

Stockholms pizzerior



Tomas Andersson

Boksidan

Innehåll	sida
Inledning	3
Pizzameny	4
Genomsnittligt pris	5
Adresser, öppettider med mera	6
Vilka pizzor är mest populära	7
Jämförelse av innehållet mellan pizzor från olika pizzerior	8
Namnet på olika pizzor	10
Vilka ingredienser är vanligast?	11
Kostnadsjämförelse mellan olika pizzor	12
Viktjämförelse mellan olika pizzor	14
Näringsinnehållet	16
Utvecklingen över tiden	18
Sammanfattning	21

Copyright: Förlaget Boksidan 2008
Box 558
146 33 Tullinge

Stockholms pizzerior, ISBN-nummer: 978-91-86199-29-6

Lär dig mer om mat och dryck på www.boksidan.com

Inledning

Pizzeriorna kom till Sverige i slutet av 1960-talet. Numera verkar det finnas minst en pizzeria i varenda lite större by i hela landet. En viktig orsak till det är förmodligen att pizzor är så råvarusnåla. Eftersom det bara tar några minuter att baka en pizza, kan bagaren ha alla ingredienser i kylskåpet ända tills någon beställer. De flesta andra maträtter däremot tar så lång tid att göra från grunden, att få skulle orka vänta tills de är färdiglagade. Det medför att kockarna då är tvungna att chansa och till exempel koka potatis och grytor innan den första gästen anländer, med betydligt större svinn till följd. Många pizzor innehåller dessutom ganska likartade ingredienser, ingredienserna är relativt billiga och de har lång hållbarhet. Vilket ytterligare minskar kostnaderna för svinn. Till och med den traditionella pizzasalladen har relativt lång hållbarhet jämför med grönsallad.

Jag tycker väldigt mycket om pizza. Jag bakar dom gärna själv, med bakpulver*, och täcker botten med vad jag råkar ha i kylskåpet. Men jag tycker också om att äta på någon av stans alla pizzerior. Det är som regel ett förhållandevis billigt alternativ till att laga mat hemma. Jämfört med andra enklare näringsställen, som McDonalds, blir det inte många kronor dyrare, men måltiden blir betydligt festligare.

Som synes av sammanställningen av menyerna från några olika pizzerior som jag brukar gå förbi och ibland äta på (se nästa sida), erbjuder nästan samtliga, de vanliga standardpizzorna som ”capricciosa” och ”margaritha”. Emedan meny därutöver kan variera ganska mycket från ställe till ställe. Själv provar jag gärna nya kombinationer, eller ber om någon extra ingrediens som jag gillar. Men många av mina vänner och bekanta väljer samma sort varje gång. Jag vet inte vad skillnaden beror på och jag tänker inte vidare spekulera om orsaken.

*Det allra enklaste sättet att göra en pizza är enligt min mening följande:

1. Ta en stekpanna av gjutjärn (med gjutjärnshantag).
2. Häll lite flytande matfett i botten.
3. Häll i mjöl (ju mer desto tjockare blir pizzan).
4. Häll lite bakpulver (ju mer desto luftigare bröd, men också desto större risk att pizzan smakar bakpulver).
5. Häll på lite salt.
6. Häll på lite vatten.
7. Rör om.
8. Komplettera eventuellt med mer vatten så att hela degen är kladdig.
9. Kleta ut degen över hela stekpannans botten, med en gaffel eller liknande.
10. Lagg/spruta på ut en klick tomatpuré samt eventuellt ketchup och bred ut detta över degen.
11. Lagg på dina övriga ingredienser (utom ost) samt eventuella kryddor.
12. Skär ostskivor med en osthyvel och sprid ut dem.
13. Ställ in stekpannan i ugnen och låt den stå där, till dess du tycker att pizzan verkar vara klar.

Pizzameny

Det går fortfarande att köpa pizzor för under 50 kronor i Stockholm, men det genomsnittliga priset, för de i tabellen nedan listade standardpizzorna, är cirka 60 kr.

