

# Kost och idrott

## – en naturlig kombination att hedra för Kiels Kök

*Kiels Kök är en färsk spelare i Skånes Fotbollsförbunds (SkFF) lag. Den naturliga kopplingen idrott och kost var en stark faktor till det ingångna samarbetet.*

*– Vi vill göra vårt för att förse idrottare med bra mat, säger grundaren Patrik Larsen.*

TEXT: Joel Ask Foto: Dag Ståleker

I början av 2020 valde Kiels Kök, likt många andra företag och organisationer, att ingå ett samarbete med Skåneboll. Genom att laga otaliga måltider varje dag (se faktaruta) är Kiels Kök en viktig del i många barn och vuxnas vardag.

Såväl skolor som fotbollslag har genom åren fått ta del av den tillredda kosten.

Grundaren Patrik Larsen framhäver sin kärlek till fotboll som en viktig faktor till varför han även vill påverka utövarna innanför de kritade linjerna.

– Jag har ett stort fotbollsintresse och har själv varit tränare tidigare. Vi har tidigare samarbetat med enskilda klubbar och försett dem med mat. Och sen tänkte jag: "Varför inte bli partner med Skånes Fotbollsförbund också?", säger Patrik Larsen.

### Vilka möjligheter öppnar det för er att ingå under Skånes Fotbollsförbunds paraply?

– Jag vill synas inom fotbollen och kunna bilda något form av samarbete med fotbollsklubbar. Att förse dem med mat på olika sätt. Fortsatt finns det klubbar på toppnivå som äter pizza efter matcher. Det kan inte vi påverka i dagsläget. Men att få vara med och laga mat till barn och ungdomar ute i skolor – mat som vi är stolta över – det ser jag som en hedersam och viktig uppgift.

### Hälsosam mat blev startskottet

Kiels Kök har sedan 2004 bedrivit sin verksamhet med hälsosam kost högt upp i prioriteringsordningen. Grundaren Patrik Larsen, som har över 35 år i branschen och jobb på flera erkända restauranger att stoltsera med, sätter ett stort värde i att leverera välagad mat till sina konsumenter.

Idén att själv bli en aktör i leverans av daglig kost fick Patrik Larsen under en vanlig lämning på dotterns förskola.

– Jag lämnade henne en dag och såg då det: Där stod varm mat i lådor redan vid åttatiden på morgonen, mat de skulle äta flera timmar senare. Det jag då kom fram till var att det inte var ett fräscht sätt att förse barn med mat. Då började jag undersöka möjligheten kring att kunna leverera skolmat själv.

Patrik Larsen fortsätter:

– Det är jätteviktigt att kunna leverera färsk och näringsrik mat, oavsett om det är barn eller idrottare som ska äta den



Patrik Larsen, Kiels kök

En hög ambitionsnivå kan normalt sett vara förknippad med en stor dos stress. Kiels Kök lagar såväl mat till vanliga "lunchare" som till skolor, förskolor och äldreboenden. En mödosam vardag som kräver disciplin och lojalitet.

– Det gäller att ha bra personal omkring sig – och det har vi. Det är mycket som ska klaffa varje dag: Leveranserna måste gå smärtfritt, ordning och reda på det vi gör i stort.

### Kost och idrott – en naturlig koppling

Patrik Larsen har tidigare kombinerat ett liv som fotbollstränare och yrkesaktiv inom restaurangbranschen. Intresset för kost och hälsa har han sett till att föra med till sina adepter på planen

>>>



### Hur pass påtaglig är kopplingen mellan kost och idrott i vardagen hos Kiels Kök?

– Vi tänker jättemycket på det. Och som tränare har jag själv implementerat det hos mina spelare. Det går inte att nog förtydliga hur stor roll kost spelar i en prestation. Jag tränade ett pojklag där vi kom överens om att vara medvetna om vad vi stoppade i oss. Killarna förstod, och anammade idén om, att det skulle ge oss fördel gentemot våra motståndare, som exempelvis kunde äta hamburgare mellan matcherna på turneringarna.

