun gjør det [mumler], jeg vet ikke hvorfor det er rart. Men hun har vært kraftig vegetarianer veldig ofte. Det eneste hun spiser er fisk.

Intervjuer: Men spiser du da vegetar når hun lager mat?

Deltaker: Nei. Jeg disker opp egen mat jeg.

Intervjuer: Så da har dere forskjellige måltid?

Deltaker: Ja. Hun skal ikke behøve å spise min diett heller.

Intervjuer: Hun vil ikke spise det du lager?

Deltaker: Nei, det tror jeg ikke. Det tror jeg hadde vært litt for drøyt for henne. Nei, men jeg tror ikke det er med forhold til dyr, jeg tror mer det har med kvalmheten liksom. Hun fikk for mye. Nei, det var større og større der.

Intervjuer: Har du venner eller andre familiemedlemmer som ikke spiser kjøtt?

Deltaker: Faren min er vegan.

Intervjuer: Faren din er veganer?

Deltaker: Det var han som spiste kjøtt hele tiden. Det er han som har lært meg å spise kjøtt liksom.

Intervjuer: Hva tenker du om det valget?

Deltaker: Altså stemoren min – de er skilte nå, så stemoren min spiser kjøtt. Så det er ikke noe på grunn av henne. Han har bare helt snudd.

Intervjuer: Har du spurt?

Deltaker: Folk kriger med han hver gang han er der.

Intervjuer: Fordi de vil at han skal spise kjøtt?

Deltaker: Nei, de vil ikke men de spør. Liksom, fordi det kommer opp fordi – hva heter det? Folk må lage mat til han, eller så må han ta med mat, og det blir... Det ser jo ikke så bra ut på julebord for eksempel: ”Å, skulle ikke du passe på –”, også bare [later som åpner en boks], så bare tar han opp den også begynner å momse. Nei jeg... nei, det kommer opp som et samtaleemne da. Jeg har spurt selv og han kommer opp med det at det kommer veldig mye... veldig mye, hva heter det? Mye dårlig CO2 fra dyreproduksjon for eksempel, det er sånn det typiske. Han tror ikke det er godt for mennesket, han tror ikke vi var ment for å spise kjøtt. Sånne ting. Han er veldig hardcore veganer.

Intervjuer: Hva tenker du om valget hans?

Deltaker: Jeg respekterer det, har ikke noe i mot det. Har ikke – jeg prøver ikke å få han til å spise kjøtt, jeg er ikke sånn person. Jeg er ikke sånn – hørt om de, eller jeg har *sett* faktisk, veganere som bare dømmer deg fordi du spiser kjøtt. Jeg dømmer ikke noen fordi de ikke spiser kjøtt eller fordi de spiser kjøtt. Jeg er mer sånn der: ”Du får gjøre hva du vil. Så gjør jeg hva jeg vil”. Nei men... så, det er spennende. Så jeg er den eneste i familien som spiser kjøtt da. Av det jeg kaller familien.

Intervjuer: Hva med hvis faren din lager middag, eller dere er ute og spiser?

Deltaker: Nei, men da... siden, jeg bor egentlig ikke der, men når jeg gjør det – jeg bor mest hos moren min, 99% av tiden. Men når jeg først er hos faren min så siden [navn], eller stemoren da, siden hun spiser kjøtt så gjør det [mumler] han kan lage en lasagne for eksempel.

Intervjuer: Så da spiser du og stemoren din det samme, også lager han sin egen greie?

Deltaker: Ja. Vegetarlasagne for eksempel.

Intervjuer: Har du sakt på noe av den maten han har laget?

Deltaker: Nei. Men det er fordi jeg har sånn der feud med han egentlig. Sånn bare: ”Fuck you”, også bare: ”Fuck you” (ler). Det er teit å si men det er prinsipp. Altså, jeg har ikke – jeg synes noe vegetarian/veganmat smaker ok, jeg bare synes det er fuckings styr. Gå i butikken og se på sånne... ”Å, er det grisefett?”.

Intervjuer: Lese på alle ingrediensene?

Deltaker: ”Kast den bort”.

Intervjuer: Har du noen gang vurdert å spise mindre kjøtt selv?

Deltaker: Nei. Fordi jeg tenker liksom, jeg er ganske vant med å lage mat sånn som jeg kan, så det er jeg godt på. Også liksom det med at jeg skal lære nye ting, ganske ignorante greier – trangsynte greier å si, men liksom jeg har mine ting som jeg kan lage. Så jeg har ikke lyst til å lære noe nytt, egentlig. Litt sånn det er for meg. For å være ærlig, jeg er sikker på at

vegankjøtt smaker det samme, har den samme konsistensen – relativt, men det er ikke så fristende. Jeg har ikke lyst til å lære å kokkelere.

Intervjuer: Så da er det –

Deltaker: Kall det ignoranse for å lære, liksom (ler litt).

Intervjuer: Men har du prøvd å lage?

Deltaker: Jeg har ikke prøvd å lage. Tanken har kommet forbi, svisj, men det har aldri gått i praksis. For hva skal jeg gjøre da, skal jeg bare droppe kjøttet og spise spaghetti liksom?

Intervjuer: Så du synes det er vanskelig å vite hva du skulle ha laget, hvis du ikke skulle laget det du pleier å lage?

Deltaker: Ja. Ja, men det er bra stil. Det er sånn jeg alltid pleier å si til faren min: ”Hvorfor må du ta tilskudd?”. Da bare sitter han stille og bare: ”Uh...”

Intervjuer: Hvilke tilskudd tar han?

Deltaker: Jeg vet ikke, det er noe han får – aminosyrer som han ikke får av kjøtt. Som han ikke kan få fra noen andre planter, hva som helst, det er bare kjøtt. Det kan komme av liksom, evolusjon, at det er kommet sånn i tillegg. Men det er her nå da, så du trenger det.

Intervjuer: Du har vært inne på det alt, men jeg tenkte litt på dette med viktighet. Du sa at du liker smaken, og at det er lett og praktisk å lage mat med kjøtt. Er det noe annet som gjør at du spiser kjøtt?

Deltaker: Hmm... Kan jo spørre hvorfor jeg har roastbiff på baguetten min, for eksempel [spiser baguette]. Jeg vet faktisk ikke. Det har ikke noen stor betydelse, den smaker nesten ingenting heller. Ikke her i dette tilfellet. Altså jeg synes det er, resten smakte vidunderlig, men det andre det, er bare litt sånn konsistens der. Men det føles bare litt tomt uten. Tomt, så vet man at man ikke får det man trenger, så må man ta tilskudd. Om man ikke styrer veldig mye mer med andre ting, sånn: ”Her er en jordskokk, fordi du trenger det her, det her, det her”. Jeg vet ikke hvordan man tilbereder jordskokk? Jeg vet ikke om du vet heller?

Intervjuer: Hvordan man tilbereder hva?

Deltaker: En jordskokk.

Intervjuer: Jeg vet ikke hva det er...

Deltaker: Nei, ikke sant.

Intervjuer: En jordskokk?

Deltaker: Ja, jeg tror det er det det heter. Nei men sånn der ting, ikke sant. Det er masse rare ting som linser og bønner og... hurlumhei.

Intervjuer: Linser og bønner kjenner jeg jo til, men jordskokk har jeg aldri hørt om.

Deltaker: Nei, men det er på grunn av sånne der ting jeg hører, liksom. Nei, jeg vet ikke. Jeg kunne levd uten den der roastbiffen for eksempel, det kunne jeg jo. Men kan jeg lage det her hjemme [peker på baguetten]? Nei, det tror jeg ikke. Ikke uten å gjøre mye styr.

Intervjuer: Nå sa du at du kunne levd uten roastbiffen, hva er det da som gjør at du ikke har kuttet ned på kjøtt?

Deltaker: Jeg føler meg bedre av å spise kjøtt, egentlig.

Intervjuer: ja. Fysisk?

Deltaker: Nei, mentalt. Jeg føler meg liksom, jeg føler det er en ting jeg må spise. Det er impregnert dra barndommen liksom, nesten. Sånn at: ”Du må jo spise kjøttet ditt, iallfall før du går fra bordet”. Det óg. Jeg måtte alltid gjøre det.

Intervjuer: Du måtte spise ferdig før du fikk gå fra bordet?

Deltaker: Nei, men det er sånne ting jeg hører fortsatt da. Fordi han som jeg ser på som min andre far, han har jo også barn liksom, fire. Så de... du spiser før du går, sånn der ting. Så er det litt sånn shame å kaste det når det først er der. Det er iallfall shame. Jeg bare føler meg mer hel mentalt, Jeg føler jeg mangler noe om jeg ikke spiser det. Så det er bare – det er noe typ, der nede (peker på magen).

Intervjuer: Tror du at du kunne klart deg en uke uten kjøtt?

Deltaker: Om du hadde tilberedt mat til meg? Ja, selvfølgelig. Om ikke så hadde jeg sikkert bare bøyd under for latheten min og bare sagt: ”Tar noe i fryseren jeg”.

Intervjuer: Så det går igjen tilbake til at det er kjent, det er –

Deltaker: Beleilig.

Intervjuer: Men du har også vært inne på at smak er viktig og at kjøtt er godt?

Deltaker: Godt, konsistens, hvordan det passer sammen med andre retter. Liksom, spaghetti og kjøtt det passer bra fordi spaghetti er mykt, kjøtt er litt sånn mer konsistens. Sånne ting. Men jeg tenker sånn der detaljer da, en jeg vet ikke om det er for dårlig for deg (ler).

Intervjuer: Nei! Alle tanker du har rundt det er jo interessante.

Deltaker: Ja. Men det er jo – det er vel smak, men akkurat her hadde det ikke noe betydning. Humble kritikk.

Intervjuer: Tror du at det av og til da er en vanesak? At du er vant til å bestille for eksempel baguette med kjøtt?

Deltaker: Garantert. Men for eksempel når man spiser pizza – det vet jeg heller ikke noe om, om man skal bestille en pizza... om noen andre skal lage den for deg og om du kan stole på

at den sikkert er god hvis det er veganpizza liksom. Hvorfor gjør man ikke det? Altså, jeg vet ikke om du er veganer eller vegetarianer, eller? Er du – ?

Intervjuer: Jeg er veganer.

Deltaker: Du er det. Jeg kjøper for eksempel pepperonipizza. Eller, det smaker godt da liksom.

Intervjuer: Grandiosa eller på restaurant?

Deltaker: Peppes Pizza for eksempel. Jeg behøver ikke å lage noe, men jeg kjøper fortsatt kjøttpizza. Eh... Jeg kunne godt kjøpt en veganpizza, tydeligvis. Jeg behøver ikke å lage den heller. Det er sånne ting som jeg setter meg selv spørsmål til noen ganger. Jeg prøver å reflektere over det jeg spiser iallfall. Ikke kan det kommer fram svar, men (ler litt).

Intervjuer: Du har nevnt familien din allerede. Hvordan tror du vennene dine hadde reagert hvis du hadde sluttet å spise kjøtt?

Deltaker: De hadde sagt: ”Jaha. Kult. Bra for deg”.

Intervjuer: Ok. Hva hvis dere skulle ut å spise på Peppes for eksempel?

Deltaker: Det hadde ikke blitt krig, men jeg hadde fått spise min egen pizza, for å si det sånn.

Intervjuer: Så du hadde fått lov til å spise vegetarisk pizza?

Deltaker: Ja. Jeg hadde fått lov, men det skulle vært min *egen*, de andre skulle spist noen andre pizzaer.

Intervjuer: Ja. Tror du de hadde pushet litt med: ”Men du må jo spise kjøtt?”

Deltaker: Det hadde kanskje vært litt joke, med: ”Bro, hvorfor spiser du ikke *pepperoni*?”. Det kan jeg godt forstå. Det gjør jeg også med faren min, liksom. ”Jeg har pepperoni på pizzaen, du kan få, [navn på stemor] ser ikke”, sånne der ting. Men nei, det er ikke noe sånn der pressende i noen sammenheng. Tror ikke noen hadde dømt meg heller.

Intervjuer: Har du opplevd press fra noen om å skulle spise *mindre* kjøtt? At det har vært ubehagelig å spise kjøtt med noen venner?

Deltaker: Ehm, nei... Altså, jeg kjenner en sånn der megaveganer. Hun er svensk da, hun er sånn der youtubekjendis også.

Intervjuer: Med å være veganer?

Deltaker: No, no no no. Det er på grunn av helt andre ting, det er fordi hun er sånn der... non-binary... sånn der *hen*, kalt *hen*. Men jeg blir helt gal da, ikke sant. Jeg kommer ikke i diskusjon med henne, men jeg bare sånn der, jeg pleier ofte å si hun også når jeg skal si hen så blir jeg litt sånn der side... jeg får kjeft (ler).

Intervjuer: Så du glemmer å si hen?

Deltaker: ja, så får jeg kjeft (ler litt). Nei... Men hen vil ikke spise med oss lengre. Går og gjør sin egen ting, spiser sin egen veganmat. Veldig utrivelig egentlig.

Intervjuer: Så da kan dere ikke spise måltider sammen fordi andre spiser kjøtt?

Deltaker: Nei men hen er sånn der ultra – sånn der militærattitude mot andre. Ikke at hun sier kjøtt er mord, men det er liksom den der: ”Du er mindre verdt enn meg fordi du spiser kjøtt” eller noe. Altså, jeg... hen var fin før men nå er det på trynet, skallet, masse veldig rare ting. Jeg sier ingenting, får gjøre hva de vil. Igjen, jeg respekterer hva folk velger selv. Men... så jeg tror ikke jeg hadde følt meg pushet liksom til å spise veganmat om alle vennene mine var veganer. Jeg hadde ik – med mindre det hadde vært sånn at de hadde mekka, eller laget mat da. Da hadde jeg jo selvfølgelig spist det. Jeg er jo ikke uhøflig heller. Sånn er jeg da. Jeg prøver å ha en sunn oppfatning av hva folk spiser og hva folk vil, mener. Om de tror... nei, jeg holdt på å si noe religiøse ting da (ler litt), bare om de tror på noe ekstrimistreligion, fine, de får gjøre det så lenge ikke jeg behøver å være involvert i det. Sånn der ting, som jeg har lært da, fra min farfar.

Intervjuer: Vil du at kjøtt er viktig relatert til det at du trener?

Deltaker: Nei, ikke nå lengre. Jeg kunne jo liksom begynt å ta massive mengder med – for protein er liiitt viktig da uansett, karbohydrater gjør jo det meste. Men, om jeg får null fra liksom... Men nå har jeg mer kunnskap om, jeg kan ta for eksempel *mer* proteintilskudd men det er dyrt. Ellers så kan jeg begynne å spise linser, som jeg tror, har vel mye proteiner? Jeg vet ikke om det er det eller bønner? En av de to. Så nei, det har ikke så mye å si. Men det er bare for å gjøre det mer spennende med måltidene. Spennende mat, egentlig.

Intervjuer: I forhold til trening, er det da riktig å si at det er litt enkelthet og mest smak som gjør at kjøtt er viktig?

Deltaker: Ja. Litt beleilig også, for det er billigere enn å kjøpe linser og masse proteintilskudd. Jeg vet derimot at, for det hører jeg mye at de klager om, at det er mye dyrere med veganmat. Det kan du sikkert også testamentere på.

Intervjuer: Det er dyr å kjøpe erstatningsprodukter, ja.

Deltaker: Ja, det har jeg hørt om. Tofu, tofu og sånn der.

