

Pressmeddelande 2009-08-03

## Middagsfrid kommer till nio nya städer lagom till semestrarna tar slut

**Succén Middagsfrid, som är den snabbast växande aktören inom hemleverans av matvaror i Sverige, blir lagom till att semestrarna börjar ta slut tillgänglig i nio nya städer. För hushåll i Örebro, Västerås, Enköping, Eskilstuna, Halmstad, Helsingborg, Ängelholm, Landskrona och Höganäs finns det nu möjlighet att den eviga middagsfrågan och dåligt samvete för att det äts för mycket färdigmat och halvfabrikat förvandlas till ett minne blott. Den första hemleveransen till prenumeranter i de aktuella orterna sker idag – måndag.**

Middagsfrid är en ny het företeelse som har spridit sig snabbt främst genom rekommendationer. Middagsfrid startades hösten 2007 av före detta managementkonsulten, matentusiasten och trebarnsmamman Kicki Theander och har växt mycket snabbt. Idag prenumererar över 3 000 hushåll i Storstockholm, Göteborg, Malmö, Lund, Linköping, Norrköping och Uppsala på Middagsfrids veckomat-kassar och recept.

Idén är att förenkla middagsbestyren för barnfamiljer och andra hushåll som vill ha bra hemlagad mat lagad från bra råvaror på bordet varje kväll. Middagsfrids kunder får varje vecka två matkassar fyllda med råvaror levererade till dörren plus 30-minuters recept för fem middagar.

- Vi vänder oss till familjer och hushåll som har ambitioner med middagsmaten men som upplever en brist på tid, kunskaper eller fantasi, säger Kicki Theander.

Grundaren Kicki Theander drivs av ett stort intresse för mat kombinerat med en vision att göra livet enklare för andra samtidigt som hon garanterar att hennes kunder får bra mat såväl från hälso- som miljösynpunkt. Nu vill hon sprida sin tjänst till så många som möjligt och några av de första orterna utanför storstadsregionerna är Örebro, Västerås, Enköping, Eskilstuna, Halmstad, Helsingborg, Ängelholm, Landskrona och Höganäs.

- Att valet föll på dessa städer kändes naturligt eftersom vi har fått en hel del spontana förfrågningar efter våra tjänster på vår webbplats [www.middagsfrid.se](http://www.middagsfrid.se) från hushåll i regionen. Därför går det nu bra för alla hushåll i dessa städer att prenumerera på våra matkassar och den först leveransen ut till hushållen sker idag, säger Kicki Theander.

Kickis engagemang för bättre mat ledde i höstas till att hon startade ett uppror mot livsmedelsbranschen i fråga om tillsatser i maten. Hon är mycket restriktiv med tillsatser och bojkottar flera av de värsta – till exempel natriumglutamat som också kallas MSG eller E621. Kicki driver också ett opinionsarbete där hon svartlistar varor med de aktuella tillsatserna.

Hon skriver varje vecka till alla sina kunder som får leverans med personliga reflektioner och de recept som kommer med matkassarna. Kicki tipsar om bra varor att köpa i djungeln av alla dåliga – vilka ostar är tillsatsfria, vilka smörgåspålägg är bra, tips på lämpliga mellanmål och så vidare. Kicki driver även frågan på Middagsfrids diskussionsforum på Facebook samt på den egna bloggen <http://middagsfrid.blogspot.com/>



- Syftet är skapa ett tryck på branschen och livsmedelsverket. Målet är att ingen ska behöva äta saker där vi riskerar vår hälsa, säger Kicki.

En annan viktig del i Middagsfrids koncept är miljöaspekten. Middagsfrid tittar därför på hela kedjan med allt från miljöeffekter vid själva livsmedelsproduktionen till svinnet, det vill säga mat som slängs.

- Vi har därför till exempel en stor andel kött från fågel, lamm och vilt i våra recept. Vi avpassar dessutom våra recept och matkassar så att våra kunder slänger så lite råvaror som möjligt. Inget eller minimalt av råvaror med kort hållbarhet ska finnas kvar när veckan är slut, säger Kicki Theander.

Transportfrågan sköts av lokala åkerier som kör ut Middagsfrids matkassar till kunderna.

#### **För mer information:**

Kicki Theander, 073-72 811 48, [kristina.theander@middagsfrid.se](mailto:kristina.theander@middagsfrid.se)

Se även <http://www.middagsfrid.se> och <http://middagsfrid.blogspot.com/>

**OBS!** Pressbilder kan laddas ner från:

<http://www.middagsfrid.se/default.aspx?pg=ca19835d-d33a-42d1-a961-9c8129d80d80>

#### KORT OM KICKI THEANDER:

Sedan Kicki Theander fick egna barn har hon funderat på hur hon kan hjälpa familjer med den eviga middagsfrågan och med att äta mer lagad och nyttig mat. Kicki är civilekonom med mat som passion. Som trebarnsmamma har hon också blivit allt mer intresserad av hur maten påverkar hälsa och miljö. Hösten 2007 följde hon sin matpassion, sade upp sig från sitt arbete som managementkonsult och startade Middagsfrid. Drivkraften är att hjälpa familjer att få ihop vardagspusslet kring middagsfrågan och även att på sikt påverka livsmedelsbranschen till det bättre. Kicki blev nyligen utsedd till Årets tjänsteutvecklare och hon var också nominerad till Årets företagerska.

#### SÅ HÄR SER MIDDAGSFRIDS TJÄNST UT:

Middagsfrids tjänst börjar i provköket och själva leveransen är en välplanerad kasse med just de råvaror som behövs för hela veckomenyn, för fem dagar och fyra personer. I kassen finns också de utprovade recepten utförligt beskrivna. Recepten är enkla, de tar normalt cirka 30 minuter att laga, och kan lagas även av oerfarna. Recepten tas fram och råvarorna väljs med hänsyn till tidsåtgång, näringsinnehåll, miljöpåverkan, smak och pris. Det mesta i matkassarna är färska råvaror och en hel del är ekologiskt, utan tillsatser och inte minst klimatsmart. Exempelvis försöker Middagsfrid i möjligaste mån undvika växthusodlade grönsaker och på köttsidan dominerar fågel, lamm och vilt medan det är mindre av nöt- och fläskkött. Alla råvaror som behövs för veckomatsedeln plockas omsorgsfullt ihop och transporteras kollektivt i små kylbilar till hushållen.

Hela kedjan från recept till leverans genomförs på ett sätt som också gör Middagsfrids matkassar prismässigt konkurrenskraftiga. En leverans med veckans middagsmat kostar 875 kronor. En undersökning visar att 33 procent av Middagsfrids kunder upplever att de har sänkt sina matkostnader sedan de blev kunder, 13 procent upplever att deras matkostnader har ökat. Det går att prenumerera på matleveranser varje vecka eller varannan vecka, samt ändra eller sluta med elva dagars framförhållning. Nya kunder binder sig för två leveranser.