Namn	Amigo	Bertids	Birkastan's	Buona Sera	Carinas	Casa Rita	Corella	Dolce Vita	Ersta	Forno Romano	Hammarby	Il Forno da Gino	La Solo	Lilla Capri	Magnus hörna	Mixture	Monte Bello	Mosaik	Nina	Orientalia	Pavonas	Pizzahuset	Pronto	Rhodos	Star
Al tonò	55	60	60	58	49	47	60	55	65	60			50	58		49			50	60			65	53	50
Acapulco	70		75		79	57	75	70		70			75			65	65		60		70			70	65
Azteka	65	69	75	72	59	49	75	70			65		55		65	59	60		60		58	65		70	55
Bananpizza	55	60			49	49							53				48	59			55				50
Bolognese	55	60	60	58	49	47	60	55					50	58						60		50	75		50
Bussola	55	60	60	58	49	47	65	60	55		60		53			49	48		50	60	55	50	69	53	50
Campagnola mfl	55	60	60		49	47	60	60	55	69	60	69				55		69	50				79	53	50
Capricciosa	55	60	60	58	49	47	60	60	55	66	60	64	50	58	54	49	48	59	50	60	55	50	63	53	50
Calzone		60	60	58	49	47	60	60	55	69	60	69	53	58	54	49	48	69	50	65	58	50	65	53	50
Frutti di mare	55		65			49	75							58		65	65					65			
Funghi		60	60	52	49	42	60	55	60	60				58		49	48	55		55		50	60	53	45
Gorgonzola		69	70		59	49	65	65	69	65	69	58				55		69	50	65	60	50	65	65	55
Hawaii	55	60	65	58	49	47	60	60	55	66	60		50	58		49	48	59	50	60	55	50	63	53	50
Indiana			65			49	65	60	65				60						55		58				
Kebab pizza	65	69			69	49	70	75	65		70		65		65	59	55		60		70	65		58	60
Kyckling pizza	65	69			65	49	75	60	65		65					58		69	55		63	65		58	60
Mafioso	65		78	72												65	55							70	60
Mama mia		60	70		69	49										55			55			65			
Margherita	55	60	60	52	49	42	55	55	55	60	55	59	48	58	54	45	48	55	50	55		50	59	53	45
Marinara	55	60	60	58	49	47	60	60	55	66	60	64	53			55	48	59	55	60	55	50	69	53	50
Mexicana	65	69	75		69		75	70			65		60	85		63	60		60		58	65		58	60
Mezza luna	70		75	72						78		74				69	55	79					79		
Napolitana	55	60			49		60			66	60		50	58				59	50	60			69	53	50
Olympia mfl	55		70	58	59	49	65	60	55	69						58	55		55				70	55	
Opera	55		60		49	49	60	60	55		60			58	54	55		59			55	50		53	50
Orientale			65				65	60			60					55	50	59	50		58	65		53	50
Oxfilepizza	70	69	75	72	69	57	75	80	70		70					73	65	79	65		70	65		70	65
Paradiso			65			47	65										50		55			50			
Parma	70		70		79	72	80	80		78						69	64	79							
Pomodoro										60		59							55		55				
Pompei	55		60		49	47	60	60	55	66	60	64		58		49	55	59	50		55			53	50
Rivera	55		60		49		65			66						49		59	65	60			75		
Siciliana			60	58		47		60			60					49	50							53	
Tefat		69	75		69	57	75	70			80					65	65		60		70	78		65	65
Tropicana	55	69	65		59	49	65	60			60					55	50		55	60		65		53	
Vegetariana	55	60	65	72	59	47	65	60	55		60			58		56	54		55		58	50	79	53	50
Vesuvio	55	60	60	52	49	42	60	60	55	66	60	64	49		54	49	48	55	50	60	55	50	60	53	45
Quattro formaggi	70		70	72			75			69		69	65	79			64	69		65			74		
Quattro stagioni	55	60	70	72	59	49	65	60	65	78	65	74	53	58	54	59	55	79	55	75	60	65	70	58	60
Antalet sorter	29	24	34	19	30	31	32	22	25	19	26	12	19	15	8	32	28	22	28	17	21	24	18	28	28
Medelpris	59	63	66	62	57	49	66	63	60	67,7	63	66,5	55	61	56,8	56	54,4	64	54	61	60	57	69	58	53

Namnen och stavningarna varierar något mellan olika pizzerior, men ingredienserna är ungefär desamma (se tabell längre fram).