Intervjuer: Mer soyakjøtt og slike ting. Men kikerter for eksempel, er jo billig. Så det kommer nok litt an på hva man spiser mye av.

Har du sett, lest, eller hørt om noen negative aspekter ved å spise kjøtt? Du var inne på det med at man tar et liv, og at faren din pratet om miljø?

Deltaker: Garantert mye... har du hørt om en youtuber som heter Vegangates?

Intervjuer: Nei.

Deltaker: Nei, det har du ikke. Det er en veldig sånn der kriger av typen, sånn: ”Du burde være veganer!”. Det har jeg hørt mye av mine ting da. Der er liksom det med

kolesterolnivået, så jeg har lest mye opp på det da. Hvordan det med kjøtt er veldig, veldig usunt, liksom, også videre.

Intervjuer: I forhold til kolesterol?

Deltaker: Kolesterolnivået, risiko for hjertesykdommer, hjerte- karsykdommer...Jeg iser, det er jo fint og bra å ikke ha det da – å bli satt ned, det er jo fordi man spiser kjøtt. Men ærlig, jeg bryr mg ikke så mye.

Intervjuer: Det er ikke noe som har påvirket deg?

Deltaker: Nei, jeg vet at det kan være veldig usunt, men alt i livet er usunt egentlig, til en viss grad. Du skal dø uansett, men å liksom leve tyve år mer eller mindre, det er ikke så mye.

Intervjuer: Tyve år? Syv eller tyve?

Deltaker: Tyve.

Intervjuer: Det synes ikke du er så mye?

Deltaker: (ler), jeg har ikke lyst til å dø i sekstialderen, men dø i åtti er ikke så galt for meg da. Men, jeg vet liksom at det er en helserisiko ved å spise kjøtt, og egg, det er også egentlig veldig, veldig, veldig, veldig dumt å spise. Det er ekstremt dumt i forhold til andre kjøttyper da.

Intervjuer: Vet du hva...?

Deltaker: Det er også det med kolesterolnivået og... det er masse undersøkelser på det. Så nei, det er mye bra å spise kjøtt med – nei, pff, spise veganmat med. For det er mer sunt. Men det liksom igjen det med at det er så beleilig. Det bare underbygger det med at det er beleilig, ikke sant. Ikke beleilig å dø, men beleilig med...med resten da.

Intervjuer: Har du lest noe mer om kjøtt og CO2, dette som faren din snakket om?

Deltaker: Ja, faren min. Det med at det er mye drivhusgasser som kommer ut av kjøttproduksjon. Jo, det har jeg hørt mye om. Men jeg tenker liksom, jaha, kult. Altså, igjen, jeg setter det i perspektiv. Det er mange andre land som er ganske mye mer grovt dårlige på det. Ikke sant, cruiseskip, det tar like mye som én dag med én million biler liksom. Liksom, CO2-utslipp. Hva skal jeg si liksom? Det er marginalt i forhold til sånn der ting. Så, liksom å sette noe i perspektiv her... det betyr ikke at jeg har lyst på mer bompenger for det er helt fortvilende. Men, ja det gjør vondt når jeg skal kjøre fra Norge til Sverige, det er derfor jeg tar toget. Altså, ja, jeg vet det også. Jeg er bevisst på ganske mange av de tingene som man vil si, eller kritisere kjøttetere for da, fordi de støtter indirekte det med drivhusgasser etcetra. Jeg har ikke engang begynt med å se det med at... hva heter det? Det med at det begynner fortsatt å bedre seg, liksom det med drivhusgassene. Det er på vei opp igjen liksom. Men jeg tenker at det aldri er noe vits å si det. Altså, jeg vet ikke. Nei, bare for å svare, ja, jeg har hørt om det da.

Intervjuer: Er det noe som har påvirket deg på noen måte?

Deltaker: Null og niks, egentlig. Null og nix. Det gir meg mer kunnskap da, til å kunne prate om det her da, I guess. Til å reflektere. Men det har ikke hjulpet meg med å gå over der.

Intervjuer: Vil du si at du er fornøyd med måten du spiser på nå?

Deltaker: Ja, jeg vil helt klart stå inne for det jeg spiser. Men jeg forstår alltid ting med at det er kultur. Kulturen skifter seg, jeg hadde sikkert også skiftet meg. Jeg vil aldri beskyttet det, jeg vil bare si at det er godt, det er ikke mer enn det egentlig. Men jeg er glad med det jeg spiser. Jeg synes det er liksom, jeg er ganske happy for at jeg er kommet på et sånt sted hvor jeg kan si at jeg er glad med det jeg spiser. Jeg er ikke den som spiser nudler hver dag liksom, og... det vet jeg folk gjør. Ramen-nudler, det blir, det er ikke jeg så happy med. Men jeg, jeg føler liksom det er dét da. Lage mat er jeg jo ikke så god på, men jeg føler at jeg ikke kan lage mat uten kjøtt.

Intervjuer: Og du har ikke et behov for å lære det fordi du er fornøyd med å spise kjøtt?

Deltaker: Ja. Nå kan ikke jeg si for fremtiden da, men... hadde ikke vært helt utenkelig å lære seg noe. Mer sunn mat, for barna sine eller noe, så får de velge. Men jeg har heller ikke lyst til å impose at de skal bli veganere, med at de skal være kjøttetere. Jeg har egentlig bare lyst til å være veldig non-bias. Som jeg... det er sånne dilemma jeg har da.

Intervjuer: Tenker du at det er non-bias når man vokser, om man vil spise kjøtt eller ei? Tok du et bevisst valg om å spise kjøtt?

Deltaker: Nei, det var såpass sent da, eller såpass tidlig, for så vidt nok tidlig til at det ikke hadde noen... jeg hadde ikke noe valg liksom, jeg syntes sommerkoteletter var digg. For det var det, det var mitt favorittkjøtt veldig lenge. Nei, det var godt liksom, jeg vet ikke hva jeg skal si. Det var sånn der, hver gang det var vinter så lurte jeg alltid på om vi ikke skulle få sommerkoteletter nå? Bare: "Nei, det er til sommer".

Intervjuer: Så det var kjedelig å ikke få det hele året?

Deltaker: Ja, det var kjedelig. Det smakte godt. Så nei... det var noe som av seg selv liksom, det var ikke jeg som spurte ut av det blå: "Kan jeg få kjøtt?". Det var bare sånn, de serverte meg det, jeg synes det var godt.

Intervjuer: Du sa at du ikke kan si noe sikkert med framtiden. Kan se for deg hva som eventuelt kunne gjort at du kuttet ned på kjøtt? Du nevnte barn?

Deltaker: Du leter kanskje etter kjæreste?

Intervjuer: Nei, jeg prøver å fremstå som om jeg ikke leter etter noe. Jeg tenker mer på at du har vært innom en del kritiske aspekter allerede uten at det har påvirket deg. Er det noe du tror *kunne* påvirket deg?

Deltaker: Så lenge jeg får mat. Hadde jeg fått mat uten å gjøre noe, så sure. Det er godt. Men om jeg føler at den ikke hadde smakt kjøtt, eller hatt konsistensen, kunne ikke spist det. Altså, om jeg kunne gå på en blindtest og spise vegankjøtt som smaker akkurat det samme, som er billigere, så why not. Men inntil videre så har ikke jeg noe [mumler] om det.

Intervjuer: Så det må bli en endring i tilbudet og kvalitet på alternativene?

Deltaker: Jeg tenker det. Men jeg vet ikke men det føles kanskje også – det er litt trist å si det også, men jeg liker kjøtt. Men jeg liker kjøtt. Jeg føler liksom om jeg skal betraye noe når jeg sier det. Det ligger jo der bak inni hjernen.

Intervjuer: Hva mener du med at det er trist å si at du liker kjøtt?

Deltaker: Fordi man vet jo det er dårlig. Det er dårlig for deg, det er dårlig for mye. Liksom, hva mer skal jeg si? Det er mange grunner til at man ikke skal gjøre det. Det er ikke noen grunner til å spise kjøtt utenom superficial-ting som er personlig subjektivt. Objektivt så er det jo dårlig, så hva skal man si?

Intervjuer: Er det noe du går og tenker på?

Deltaker: Eh...hm. Altså, når jeg spiser så er jeg bare sulten, da spiser jeg. Da spiller jeg eller ser på tv. Sitter bare og spiser, så det har ikke så mye betydning da. Nå driftet jeg veldig merket jeg.

Intervjuer: Nei nei! Det gjorde du ikke. Tror du det er noe som kunne blitt problematisk hvis du gikk og tenkte mye på det?

Deltaker: Ja. Det tror jeg nok. Eller hva da, mens jeg – om jeg var vegan?

Intervjuer: Nei, om du fortsatte å spise kjøtt men tenkte mer på disse negative aspektene som du har nevnt.

Deltaker: Nei, det tror jeg ikke. Jeg hadde tenkt: ”Det er godt jo”. Jeg tror jeg hadde fått mer skyldfølelse om jeg hadde skiftet enn om jeg ikke hadde skiftet. Skyldfølelse på den måten med at, altså det veier mer opp med det at jeg hadde – det med hvilken verdi kjøtt har for meg kontra de faktiske tingene som kjøtt har innvirkning på, naturen for eksempel.

Intervjuer: Jeg må bare oppklare; du hadde fått dårligere samvittighet av å slutte å spise kjøtt?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Ok. Fordi...?

Deltaker: Ground breaking news, det er en addiction (ler).

Intervjuer: Føler du deg avhengig av kjøtt?

Deltaker: Nei nei nei. Eller, nei, eller hmm... Det var et bra spørsmål. Det er ikke sann der at jeg er en crack addict og lengter etter kjøtt, men jeg hadde hatt skyldfølelsen av å ikke spise kjøtt.

Intervjuer: Hva hadde den skyldfølelsen grunnet i?

Deltaker: Jeg er kjip mot mine verdier liksom. Jeg er kjip mot det jeg liksom har, hva heter det? Det jeg har likt så mye før. Synes var, liksom flere år av livet mitt liksom, der jeg har vært veldig trofast med kjøtt, det er bare borte da.

Intervjuer: Det er spennende at du har den vinklingen på det.

Deltaker: Jeg prøver jo bare å gjenfortelle det jeg føler som ikke er så veldig mye annerledes enn det jeg tenker da. Men det er veldig mange som sier at det bare er helse – bra å spise kjøtt, men det er egentlig ikke det. Det er ingen grunn til å spise kjøtt så jeg tenker alltid at det må være noen superficial grunn, sånn subjektiv, kulturnorm... Eller, norm og norm. At man har en tilknytning, subjektivt, til kjøtt.

Intervjuer: Skulle du ønske at det var lettere for deg å ikke spise kjøtt?

Deltaker: Ikke sånn som jeg har det nå. Sikkert om jeg hadde blitt oppvokst til å ikke spise kjøtt, så hadde jeg selvfølgelig ikke hatt noe sånn der skyldfølelse av å ikke spise kjøtt, tror jeg ikke. Jeg tror ikke det. Det kan være det underbevisste med samfunnet, men jeg tror ikke det. Jeg er omringet av vegetarianere liksom. Så, nei, jeg vet ikke jeg. Det er jo bare meg liksom. Nei, det er et bra spørsmål, jeg skal reflektere på det senere.

Intervjuer: Da tror jeg vi er ferdige.

Deltaker: Triste greier. Aw.

Intervjuer: Har du noen spørsmål til meg?

Deltaker: Vet ikke, jeg likte å ha samtalen gående. Men om du har lyst og er ferdig, så er det bare...

Intervjuer: Nei, jeg kan alltid be deg om å utdype. Jeg synes det var interessant det du nevnte om å ha skyldfølelse for å skulle slutte å spise kjøtt. Det har jeg ikke kommet over tidligere.

Deltaker: Nei, trenger ikke å reflektere altfor mye da, men...

Intervjuer: Det må du gjerne (begge ler).

Deltaker: Føler bare at noe misser fra... min måte. Ikke bare det med teksturen, hvordan det ser ut. Jeg hadde også følt meg dårlig om jeg ikke hadde hatt noe grønt i min diett heller.

Intervjuer: Så det er en slags balanse?

Deltaker: Ja. Får gjerne ta ut av kontekst, men jeg synes at, jeg føler at alt, har lyst til at alt skal være balansert, på alle måter. Om jeg ser ned på tallerkenen og ser masse grønt, bare grønt, tenker jeg liksom: ” Det er ganske kjedelig”. Jeg tar ikke bilder og legger ut på instagram av maten min, men jeg viser liksom bilde av maten min inni hodet. Og så spiser jeg.

Informant 12

Intervjuer: Kan du begynne med å beskrive en yndlingsrett som du har med kjøtt i?

Deltaker: Ja... Eh, det må faktisk være en oppskrift fra selveste Brimi. Det er en sånn... Eljbrød heter det, med tyttebærsaus.

Intervjuer: Altså elgbrød?

Deltaker: Ja, altså brød. Men det er fordi det er typ en sånn kjøttdeigaktig sak liksom, av elg, som du har med tyttebær. Også putter du det i en brødform også steker du det og får en sånn puddingaktig-greie. Med tyttebærsaus til, poteter, *helt* nydelig.

Intervjuer: Er det noe du har vokst opp med?

Deltaker: : Nei, mamma var på kurs en gang hos Brimi, for lenge siden. Og da kom hun hjem og laget det greiene her. Men det lages kun til festlige anledninger, kan du si.

Intervjuer: Er det sånn julemat, eller bursdager og fest?

Deltaker: Ja. Eller, gjerne sånn fest, liksom. Ellers så, ja.

Intervjuer: Hvis dette er litt sånn festmat, hav spiser du ellers av typer kjøtt, sånn i hverdagen?

Deltaker: Jeg spiser egentlig for det meste... altså nå kommer jeg tross alt – eller tross alt, jeg er fra en gård som egentlig driver med kjøttfe. Så vi har Angus, men vi har økodrift så de må gå ute til enhver tid. Så jeg, jeg er egentlig veldig glad i kjøtt for så vidt, men jeg spiser for så vidt kjøtt som kommer enten fra skauen eller som kommer fra litt friere former da, gjerne litt økoaktig.

Intervjuer: Går de yte året rundt?

Deltaker: Mhm. De går ute året rundt. Det er et krav egentlig på at de må gå – det må være løsdrift også må de gå ute, de må kunne gå ut og inn.

Intervjuer: Er det krav for å drive økologisk?

Deltaker: Ja, faktisk. Så ja, jeg spiser jo selvfølgelig... dét, eventuelt – hva sa du, kjøtt som jeg spiser til hverdags? Var det det du spurte om?

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Eh, så dét. Og ofte, for jeg er jo innimellom hjemme og sånt noe, og da sender ofte mamma med meg ting og tang. Så nå, det går veldig mye i lapskaus. Vi lager veldig mye ut av elg eller ut av den Angusen som går hjemme. Og da lager vi kraft, du koker kraft på beina. Så jeg har liksom vokst opp med veldig mye typ... saus kokes på kraft, ikke sant, alle mulig gryter har man kraft i og det kokes på beina, på en måte. Så man har liksom brukt hele – kanskje ikke akkurat innvollene, men man har i alle fall brukt beina. Og det meste av kjøttet,

sant. De litt mer sånn slingrete saker til suppe også spiser vi på en måte biffen til noe annet. Men sånn *selv* så har jeg... Sånn av kjøtt egentlig så går det for det meste kanskje i kjøtt hjemmefra, rødt kjøtt hjemmefra, eller så spiser jeg også fisk men da spiser jeg ikke oppdrettsfisk. Spiser kun sånn villtopplegg.

