

# HEM BAKNINGS RADET

Vi behöver skapa  
traditioner, antikvarie  
i Lund förklarar  
sid 1

Bullarna tog slut  
Magkänslan var rätt  
Ett bakverk  
förmer än andra  
sid 2

Doften av kanelbullar  
är svårslagen  
Björn Hellman, vd  
för Sveriges Bagare  
och Konditorer

Recept  
Jubileumsbullen  
sid 3

Tävla och vinn  
Designa en ny  
kanelbulle



Kalle Bagare i ny bok  
sid 4



Nyhetsbrev från Hembakningsrådet: Nr 3 September -08

## Klang och jubel - tionde gången för en nyskapad tradition!

*Det började 1999 med ett fyrtioårskalas för Hembakningsrådet och är nu allas tradition. I år firar vi Kanelbullens Dag för tionde gången. Alla är eniga om att kanelbullen är det bakverk som bäst representerar hembakat i Sverige.*

*(Läs mera i intervjuerna med Kaeth Gardestedt och Holger Svensson). Liksom att*

*kanelbullen är värd en egen dag. Den är en klassiker i vår brödkultur och finns inte i andra brödkulturer. Visst finns liknande smakkombinationer och snarlika former men ändå inte alldeles samma bulle som vår enkla vetesnurra med lagom mycket söt fyllning. Ingenting märkvärdigt, inget wienerbröd, ingen frosting – bara ett enkelt stycke vetebrod serverad som doppa till kaffe eller mjölk. Längre, längre har bullen varit obligatorisk vid alla kafferep, alla saftkalas och till alla kyrkkaffe. Då det är särskilt praktiskt att servera en färdigportionerad bulle.*

*I år bjuder vi av hela hjärtat och firar med två dussin bullar i en härlig Jubileumsbulle. Receptet hittar du på nästa uppslag. Jag hoppas också att berättelserna från t ex. Glommersträsk och New York ger dig inspiration att tävla i bulldesign! All tradition är ju förändring. På [www.hembakningsradet.se](http://www.hembakningsradet.se) och [www.kanelbullensdag.se](http://www.kanelbullensdag.se) hittar du fler kanelrecept och mer tävlingsinfo.*

*Hälsar Birgit Nilsson Bergström  
Projektledare, Hembakningsrådet*



## Vårt behov av att skapa traditioner

Vi har ett stort behov av traditioner, säger Anders Jansson, antikvarie vid Kulturen i Lund. Vi är snabbare och mer benägna att förändra oss numera tack vare Internet, bloggar, resor mm.

Det tror han är en del av förklaringen till varför Kanelbullens Dag så snabbt fått fäste som en tradition. - Det är helt enkelt roligt att fira Kanelbullens Dag och det handlar ju om mat. Vi är helt besatta av mat i Sverige! förklarar Anders Jansson. Idén med Kanelbullens Dag är genialisk, en trivsamt dag som handlar

om något tryggt och välkänt som också är mumsigt. Vi stötts också av att se alla vackra skyltar i butiker, konditorier och hos bagare för det finns en kommersiell ryggrad precis som med många traditioner t ex Mors och Fars dag. Men det är så lätt att fira en kanelbulle och det vilar en hemtrevlighet över den 4 oktober.

Det är intressant att studera vad som gör att en tradition verkligen blir en tradition, fortsätter Anders Jansson. Jag citerar en intressant blogg som handlar om våra högtider där läraren Mattias



Foto: Agneta Thorsé och Maria Paulsson

## Vikten av tradition forts...

Axelsson beskriver vad matforskaren Jonathan Metzger sagt om uppkomsten av en tradition: Det som gör det till en tradition, paradoxalt nog, är att vi upphöjer det till en tradition. Alltså - traditioner blir traditioner först när vi bestämmer oss för det. Anders Jansson avslutar med ett något överraskande konstaterande; en tradition behöver utveckling och förändring för att överleva. All tradition är förändring!

## Kall mjölk och varm kanelbulle är en riktig höjdare!

Vi frågade några engagerade kanelbulleälskare om Kanelbullens Dag, vad dagen betyder för dem och hur de helst äter sin bulle.

Holger Svensson, fd marknadschef på Jästbolaget, får börja att berätta om upprinnelsen till Kanelbullens Dag. Holger var ordförande i Hembakningsrådet när Kanelbullens Dag såg dagens ljus 1999.



För mig är kall mjölk och en varm kanelbulle en riktig höjdare, avslöjar Holger Svensson.

-1999 skulle Hembakningsrådet fira sitt 40-års jubileum. Medlemmarna var då Kungsörnen, Van den Berghs Food, Danisco Sugar och Jästbolaget. Vi tyckte att Hembakningsrådet var anonymt utanför kretsen av hushållslärare och journalister.