En del pizzerior har betydligt fler pizzor än de ovan uppräknade (se tabell längre fram).

Priserna gäller som regel vid avhämtning, vid servering i pizzerian tillkommer ofta en serveringsavgift om cirka 5-10 kr.

Genomsnittligt pris

Den billigaste pizzen är ”margherita”, följt av övriga enkla pizzor med få pålägg såsom ”funghi”, ”calzone”, ”bussola” med flera. För de vanligast förekommande pizzorna (de som finns på över 70% av pizzeriorna), skiljer priset oftast inte mer än cirka 20 kr för samma sorts pizza från ställe till ställe.

Namn	Vanlighet (%)	Genomsnittligt pris (kr)	Lägsta pris (kr)	Högsta pris (kr)	Skillnad dyrast billigast (kr)
Al tono	80	56	47	65	18
Acapulco	56	69	57	79	22
Azteka	72	64	49	75	26
Bananpizza	44	54	48	60	12
Bolognese	64	56	47	75	28
Bussola	96	56	47	69	22
Campagnola mfl	80	58	47	79	32
Capricciosa	100	56	47	66	19
Calzone	96	57	47	69	22
Frutti di mare	36	61	49	75	26
Funghi	72	54	42	60	18
Gorgonzola	80	62	49	70	21
Hawaii	96	56	47	66	19
Indiana	36	60	49	65	16
Kebab pizza	68	64	49	75	26
Kyckling pizza	64	64	49	75	26
Mafioso	32	68	55	80	25
Mama mia	32	60	49	70	21
Margherita	96	53	42	60	18
Marinara	92	57	47	69	22
Mexicana	56	65	58	75	17
Mezza luna	32	75	69	79	10
Napolitana	60	58	49	69	20
Olympia mfl	72	59	49	70	21
Opera	68	55	49	60	11
Orientale	48	58	50	65	15
Oxfilepizza	84	71	57	85	28
Paradiso	24	55	47	65	18
Parma	52	74	64	80	16
Pomodoro	16	57	55	60	5
Pompei	76	55	47	66	19
Rivera	52	59	49	75	26
Siciliana	36	55	47	60	13
Tefat	64	69	57	80	23
Tropicana	68	60	49	85	36
Vegetariana	84	58	47	79	32
Vesuvio	100	55	42	66	24
Quattro formaggi	48	70	64	79	15
Quattro stagioni	100	63	49	79	30
Total medel		60			

Störst skillnad.

Adresser, öppettider med mera

Som synes i tabellen nedan har Birkastans pizzeria det generösaste utbudet, Lilla Capri det bästa luncherbjudandet och Primo de längsta öppettiderna av de besökta pizzeriorna. Billigast äter du på Casa Rita (30 sorter under 50 kr vid avhämtning). De mest udda pizzorna hittar man kanske på Ersta pizzeria. Där kan man till exempel få ”karl alfred” som innehåller spenat, fårost, kantareller, salami, saltorkade tomater och vitlök. Eller ”havet special”, som bland annat innehåller svart kaviar och ruccolasallad.