Intervjuer: Fisker du selv?

Deltaker: Nei, det har jeg faktisk ikke gjort. Det hadde vært litt artig å gjort, men det har jeg ikke tid til.

Intervjuer: Nei, her i Oslo...

Deltaker: Det kan sikkert gjøres, men jeg har ikke gjort det i alle fall (ler).

Intervjuer: Så da er du bevisst når du går i butikken at du kjøper vill fisk?

Deltaker: Ja. Også spiser jeg, av kylling og sånt noe, så spiser jeg kun den som har gått friere, på en måte. Nå kommer jeg ikke på hvilke merker det er, men det i alle fall et par merker som har kyllinger som lever litt lenger. Noen ganger så lever de bare en måned også tas de. Da ligger de på rundt en kilo. Men de økokyllingene de har slaktevekt på 2.5 kilo og har levd tre ganger så lenge. Og det smaker helt annerledes. Så ja.

Intervjuer: Så du smaker en forskjell også?

Deltaker: Ja, gudbedre. Det smaker nesten litt mer kalkunaktig.

Intervjuer: De som er øko?

Deltaker: Ja. I alle fall de som vi har fått hjemmefra. Så... ja, og det er jo – jeg er jo veldig glad i kjøtt må jeg innrømme. Men jeg spiser ikke noe skrekkelig her egentlig. Men jeg synes jo det er veldig godt, og kjenner liksom at jeg trenger det. Jeg kjenner meg liksom vel av å få i meg litt kjøtt da, kan du si. Men når jeg har vært i utlandet, når jeg har vært ute og reist og sånt noe i Østen, også hvis jeg kjører forbi og ser hvordan de – så spiser jeg ikke kjøtt. Skal jeg spise kjøtt så får det på en måte være bra, hvis ikke så vil jeg ikke ha det.

Intervjuer: Hva tenker du da at skal være bra?

Deltaker: At dyrevelferden skal være bra. At jeg synes man skal, dyrene skal få lov til å være dyr mens de lever. Hønene kan gå ute, ikke sant, ikke være stuet sammen. Oksene kan gå fritt, på en måte. Og Norge i seg selv er jo et land som, vi har ikke så fryktelig mye dyrkbar mark. Men veldig mye fjell og terreng og alt som er beite. Hjemme hos oss i Østfold så er ikke jorden så skrekkelig god å dyrke på, det er faktisk bedre å ha kuer på den. I alle fall kanskje innimellom, at du har kuene ene sommeren også dyrker du der neste sommer. At man driver vekselbruk. For det er ikke så mye næring i jorden. Så ja, det er litt sanne ting egentlig, at jeg føler på. Så ja, nei jeg spiser egentlig det meste av kjøtt. Også er jeg en *ram* på å gå på sanne fancy butikker også kjøpe ting på halvpris. Gjerne litt sånn økoting og tang, så jeg kjøper villsau, og hjort, og rein, som jeg *vet* liksom... har flagga rundt over alle fjellkanter holdt jeg på å si.

Intervjuer: Og da er det halv pris på grunn av dato?

Deltaker: Ja. Også hiver du det på fryseren også har du det. Så når da føler jeg at da kaster man ikke mat, noe som er veldig viktig for meg. Jeg får jo helt vondt i hjertet av å kaste mat. Også får man prøvd nye ting som man kanskje ikke hadde fått prøvd ellers. Det er liksom to fluer i én smekk. Så er jeg på den der, den svære butikken... er det Meny tro, som er på Colosseum der? I alle fall, de har liksom *alt* mulig rart. Og de steker faktisk kjøttet i butikken og de har lagret ost, og det er ikke måte på. De har modnet osten i butikken liksom. Så det er masse ulike ting og tang. Dér kommer det gjerne noen sånne røverkjøp. Jeg er veldig glad i røverkjøp (begge ler).

Intervjuer: Det er jo mat som bør spises og mat som enda er god

Deltaker: Ja ja, ikke sant. Så det er liksom ikke noe problem.

Intervjuer: Du nevnte at du spiser kjøtt hjemmefra, og mye vilt. Også sa du vill fisk også. Hvorfor er det et valg du har tatt?

Deltaker: Med fisk?

Intervjuer: Med alle. Hvorfor spiser du ikke kjøtt fra alle slags steder?

Deltaker: Altså, jeg kan gjøre det på en måte. Jeg er ikke helt sann der: Nei, det vil jeg ikke". Hvis jeg er på restaurant så kjøper jeg det man føler for liksom. Men det er liksom litt med... jeg synes man skal – eller jeg føler veldig ansvar ikke sant, overfor de dyrene. Hvis jeg skal spise dyr så føler jeg et ansvar for at det dyret skal ha levd bra mens det lever. Og for eksempel sann for kyllingen sin del, de er jo ikke laget for å leve lenge. Hvis de lever for lenge så knekker nesten bena fordi de... type beina tåler ikke vekten, de ekspanderer fortere enn skjellettet ekspanderer på en måte. Og det er vel den driften der som jeg er veldig motstander av. Jeg synes at det blir helt feil. Også tenker jeg på en måte: "Er det bra for oss mennesker å spise mat som har hatt det sann? Som har vokst så fort? Har det en god proteinstruktur eller et fettinnhold som vi har godt av? Eller har de mye stresshormoner som vil påvirke oss?". Så det er litt sånne ting jeg tenker på, at vi har masse, vi har kjempemye kreft ikke sant, og sånt noe her i landet. Og vi vet, man kan tenke alt mulig rart det kan komme av... men det er litt sånne ting, at jeg synes det er viktig at de skal ha levd bra, også synes jeg også at de skal ha spist mat som ikke nødvendigvis er soya som er importert fra Brasil. Fra sånne avskogingsområder, de bare brenner ned og planter soya, og shipper det hit. Så det er egentlig litt sann miljøfokus, egentlig, også er det fr dyrevelferden. For jeg bare føler, med den befolkningsøkningen som vi har, så må man... man kan ikke bare øse rundt seg og tenke at alt går bra. Man må være litt bevisst på de valgene man tar.

Intervjuer: Husker du hva det var som gjorde at du tok et bevisst valg i forhold til dette? Leste eller så du noe som gjorde inntrykk?

Deltaker: Der kom det liksom?

Intervjuer: Ja. Om du leste om soya og avskoging eller om du så en slaktevideo, eller om det var et eller annet...?

Deltaker: Ja... slaktevideoer har jeg ikke sett så mye av egentlig, for de er jo alltid fra utlandet. Og jeg er veldig sann der, man skal på en måte være litt sann kildekritisk, som man

vet alt om, ikke sant. Så man skal liksom se hvordan ting er her. Jeg må forholde meg til hvordan ting er i Norge, jeg kan ikke engasjere meg i hvordan ting er i USA liksom, jeg er jo ikke statsborger der. Men... jeg har jo alltid vært veldig glad i dyr da, rett og slett. *Veldig, veldig* glad i dyr liksom. Og der hvor jeg kommer fra så drar alle på jakt. Og det er liksom den store greien, altså folk bare *elsker* å gå på jakt, liksom. Og jeg klarer ikke å dra for jeg klarer ikke å skyte, så det er litt komisk at jeg er så glad i det, ikke sant. Og det er derfor det er så viktig for meg og at hvis de først skal dø så må det være at de har levd et bra liv. Også har jeg vært ute og reist, i fattigere strøk kan du si. Og der er jo ofte dyrevelferden så som så, det går jo ofte som fot i hose. Selv om det er ikke alltid at de har så veldig mye, de spiser ikke alltid så mye kjøtt liksom. Fordi det koster mye penger. Eller de spiser kanskje bare kylling fordi da kan de først spise eggene, også tar du – for de legger jo som oftest, høner legger som oftest egg i halvannet år også er det over og ut. Og da, jeg tenker at da bruker man hele dyret for det det er verdt. Så jeg tror liksom det har vært sånn gradvis prosess. Kan ikke huske at *da* tok jeg et valg. Husker når jeg var i Nepal så spiste jeg ikke kjøtt i det hele tatt, da var jeg liksom helt av.

Intervjuer: Hadde du bestemt deg på forhånd?

Deltaker: Nei, jeg kjørte fordi, eller vi kjørte forbi et sånt kyllinghus, og da, nei da var jeg ferdig. Så jeg, det er veldig fort gjort (ler).

Intervjuer: Og da holdt du det resten av turen?

Deltaker: Ja, Jeg bestemte meg så var det greit.

Intervjuer: Du nevnte at du har vokst opp på gård. Slaktet dere dur selv på gården?

Deltaker: Nei, vi har alltid sendt dem.

Intervjuer: Ok. Har du vært med på slakt av dyr?

Deltaker: Nei, faktisk ikke. Eller jeg var med litt partering. Men som oftest har jeg vært borte. Også har vi sendt av gårde, for det er veldig spesielle reglement i forhold til det å ta dyr hjemme. Da er det nødslakt som oftest. Vi har jo hatt et par nødslakt, men det har vært i sånne der – brukket bein, falt ned i et hul, sånt noe. Men det er liksom en annen kategori.

Intervjuer: Er det noe du kunne tenkt deg å være med på?

Deltaker: Selve slakten?

Intervjuer: Ja.

Deltaker: Eh, jeg har liksom... jeg har liksom nesten måtte tenke litt på det, egentlig. Fordi det var, jeg tenkte liksom at jeg kunne vært vegetarianer fordi jeg liker liksom ikke at dyr skal dø, ikke sant. Men så har jeg liksom, tenker jeg man må være litt pragmatisk på det. Selv om jeg er jo veldig glad i dyr, men det er noe med at kontakten er veldig ulik. Kontakten du får med de kuene hjemme er noe helt annet enn du får meg katt eller hund, eller hest. Altså de er utrolig forskjellige, hvordan de fungerer i forhold til relasjoner da. Så jeg tror faktisk ikke jeg hadde hatt så problemer nå, med å være med på slakt egentlig. Jeg skulle egentlig være med på det i høst men så måtte jeg gjøre noen andre greier så jeg kunne ikke.

Intervjuer: Var det hjemme?

Deltaker: Ja. Vi har drevet og solgt halve og hele dyr innimellom så da har vi jo... da har vi tatt dem hjemme og patert dem.

Intervjuer: Kunne du slaktet dyret selv tror du?

Deltaker: Eh... Ja, det er et godt spørsmål egentlig. Jeg har liksom ikke prøvd, egentlig (ler).

Intervjuer: Det er vanskelig å si før man prøver?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Har du vært med på jakt?

Deltaker: Nei, aldri. Jeg har ikke hatt lyst egentlig, faktisk. Der er av egentlig også, det er litt komisk, det her er jo på en måte to vidt forskjellige, så det er jo helt sånn der schizofrene tanker egentlig. Men det er jo – før så kjente jeg det var veldig fordi jeg har ikke behov for å gå på jakt og gå rundt og på en måte... for veldig mange ser på det spennende som de vil ha, jakte rundt på andre dyr. Og jeg har liksom ikke det behovet til å på en måte gå rundt og skyte de. For det er jo en sånn mannesport, ikke sant, de synes jo det er *dritgøy* liksom. Og det ligger liksom ikke helt for meg, rett og slett.

Intervjuer: Du har ikke prøvd?

Deltaker: Nei. Jeg har skutt, det har jeg gjort. Ikke på dyr vel og merke, men jeg har skutt med rifle og sånt noe. Så jeg er liksom ikke helt utenfor. Så jeg kjenner til kreftene som ligger i ting.

Intervjuer: Jakter resten av familien din?

Deltaker: Nei, kun ene søsteren faktisk. Men ikke de andre. Vi har liksom ikke, det har ikke vært helt overført kan du si. Eller jo, for så vidt også broren min. For vi er [x] søsken, så lillebroren min han har vært med. Men han er for ung egentlig så han kan ikke jakte selv.

Intervjuer: Har det vært mye kjøtt til middag gjennom oppveksten din? Mye kjøttmat i hverdagen?

Deltaker: Mhm. Ja, det vil jeg si.

Intervjuer: og var det da fra egen gård og fra jakt?

Deltaker: Ja, for det meste elg og Angus ja.

Intervjuer: Er det noe du har videreført, i forhold til mengden du spiser nå?

Deltaker: Jeg spiser nok litt mindre her altså, enn det jeg gjør hjemme, det gjør jeg nok definitivt. Men det er liksom... hjemme så er det litt mer sånn tradisjonskost, kanskje, hvis man kan si det. Som kanskje egner seg litt bedre for flere. Nå har jo jeg bodd – i alle fall

akkurat nå, så bodde det noen flere her inntil nylig. Søsteren min flyttet ganske nylig så da var vi flere her. Men det er ikke alt jeg synes er like lett å lage til en person, ikke sant.

Intervjuer: Er det litt den sosiale setting rundt middag også?

Deltaker: Ja, litt det også. Men jeg er jo veldig glad i å lage ting liksom. Men jeg tror ikke, jeg har liksom ikke.... Hjemme så spiste vi mange ganger kjøtt til middag hver dag for så vidt og det, det gjør ikke jeg. Jeg er ikke så... det holder liksom med et par ganger i uken for min del.

Intervjuer: Bestemte du deg for at du skulle kutte eller – ?

Deltaker: Det har bare blitt sånn, egentlig. Også føler jeg liksom ikke, jeg tenker at det er fint å kunne lage ulike ting. Også tenker jeg litt sånn... i forhold til miljøet og alt som på en måte – men jeg er ikke så bekymret for dyrehold i forhold til miljø. For det er veldig mange faktorer som påvirker på en måte, miljøet. Det er jo... du flyr, altså flyreiser har bare økt kjempemye i været, Gardemoen ekspanderer. Så det er veldig mange faktorer man skal tenke på. Dyret har ikke ene og alene ansvar for metangasser da, for eksempel. Og de, de på en måte holder beitet ned, ikke sant, sånn at man får økt Co2-opptak fordi at de rydder unna. Så det er mange aspekter ved ting. Men jeg har nok kanskje fått litt mer interesse for norsk mat enn jeg hadde før. For du vet – jeg er veldig glad i å lage mat, og du vet, man fyker rundt [mumler] og thaimat, også er det kanskje mat fra USA, også er det liksom alle disse rettene du får på facebook, og bla bla bla. Men jeg var i Røros i fjor på det Rørosmartnan, og der er det selvfølgelig veldig mye lokal mat. Og når jeg var det så kjente jeg når jeg kom tilbake at det bare var så *vannvittig* kjedelig med importmat, sånn typ thaimat, for jeg tenker at: ”Det kan du spise i Thailand”, ikke sant Folk reiser jo så sykt mye likevel. Altså ting smaker alltid så mye bedre der hvor det er laget. Og når man liksom har vært sånn langt av gårde så skjønner man hvor *vanvittig* lange avstander maten må dra, ikke sant. Så jeg koblet det der, det lange landet her, så kjente jeg bare: ”Nei”, jeg ble bare så akutt lei alle sånn typ... alle andre mater. Så kjente jeg: ”Nei nå skal jeg begynne å lage mer sånn mat med de ingrediensene som gror her”, sånn i Norden.

Intervjuer: Har det gått greit?

