

Stjärnkocken Joel Åhlin öppnar vegansk pop-up där menyn ska bota rädsla för vegansk mat

Tillsammans med vegovarumärket Violife öppnar den prisbelönta krögaren Joel Åhlin en pop-up-restaurang där avsmakningsmenyn inte bara är 100% vegansk, utan också inspirerad av KBT-terapi.



Det veganska köket är omgivet av förutfattade meningar, exempelvis att vegansk mat skulle smaka sämre än animalisk. Nu har krögaren Joel Åhlin – en av medgrundarna till Agrikultur, Bar Agrikultur och Fafelle – gått samman med vegovarumärket Violife och klimatpsykologen Frida Hylander för att slå hål på fördomarna. Resultatet: en femrätters avsmakningsmeny som med hjälp av KBT ska få gästerna att övervinna sin rädsla för vegansk mat. Den Veganska Terapimenyn serveras på en pop-up-restaurang i Stockholm som öppnar 27/11.

– Menyn är delvis framtagen med glimten i ögat för att få oss att reflektera kring den här snudd på irrationella rädslan som finns mot att äta veganskt. Men vi ville också skapa en givande matupplevelse som ger mervärde och kan lämna ett avtryck på längre sikt. En perfekt middags dejt för den som behöver en extra skjuts för att gå utanför sin komfort zone, säger Joel Åhlin.

Menyn består av fem rätter som är helt och hållet tillagade av veganska råvaror, bland annat Vioblock, Violife's veganska alternativ till smör. Bland annat serveras Svamptost med tryffel och Misorostad butternutpumpa. De olika rätterna speglar terapeutiska element som habituering, exponeringsterapi och återfallsprevention, hämtade från KBT-terapi.

– Att överkomma en rädsla handlar i grund och botten om att möta det man är rädd för. Den här menyn som inspirerats av KBT-inslag kombinerar upplevelsen av att äta god mat med att samtidigt få verktygen att bryta ner och avdramatisera de rädslor och vanor som står i vägen för att hitta nya matvanor, säger

Frida Hylander, klimatpsykologen som hjälpt till att utforma menyn.

Rätterna kan antingen lagas hemma eller ätas på pop-up-restaurangen, som är öppen den 27 november i Temporärts lokaler på Kungsholmen i Stockholm.