



2012-12-12 14:12 CET

Glutenfria recept samlas på ny webbplats

Olle Fastrup och **Max Henningsson** går sista året på Företagarprogrammet på Europaskolan i Strängnäs. Inom ramen för ett skolprojekt har de tillsammans startat webbplatsen glutenfrikost.se, där besökarna själva kan lägga upp sina bästa glutenfria recept.

Frågeställningen för projektet är hur man kan få 3 000 besökare till en hemsida utan marknadsföringsbudget. Under de första sex veckorna har drygt 2 000 besökare hittat till sidan, så killarna är alltså en bra bit på väg mot målet.

Olle berättar varför webbplatsen kom att handla om just glutenfritt, trots att

vare sig han eller Max själva är glutenintoleranta.

– Efter att ha träffat en känd TV-kock förstod jag att detta är en växande marknad, inte minst för att många är glutenintoleranta. Dessutom finns det en trend i främst USA, där många äter glutenfritt som en diet för att må bra. Jag började letad efter sidor för glutenintoleranta på nätet, men hittade ingen med bara glutenfria recept. Det fanns inte heller någon sida där besökarna själva kunde skicka in recept. Jag insåg att det fanns en lucka i utbudet och frågade Max om han ville göra ett projektarbete om detta, vilket han nappade på.

Tävlingar för fler recept

På glutenfrikost.se finns i dag ett hundratal recept. Många har besökarna själva lagt in via ett webbformulär. Ett stort antal recept kommer också från bloggare som Olle och Max samarbetar med. Förutom recept så finns det också lite korta fakta om glutenintolerans samt en karta där kaféer och restauranger där det serveras glutenfritt är utsatta.

– Tanken är att sidan ska driva sig själv till stor del. Besökarna bidrar själva till innehållet genom att lägga upp recepten. Vi måste dock godkänna alla recept innan de publiceras. För att locka fler att lägga upp sina recept anordnar vi tävlingar där de som skickar in recept kan vinna fina priser, säger Max.

Sociala medier viktiga

För att dra fler besökare till sidan satsar Olle och Max även mycket på sociala medier och man finns på såväl Facebook som Twitter. Facebook-sidan gillas i skrivande stund av drygt 700 personer och är viktig för att snabbt nå ut till nya besökare till webbplatsen.

– Via Facebook kan vi se att våra besökare främst är kvinnor i åldrarna 30-60 år. Vi har märkt att kvinnor överlag är mer intresserade än män när det gäller dessa frågor. Men vi riktar oss till alla målgrupper, påpekar Olle.

Människor hjälper varandra

Att glutenintolerans och mat är något som verkligen engagerar människor märks väldigt tydligt på glutenfrikost.se. På Facebook-sidan är det många som delar sina egna och sina vänners historier och på webbplatsen läggs det ena läckra receptet efter det andra upp. Enligt Olle märks det att människor med glutenintolerans verkligen månar om varandra och vill hjälpa till.

– Hemsidan handlar om vanliga människor som vill hjälpa andra i samma

situation. Det finns också många som inte ser glutenintolerans som ett problem, utan som en möjlighet att leva sundare och vill hjälpa andra att också göra det.

Planerar för framtiden

Glutenfrikost.se drivs i dag alltså som ett skolprojekt och genererar inga inkomster till Olle och Max. På sikt är dock målet att täcka alla driftskostnader och få tillbaka det som hittills har investerats. Detta ska främst göras genom annonser från företag inom mat- och hälsoområdet. För sidan kommer att leva vidare, även efter projektidens slut. Killarna funderar redan nu på ett antal utvecklingsmöjligheter. – I dag är vi lite begränsade av projektet. Men när det är över kan vi göra vad vi vill med sidan. Vi vill kombinera recepten med en faktadel och vi funderar bland annat på att införa ett forum för frågor och diskussioner. Eventuellt blir det också ett nyhetsbrev och en del där läkare eller dietister skriver om glutenintolerans och mat. Dessutom har vi en del planer som än så länge är hemliga, säger Max klurigt.

Uppskattar uppmärksamheten

Killarna får också en hel del frågor och synpunkter från människor i utlandet. I dagsläget är det dock inte aktuellt att översätta sidan till andra språk. Dels är det väldigt många recept att översätta och dels är det svårt när ingredienserna är olika eller inte finns i alla länder. Olle är ändå nöjd med det man uppnått så här långt och den uppmärksamhet man får från andra människor, tidningar och företag.

– Det är kul med all uppståndelse. Vi har bland annat fått kontakt med några som vill göra en mobilapp med våra recept. Sedan är det också roligt att bli uppmärksam i andra länder och att bli kontaktad av olika tidningar. Det gör att vi orkar köra på ännu hårdare, avslutar han.

Läs mer om Olle och Max och sök bland härliga glutenfria recept på www.glutenfrikost.se.

Text: Niclas Samuelsson

Niclas är frilansskribent med många års erfarenhet av att skriva om frågor som rör medicin och hälsa och en av www.matnyttig.se skribenter.

[Astma- och Allergiförbundet](#) är en medlemsorganisation som jobbar för friskare och tryggare liv för alla med astma, allergi, eksem eller annan överkänslighet.

Kontaktpersoner



Elin Sundin

Presskontakt

Pressekreterare

elin.sundin@astmaoallergiforbundet.se

0704741180



Helena Färnsten

Presskontakt

Kommunikations- och marknadschef

Opinionsbildning

helena.farnsten@astmaoallergiforbundet.se

070-345 56 51