Deltaker: Ja. Så jeg har (ler), i sommer så plukket jeg alm, altså det der treet liksom, Alm, for du kan spise de blomstene. Så da plukket jeg det, og har tørket så jeg har det. Og løvetannblomst tørket jeg og spiste masse løvetannblomst, laget saft av det og... Det var veldig moro. Tørket brennesle og hatt i brød. Så jeg bare føler at man må bli, altså det er så *vanvittig* at alle disse tingene ligger rett utenfor døren men som vi ikke bruker fordi du spiser typ shia frø ikke sant, og avokado og banan. Alle typer importmat. Så gikk det bare f i meg liksom, bare pokker ta det må da gå an å være litt mer (ler) eksplorative liksom. Og på en måte bare prøve litt mer av egen natur... og det vi har her i landet. Så da har jeg gjort det.

Intervjuer: Det høres sprekt ut. Og så gøy at du får det til.

Deltaker: ja. Altså ikke at jeg er, jeg er jo ekspert på noen som helst måte, men jeg synes det er litt gøy da. Også tenker jeg at jeg tror det er bra for oss også da, for helsen særlig, at man spiser mat som er herfra, som ikke har reist i sykt lang tid og plukket og sprøytet med antimodningsmidler og... og sprøytet i bøtter og spann sånn at de lokale blir syke, ikke sant. Det er veldig mange aspekter i det. Men jeg kjenner jeg blir så provosert av sånne ting,

liksom. At vi i vesten bare skal frotse og holde på liksom, også skal de lokale som bor der og ikke eier nåla i vegg, få sykdommer fordi *vi* skal ha hurtigvoksende mat. Og de blir syke av alle de sprøytemidlene som man bruker på dem selger hit, rett og slett.

Intervjuer: Er dette informasjon du har oppsøkt selv?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Tenker du at det er lett tilgjengelig informasjon for folk å finne ut av?

Deltaker: Nei, det er jo ikke det.

Intervjuer: Så det er noe du selv har satt deg inn i?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Er det lenge siden du – ?

Deltaker: Det har gått litt over tid for så vidt. Også ja... jeg har alltid vært medlem av regnskogsfondet i altså... i lang tid, jeg vet ikke hvor lang tid. Men de er nå selvfølgelig veldig på regnskog naturlig nok. Men det går veldig mye på ting som vi forbruker her, sånn typ palmeolje for eksempel, og soya. Ting som er enten i maten her eller som selges som dyremat. For veldig mye av kraftfôret som ku, eller fjærkre, får her er jo fra soya. Ofte genmanipulert. Og til og med fisken får det. Det er derfor jeg blir litt sånn motstander, for jeg ønsker ikke å støtte den type drift. Og det er jo helt monokultur, det er jo gigantiske områder med monokultur, så biene ikke sant... hvis de stryker med, for det er jo helt ørken. For da må de jo fly i milesvis før de treffer en blomst, liksom. Så det er egentlig litt sånn for mangfoldet sin del, at man skal bevare mangfoldet rett og slett. For du kan liksom, jeg tenker liksom sånn... det er jo som før, hvis du hadde potetpest på én potet så hadde du kanskje potetslag som du hadde på jordet, så du klarte deg. Det blir litt det samme, vi kan ikke satse alle pengene på én ting. Du må liksom bruke det man har rundt seg. Men det var kanskje litt sånn... jeg føler liksom at det har vært litt sånne ting... man har vært ute og reist, ikke sant, og ser den – klima på en helt annen måte enn du ser her i landet. Har hatt *veldig, veldig* stor effekt. I alle fall når jeg har vært i litt sånn fattigere strøk, vært i Ghana, Madagaskar, Nepal, disse landene her. Hvor du noen ganger ser virkelig effekten av at man bare... bare en *overkultur*, du bare øser og suser og tenker ikke på hva man bruker for noe. Og da blir jeg helt sånn: ”Nei. Altså sånn her kan du ikke holde på. Det her er, det er masseselv mord det, garantert. Hvis alle skal være helt sånn... ikke tenke på noen ting” (ler).

Intervjuer: Men hvorfor tror du det likevel er så vanlig at man tuter og kjører av gårde?

Deltaker: Jeg tror det har veldig mye med... veldig mye med vane å gjøre. Også er det mange ganger at du har litt sånn stresset – kanskje tre barn og full jobb, du har liksom ikke tid til å sette deg inn i ting. Og du kanskje setter deg rett i forsvar hvis noen sier et eller annet, på en måte. Bare som et eksempel, et dusteeksempel for så vidt, men jeg var på jobb her, det var vel i fjor. Også spiste jeg appelsiner på jobb også sa hun ene kollegaen min at: ”Nei nå orker jeg ikke å spise appelsiner for det er så ekkelt med alt det der hvite som er på skallet på appelsinene. Og det er så seigt. Også smaker det så rart av appelsinkjøttet hvis man får det hvite greiene på appelsinen”. Så sa jeg bare: ”Men herregud, det er ikke noe verre enn å kjøpe en økoappelsin så er du kvitt problemet med en gang”. Og hun bare: ”Nei, men de er så

dyre”. Og jeg bare: ”Nei, men de er ikke dyre, det koster typ to kroner mer og det er... to kroner mer liksom. Og du som har full lønn og videreutdanning”. Også ble det bare helt stille, ikke sant. Og hun bare: ”Mmmp” [kniper igjen munnen]. Så det var virkelig å treffe nålen på hodet. Også tror jeg veldig mange, de tenker liksom ikke på... de har liksom bare tenkt at: ”Nei, men altså media sier det og det, og det er det som er rett”. Men så er man veldig sjeldent, apropos det; kildekritisk. Du tar ting for god fisk. Sånn som den der, da er vi for så vidt rett inn på øko da, men når han der... Å du husker ikke hva han heter, han folkeopplysningsfyren? Ehh...

Intervjuer: Jeg vet hvem du mener men jeg husker ikke navnet.

Deltaker: Jeg har også glemt navnet. Men i alle fall så hadde han jo en reportasje om økologisk drift her i fjor en eller annen gang, hvor han slaktet det nord og ned. Og veldig mye – alle programmene hans sla – er det for så vidt om slakt i en eller annen retning. Men det var jo... han hadde jo på en måte brukt helt feil informasjon, når man gikk det i sømmene så stemte jo ikke det han sa. Men så tror selvfølgelig folk på han for han er en anerkjent person, ikke sant, og han snakker veldig godt for seg. Og det gjør at veldig mange endrer mening. De har kanskje et standpunkt også går de ikke ting i sømmene, sant. Jeg hadde jo en venninne som ble veldig anti-anti ikke sant. Vi hadde jo selvfølgelig – jeg ble litt irritert egentlig. Eller jeg bare kjenner at du kan godt ha de meningene du har, men da skal du ha en validitet for det, det skal komme fra riktig kilde. Men ikke som så fant jo hun også ut at dette her var jo ikke riktig, men hun var fryktelig påståelig. Og det er det veldig mange som blir og da er det en holdningsendring som jeg tror også må til innimellom. Også er det bare veldig mange som ikke sant, kanskje du bare ikke bryr deg. Det er veldig mange versjoner av ting. Eller at du... du vet ikke hva det vil si da, å dyrke grønnsaker for eksempel. Du vet ikke hva det vil si at dyrene står tett-tett, du har aldri vært i et kyllinghus. Du har aldri vært på en gård. Du har liksom ikke peiling på noe som helst så hva på en måte skal du – ”hvorfør skal det ha noe å si hva jeg, jeg er bare ett menneske på en måte. I et land på fem millioner mennesker, det har ikke noe å si hva jeg gjør for noe”. Likevel i USA, de gjør dét og dét og dét, liksom. Så man tar liksom bort den retten man har til å påvirke selv. Jeg tror det er veldig mange aspekter ved det men det er vel i hvert fall noen av de.

Intervjuer: Tenker du at det systemet vi har nå hvor forbrukere kan velge å ignorere prosessen som kjøttet går gjennom fra det er et dyr på en gård til det er et produkt i butikken, er ok?

Deltaker: ja, det er et veldig godt spørsmål faktisk. Jeg tenker liksom sånn der, hvordan kan man implementere at man skal sende bånd, liksom. Du kan jo ikke ha slaktehus midt i byen. Det er på en måte en effekt av urbanisering, at man tar vekk sånne ting og flytter det til et eget sted, liksom. Men det fjerner oss veldig fra det naturlige. For vi er jo på en måte kjøtteterer selv om vi kan være vegetarianere eller veganere, man kan liksom velge litt selv. Men det at dyr blir drept, det er liksom naturlig i skogen også. Verden er faktisk hard og jeg føler at noen ganger så må man bare realisere virkeligheten og se det som det faktisk er. Det er ikke alltid, vi må jo ikke spise kjøtt nå for å overleve, men sånn strengt tatt så kan du overleve på kun kjøtt, hvis du må. Og da får du ikke noe mangelsykdommer eller noen ting, kontra hvis du skal være vegetarianer. For da må du virkelig tenke deg om. Men jeg tror nok sikkert mange ville – eller ikke mange, men jeg tror nok noen ville vært litt mer avvisende hvis de skulle sett selve slakteprosessen selv, egentlig. Men samtidig så er det også litt med at vi lever i et overflodssamfunn, ikke sant. Hadde vi ikke gjort det så hadde saken vært en helt annen. Jeg tror på en måte – det at du kan velge, ikke sant: ”Vil jeg ha det, vil jeg ha det? Spiser eg det så overlever jeg, spiser jeg det så får jeg ikke spist før i morgen, liksom”. Så...

blir det liksom spørsmålet et helt annet, men det er aldri noe krise her i landet for om du får mat eller ikke.

Intervjuer: Nei, vi har jo nok...

Deltaker: Til alle og enhver, liksom. Men jeg vet ikke. Jeg har jo sett p på at de har slaktet og sånn på tv og det har liksom gått – jeg har ikke hatt noe problemer med å se på det egentlig. Jeg har liksom også tenkt selv: ”Å, nå har jeg lyst til å lage blodpølse”, det fikk jeg for meg i går. Og jeg blir helt sånn der... jeg synes liksom, hvis du først skal ta dyr så får du bruke pokker hver rubbel og rak liksom.

Intervjuer: Da skal du ikke være kresen?

Deltaker: Nei. Altså du må på en måte ha såpass respekt for det dyret at du faktisk bruker det opp. Ikke bare kaster det bort.

Intervjuer: Vil du si at du har funnet en balanse mellom de aspektene som du synes kan være vanskelig med å spise kjøtt? Du nevnte kylling som står stuert sammen, og i forhold til miljø. Er du nå komfortabel med det kjøttet du spiser?

Deltaker: Ja, absolutt.

Intervjuer: For eksempel da ved å bruke hele dyret, og være bevisst hvilke typer kjøtt du kjøper?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Har du på noe tidspunkt vært ukomfortabel med mengden eller type kjøtt du har spist?

Deltaker: Ja. Men det er litt spesielt kanskje, i forhold til kylling og sånt noe. For jeg har jobbet på Prior i sin tid. Men det var bare på sommeren da, så jeg kan ikke si at det var noe lang karriere, men. Men jeg har i alle fall sett hvordan det er på en måte. Og det er liksom en kjempeindustri, ikke sant. Hvor det, du steriliserer huset helt også putter du inn en hel haug med kyllinger, og plangfôrer de i en måned. Også er det bare tjoff rett til slakteriet, på en måte. Også må du sterilisere hele huset igjen for at det ikke skal spre sykdommer. Og det er litt av den kulturen der som jeg kjenner at jeg kan få litt sånn problemer med for jeg føler at det er så usunt, ikke sant. Den der, at det skal være sånn. Og når ble kyllinger klare for å ligge på flat bakke uten noe muligheter for å gå opp eller ned. De er ofte veldig stresset og sånne type ting. Så det var en stund jeg kjente at jeg bare, hvis jeg hadde venner som bare: ”Å vi spiser kylling, det er så sunt og godt, lite fett”, jeg kjente at – nei jeg har fått skikkelig problemer med det, egentlig. Det var derfor jeg helt enkelt bare bestemte meg for at: ”Nei, vet du hva. Hvis jeg skal spise kylling så må jeg faktisk ha sånn som jeg vet at har levd litt bedre”. For jeg føler det er veldig sånn... lite helsemessig egentlig. Også tenker jeg også sånn i forhold til bakterier også. For det er noe med at når du steriliserer et helt hus, så tenker jeg kanskje sånn... da skaper du – da får du mer resistens, ikke sant. Og det er veldig lite sånn lite friskt hus da, føler jeg. Du må liksom alltid ha en balanse mellom det ene og det andre.

Intervjuer: Så der satte de inn kyllinger på samme alder og når de var blitt en måned så var det ut med alle sammen og inn med ny pulje? Aldri noe overlapp?

Deltaker: Nei jeg vet ikke hvor lenge overlappen holdt på. Om de på en måte må stå en uke, det vet jeg ikke. Jeg husker ikke det egentlig.

Intervjuer: Var det etter det at du tenkte: ”Nei, nå dropper jeg kylling fra visse type sted”.

Deltaker: Ja. Etter det så kjente jeg bare ”Nei, dette går ikke”. Begynte å kjøpe høner også blant annet, for jeg føler at man bør bruke mer høner. For høner ble jo egentlig bare slaktet og kassert, inntil nylig når de begynte å selge dem i butikken. For det var en dokumentar på det på tv også ble det litt sånn hurluhei etter det kan du si, så da – fordi det var mange som ble frustrerte fordi hønene – det er de som ikke legger egg etter halvannet år eller hva det er for noe...

Intervjuer: Så når de er ferdige med å legge egg, som de er avlet for, så ble de kassert?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Vet du om det dyret da ikke er like godt kjøtt?

Deltaker: Nei, fordi det ble endret faktisk. Så de begynte å selge det i butikken nå, i fjor.

Intervjuer: Vet du hvorfor det ikke ble solgt i butikk før?

Deltaker: Nei, de tenkte liksom ikke – eller det var ikke noe etterspørsel i butikkene. Også har jo kylling vært frontet veldig mye, det har ikke vært så mye fokus på høne ikke sant, for de er mye større og krever litt mer kan du si. Men... ja, det liksom alt skal være så enkelt ikke sant. Men her så har de begynt å selge høner i butikkene. Ja, så det er en annen – Holtegård, Holtegård selger bra høner. Så hvis jeg ser det på halv pris så er det bare å raske med seg det de har og putte i fryseren (begge ler). Ordentlig studenttilværelse.

Intervjuer: Alt koster når man er student. Er det et aspekt som også påvirker mengden kjøtt du spiser, dette med pris og tilgjengelighet? Og tidsbesparing?

Deltaker: Nei, jeg vet ikke. Jeg føler at jeg har blitt litt sånn.. hva skal man si? Ikke pragmatisk, men prinsippfast på de greiene der. Så jeg har fortsatt kjøpt kjøtt som ikke på en måte er øko eller ting eller tang på halv pris, men jeg kjøper aldri sånn annet kjøtt til fullpris. Hvis ikke det er innenfor mitt utvalg. Og det er liksom sånn... ja fordi jeg synes det er riktig da. Men selvfølgelig, det er jo mye billigere å kjøpe annen type kjøtt, det er ikke noe å si på det. Men jeg har liksom ikke følt at det er nødvendig da rett og slett. Også kan du lage mange ting som er uten kjøtt også, selvfølgelig. Men jeg har liksom alltid hatt på en måte nok da, til at jeg aldri har følt at jeg liksom må velge de billige variantene, liksom.