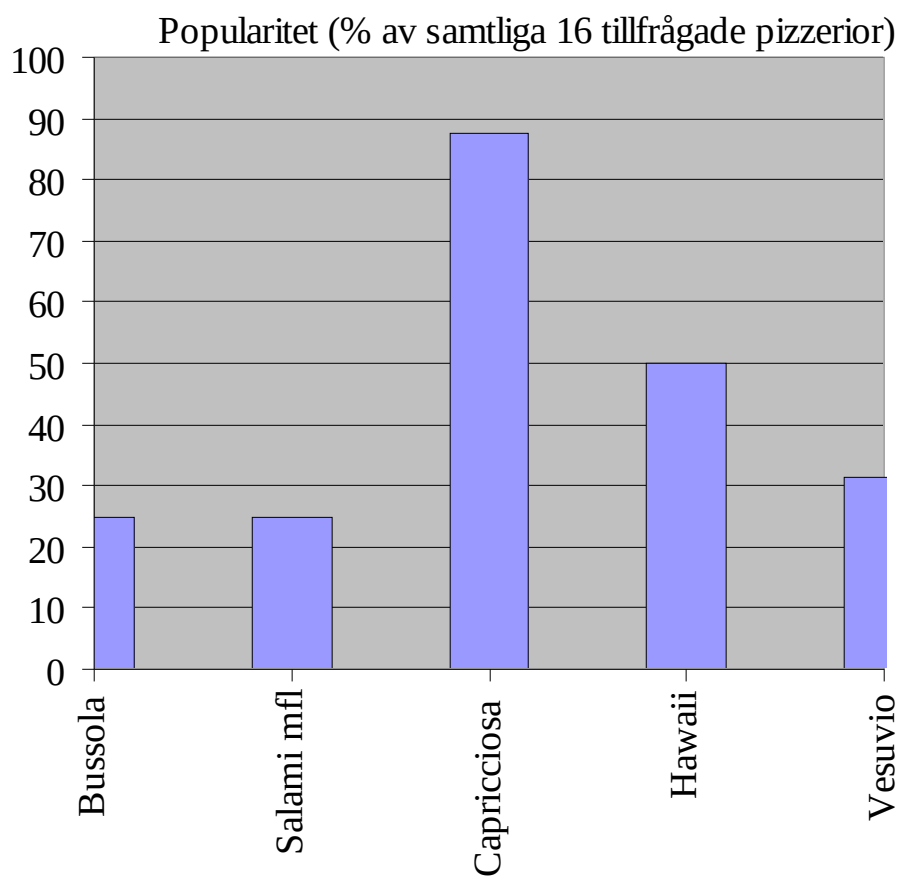
Namn	Stadsdel	Adress	Antal sorter*	Kommentarer	Telefon-nummer	Öppettider
Amigo	Kungsholmen	Flemminggatan 60	62		651 99 21	mån-fre 10.30-22 lör-sön 12-22
Bertlids	Södermalm	Katarinahissen	26	Lunch hela dagen?	714 04 12	?
Birkastan's pizzeria	Vasastan	Vikingagatan 16	81	Väldigt stora pizzor och många olika sorter	32 17 90	mån-fre 10-22 lör-sön 12-22
Buona Sera	Vasastan	Kungsstengatan 35	29		673 41 40	alla dagar 11-22
Carinas	Vasastan	Upplandsgatan 9 B	41		21 26 87	mån-fre 11-21 lör-sön 12-21
Casa Rita	Vasastan	S:t Eriksplan 5	54		33 89 87	alla dagar 11-21
Corella	Kungsholmen	Kungsholmsgatan 9	67		650 98 57	mån-fre 10-22 lör-sön 11-22
Dolce Vita	Kungsholmen	Kungsholmsgatan 16	33		651 51 60	mån-fre 15-23.30 lör 12-23.30, sön 12-22.30
Ersta	Södermalm	Erstagatan 20	63		649 00 80	mån-fre 11-21 lör-sön 12-21
Forno Romano	Vasastan	Odengatan 45	31		673 23 43	mån-lör 9-22 sön 10-22
Hammarby Pizzeria	Johanneshov	Finn Malmgrens plan 5-7	29		649 02 00	mån-fre 10-22 lör-sön 11-22
Il Forno da Gino	Kungsholmen	Flemminggatan 54	26		654 98 13	mån-fre 11-22 lör-sön 12-22
La Solo	Kungsholmen	Hantverkargatan 37	49		650 46 99	mån-fre 10.30-21 lör-sön 11-21
Lilla Capri	Kungsholmen	Hantverkargatan 61	46	luncherbjudande varje dag till 22.00. Annorlunda specialpizzor.	654 32 32	mån-fre 11-22 lör-sön 12-22
Magnus hörna	Johanneshov	Olaus Magnus väg 14	40		39 85 51	mån-tor 11-23 fre 11-24 lör 12-24 sön 12-22
Mixture	Vasastan	Döbelnsgatan 48	62		612 91 10	mån-fre 10-22 lör-sön 11-22
Monte Bello	Vasastan	Surbrunnsgatan 25	59		612 17 66	mån-fre 11-22 lör-sön 12-22
Mosaik	Vasastan	Sankt Eriksgatan 64	30		32 64 65	mån-tor 16-24 fre 16-01 lör-sön 13-24
Nina	Vasastan	Rörstrandsgatan 10	45		30 42 78	alla dagar 11-22
Orientalia	Kungsholmen	Fridhemsgatan 62	33		654 00 50	?
Pavonas	Kungsholmen	Flemminggatan 95	32		653 51 51	mån-fre 11-22 lör 12-22, sön 12-21
Pizzahuset	Vasastan	Sigtunagatan 17	59		31 15 77	mån-fre 11-21 lör-sön 12-21
Primo	Kungsholmen	Hantverkargatan 76	34		653 90 23	alla dagar 10-22
Pronto	Vasastan	Rörstrandsgatan 19	32		30 55 24	mån-fre 11-22 lör 12-22, sön 12-21
Rhodos	Johanneshov	Olaus Magnus väg 42	40		659 50 10	mån-tor 11-23 fre-lör 11-24 lör-sön 11-22
Star	Vasastan	Sankt Eriksgatan 98	48		33 19 54	mån-fre 10.30-21 lör-sön 12-21

