



## Gubbarna kliver fram i köket

### Ljusdal

På Kläppa fritidsgård huserar oftast ungdomar. Men den här dagen står några äldre gentlemän i köket.

Det är PRO som har matlagningskurs för herrar.

– Det blev så många anmälda att vi var tvungna att dela upp det, berättar kursledaren Lennart Canskog.

Vid en av spisarna står Göran Larsson, 75, och Ove Rosén, 81.

– Det här är andra träffen, berättar Göran Larsson medan han formar färssmet till pannbiffar.

Det är första gången han gör pannbiff.

– De har stora förhoppningar på oss där hemma, tillägger Ove Rosén, som just lagt en smörklick i stekpannan.

**Sören Bergvik, 73**, står vid en spis en bit bort. Han gillar husmanskost, men har aldrig stekt pannbiffar förut. Han har inte lagat så mycket mat överhuvudtaget egentligen, det skötte hans fru.

– Men jag blev ensamstående för 10–11 år sedan.

Efter det blev kosthållningen lite torftigare och det tänkte han råda bot på nu.

– Det är kul att man kan träffas några gubbar som är på ungefär samma nivå.

**Kursledaren** Lennart Canskog förklarar att en av tankarna med matlagningscirkeln är just att förbereda deltagarna på hur det skulle kunna bli, om deras livskamrat går bort före dem. För i deras generation är det inte sällan frun som sköter kosthållet.

– Ni blir snart ensam, sa han, och då måste vi lära oss att laga mat, berättar Göran Larsson medan pannbiffarna fräser i pannan.

Och initiativet har blivit en framgång.

– Det blev så många anmälda att vi var tvungna att dela upp det i två grupper, berättar Lennart Canskog.

Han har själv gått flera matlagningskurser, både i Sverige och utomlands, och det är han som sätter menyn.

– Förra gången gjorde vi tre olika soppor och så bakade vi pannbröd till, nu blir det pannbiff med lök och chokladmousse till efterrätt. Nästa gång hade jag tänkt fisk.

Sammanlagt är det fem träffar per grupp. Den sista träffen, i maj, blir något av ett examensprov.

– De ska få bjuda in sina respektive och då ska vi bjuda på en trerätters. Så vi stegrar svårighetsgraden lite grand varje gång, säger Lennart Canskog.

**Kursen fyller** också en social funktion.

– Det är trevligt med matlagning, och sedan att få träffas. Vi behöver den delen också på äldre dar, säger Ove Lindström, 86.

Pannbiffarna fräser i stekpannan och potatisen kokar.

– Det här ser ju gott ut, säger Ove Rosén och låter nästan lite överraskad.

Christer Nilsson

0651-58 50 53

[christer.nilsson@ljusdalsposten.se](mailto:christer.nilsson@ljusdalsposten.se)



Göran och Ove fixar pannbiffen



Sören