Intervjuer: Har det da vært viktig for deg å kunne holde deg til de prinsippene du har?

Deltaker: Ja, faktisk. Jeg synes det har vært ganske viktig, egentlig.

Intervjuer: Tror du at du hadde opplevd det annerledes å skulle spise en av disse billige kyllingene som vanligvis ikke kjøper?

Deltaker: Ja, altså, det bare føles litt... Det kan jo godt være at jeg ikke hadde kjent noe smaksforskjell sånn i første omgang. Så hvis du ikke sier noen ting sp er man lykkelig uvitende. Men det bare føles litt sånn *feil* da, på en måte. Også er man litt sånn... når har jeg hatt veldig mange diskusjoner med pappa og han er jo glødende opptatt av helhetlig drift, av å bruke de ressursene man har, alt er en sirkel og ditt og datt. Men jeg synes det er veldig viktig når man driver produksjon, enten av korn eller av dyr eller hva, så skal det på en måte være bærekraftig. Og det er vel egentlig der jeg synes det er veldig viktig at man skal være en bærekraftig forbruker.

Intervjuer: Tenker du at du som forbruker har en påvirkningskraft? At du kan endre noe?

Deltaker: Ja... det er jo ikke godt å si liksom. Men jeg føler jo det at ved at man er prinsippfast så gjør jo i all fall jeg mitt, ikke sant. Og jeg er ikke akkurat i veien for å snakke om det hvis folk spør meg. Men – og folk tror som oftest at jeg er vegetarianer liksom, men jeg er ikke det. Og at jeg kun spiser økologisk, de har fått med seg at jeg er litt sånn der (ler). Men uten at jeg prater så veldig mye om det, jeg er ikke sånn som prakker på og på en måte bare trer ting over hodet på folk, for det er litt sånn motstander av. Men de kan gjerne spørre meg, men det er hvis du vil vite. Men... nå tror jeg vi datt litt utenfor tema, for så vidt?

Intervjuer: Nei nei. Har du noen gang vurdert å slutte å spise kjøtt?

Deltaker: Ja, faktisk. Men jeg kom vel fram til det at det hadde jeg ikke lyst til

Intervjuer: Nei ok (begge ler). Så du var innom tanken.

Deltaker: Jada.

Intervjuer: Hva var det som gjorde at du vurderte det?

Deltaker: Nei, det var litt sånn... altså, typ kjøttproduksjon blir veldig sånn nord og ned, det er jo på en måte veldig dømt, av klimaforskere og alt som er. Men jeg føler at den der diskusjonene der er veldig ensrettet og: ”Hvis alle er vegetarianere så kan verden bli reddet”, men det er liksom... ting er, det er aldri ett svar på ting, tenker jeg. Eller. I alle fall er jeg veldig sånn bevisst på at man må se ting i forhold til der hvor man er. **Man kan liksom aldri overføre litteraturen fra USA over til Norge, for vi er to vidt forskjellige land, og jorden er annerledes, og demografien er annerledes. Alt er annerledes, så man må liksom se ting i forhold til det landet man bor i. Og vi bor i et land som er veldig godt egnet for å ha beitedyr, i dalstrøkene på en måte, hvor du ikke kan gjøre noe annet.** Du får ikke driftet det på noen annen måte enn å ha sau eller geit, eller jeg vet ikke hva som skal traske oppover der. Og det er jo veldig god utnyttelse for alle og enhver, for da får du på en måte, du kan bruke ull... Så jeg er veldig for at du skal bruke hele dyret for det det er verdt. Men... ja. Og jeg dømmer ikke folk som er vegetarianere, men jeg synes liksom... de som er det på en måte er det av en eller annen – av klimasaker ikke sant, så blir jeg litt sånn... men hvilke andre ting gjør de for klima? Jeg føler at du må alltid se ting i helhet. Hvis du skal være vegetarianer på grunn av klima så hvilke klær – bruker du kun polyester, bruker du fleece? Vasker du det ut til fisken også blir den tvekjønnet. Også kanskje du flyr til Thailand tre ganger i året. Men da har det jo null poeng for deg å være vegetarianer, liksom. Eller, ikke null poeng, men jeg bare tenker at man skal tenke litt på: ”Hvorfor velge jeg å gjøre det jeg gjør?”. Se spennet i det. For det er aldri ett svar på ting, det er alltid masse spekter. Og det vil vaiere fra land til land, og ut i fra politikk, og varme, og jord og alt som er.

Intervjuer: Du nevnte det å lage mat uten kjøtt. Er det noe du føler at du har kontroll på? På å lage vegetarmat?

Deltaker: Eh, ja. Jeg vet ikke, jeg er litt som Pippi når det kommer til kjøkkenet egentlig. Jeg tenker :”Det har jeg ikke prøvd før, det går sikkert fint” (ler).

Intervjuer: (ler) Det er jo en veldig fin holdning til mye

Deltaker: Ja. Nå lager jeg for så vidt ertesuppe, oppi den kjelen der. Eller, suppe og suppe, jeg er ikke så god på oppskrifter så jeg bare – ofte så ser jeg bare på hva som er inni også lager jeg det. Også blir det alltid bra likevel.

Intervjuer: Oi, da er du heldig, det er ikke tilfellet for alle (begge ler).

Deltaker: Nei, men . Nei... jeg synes ofte det kan gå greit. Man må skjønne grunnprinsippene ikke sant, i matlaging. Så ofte så må man ha en sånn ting man kanskje liker å lage, også vet jeg at hvis – altså typ *grunnoppskrift*. Også kan du på en måte bare bevege deg i alle retninger innenfor det liksom. Men jeg... jeg spiser det ofte, eller jeg prøver i all fall også, eller det er fordi jeg synes det er litt gøy, men altså gjerne typ norsk, norske ting. At istedenfor ris så har jeg speltris, eller quinoa, du for norsk quinoa nå. Litt sånne ting, også fordi jeg synes det er litt gøy. Så jeg har laget mye vegetarisk også, men det er ikke alltid så veldig bevisst. ”I dag har jeg lyst på det, så da spiser jeg det, noen ganger har jeg lyst på det, så da tar jeg det”. Og jeg har jo på frysene også ikke sant, jeg er jo som sagt tilatringsmester, så (ler). Så jeg har alltid et eller annet på lur. Vi har jo tross alt fryseskap, også plukker jeg ofte ting på sommeren. Jeg er høster og sanker ting og tang. Så jeg kan jo lage kantarellsupper eller gudene vet ikke hva, Bake brød og styre og ordne.

Intervjuer: Har du venner eller bekjente som ikke spiser kjøtt?

Deltaker: Eh, jeg må tenke meg om. Jeg har en venninne som er vegetarianer. Også har jeg flere bekjente, eller venner slash bekjente, som også er litt halvvegetarianere. Men det har liksom aldri plaget meg, holdt jeg på å si.

Intervjuer: Hva tenker du om det valget de har tatt?

Deltaker: Jeg tenker at det er deres valg, det er riktig for dem. Også tenker jeg at noen er... det er alltid ulike årsaker til ting, at folk er det. Jeg har liksom – datteren til en fjern slektning, hun er vegetarianer fordi hun bare liker ikke konsistensen av kjøtt. Og samme med hun venninnen min, hun bare klarte ikke konsistensen.

Intervjuer: Så det er en slags smak/konsistenssak? Ingen typer kjøtt?

Deltaker: Nei. Innimellom liksom, kan du si, så har hun litt. Men hun har liksom alltid vært sånn. Og samme med hun unge jente, hun sluttet å spise kjøtt som seksåring, fordi hun bare likte det ikke. Så jeg tenker at det alltid er mange grunner til ting, det er ikke alltid så godt å vite hva som ligger bak.

Intervjuer: Er det noen typer kjøtt som du ikke kunne tenkt deg å spise?

Deltaker: Jeg her på en måte, sånn i det hele tatt? Jeg vet ikke, jeg har liksom, jeg har kanskje litt problemer faktisk med halalkjøtt. Men det er kanskje fordi... ikke sant, jeg vet at de har dødd med litt sånn bønnerop, holdt jeg på å si. Men jeg tenker at det har ikke noe å si om de dør med vers fra Koranen hvis de har lev kjipt før det. Ikke sant, eller spist dårlig mat. Så det har jeg litt problem med. Men jeg har ikke satt meg så veldig inn i deres produksjon eller hvordan det er. Om det er norsk fe, jeg vet da fader hva det er. Men så det har jeg faktisk hatt litt problem med, med halakjøtt, men jeg vet ikke noe om det egentlig. Jeg har ikke gått det i sømmene.

Intervjuer: Er det en type kjøtt du kan se for deg at det hadde vært tabu å spise? Noe du ikke ville spist?

Deltaker: Fordi det er guffent? Eh, altså, jeg tenker litt sånn... Nei, altså egentlig ikke. Så lenge oppdrettet har vært grei og de har spist den maten som det type dyr bør spise. At du ikke spiser pellets når du er fisk, liksom, som kanskje burde spise andre ting. Det er liksom litt sånne ting det går på egentlig.

Intervjuer: Hva med arter? Her i Norge har vi et ganske tydelig skille på hvilke dyr vi spiser og hvilke dyr de fleste av oss ikke ville spist. Kunne du smakt på hund for eksempel?

Deltaker: Nei.

Intervjuer: Hvis du var i et land hvor det var vanlig å spise?

Deltaker: Jeg har vært i Kina, faktisk. Og det ene markedet hvor de driver å slakter hunder. Men der ville jeg ikke inn Men ja, så jeg har liksom vært der. Men der så du også veldig tydelig at de ikke tok vare på dyret. Og det gjaldt ikke bare hundene, det gjaldt like mye fisker som skilpadder, alt som er. I et lite kar også var karet kanskje sånn [illustrerer lengde] også var fisken så stor [indikerer lengde, litt mindre enn karet], så den får knapt...

Intervjuer: Får ikke snudd seg?

Deltaker: Nei. Og selv om du kan tenke deg: ”Har fisker følelser? Hvor mye tenker den?”. Men jeg tenker på en måte, jeg kjente liksom at jeg syntes nesten det var litt sånn fælt egentlig. Selv om det er ikke hund eller det er ikke katt. Men jeg syntes likevel at det var litt sånn guffent. At de er så hensynsløse, egentlig. Alt liksom bare stuert sammen og kan knapt lee på seg. Men ja, men her er det jo veldig klare retningslinjer innen hva man spiser for noe (ler litt).

Intervjuer: Men si en hund som hadde vokst opp og hatt det greit før den ble slaktet?

Deltaker: Jeg hadde følt at det hadde vært litt problematisk likevel. For det er liksom... du får en helt annen relasjon egentlig, til dem enn til eksempelvis en ku, i all fall ikke de hjemme... De er liksom i en helt annen liga. Altså ikke noe galt om Angus, men det er ikke den du koser på, for da kan du like gjerne endte opp med å bli stanget.

Intervjuer: Ok, oi. Hvilket forhold hadde du til dem når du var liten da?

Deltaker: Jeg syntes det var dritmoro å erte dem, for de blir jo helt gærne.

Intervjuer: Så du terget dem?

Deltaker: Ja ja, terget dem som rakkeren. Hoppet og spratt rundt og... fikk liksom beskjed om å ikke erte dem fordi de var redde for at de skulle hoppe ut av – eller stange innhegningen i stykker.

Intervjuer: Så det er ikke en koseku som legger seg ned på marken også klør du den på magen?

Deltaker: Nei, på ingen måte. Nei, nei, nei, det gjør du ikke (ler). Ikke den type ku.

Intervjuer: Fikk du et nært forhold til dem? Var det trist når de ble sendt til slakt?

Deltaker: Nei. Nei, du får liksom ikke helt det altså. Men det har kanskje også vært et bevisst valg fra pappa sin side. For alle oss egentlig. For vi hadde, i nabokommunen, det er sikkert 15 år siden nå. Men det var en okse som hadde stukket fra gården også skulle han ha tak i den, også vet jeg ikke akkurat hvordan det skjedde, men iallfall så stanget han inn mot thorax. SÅ han ble jo egentlig bare smash, knust. Så... og det var jo selvfølgelig en okse, for det er jo de som er litt mer virile – gjerne okser eller kuer som har kalver.

Intervjuer: Som er litt hissige?

Deltaker: Ja. Og etter det så har vi vært litt bevisst på at man skal på en måte kanskje ha litt avstand til dem. Du kan ikke, altså de er ikke hunder liksom, Og de, altså de fungerer veldig annerledes. Du merker at de har veldig sann markeringsbehov. Og de kan liksom potensielt være veldig, veldig farlige. De går løs sammen så det er gjerne sann seks – du går inn i bingen også er det kanskje sann seks til åtte inne i en bing. Og da kan du ikke på en måte bare: "Åh, du er så søt", ikke sant. Hvis da én blir ivring og hopper og spretter rundt, så har ikke de noen følelse i at du detter om kull hvis de hopper på deg. De har liksom ikke helt den preferansen. De har liksom ikke helt... du har ikke den følelsen av styrke som det en annen kanskje har. Så... men samtidig så merker man at de har jo et forhold, for eksempel til pappa. Når – hvis de beiter da også roper han: "Kom da, kom da, kom da", selv om de på en måte er to hunder meter borte så kommer de travende, løpende hele gjengen. Hvis jeg roper så skjer det ingenting.

Intervjuer: Så de kjenner han?

Deltaker: Ja (ler). Så de er jo veldig bevisst sin, hva skal man si da? Sin eier. Så sann sett så har jo, du kan jo på en måte si at: "Ja, men de skjønner mye". Altså kuer er jo ikke dumme de heller, men det er på en måte ikke samme relasjon, ikke sant. Det er det det går litt på, hvilken relasjon har du til dyret. Hvor mye kan du – interessere seg med den, da. Hvor mye kontakt får man? Og hvis man ikke får så mye kontakt så er det *lettere*, sann psykologisk sett, å spise det.

Intervjuer: Ja. Har du et dyr – har du noe forhold til for eksempel hest?

Deltaker: Ja, jeg har ridd veldig mye.

Intervjuer: For hest er jo litt sann, det er jo kjæledyr og litt spisedyr. Har du spist hest?

Deltaker: jeg har gjort det men jeg visste ikke om det (ler).

Intervjuer: Oi, hvordan skjedde det?

Deltaker: Nei, det var egentlig bare sånn pølse. Ja, så det var ikke noe mer avansert enn det eller noe, sånn *biff* liksom. Men... ja, det var faktisk helt tilfeldig og da ville jeg vel ikke ha en til etterpå, men da selvfølgelig fordi de har jeg veldig, veldig forhold til. Men så, og de er jo på en måte, i hvert fall her til lands, så har vi liksom ikke noe tradisjon på det. Å spise det, eller å ha oppdrett på det. Ofte de som blir sendt til slakteri de er jo så gamle at de egner seg kun til kokekjøtt, på en måte. Men jeg tror liksom, jeg ville ikke følt at det ville vært helt... holdt jeg på å si, *rett* da, i samme forstand. Tror kanskje jeg hadde følt littegrann på det. Eller jeg har i alle fall gjort det før, men jeg har liksom ikke kommet ovenfor muligheten. Jeg ville ikke bestilt hestebiff hvis jeg var på en fancy restaurant i første omgang. Ville kanskje heller ha valgt noe... for jeg føler liksom littegranne på det likevel, faktisk. Selv om... ja. Men jeg tror det har veldig mye med vane å gjøre for noe er bare sånn: ”Ja, men det er samme som ku”, liksom. Men jeg har ridd så utrolig mye, ikke sant, hatt masse hester på en måte, så da føler man at man forstår de bedre enn et annet dyr.

