

Ylämummola yhdistää mummujen ruokaviisauden ja TikTok-sukupolven - videoita katsottu jo yli 12 miljoonaa kertaa

Keskiviikkona 16.9. Helsingin yliopiston Tiedekulmassa julkistettiin Ylämummola-hanke, jonka tavoitteena saattaa mummujen ja pappojen ruokaviisaus TikTok-sukupolvelle. Hankkeesta on tekeillä myös väitöskirja.

Ylämummola on nuorille suunnattu ruokakasvatushanke, jossa mummut ja papat jakavat ruokataitojaan, reseptejään ja elämänviisauttaan lyhyillä videoilla TikTokissa ja YouTubessa. Tavallisissa kotikeittiöissä kuvatuilla videoilla tehdään ruokaa, muistellaan ja näytetään, miten vähästä saa hyvää. Syksyllä nuoret pääsevät myös kokkaamaan mummujen kanssa hankkeen järjestämissä ruokapajoissa.

Yksi suosituimmista videoista on ollut porvooolaisen Irene-mummun hapankaali. Sitä on katsottu lähes 400 000 ja tallennettu 3 800 kertaa.

Kaalilaatikkovideoilla esiintyvä Raila vertasi kameran edessä kokkaamista lastenlastensa opastamiseen.

”Samaa olen tehnyt lastenlasten kanssa, näyttänyt, miten jotain ruokaa tehdään. Äkkiä siinä unohti sen kameran läsnäolon”, Raila kertoi hankkeen kick-off-tilaisuudessa.

Video on tuonut myös yllättäviä kohtaamisia. Raila kertoi tilaisuudessa, kuinka autohuollossa ohikulkenut mies oli tunnistanut hänet ja todennut: ”Tänään syödään kaalilaatikkkoa.”

Reseptien lomassa mummut ja papat kertovat ruokamuistojaan sekä siitä, miten maukasta ruokaa tehdään pienellä budjetilla. Tavoitteena on innostaa itsenäistyviä nuoria ruoanlaittoon ja tuoda vuosikymmenten aikana kertynyt osaaminen heidän ulottuvilleen.

Idean synty

Avaustilaisuudessa ruokavaikuttaja Olli Freese kertoi idean syntyneen pari vuotta sitten Italiassa, jossa hän reissasi poikansa kanssa. Osan ajasta kaksikko työskenteli majoitusta ja ruokaa vastaan pienillä maataloilla.

Erään apulialaisen maatilán 93-vuotiaan emännän vaatimattomat ruoat iskivät lekan lailla! Olli kiinnostui Italian köyhästä keittiöstä, *cucina povera*sta. Pian hän löysi Pasta grannies -videot, joissa lähes 100-vuotiaat italialaisnaiset kokkaavat pastoja.

Heräsi kysymys: miksei Suomessakin dokumentoida mummuja ja pappoja ruokaviisautta?

Miksi mummuja ruokaviisaus kiinnostaa?

Tilaisuuden paneelikeskustelussa Helsingin yliopiston yliopistotutkija Essi Pöyry arvioi, että mummojen videot erottuvat totutusta somevirrasta. Niiden äärelle voi pysähtyä paitsi viihtymään myös oppimaan.

Panelistit olivat yhtä mieltä siitä, että mummuja sisällöt kiinnostavat, koska ne poikkeavat somen valtavirrasta eikä pyri tekemään vastakkainasetteluja.

Ylämummolan tutkimuksesta vastaava, Helsingin yliopiston ruokakulttuurin professori Taru Lindblom nosti mummojen ja pappojen osaamisesta esiin luovuuden ja käytännön ekologisuuden eli kulinaariseen pääoman. Säilöminen, hävikin välttäminen ja edullisten raaka-aineiden hyödyntäminen ovat taitoja, joille on käyttöä myös nuorten arjessa.

”Me hankkeessa näemme, että ylämummoissamme ja vanhemmassa väestössämme on todellakin paljon kulinaarista pääomaa ja heidän ruokaviisautensa on kestävää myös kulttuurisesti ja sosiaalisesti.”