Då kom Kanelbullen upp som en symbol för det svenska hembaket, dessutom det svenskaste bakverk vi kände till. Första året var väl ganska lugnt. Men redan det andra året 2000 ringde en bagare till

mig och sa; - Det här med Kanelbullens Dag måste ni berätta för oss bagare om, mina kanelbullar tog slut klockan 10 på förmiddagen!

Vi kontaktade bagerigrossisterna Kobia, Kåå och Nord Mills som tog fram material för bagerier och konditorier. Med bullbak på Ikea och provsmakning av kanelbullar i radio, TV och tidningar blev Kanelbullens Dag något som firades i både hem och på företaget. Genom Svenska kyrkan blev dagen känd utomlands.

När vi bakade på Ikea intervjuade jag dem som kom och smakade. Många berättade att de kom ihåg när de kom hem från skolan och redan i trappan kände doften av mammas kanelbullar

### *Ett bakverk förmer än andra*

Angela Everbäck, marknadschef Danisco Sugar och Hembakningsrådets nuvarande ordförande säger så här:

- Kanelbullens Dag för mig är en fantastisk bekräftelse på att kanelbullen är ett bakverk som är förmer än andra. Det är förknippat med många positiva minnen, inte minst doften och känslan när man tar ut egenhändigt bakade kanelbullar ur ugnen. En av de starkaste traditioner vi har i Sverige som på ett positivt sätt följer oss i livet.

### *Kanelbullens fanclub*

Vi får ofta härliga hälsningar från utlandssvenskar som berättar om hur viktig kanelbullen är – en riktig kulturbärare. Från USA, Kanada, England, Finland och Thailand. Från Svenska Klubben i Bremen, Svenska Handelskammaren i London och Svenska Skolan i Riyadh. Alla bullbagare önskas lycka till den 4 oktober!

## Födde en ny tradition



-Jag äter helst min kanelbulle med ett glas iskall mjölk, säger Kaeth Gardestedt.

Vi frågade Kaeth Gardestedt, tidigare projektledare för Hembakningsrådet och "mamma" till Kanelbullens Dag, hur det känns så här nio år efter dagens födelse?

-Det känns jättebra, berättar Kaeth glatt. Det bevisar att magkänslan var rätt då 1999. Och att gediget arbete lönar sig. I år firar vi för tionde gången och jag är säker på att vi kommer att fira en tjugonde, trettionde och en fyrtionde gång också. Dagen är etablerad nu. Vad tycker du är det bästa med denna dag?

-Det bästa är att dagen indikerar värme och omtanke. Att folk genom att bjuda varandra på hembakade bullar visar att de bryr sig om varandra, säger Kaeth. Och kanelbullen är en jättegod bulle. Som också är nyttig. Kanelbulle är ett toppenbra mellanmål för alla oss som rör på oss, slår hon fast. Hur tänker du fira Kanelbullens Dag i år?

-Precis som jag gjort nio gånger tidigare. Jag bakar bullar och bjuder vänner och kollegor. Jag hänger ut en påse med nybakade bullar på brevlådan till tidningsbudet. Grannarna får varsin påse på dörrhandtaget. Och i år ska några vänner och jag göra en specialgrej, säger Kaeth lite hemlighetsfullt. Vår jubilerande väninna skall få en mangelkorg full med nybakade bullar. Bullarna skall hon få dela ut på torget på lördag den 4 oktober (i en mindre stad). Och vi väninnor är med förstås.





## Doften av kanelbulle är svårslagen



Varm, nybakad och med en stor kaffe latte – så äter han sin kanelbulle helst. Björn Hellman, vd för Sveriges Bagare & Konditorer.

Björn Hellman, när blev Kanelbullens Dag en viktig försäljningsdag för bagare och konditorer?

-På hösten 2002, när jag började som Vd för Sveriges bagare & konditorer, kunde vi se en relativt stor ökning av försäljningen av Kanelbullar den 4:e oktober. Men den verkliga försäljningssuccén började 2004, samma år som vi genomförde ett par mycket lyckade PR-aktiviteter inför denna dag. Samtidigt tog vi också fram ett attraktivt butiksmaterial för våra medlemsföretag, så att det både doftade kanelbullar och skyltades som aldrig förr i våra svenska bagerier- och konditorier denna dag. Kan man mäta hur mycket försäljningen av kanelbullar ökar i snitt den 4 oktober?

-Vi har ett bageri i Stockholm som en vanlig dag säljer ca 1000 kanelbullar. Om den 4:e oktober ligger rätt i kalendern - dvs på en vardag - så säljer dom nu ca 20 000 kanelbullar den här dagen! Vad är det som gör kanelullen så populär?

-I princip alla som är uppvuxna i Sverige har en positiv relation till kanelullen. Antingen att det bakades hemma eller att man själv gick ner till det lokala bageriet och köpte en rykande färsk kanelbulle. Doften av en kanelbulle är svårslagen! Kommer Sveriges bagare och konditorer att uppmärksamma att vi firar Kanelbullens Dag för tionde gången i år?