Intervjuer: Så er det da riktig å si at noe av det som gjør det greit for deg å spise ku, elg, kylling, det at du har et litt mer distansert forhold til de dyrene?

Deltaker: Mhm.

Intervjuer: Men selv om det var en hund som du ikke hadde noe forhold til, så ville du ikke spist den. Men graden av nærhet generelt, og vane, har noe å si i forhold til hva du føler deg komfortabel med å spise?

Deltaker: Ja. Definitivt.

Intervjuer: Du har vært innom det tidligere, men kan du si litt mer om hvorfor det er viktig for deg å spise kjøtt? Du nevnte at du føler deg bra, og at du synes det er godt. Er det andre aspekter, for eksempel som sosialt samlingspunkt?

Deltaker: Ja, det er det gjerne også, egentlig. Jeg har jo venner som *elsker* biff og rødt kjøtt, synes det er helt fantastisk. De bare *elsker* kjøtt ikke sant, sånn: ”Aaaahh” [englekor]. Og jeg hadde jo en eks og han bare elsket kjøtt over alt på jord på en måte. Og da var jeg litt sånn: ”Men du trenger ikke å spise kjøtt tre ganger til dagen liksom. Det går helt fint”.

Intervjuer: Var det frokost, middag, og kvelds?

Deltaker: Ja, han kunne gjerne levd på kjøtt tror jeg, utelukkende. Så da var jeg litt sånn: ”Men det trenger du ikke. Det går helt fint” (ler). Vi bor ikke i Finmark liksom, med rein rett rundt hjørnet.

Intervjuer: Men det er jo noen som er helt ville etter kjøtt.

Deltaker: Ja, ikke sant. Og de har jo sjekket, de sjekket jo de samene oppe i nord. De undersøkte fettprosenten i blodet for å se om de fant mer farlige fettforhold enn det en annen har, siden de spiser veldig mye kjøtt. Men de hadde faktisk bedre blodfettnivå enn mange andre. Så det liksom at man tenker at: ”Ja, men kjøtt er så usunt”, det har ikke alltid like mye

rett. For det er noe med mengde og hvordan det tilberedes. Det er veldig mange faktorer som er inni spillet. Og hvilket dyr, hvordan har de levd? Og ditt og datt.

Intervjuer: Er kjøtt viktig for deg i forhold til helsen din?

Deltaker: Ja, altså jeg føler... noen ganger så kjenner jeg at jeg bare får skikkelig kjøttthunger, egentlig. At jeg får sånn skikkelig lyst på det. Men jeg har også hatt perioder hvor jeg ikke har spist noen ting, nesten i det hele tatt.

Intervjuer: Fordi du ikke har hatt lyst på det eller?

Deltaker: Nei, det er liksom gøy å prøve, har jeg tenkt. Men bare sånn, jeg var i Israel i sommer og da var jeg sammen med to stykker som var vegetarianere begge to. Og da spiste jeg ikke kjøtt i det hele tatt, da tenkte jeg: ”Dette er jo litt morsomt, dette kan jeg prøve”.

Intervjuer: Et lite eksperiment.

Deltaker: Ja. Og det gikk jo helt fint det også.

Intervjuer: Så du *må* ikke ha det, men du kan ha perioder hvor du får ekstra lyst på det?

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Men over til det du nevnte med positive aspekter ved kjøttproduksjon, i forhold til landareal og regulering av utmark. Er det andre faktorer som du tenker at kjøttindustrien bidrar med positivt til her i Norge?

Deltaker: Ja, det er et veldig godt spørsmål. Nå må jeg nesten tenke meg godt om, herregud (ler). Ja, altså, regulere utmark er jo definitivt en veldig, veldig viktig ting. Og det er jo... holdt på å si, både i forhold til oss ve og vel, ikke sant, at vi skal kunne bruke utmarken uten å ha med filomant og hogge ned trær selv. Som faktisk reelt sett skjer fordi, fordi det er det som er rundt omkring i landet fordi du har så lite dyr som går og beiter og da gror det igjen, så det er jo helt naturlig selvfølgelig. Så det føler jeg at det er en sånn veldig viktig greie. Også tenker jeg litt i forhold til... i forhold til sau så blir jo det brukt både til ull og til mat, det har liksom forskjellige aspekter da. Men... da er det liksom to ting. Det er vel egentlig, jeg føler at det er – da hadde jeg ikke mer å by på egentlig (ler). Kanskje det var det som var, faktisk. Også er det veldig hyggelig også da. Jeg tror... veldig hyggelig med dyr, selv om på en måte dyret går bort og du går inn liksom, så gjør det på en måte noe med oss. Det er jo veldig stas. Jeg synes jo det når jeg var og hjalp til på gården, det er litt sånn eventyr. Kalvingstid og dra rundt og styre og ordne. Det er jo, jeg synes jo det er veldig spennende.

Intervjuer: Ja, det var litt magisk å være på besøk på gård når jeg var liten, med lam og kalver.

Deltaker: Ja, det er det.

Intervjuer: Du har vært inne på dyrevelferd og miljø som ankepunkt med tanke på problematiske aspekter ved kjøttproduksjonen. Vil du si litt mer om negative konsekvenser av kjøttproduksjon?

Deltaker: Ja. Altså jeg føler at veldig mye av den informasjonen som blir frontet i media om negativt til kjøttproduksjon, og det er jo veldig mye negativt med det, det er jo ikke noe å si på det. Men det er jo, veldig mange av de kildene er jo tatt fra utlandet hvor produksjonen er helt annerledes. For eksempel fra USA hvor veldig mye av litteraturen kommer fra, og der er det jo en helt annen type drift. De står tet, tett, tett ikke sant, og derfor, holdt jeg p å si, det er ikke godt verken for den ene eller den andre. Og de blir heller ikke føret på gress, det er derfor det liksom sier ”grassfed beef”, ikke sant. For det er gjerne det de skal spise for så vidt men de spiser noe helt annet, de spiser gjerne bare kraftfôr. Også vokser de veldig fort og da er det jo mer penger å hente fordi de kan jo få flere ut raskere. Så jeg føler liksom at veldig mye av kritikken som er rettet mot kjøttproduksjon, man må liksom forholde seg til de forholdene som er *her*. Og da kanskje spesielt Europa, kanskje ikke så mye USA. Man må sammenligne seg med riktige, altså de man kan interessere seg med. Og det synes jeg veldig mange av de kritikerne kanskje ikke, de ser liksom ikke helt helheten i ting. Men jeg tenker litt sånn... kjøtt er jo egentlig litt sånn rikmannsfôr og her i landet så spiser vi jo fortrinnsvis bare kjøttet. Vi spiser ikke lever, vi har leverpostei for så vidt, men blod og alle de tingene man spiste før som var veldig billig. Så vi utnytter kanskje litt lite av dyret i forhold til det vi kanskje *burde* gjort. Og dét har jeg tenkt litt på og synes er litt tåpelig. Men det er litt sånn... fordi vi har mer penger så er det sånn det er. Når jeg var i Sør-Afrika nå, som jeg sa, før jul. Og da var vi jo i disse Townshipsene, disse gamle, der alle de svarte ble stuet. De Townshipsene er enda veldig velfungerende. Men, og mange av de der, der spiser de mage – eller mang av de tradisjonelle rettene det er mage, typ magesekk... og lever, de griller det på bålet når de griller magesekk og holder på. Og det koster ingenting, det er jo billig, ikke sant. Men så er det egentlig veldig næringsrik mat, men det er ikke – vi er ikke vant til å spise det så derfor spiser ikke vi det. Også har jeg tenkt litt på hvorfor i all verden det er sånn? Hvorfor ble vi så grådige at vi kun skulle ha indrefilet, liksom. Det er to indrefileter på en svær okse på 900 kilo, også er det én kilo indrefilet. Så man, man tenker liksom... man må (ler) [mumler] i forhold til hva dyret har å by på. Og det tror jeg ikke alltid alle tenker på. Du tror liksom at det er kun biff på den kua, men det er egentlig ikke så mye som er biff. Det er bare en liten andel, resten er faktisk suppekjøtt og alt mulig annet rart. Full av trævle og traule liksom (begge ler litt).

Intervjuer: Ja, det er jo som du sier. Det setter ting litt i perspektiv når man forstår hvor stort dyret er og hvor lite, volummessig, kjøtt du sitter igjen med som vi pleier å spise. Ala biff, filet. Det er jo mye annet igjen av det dyret.

Deltaker: Ja, veldig mye. Så det er sånne ting som jeg har tenkt på. Også tenker jeg på meg selv også, jeg har liksom hatt lyst til å lage blodpølse, på en måte litt mer av tingene vi laget før da. Fordi man da – men så hadde du ikke så mye å by på, du hadde ikke så mye penger og måtte ta det du hadde. Du kunne liksom ikke kaste bort halve dyret for det har du ikke råd til fordi da dauer halve familien din liksom. Så... ja, gud, nå kjenner jeg at jeg husker ikke en gang hva du spurte om?

Intervjuer: Jo, du er inne på det. Negative konsekvenser knyttet til kjøttproduksjon.

Deltaker: Ja, nettopp. Ja, så jeg tenker at miljø er jo en veldig sterk faktor. Men jeg føler liksom at i andre plasser, som for eksempel Toren hvor det er paddeflatt, er jo egnet nydelig for all mulig produksjon av grønnsaker og ting og tang. Men man må ut ifra hvordan forholdene man har rundt seg, så dyrker man det man kan. Og det er to prosent i Norges land som er dyrkbart. Resten er kratt og alt mulig rart. Så Norge er egentlig et veldig fint land å bare ha dyr streifende rundt i alle retninger. Og jeg tenker at det er litt sånn dumt å ikke bruke

den muligheten, ikke sant, når man har det såpass lett tilgjengelig. Enten om man da bruker sau eller geit, så drakk man kanskje geitemelken. Man må bruke det man har da, av midler. Og som sagt, det er liksom ikke én løsning på ting, man må tenke litt bredt og favne området fra ulike områder. Og selvfølgelig, hvis vi alle skal måtte ha svære kjøttfarmer her så skjønner jeg at det blir et problem. Det er bedre å ha småskala. Og det er kanskje litt sånn anti høyreregjering, men – som gjerne vil ha kjempedrifter på alt. Men jeg tenker at det er jo et problem hvis man skal ha storskala-kjøttproduksjon for da blir det litt sånn USA-tilstander, og jeg tenker at det er ikke bra for noen og enhver egentlig. Da er det bedre at man har litt mindre forhold og at man faktisk kan bruke de forholdene man har rundt da. Sånn som her hjemme ikke sant, kuene går langsetter sjøen i et stort beite som de likevel ikke får brukt til noen ting annet. Og de går på en eng ene året, så har vi spelt det neste året. Og sånn går det liksom, rundt. Og da bruker man de resursene man har der. Og de jordene som vi har da, de egner seg ikke så veldig godt til å dyrke korn på likevel, de egner seg nesten bedre til å innimellom ha ku på. Og de beiter veldig fint, faktisk. Altså de beiter helt totalt ned, de har ikke en liten centimeter igjen. Så tenker jeg at det, det er liksom... det er alltid en veldig sånn skjør balanse mellom det ene og det andre. Men – og kjøttproduksjon kan jo også gjerne få veldig negative konsekvenser hvis du ikke bruker de resursene du har, Hvis det skal overbruke så blir det veldig negativt. Men du kan gjøre det positivt ved at du – du kan bruke det til å rydde utmarken da, sånn som hjemme. Så jeg tenker at det er jo sånn typ, hovedelementet. Også har du også den delen at det er jo veldig mye import av kraftfôr, både til fisk og til kjøttfe, som jeg også tenker at ikke akkurat er så veldig bra. Og det er fordi det er billigere da, enn å kanskje ha dem gående ute. Og det er jo ikke bra. En ku har ikke lyst til å spise kraftfôr, det er ikke det den har lyst til å spise, den vil heller gå ute og gresse, det er jo det som er dens naturlige måte. Og de har jo fem mager som de gjerne vil drive littegrann med. De er jo liksom ikke laget for å spise den maten som vi vil de skal spise. Og samme med fisken, laksen. År du må tilsette antioksidanter i maten for å få kjøttet rødt eller så vil det være hvitt, så får de helt feil type mat for dem. Så tenker jeg at det må være bærekraftig for kuen så er det kanskje heller ikke bærekraftig for oss, eller... altså det vil liksom slå tilbake som en boomerang før eller senere likevel. Men det er kanskje noe av det vi har mistet, fordi alt skal være i vekst og sånn hele veien. Men jeg tror det er blitt litt mer fokus på det etter hvert. Eller, jeg har liksom følelsen av det, men småskalaprodusenter, og eh, både av kjøtt og meieriprodukter, som det også er blitt mye småskalaprodusenter på. Og det er gøy å se, at det kommer litt mer i vinden. Jeg tenker at det er det som kanskje må til da, at det må på en måte bli populært, eller komme litt mer opp i fokus da.

Intervjuer: Ja, mer oppmerksomhet og et stabilt marked gjør gjerne at flere kan tenke seg å drive med det.

Deltaker: Ja.

Intervjuer: Føler du at din bakgrunn og dine erfaringer gjør deg mer komfortabel med å spise kjøtt?

Deltaker: Ja. Faktisk.

Intervjuer: På hvilken måte da?

Deltaker: Nei, jeg er liksom ikke så redd for det. Fordi sånn som rødt kjøtt er jo veldig sånn... har veldig dårlig rykte fordi det er kreftfremkallende, og det er ikke bra for helsen og ditt og datt. Men jeg tenker at man må nok en gang se litt på kildene, ikke sant. Og en ku som

spiser gress har jo like høyt omega3-innhold som en fisk som flyter ute i sjøen. I hvert fall de oppdrettsfiskene. Så man må se ting i perspektiv og se litt i dybden, at man ikke bare ser på overflaten. Og jeg tenker også at med en sunn ku så fører det også med et sunt legeme, det får – hvordan kan et dyr som har vokst på null komma svisj og spist french fries, være bra for deg og meg? Å spise hurtigmat, liksom. Det er alltid en kobling mellom det ene og det andre. Men jeg tror også det er litt fordi man jobber i helsevesenet, ikke sant. Og det er litt, når man tenker bare: ”Altså, er det mulig så mye syk, det er ikke til å tro”. Jeg bare... blir helt satt ut egentlig. Også tror jeg vel igjen at jeg er interessert i veldig mye forskjellig, som du sikkert har skjønt nå (ler). Så da – åh, jeg vil liksom vite det, jeg vil gå ting ut i sømmene og skjønne hvorfor ting er som det er. Så jeg føler meg definitivt komfortabel ja, med å spise kjøtt. Det vil jeg absolutt si at jeg gjør. Men selvfølgelig, jeg vil gjerne vite at de har spist bra, ikke sant, spist mat som det dyret skal spise. En ku skal gjerne ikke spise kun kraftfôr, men lever egentlig på gress. Og samme med høner, de har på en måte et tarmsystem som er egnet for ett type kosthold. Og det er derfor også at jeg liker å spise økologisk, for da er det litt mer at de skal ha den og den maten. Det er litt mer regulert, og de må ofte også leve lenger fordi de har mye saktere vekst enn de andre dyrene. Så det er litt sånne ting jeg tenker på egentlig. Men jeg var liksom litt sånn stressa på det før, egentlig. Men nå har jeg landet litte grann. Nå er jeg litt sånn der, jeg føler ikke at det er noe stress, det er ikke noe problem liksom. Det er bare, det er et valg, også føler jeg liksom at alle tar sitt og der gjør jeg. Ja.