Tutkimus tärkeässä roolissa

Ylämummola on kiinnostava alusta myös akateemiselle tutkimukselle. Lindblomin johtamassa tutkimuksessa tarkastellaan, miten ruokakulttuuri ja ruokaperintö siirtyvät ja muuntuvat sosiaalisen median aikakaudella.

Tutkijoita kiinnostaa muun muassa se, miten some voi välittää ruokataitoja, ja miten nuoret muodostavat käsityksensä ruokakulttuuristamme nykyään osin somen välityksellä.

Lindblomin ohjauksessa Ylämummolasta on käynnistynyt Helsingin yliopistossa jo yksi väitöskirja, jossa Vilja Lukkarinen tutkii sosiaalista mediaa epämuodollisena, informaalina ruokakasvattajana. Väitöskirja keskittyy tutkimaan erityisesti nuorten aikuisten ruokaidentiteetin rakentumista ja sosiaalisen median ruokavaikuttajien roolia siinä.

Jo yli 12 miljoonaa katselukertaa

Sometoimisto Sakean Olli Mustalahti kertoo, että Ylämummola-kanavalle on tähän mennessä kuvattu 11 mummuja ja pappaa ja julkaistu 61 videota.

Sisältöjä on katsottu TikTokissa ja YouTubessa **12,2 miljoonaa kertaa**. Ylämummolan TikTok-kanavalla on **18 000 seuraajaa**, ja videoita on jaettu eteenpäin **13 600 kertaa**.

Sisältöjen parissa on vietetty yli **28 600 tuntia**, mikä vastaa yli kolmen vuoden yhtäjaksoista katselua.

Hanke on tavoittanut jo nyt 70 prosenttia 18–34-vuotiaiden ikäluokasta Suomessa.

Ruokakursseja eri puolille Suomea

Syksyn aikana Ylämummola jalkautuu eri puolille Suomea. Hanke alkaa järjestämään yhdessä Marttojen kanssa ruokakursseja, joita on tarkoitus pitää ainakin 20 seuraavan kahden vuoden aikana.

Kursseilla opetellaan ruokataitoja mummujen ja Marttojen kotitalousasiantuntijoiden johdolla. Suunnitteilla on myös TikTok-livelähetyksiä, joissa mummu tai pappa opettaa ruoan valmistamista tai muuta keittiötaitoa.

Mummuja kaivataan!

Ylämummola etsii jatkuvasti lisää mummuja ja pappoja kuvauksiin eri puolilta Suomea. Mukaan kaivataan reseptien lisäksi ruokamuistoja ja arjen niksejä.

Ylämummoksi pääsemisen leikkimielinen alaikäraja on 80 vuotta, mutta poikkeuksiakin tehdään. Itsensä tai tutun mummun tai pappan voi ilmoittaa mukaan verkkosivuilla ylamummola.fi.

Ylämummola lyhyesti

Ylämummola on ruokakasvatushanke, joka yhdistää sosiaalisen median sisällöt, käytännön ruoanlaiton ja tutkimuksen. Hankkeen toteutuksesta vastaa sometoimisto Sakea yhteistyössä idean isän, ruokavaikuttaja Olli Freesen sekä Helsingin yliopiston ruokakulttuurin professori Taru Lindblomin kanssa.

Hanke sai joulukuussa 2025 Maa- ja metsätalousministeriön 3-vuotisen hankeapurahan. Hankkeen toteutusta rahoittaa myös Saastamoisen säätiö ja väitöskirjaa tukevat Sunisen ja Trobergin rahasto sekä Tampereen talouskoulun säätiö.

Lisätiedot ja haastattelupyynnöt

Olli Mustalahti

040 037 7117

olli@sakea.fi

Olli Freese

050 339 5450

freeseolli@gmail.com

Taru Lindblom

050 472 2840

taru.lindblom@helsinki.fi

Verkkosivut: ylamummola.fi

TikTok: @ylamummola

YouTube: @ylamummola