-Vi kommer likt tidigare år att göra en

storsatsning inför Kanelbullens Dag. Även i år ser vi till att våra medlemsföretag får ett snyggt och säljande butiksmaterial. Du är jurymedlem i vår kanelbulle designtävling i år. Kan du tänka dig en kanelbulle med annan form än den traditionella snäckan?

-Absolut! Jag tror på utveckling och kreativitet, så jag är definitivt öppen för andra former av kanelullen än den traditionella snäckan.

### En kanelbulle med lite fantasi over there

Text: Maria Paulsson

Det finns nog inget mer svenskt än en gyllengräddad kanelbulle med små pärlor av socker på. Även om Sverige är ensamt om att fira detta bakverk med en egen dag så har fler länder gjort sina varianter på bakbokens godaste bulle.

Tittar man till exempel västerut mot New York, hittar man en korsbefruktning mellan det urtypiskt amerikanska och den blågula traditionen. Magnolian Bakery i West Village är ett landmärke på Manhattan för alla sweet-tooths, sockergrisar. Det lilla bageriet specialiserar sig på cupcakes, små muffins med mycket frosting i olika smaker och färger. Förutom bakverket har numer hörnet på Bleeker Street gjort sig känt genom populära tv-serier och filmer där karaktärerna stillar sitt sötsug. Kön ringlar sig nästan ständigt runt hörnet under näst intill hela dygnet, de generösa öppettiderna bjuder på cupcakes från nio på morgonen till midnatt varje dag. Så, åter till kanelbullekopplingen. Här kan du alltså hitta vaniljmuffins med chokladfrosting och sprinkles, strössel som med lite fantasi blir en homage till kanelullen. Så även om du befinner dig på andra sidan Atlanten den 4 oktober ska du inte misströsta, ställ dig bara i kön till Magnolian så ska begäret nog stillas!



## Jubileumsbulle med kanel

Hjärta med 24 bullar

75 g smör, rumsvarmt  
7 1/2 dl vetemjöl  
1/2 dl vit baksirap eller strösocker  
2 krm salt  
1 tsk stött kardemumma  
1/2 pkt, 25 g jäst för söta degar  
2 1/2 dl fingervarm mjölk, 37°

### Fyllning:

50 g smör, rumsvarmt  
2 msk strösocker eller råsocker Flor  
1 msk kanel  
1/2 msk ströbröd

### Pensling:

1 ägg, uppvispat  
Pärlosocker, hackad mandel eller strössel

### Gör så här:

1. Ta fram alla ingredienser och låt det bli rumstempererat.
2. Skär smöret i skivor eller klicka ner det i köksmaskinen eller i en degbunke.
3. Mät upp 7 dl av mjölet (spara 1/2 dl till utbakningen) och häll i bunken tillsammans med sirap, salt, kardemumma och smulad jäst. Häll på mjölken.
4. Arbeta kraftigt till en smidig deg. Låt jäsa under bakduk ca 30 minuter.
5. Ta upp degen på mjölat bakbord och knåda den smidig. Kavla till en rektangel 25 x 50 cm.
6. Rör samman smör, socker, kanel och ströbröd till fyllningen. (Ströbrödet gör att inte fyllningen rinner ut). Bred den över degen.
7. Rulla ihop till en rulle från långsidan. Skär rullen i 24 bitar. Lägg dem glesat så att de bildar ett hjärta på bakplåtspappersklädd plåt.
8. Låt jäsa under bakduk ca 30 minuter. Sätt ugnen på 225°.
9. Pensla hjärtat försiktigt med ägg och strö över pärlsocker, mandel eller strössel.
10. Grädda i mitten av ugnen 12-15

## Världens största kanelbullsälg i Arvidsjaur

Klass 8 i Parkskolan i Glommersträsk, Arvidsjaur kommun, satsar på Storälgsbullar till Kanelbullens Dag.

- Snart kommer världens största älg-Stoor'n - att stå på berget Vithatten, några mil från Glommers. Vi ville visa hur det kommer att se ut när det är klart, säger tvillingarna Veronica och Victoria Wigenstam. Också på byns enda café - Klockljuds Hage - satsar ägarna Pia, Maja och Mats Klockljud på storbak i Storälgens tecken.



- Målet är att baka världens största kanel-bullsälg, säger Mats. Den som vill se Storälgen i "original" kan gå in på [www.storalgen.se](http://www.storalgen.se)!