*På menyn exklusive barnpizzor.

Vilka pizzor är mest populära



Den utan konkurrens populäraste pizzen är ”capricciosa”.



16 pizzerior tillfrågades och svarade på frågan om vilka pizzor som de säljer mest av. Nästan samtliga räknade då bland annat upp ”capricciosa” och många räknade även upp ”hawaii”.

Jämförelse av innehållet mellan pizzor från olika pizzerior

När det gäller standardpizzorna verkar de flesta pizzeriorna utgå ifrån samma recept, men på andra pizzor kan det skilja någon eller några ingredienser från ställe till ställe. Det gäller främst de lite mer okända pizzorna som till exempel "azteka" (många adderar gräddfil) och kycklingpizza (kan innehålla lite allt möjligt som är gott med kyckling).

Pizza	Standard/vanligaste påläggen (utöver tomatsås och ost)	Amigo	Bertids	Birkastan's pizz	Buona Sera	Carinas	Casa Rita	Corella	Dolce Vita	Ersta	Forno Romano	Hammarby pizz	Il Forno Gino	La Solo	Lilla Capri	Magnus hörna	Mixture	Monte Bello	L'Elisit*
Al tonò	tonfisk, lök	-1/+1	-1	X	+2	X	X	X		-1	X	-1	X	X	+1	-1/+1	X		X
Acapulco	oxfilé, lök, vitlök, champinjoner, jalapenos, tacosås, kryddmix	X		-3/+2		X	X	X		X		X		-3/+2			-2/+1	X	
Azteka	skinka, jalapenos, tacosås, kryddmix	+1	X	+2	-1/+1	X	X	+1		+1		+1		-1		+1	-1/+1	+1	
Banan pizza	banan, skinka, curry		X			X	-1/+1							X	X	X		X	
Bolognese	köttfärs, lök		X	-1	X	X	X	X	X	X				X	X	+2	X		
Bussola	skinka, räkor	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Campagnola mfl	salmi, lök	X	X	+2		-1/+1	X		-1	+1	-1/+2	X	-1/+2	X	-1/+2	+1	-1/+1		
Capricciosa	skinka, champinjoner	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	+2
Calzone	skinka	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	+1	X	X	X	X
Frutti di mare	räkor, musslor, tonfisk	X		X			X	+1	-1/+5					X	-1/+1		+1	+2	
Funghi	champinjoner		X	X	X	X	X	X		X	X	X			X		X	X	X
Gorgonzola	gorgonzola, skinka		+1	+1		+1	+1	X		+1	-1/+1	X	-1/+2	+1		+2	X		-1
Hawaii	skinka, ananas	X	X	+1	+1	X	X	x	X	X	X	-1/+1		X	+1	X	X	X	
Indiana	räkor, banan, ananas, curry			-1/+2			-1/+4	X	+1	+2						+1			
Kebab pizza	kebabkött, lök, tomater, pepperoni, vitlökssås	X	X	X			X	+1	X	-1/+1		X		-1		-2	X	+1	
Kyckling pizza	kyckling, banan, ananas, curry	+2		+1		-1/+1	-1/+1	-1	-1	-1/+1		-1/+1			-1/+1		X		
Mafioso	salami, pepperonikorv, tomater, cayennpeppar	-1/+2		-1/+2	-3/+3			-2/+2									-1/+1	-1/+2	
Mama mia	bacon, salami, paprika, lök		X	-1/+2		-1/+1	-1/+1		?						-1/+1		-1/+1		