Patrik Larsen fortsätter:

– Det gav oss en gemenskap, maten. Något vi kunde använda till vår fördel. Det skapades en sammanhållning kring alla de egenheter som vi hade inom laget.

Patrik Larsen fann intresset för mat redan i tonåren – vid sidan av ett aktivt fotbollsspelande.

– Fotboll var en väldigt stor del av mitt liv då, när jag var omkring 14-15. Samtidigt fick jag en fot in i den här världen, och senare kom jag in på kockskolan.

Han menar att det varit kärlek från första dagen.

– Ja, jag ångrar det inte en sekund, att jag valde den här banan i livet. Jag har fått äran att få arbeta på en del fina ställen.

### Att vara en lagspelare i köket är viktigt

I en tuff tid, där konkurrenter som som företag i utomstående branscher drabbas hårt, har Kiels Kök klarat av att fortsatt hålla vardagen igång.

– Ja, "peppar, peppar" så går det väl fortsatt okej. Jämfört med andra restauranger som har det svårt lyckas vi reda oss. Man får vara glad för det, säger Patrik Larsen. I företaget beskriver Patrik Larsen sin roll som en spelande tränare.

**Verksamhet:** Kiels Kök serverar såväl 200-300 lunchrätter som 1000-1500 skolmatsrätter varje dag. Lägg därtill 100 måltider i veckan till vård och omsorg samt catering till olika typer av evenemang.

**Finns i:** Malmö (Agnesfridsvägen 113A).

**Grundat:** Kiels Kök startade sin verksamhet 2004 i Malmö, med verksamhetschefen Patrik Larsen som initiativtagare.

**Omsättning:** Cirka 10 miljoner kronor.

**Antal anställda:** Tio stycken.

– Ja, eller som en materialare som gör lite allt möjligt. Vår ambition är att jag – utöver det administrativa – ska kunna vara relativt fri. Att jag ska kunna rycka in där det behövs. Är någon chaufför sjuk, så ska inte det stoppa oss från att leverera mat, utan då får kanske jag hoppa in där. Är det någon borta i köket, då kliver jag in i den personens ställe.

### Nämn en ordinär utmaning i er vardag.

– Det är väl att hålla skolorna nöjda. Visst, man lägger mycket energi i lunchrätterna som lagas, men att hålla så pass många barn, elever, nöjda, det är en större utmaning.

### Vad är det bästa med den verksamhet som du bedriver?

– Det låter kanske klyschigt, men är helheten. Att klara av de olika momenten med beställningar, leveranser och att få uppskattning av kunder, gäster och barnen i skolorna – det är belöningen. ■

# Kiels kök

## Nyttig och god mat lagad med kärlek!



**Butik | Lunch | Skola | Vård/omsorg | Catering**

Lunch serveras måndag-fredag kl 11.00-13.30

Agnesfridsvägen 113A | Tele 040-21 61 50 | [www.kielskok.se](http://www.kielskok.se)





Medlem i Skånelaget

# Kiels Kök

Skånelaget stödjer skånsk fotboll och är ett unikt forum för samarbetspartners till Skånes Fotbollförbund. Skånelaget växer hela tiden och når hela den skånska fotbollsrorelsen.



I SKÅNELAGETS TRUPP INGÅR ÄVEN:

SPARBANKEN SKÅNE NEWBODY INTERSPORT PUMA INSLAGET EXAKTA KLIPPANS BUSSFORMO ADVISERA  
SKÅNESPORT.SE TRAFIK & FRITID RECONNECT SPORTDOC HOMEAID LA TRAVEL SKÅNEFRÖ UNISPORT PROMAS

Skånes Fotbollförbund består av cirka 365 föreningar med ungefär 110000 medlemmar. Cirka 95000 aktiva spelare deltar i 3500 lag och spelar årligen cirka 35000 serie- och DM-matcher. Skånes Fotbollförbund utbildar mer än 8000 spelare, funktionärer och ledare varje år. Var tredje idrottsaktivitet i Skåne är en fotbollsaktivitet. (31/12 2018)