Intervjuer: Du nevnte at du stresset litt med det før. Hva stresset du med og hvordan håndterte du det?

Deltaker: jeg tror jeg var litt sånn stresset fordi jeg følte at... hvis du skal gjøre alt ”riktig”, hvis man skal spørre hva er riktig, på en måte. Så følte jeg at det var så mye forholdsregler man må ta. Og det var liksom så mye å sette seg inn i. Og hvor skal man lese informasjon? Og hvem informasjon er riktig og hvilken er gal? Og man kan helt bli sånn der: ”Å gud bedre kan ikke alt stå på ett sted? Hvor vanskelig skal det være liksom.” Og det var litt sånne ting egentlig, som var litt bakgrunn for ting. Også følte man kanskje ikke det at... at de offentlig informasjon, eller det som – nå gikk for så vidt ikke jeg inn på alle type helsedirektoratet, alle de sidene der liksom. Men de er nå veldig på sånn generell basis, jeg har ikke lest de sånn til punkt og prikke. Det er kanskje sånn man hadde gjort mer nå. Men jeg følte kanskje at informasjonen deres er så spredt, og det er vanskelig som forbruker å få en god innsikt uten at det blir sånn der, så veldig fragmentert som den debatten veldig ofte er, synes jeg. Det er liksom noe som, vi ser en synsvinkel og sånn er på en måte verden. Jeg har blant annet trent på et sånt yogasted nede i byen og de er jo vegetarianere begge to, og det er jo helt fint og flott det. Men de poster mye videoer, blant annet fra slakteri og sånt noe, og: ”Vær vegetarianer fordi du kan ikke støtte dette her”, ikke sant. Og det er til og med innenfor økologisk drift. Men så blir jeg litt sånn der... ja, jeg skjønner at for det første er den videoen tatt fra USA, nok en gang, det er *ikke* Norge, og du kan ikke sette deres reglement inn her. Så det blir liksom helt feil: ”Bli vegetarianer på grunn av USA”, fordi de blir for det første ikke importert hit... også er det liksom, jeg tenker: ”Ja, ok, jeg spiser kjøtt, men – og du vil ikke spise kjøtt en gang fordi det er ikke bra for enten dyrevelferd, klima” – for det er ofte de to barometrene de går etter. Men så tenker jeg litt sånn: ”Ja, men hvis du spiser kun grønnsaker, vet du at de er fostret opp på en god måte? Er det sånn at... hvis du for eksempel spiser masse” – ja de har jo alle disse soyapølse, ikke sant, og alle sånne mulige erstatninger for ting og tang. Er den produksjonen noe bedre, eller er den mer helsefremmende for det området der enn kjøttproduksjonen ville vært? Hvis vi for eksempel hadde hatt dyr som kunne gått fritt rundt i skogen, bare for å ta et tåpelig eksempel. Hadde det vært like bra, eller bedre, enn noen annen type ting? Så jeg tenker at man må liksom ha litt bredere perspektiv på ting, det

synes jeg er veldig – det er kanskje det jeg føler veldig mye på. For ofte er de diskusjonene, de fryktelig fragmenterte og de ser kun en synsvinkel. Men det er *aldri* ett svar på et problem, liksom. Og det er helt *utopisk* å tenke at Norge skal bli veg – eller at verden skal bli veggis. Fordi det skjer ikke. Man må liksom bare forholde seg til realitetene på en måte. For det er alt for mange som er, for det først elsker kjøtt, og synes det er helt ok å spise kjøtt. Det trenger ikke å være noe gæli med det. Og jeg synes heller ikke – man skal ikke spise så mye, ikke sant. For det er litt med at vi gjorde jo ikke, når vi var fattige og ikke hadde så mye å by på, så spiste ikke vi så mye kjøtt. Jeg tror ikke vi har behov for å spise de mengdene kanskje. Men jeg tenker at det er bedre med kvalitet fremfor kvantitet. Jeg er litt for rødt kjøtt, så da får jeg heller mindre – også kjøper jeg på en måte heller det som er dyrt og koser meg glugg i hjel med det også da er det det som er, liksom. For jeg har liksom, jeg kjenner jeg kan ha litt problemer med det der... *overflod*, den bruk og kast kulturen som vi kanskje har litt her i landet. Men det er jo et produkt – siden jeg har vært og reist i veldig fattige land hvor de ikke eier nåla i veggen, og de spiser det de har, så blir jeg litt sånn der... man kommer tilbake også tenker man sånn: ”Herregud, hva er det vi driver med egentlig? Vi bare kaster rundt oss og tror at alt er null stress.” Så man får et mer realistisk forhold til ting, og jeg tenker at det er kjempesunt at man får det. Også blir man, da løper man istedenfor rundt og plukker løvetannblomster på sommeren (ler høyt). Så det må jo være helt topp tenker jeg, det kommer jo alle til gode.

Intervjuer: Hvordan var det du fikk sortert og ordnet opp i dette som du opplevde? Du nevnte at ting var fragmentert og litt sort/hvitt hos mange, og at det var vanskelig å finne informasjon. Hvordan klarte du å – ?

Deltaker: Det er litt kom – ironisk egentlig, men jeg føler faktisk at når jeg, som jeg går videreutdannelsen nå, så har man måtte søke masse i database og har hatt veldig mye innenfor de temaene der, som du sikkert vet alt om. Og da blir man litt sånn flinkere til å se nyansene i ting. Gjerne sånn hvis folk kan si det de kan, så vil jeg gjerne gå tilbake og se på hvem er det som sier det? Hvor kommer det fra? Er det rette folk som står bak. Og hvilken, hvis de har en eller annen forskning som viser det og det, ja men hvordan var metoden og hvordan har de gått frem? Hvem er det som har bestilt? Det er alltid veldig mange aspekter ved ting da. Og det har gjort at jeg har blitt litt tryggere for så vidt innefor det.

Intervjuer: Så det går mye på kildekritikk?

Deltaker: Ja, faktisk. Men det... for jeg er jo veldig pro økologisk drift, som du sikkert har skjønt alt om. Og det er – i forhold til de, at de jobber innenfor psyke, ikke sant. Og det er jo veldig sånn, da er jo det veldig sånn... egentlig motstridende, for der er det jo ikke fokus på det i det hele tatt. Der er... men det er jo ikke økologisk, det er veldig sånn helhetlig og skal bruke det du har, og ditt og datt. Og det er ikke det man gjør i sykehusverden nødvendigvis, der er det jo på en måte én løsning på et problem. Eller to løsninger, og det står gjerne i en metodebok. Og det liksom... sånn er det og funker ikke det så vet vi ikke egentlig hva vi gjør for noe. Så... så jeg føler liksom at jeg er blitt tryggere. Men så handler det litt om alder også, at man blir tryggere etter hvert som man blir eldre. Og du skjønner på en måte mer helheten i ting. For det er veldig mye å tygge seg gjennom, veldig mye informasjon. Og det kan nesten bli litt sånn overveldende noen ganger. Men så har man på en måte, snakket seg gjennom mye. Jeg har jo aldri drevet noe gård, eller jeg verken sår eller høster eller noen ting. Så jeg har ikke så mye informasjon der, men man snakker og hører, og alt som er. Og da gjør man seg også opp noen vurderinger etter hvert. Også blir man liksom tryggere etter hvert som... altså det er flere og flere brikker som kommer på plass ettersom du lærer mer og mer. Men

likevel så har man ikke, jeg har jo ikke fasiten på ting. Men jeg føler iallfall at jeg gjør det som jeg føler er riktig da, og det som jeg er komfortabel med.

Intervjuer: Men det er ikke bare bare det, å ha funnet noe man kan si man er komfortabel med. Skal ikke kimse av det.

Deltaker: Nei nei, gud bedre. Men jeg synes det er veldig... jeg synes jo landbruk er veldig spennende. Jord og dyr og alt som er. Jeg tenker at alt påvirker hverandre i en eller annen vinkel, hele tiden. Men det er jo, ja. Det er jo, gud av meg, jeg synes dette her egentlig er veldig interessant. Og det var derfor jeg bare: ”Ja, kom og intervju meg!” (ler høyt).

Intervjuer: Det er jo litt vesentlig ja, at du synes dette temaet er spennende (begge ler). Er det noe du vil oppklare eller spørre om?

Deltaker: Gud av meg, jeg føler egentlig at jeg har skravlet i vildensky.

Intervjuer: Jeg synes du har sagt mye spennende.

Deltaker: Ok, ja men så bra da! Jeg føler egentlig at jeg har sagt, at jeg har sagt veldig mye egentlig. Jeg synes – jeg er som du skjønner egentlig for kjøttproduksjon men jeg vil at man skal ha mer fokus på å bruke hele dyret. Både av respekt for dyret men også for alle og enhver. Og bruke av de ressursene vi har her i landet. Og jeg tenker at vi har jo helt topp forhold for løsdrift av både det ene og det andre. Jeg tenker at det er jo tåpelig å ikke bruke det. Hvis man liksom skal importere typ... linser fra et land som sprøyter og holder på, er det bedre enn at vi driver med sau oppi en aller annen fjellhulle? Det er litt sånne spørsmål som jeg føler er veldig viktig i den... i den: ”Er kjøtt bra eller er det ikke bra?”. Så må man se: ”Ja, men er det bedre enn det?”. Som med transport, og leting etter nye oljefelt og ditt og datt. Det er alltid mange ting man skal ta i betraktning. Veldig mange av de virkelig fattige landene der spiser de jo fortrinnsvis egentlig kylling, eller høne som det heter, etter at de ikke gir egg igjen, for før de så spiser de jo egg, det er jo det det ofte går i. De er vegetarianere også spiser de egg, også er det kanskje melk fra en geit, også spiser de den når den er ferdig. Og det behøver ikke å være noe galt det, men i en voksende befolkning og en voksende kjøttthunger så tenker jeg at da må man være enda mer bevisst på hvordan man produserer ting og tang. For det blir veldig, veldig spesielt. Og det gjelder ikke bare kjøtt, men det gjelder grønnsaker. Hvis alle spiser grønnsaker så må du også produsere det på en bærekraftig måte. Om du har en skau som du kan ha dyr som kan gå rundt i, eller om du skal ta ned skauen for å plante grønnsaker, så er det på en måte... Hva er bra av disse to tingene her?

Intervjuer: Du må veie litt for og i mot?

Deltaker: Ja. Også må man – så tenker jeg litt i forhold til kjøtt, så må man være litt mer bevisst på at man bruker opp hele dyret, at man ikke kaster kjøttet som faktisk har blitt laget da. At man kan se litt flere muligheter. Men det er vel kanskje litt kultur, fordi vi har så mye penger her i landet at vi kan jo kjøpe det vi vil ha. Selv om vi mener at maten er dyr så er den jo ikke det i forhold til inntekstnivået vårt. Vi hadde hatt råd til å betale mye mer for maten, men du vil heller bruke det på ferie, klær, og ting og tang. Men jeg tenker liksom at det du spiser det skal nødvendigvis få deg til å leve og ha det bra. Så heller det enn masse klær. For har du ikke helse så har du ingenting. Det er liksom så enkelt som det. Og det du (ler), jeg blir litt sånn flau når jeg sier det, jeg høres ut som *den guruen* liksom... men jeg tenker at det

man spiser, eller hvordan man lever, det vil jo alltid påvirke alt. Så det har veldig mye å si føler jeg, på alle mulig måter. Man skal aldri ta vekk kraften av forbrukeren, selv om man bare er en person, eller ti personer. Man har alltid, det bonden produserer, eller verden produserer, det er det kunden vil ha. Ellers så ville de ikke fått solgt det, det er så enkelt som det. Og her i landet så har jeg faktisk råd til å kjøpe ting. Det er ikke sånn at du må gå på Maccern sånn som det er i enkelte plasser i USA for eksempel. At det er billigere å gå på Maccern og kjøpe seg mat enn å gå og kjøpe seg grønnsaker eller kjøtt som er bra for deg. Vi har liksom ikke samme problemet her og da tenker jeg at da er det ikke noen grunn til å *ikke* ta ansvar også. For det er ikke bare for oss, det er for verden for øvrig. Så det synes jeg er viktig. Men det er jo ikke alle som er så holdt jeg på å si ekstreme (ler). Eller, ikke ekstreme, men som har tenkt så mye på deg som jeg har, det må jeg bare si (ler). Men jeg tenker at det er jo bare fint fordi alle har sine interessert, og da kan jeg, hvis folk pirker litt på det, så kan jeg komme med en sånn lang utbrodering også trenger ikke de lese for å finne ut av det. Da kan jeg bare komme med hele løsningen servert, ferdig snakket ikke sant, også er det veldig greit. Så alle bidrar på sin måte, tenker jeg da (ler). Nå tror jeg at jeg faktisk er ferdig.

Appendix D – Informed Consent (Pilot Study)

Informasjonsskriv

Bakgrunn og formål

Våre spisevaner blir stadig oftere forbundet med viktige temaer som helse, klima og dyrevelferd, og får stadig større global oppmerksomhet. Dette forskningsprosjektet undersøker våre matvaner, og vil basere seg på intervjuer og en spørreundersøkelse som tar for seg nordmenns tanker rundt det å spise kjøtt. Spørreundersøkelsen som du inviteres til å ta del i vil se på unge nordmenns holdninger, intensjoner, og atferd knyttet til kjøttspising. Hvilke faktorer gjør for eksempel at vi spiser kjøtt, og hvor mye kjøtt spiser vi i løpet av en dag? Det er ønskelig med både mannlige og kvinnelige deltakere. Dersom du ønsker å være med i studien må du være mellom 18-35 år, spise kjøtt som en del av ditt kosthold, være fysisk frisk, og være singel. Disse kriteriene stilles fordi jeg ønsker å få et bilde av holdninger og tanker hos unge voksne, single nordmenn, samt fordi kosthold kan påvirkes av både fysisk helse og sivil status. Denne studien er en del av min masteroppgave i Samfunns- og kulturpsykologi ved Universitetet i Oslo.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Spørreundersøkelsen vil ikke ta mer enn 20 minutter å fullføre og vil besvares online. Spørsmålene vil omhandle holdninger og atferd knyttet til det å spise kjøtt. Kjøtt refererer her til: rødt kjøtt, hvitt kjøtt, og fisk. Spørsmålene vil være på norsk.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Dine svar på spørsmålene vil ikke kunne knyttes til personlig informasjon om deg. Alt datamateriale som samles inn vil lagres på en passordbeskyttet datamaskin. Det er kun meg, min veileder, og prosjektgruppen som vil ha tilgang til personopplysninger og dine svar på spørsmålene i spørreskjemaet. Deltakere i dette prosjektet vil ikke kunne gjenkjennes i publikasjon. Sluttresultatet av dette prosjektet vil være en masteroppgave, men det kan også være at prosjektet blir forsøkt publisert som en akademisk artikkel i eksempelvis tidsskrifter som omhandler sosial psykologi, ernæring, spiseatferd. Prosjektet skal etter planen avsluttes i mai 2018. Etter fullføring vil personopplysninger og datamateriale fullstendig anonymiseres og ingen andre vil ha tilgang på personopplysninger om deg.