## Tävla i bulldesign, ge kanelbullen ett nytt utseende!

I år har vi två tävlingsklasser – en för skolor och en för vuxna. För båda gäller att ge kanelbullen ett nytt utseende. Skicka in en bild (helst digital), en teckning eller en målning och en beskrivning hur du gjort. Två olika jurys bedömer bidragen. **Vi vill ha ditt tävlingsbidrag senast den 27 oktober.**

I skoljuryn: Barbro Anderberg, lärare i hem- och konsumentkunskap, Karl-Johan Börjesson, journalist och författare, Ann-Katrin Ljung, matredaktör Expressen samt Birgit Nilsson Bergström, Hembakningsrådet. Pristagarna vinner varucheckar på bakingredienser och ett diplom.

**1:a pris 550 kr** i varucheckar och Hembakningsrådets förkläde, **2:a pris 450 kr**, **3:e pris 350 kr**. Specialpriser - böckerna Kalle Bagare får en idé samt Bakgrunder.

I vuxenjuryn: Anna Sjögren, frilansande matskribent, Björn Hellman, vd Sveriges Bagare och Konditorer, Sigmund Kaarstad, matskribent ICA-Kuriren samt Birgit Nilsson Bergström, Hembakningsrådet.

**1:a pristagaren** vinner Bosch köksmaskin MUM 86 och nya boken Lyckat Hemlagat, Klara Desser.

**2:a – 5:e pristagarna** vinner boken Kalle Bagare får en idé, Hembakningsrådets förkläde eller tryckt linnehandduk.

Skicka ditt bidrag till: [info@hembakningsradet.se](mailto:info@hembakningsradet.se) eller Hembakningsrådet, Box 7040, 402 31 Göteborg. Den 27 oktober vill vi ha bidragen och glöm inte att skriva avsändarnamn, ev klass och skola, adress, mailadress och telefonnummer. Vinnarna meddelas i början av december och publiceras på: [www.hembakningsradet.se](http://www.hembakningsradet.se) och [www.kanelbullensdag.se](http://www.kanelbullensdag.se).



## Kanelbullar – i raketfart

Med Dr Oetkers Jäsblandning (innehåller bakpulver och torrjäst) kan du baka goda bullar även när du egentligen inte har tid. Blanda en påse Jäsblandning med 14-15 dl vetemjöl, 1 dl vit baksirap, 1 krm salt och 2 tsk kardemumma. Finfördela 150 g mjukt smör i blandningen och tillsätt 5 ½ dl mjölk. Arbeta degen väl och dela i två delar. Kavla varje del till 40 x 20 cm. Bred på en blandning av 75 g mjukt smör, 1 dl strösocker, 1 msk kanel och 2 tsk vaniljsocker. Rulla ihop på längden och skär i ca 40 bitar. Lägg bullarna på bakplåtspappersklädd plåt. Låt jäsa 15 minuter under bakduk. Pensla med uppvispat ägg, strö på pärlsocker eller mandel och grädda i 225° 8-10 minuter.

## Rykande färsk bullbok



Kaeth Gardestedt har skrivit berättelsen om hur det kan ha gått till när Kanelbullen såg dagens ljus. Konstnären Leif Nelson har gjort de livfulla illustrationerna. Boken kommer att finnas för beställning på Hembakningsrådet i slutet av september.

## Bullar i Taiwan

Staffan Gunnarsson som arbetar i Taiwan berättar hur han föreslagit ordföranden i bageriorganisationen där, att göra en Kanelbullens Dag med en lokal populär bulle. De har inte nappat på idén ännu men vem vet...!?

-Det är klart att vi firar Kanelbullens Dag i familjen, det är ju dessutom en lördag i år så då kan barnen hjälpa till, skriver Staffan.

## Provkökstips från Danisco

Lill Wennberth-Jönsson tipsar om nya sockersmaker i bullfyllningen.

Byt ut strösockret mot Råsocker Flor. Eller mot farinsocker. Det gör kanelsmaken extra fyllig och är min favorit, berättar Lill!

Ett tips för att få en optimal vetedeg är att ta hälften vit baksirap och hälften strösocker. Då utnyttjar man båda sockersorternas bästa bagegenskaper.

## HEM BAKNINGSRÅDET

Bildades 1959 med uppgift att hålla kulturarvet att baka hemma levande. Vår ambition är att sprida inspirerande recept och användbar information för såväl nya som redan etablerade hembakare. 1999 instiftade Hembakningsrådet Kanelbullens Dag som årligen firas den 4 oktober.

### Intressenter:

Bakom Hembakningsrådet står Danisco Sugar AB och Dr Oetker

### Vämföretag:

Arlafoods



Birgit Nilsson Bergström  
Projektledare

Jag svarar på telefon- och mailfrågor!  
Tel. 031 - 24 50 14  
e-post: [info@hembakningsradet.se](mailto:info@hembakningsradet.se)  
Box 7040, 402 31 Göteborg  
[www.hembakningsradet.se](http://www.hembakningsradet.se)  
[www.kanelbullensdag.se](http://www.kanelbullensdag.se)