Tilgang på din registrerte informasjon

Ved deltakelse i denne studien har du rett til tilgang på den informasjonen som er registrert om deg. Du kan foreta potensielle endringer (legge til, endre, eller fjerne) informasjonen som er registrert om deg. Alle endringer må foretas og sendes tilbake til Sofie Tellefsen Holm i løpet av 2 uker etter at du har fullført spørreundersøkelsen.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Du kan velge å avbryte din bevarelse av spørsmålene, og du trenger ikke å fullføre besvarelsen dersom du ikke ønsker det. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Sofie Tellefsen Holm, 0047 92065703 / sofie.t.holm.sth@gmail.com (masterstudent) eller Beate Seibt, 0047 22845147 / beate.seibt@psykologi.uio.no (veileder). Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

Informasjon om studiens sluttresultat

Ta kontakt med Sofie Tellefsen Holm, 0047 92065703 / sofie.t.holm.sth@gmail.com dersom du ønsker mer informasjon om studiens resultater.

Du kan velge å delta i denne studien kun som et utdanningsformål. Dersom du velger dette vil dine data ikke bli brukt i denne studien.

- Statistisk bruk og utdanningsformål
- Kun utdanningsformål

Jeg har lest og godtar betingelsene ovenfor (du får kun fortsette dersom du svarer 'Ja')

- Ja
- Nei

Debriefinformasjon

Hva handlet denne studien om?

Våre spisevaner blir stadig oftere forbundet med viktige temaer som helse, klima og dyrevelferd, og får stadig større global oppmerksomhet. I denne studien var vi interessert i å få et innblikk i unge voksne nordmenns tanker knyttet til det å spise kjøtt og hvilke matvaner vi har. Jeg ønsket å få vite mer om hvilke faktorer som gjør at vi spiser kjøtt og hvordan denne delen av vår diett oppleves for nordmenn flest.

Hvordan ble studien gjennomført?

Hoveddelen av dette prosjektet vil basere seg på intervjuer som omhandler unge voksne nordmenns tanker knyttet til det å spise kjøtt. Hvilke tanker har unge nordmenn om eget og andres kjøttkonsum, og hvordan rasjonaliserer man rundt valg knyttet til dette? I denne studien ønsket jeg å få vite mer om hvilke faktorer som gjør at vi spiser kjøtt og hvordan denne delen av vår diett oppleves for nordmenn flest.

Denne spørreundersøkelsen undersøkte unge voksne nordmenns spisevaner, hvilke faktorer som påvirker når og hvor mye kjøtt de spiser, og hvilke intensjoner de har om å øke eller redusere mengden kjøtt de spiser. Studien besto av et online spørreskjema som målte hvordan faktorer som subjektive normer, holdninger persipert atferdskontroll og ambivalens påvirker intensjon og faktisk atferd relatert til det å spise kjøtt.

Hvorfor er denne studien viktig?

I global sammenheng viser forskning at vi mennesker, også nordmenn, spiser for mye kjøtt, og at rødt kjøtt spesielt er forbundet med negative helse-effekter. Kjøttproduksjon er også forbundet med negative konsekvenser for miljøet, og med etiske problemer knyttet til dyrevelferd. En måte å forsøke å adressere disse problemene på er ved å undersøke unge voksne nordmenns spisevaner, hvilke faktorer som påvirker når og hvor mye kjøtt de spiser, og hvilke intensjoner de har om å øke eller redusere mengden kjøtt de spiser.

I tillegg vil denne studien kunne gi en indikasjon på hvilke intensjoner unge norske nordmenn har om å øke eller redusere mengden kjøtt de spiser, samt hvor mye kjøtt de gjennomsnittlig spiser nå.

Kontaktinformasjon

Dersom du har spørsmål, eller er interessert i resultatene fra denne studien, ta kontakt med Sofie Tellefsen Holm, 0047 92065703 / sofie.t.holm.sth@gmail.com, eller veileder Beate Seibt, 0047 22845147 / beate.seibt@psykologi.uio.no

Tusen takk for din detakelse!

Ytterligere litteratur

Dersom du synes dette temaet var interessant er du velkommen til å kontakte Sofie Tellefsen Holm, 0047 92065703 / sofie.t.holm.sth@gmail.com så sender jeg deg gladelig litteratur om temaet. En fin introduksjon vil også være:

Loughnan, S., Bastian, B., & Haslam, N. (2014). The psychology of eating animals. *Current Directions in Psychological Science*, 23(2), 104-108. Doi: 10.1177/0963721414525781

Povey, R., Conner, M., Sparks, P., James, R., & Shepherd, R. (2000). The theory of planned behaviour and healthy eating: Examining additive and moderating effects of social influence variables. *Psychology & Health*, 14(6), 991-1006.

Doi: <http://dx.doi.org/10.1080/08870440008407363>

Sutton, S. (1998). Predicting and explaining intentions and behavior: How well are we doing?. *Journal of applied social psychology*, 28(15), 1317-1338. Doi: 10.1111/j.1559-1816.1998.tb01679.x

Valvik, M. E., & Ruud, S. (2016, February 15). Trendy blant unge å velge bort kjøtt.

Aftenposten. Retrieved from: <http://www.aftenposten.no/okonomi/Trendy-blant-unge-a-velge-bort-kjott-8755b.html>

Appendix E – Survey and demographics (Pilot Study)

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Mine nære venner mener at jeg skal kjøpe/spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mine kollegaer mener at jeg skal kjøpe/spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det betyr mye for meg hva mine venner mener om hva jeg spiser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kjøper kjøtt for å lage mat som mine venner liker	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg lager matretter som inneholder kjøtt fordi barnet mitt/barna mine liker å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Når jeg lager middag til familie eller venner tar jeg med i betraktning hvor mye kjøtt de liker å spise	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg spiser hovedsakelig vegetarisk når jeg lager middag til meg selv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg spiser kjøtt fordi vennene mine gjør det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg ville spist mindre kjøtt dersom en nær venn sluttet å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Det er sunt å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er trygt å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har stor tiltro til norske kjøttprodusenter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er nødvendig å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kjøtt smaker godt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er normalt å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg liker å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg foretrekker en matrett som inneholder kjøtt fremfor en som ikke gjør det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det å spise visse kjøttretter er en del av min identitet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det å spise pølse på 17. mai er en del av min identitet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det å spise pinnekjøtt til jul er en del av min identitet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er miljøskadelig å produsere kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er miljøskadelig å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Av hensyn til produksjonsdyrene er det uetisk å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Norsk kjøttproduksjon påfører produksjonsdyrene lidelse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

hvilke aspekter med å spise kjøtt er viktigst for deg? Vennligst sorter aspektene, 1 er den viktigste, 7 er den u viktigste

• helse	1
• smak	2
• identitet	3
• miljø	4
• dyrevelferd	5
• pris	6
• mattrygghet	7
• noe annet <input type="text"/>	8

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg har stor kontroll over hvor mye kjøtt jeg spiser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det vil være vanskelig for meg å spise mindre kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det vil være lett for meg å slutte å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er vanskelig for meg å lage mat uten kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg vet ikke hva jeg skal erstatte kjøtt med når jeg lager mat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg føler ingen konflikt knyttet til det å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg synes det er vanskelig å vite om jeg skal spise kjøtt eller ikke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg spiser kjøtt med god samvittighet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg planlegger å spise kjøtt denne uken	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg planlegger å redusere mengden kjøtt jeg spiser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg planlegger å øke mengden kjøtt jeg spiser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg planlegger å slutte å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i det følgende utsagnet

	Hver dag	4-6 dager i uken	2-3 dager i uken	1 dag i uken	Sjeldnere enn 1 dag i uken
Jeg spiser kjøtt til middag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i det følgende utsagnet

	1-2 ganger til dagen	2-4 ganger til dagen	Hver dag	4-6 dager i uken	2-3 dager i uken	1 dag i uken	Sjeldnere enn 1 dag i uken
Jeg spiser kjøtt pålegg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Demographics

Kjønn

Mann

Kvinne

Hvilken nasjonalitet har du?

Norsk

Annet (spesifiser) _____

Alder _____

Hvor vokste du hovedsakelig opp?

- Norsk storby (spesifiser) _____
- Norsk by eller større tettsted (spesifiser) _____
- Mindre sted eller landsbygd i Norge (spesifiser) _____
- På et gårdsbruk hvor vi hadde ku/gris/sau/høner (spesifiser) _____
- Annet (spesifiser) _____

Hvilket fylke bor du i nå?

- Oslo
- Rogaland
- Hordaland
- Annet (spesifiser) _____

Har du barn? (flere svaralternativ tillatt)

- Ja, alder: _____
- Hvor mange? _____
- Nei

Hva er din sivile status? (flere svaralternativ tillatt)

- Singel
- Gift
- Samboer
- Skilt
- Enkemann
- Enke

Annet (spesifiser) _____

Hva er din høyeste fullførte utdanning?

Mindre enn grunnskole

Grunnskole

Videregående skole

Høgskole/universitet (tilsvarende bachelor)

Høgskole/universitet (tilsvarende master)

Høyere enn mastergrad

Annet (spesifiser) _____

Hva er din arbeidssituasjon?

Arbeidsledig, på jakt etter arbeid

Arbeidsledig, søker ikke aktivt etter arbeid

Vikar

Student

Deltidsansatt

Heltidsansatt

Permittert

Arbeidsufør

Pensjonert

Annet (spesifiser) _____

Hva er din nåværende boligsituasjon?

Jeg eier en leilighet/et hus

- Jeg leier en leilighet/et hus
- Jeg bor med foreldrene mine
- Jeg bor med besteforeldrene mine
- Jeg bor i kollektiv
- Jeg bor i en sosialbolig
- Annet (spesifiser) _____

Hvordan vil du beskrive din fysiske helse? (flere svaralternativ tillatt)

- Jeg regner meg som helt frisk
- Jeg har problemer med fordøyelsen
- Jeg har nylig hatt tanninfeksjon/halsinfeksjon/mageinfeksjon
- Jeg har nylig hatt forkjølelse eller influensa
- Annet (spesifiser) _____

Appendix F – Informed consent (Study 1)

For informed consent, see Appendix D. The information provided was identical in the Pilot Study and Study 1.

Appendix G – Survey (Study 1)

Jeg spiser kjøtt eller kjøttpålegg (ikke inkludert fisk. For eksempel: biff, beacon, pølse, kjøttdeig, burger, pizza m/kjøtt, leverpostei, skinke, servelat, salami osv)

- 7 dager i uken
- 6 dager i uken
- 5 dager i uken
- 4 dager i uken
- 3 dager i uken
- 2 dager i uken
- 1 dag i uken
- Sjeldnere enn 1 dag i uken

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg føler at folk rundt meg forventer at jeg spiser kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kjenner folk som ikke spiser kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg ville følt meg som vanskelig dersom jeg ba om vegetarmat i et selskap	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har nære venner eller familiemedlemmer som ikke spiser kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg ville følt at jeg var til bry for andre dersom jeg ikke spiste kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er normalt å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg ville spist mindre kjøtt dersom en nær venn sluttet å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hva du synes passer best

	Å spise kjøtt på mindre antall dager enn det jeg for øyeblikket gjør vil:								
Være veldig sunt for meg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Være veldig usunt for meg
Gjøre at jeg spiser mye variert mat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Gjøre at jeg spiser lite variert mat
Ha en positiv effekt på min helse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ha en negativ effekt på min helse
Påvirke min identitet på en positiv måte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Påvirke min identitet på en negativ måte
Være trygt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ikke være trygt
Føre til mindre klimagasser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Føre til mer klimagasser
Være bra for produksjonsdyrene	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Være dårlig for produksjonsdyrene
Være bra for figuren min	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Være dårlig for figuren min
Bety mye god og smakfull mat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Bety mye kjedelig mat jeg ikke liker
Være mer bærekraftig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Være mindre bærekraftig
Påføre produksjonsdyrene mindre lidelse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Påføre produksjonsdyrene mer lidelse
Være bra for miljøet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Være dårlig for miljøet
Bety at jeg fremdeles vil få i meg alle nødvendige næringsstoffer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Bety at jeg går glipp av nødvendige næringsstoffer

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg har aldri tenkt over det at jeg spiser kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har spist kjøtt så lenge jeg kan huske	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har i perioder tenkt nøye over hvor mye kjøtt jeg ønsker å spise	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hva du synes passer best

Det å velge vegetarisk mat er noe:

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg gjør uten å måtte minne meg selv på det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør uten å måtte tenke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør uten at jeg er klar over at jeg gjør det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør automatisk	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hva du synes passer best

Det å velge mat med kjøtt i er noe:

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg gjør uten at jeg er klar over at jeg gjør det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør uten å måtte minne meg selv på det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør automatisk	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør uten å måtte tenke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg vet mye om helsekonsekvensene av å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg vet mye om hvilke forhold norske kjøttproduksjonsdyr lever i	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg vet mye om konsekvensene av kjøttproduksjonen på miljøet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Dersom mange kutter ned på mengden kjøtt de spiser kan vi redusere lidelsen for produksjonsdyrene	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg føler at jeg kan utrette en positiv forskjell ved å spise mindre kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg tror at en reduksjon i mengden kjøtt jeg spiser kan gjøre en forskjell for miljøet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg tror ikke mitt valg om å spise mindre kjøtt vil gjøre noen forskjell hverken for miljøet eller for produksjonsdyrene	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hvilke aspekter er viktigst for deg og **gjør at du spiser kjøtt**? Sett alle aspektene du synes er viktige inni feltet. Vennligst sorter aspektene, 1 er det viktigste.

Items	Disse aspekter er viktigst for meg
pris	
å holde vekten min	
mattrygghet	
lett tilgjengelig	
å føle meg fit og i form	
smak	
helse	
dyrevelferd	
identitet	
miljø	

Hvilke aspekter er viktigst **for at du velger vegetarisk mat**? Sett alle aspektene du synes er viktige inni feltet. Vennligst sorter aspektene, 1 er det viktigste. Hvis du aldri velger vegetarisk mat og ikke planlegger å gjøre det så svar ikke på dette spørsmål.

Items	Disse aspekter er viktigst for meg
helse	
smak	
miljø	
å holde vekten min	
identitet	
lett tilgjengelig	
mattrygghet	
dyrevelferd	
pris	
å føle meg fit og i form	

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg vet ikke hva jeg skal erstatte kjøtt med når jeg lager mat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det vil være lett for meg å slutte å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er usikker på hvor jeg kan kjøpe god vegetarisk mat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det vil være vanskelig for meg å spise mindre kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det tar mye tid for meg å finne og å lage mat uten kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg synes det er lett å få tak i vegetarisk mat i matbutikkene jeg handler i	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kan lage god vegetarisk mat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har stor kontroll over hvor mye kjøtt jeg spiser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vennligst indiker hvor uenig eller enig du er i de følgende utsagnene

	Veldig uenig	Uenig	Noe uenig	Hverken uenig eller enig	Noe enig	Enig	Veldig enig
Jeg spiser kjøtt med god samvittighet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kjenner ikke til positive eller negative konsekvenser av å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg vet om både positive og negative konsekvenser av å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg klarer ikke å ta stilling til om jeg skal spise kjøtt eller ikke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg synes det er vanskelig å vite om jeg skal spise kjøtt eller ikke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg føler ingen konflikt knyttet til det å spise kjøtt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

For demographics: see Appendix E (the demographics questions were identical for the Pilot Study and Study 1).