*Som jämförelse tog jag med den första Italienska pizzerian jag fann på Internet som presenterade sin meny där. Av utrymmesskäl är tabellen begränsad till de 17 första av de jämförda pizzeriorna samt den italienska krogen. X betyder att deras version enligt menyn innehåller de ingredienser som räknas upp i kolumn två, vilken inte är att betrakta som ett facit utan bara som en grund för jämförelsen. -1 betyder att det är en ingrediens mindre och +1 betyder att det är en ingrediens mer.

En del pizzerior framhäver på matsedeln vissa råvaror, såsom mozzarellaost, färska champinjoner eller ”äkta” skinka. Vissa av dessa lite exklusivare råvaror tycker jag ger stor skillnad i smak. Till exempel är färska champinjoner betydligt godare än konserverade dito. Fast jag tycker inte att mozzarellaost är godare än gratängost.

Pizza	Standard/vanligaste pålägg (utöver tomatås och ost samt eventuell olivolja och/eller salt)	Amigo	Bertlids	Birkastan's pizz	Buona Sera	Carinas	Casa Rita	Corella	Dolce Vita	Ersta	Forno Romano	Hammarby pizz	Il Forno Gino	La Solo	Lilla Capri	Magnus hörna	Mixture	Monte Bello	L'Elisir*
Margherita		X	X	X	+1	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Marinara	räkor, musslor	X	X	X	+2	X	X	X	X	X	X	X	X	X			X	X	
Mexicana	köttfärs, lök, vitlök, jalapeno, tacosås, tacokrydda	-2	X	-2		X	X	X		X		X				-2/+2	-1/+1	X	
Mezza luna	skinka, parmaskinka, rucola	X		-2/+2	X						X		X				X		
Napolitana	sardeller, oliver	+1	X	+1		X	X	X	X		X	X	X	X	+1				+1
Olympia mfl	skinka, räkor, champinjoner	X		X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	
Opera	skinka, tonfisk	X	X	X		X	+2	X	X	X		X		X	+2	X	X		
Orientale	köttfärs, lök, ägg			X				+1		+1		-2/+1					-1/+1	+2	
Oxfilepizza	oxfilé, champinjoner, lök, tomater, bearnaisesås	-1	X	-2	+2	-1	X	-2	-2/+1	-1		-2		X	-2	-1	X	X	
Paradiso	champinjoner, räkor, lök						X	-1											
Parma	Parmaskinka, tomater, ruccolasallad	+2		+1		-1/+1	-2/+4	X	X		-1		-1/+2	-1/+1	-1/+1		-1/+1	-1/+1	
Pomodoro	tomater										X		X						
Pompei	bacon, lök	+1		+1		X	+1	X	X	X			X	X	+1	X	X	+2	
Rivera	champinjoner, räkor	X		X		X		+2			X		X	X		X	X		
Siciliana	sardeller, oliver, kapris			X	X							X			X		X	X	
Tefat	skinka, champinjoner, räkor		X	X		X	X	X		+1		-1		X	**		+1	X	
Tropicana	skinka, banan, ananas, curry		+1	X		X	X	X	X	-1		-1		-1/+2	-1/+2		X	X	
Vegetariana	champinjoner, lök, paprika, kronärtskocka, oliver	+1	?	+1	-2/+1	X	+1	X	-1	X		X		X	+1	X	+1	+1	-3/+2
Vesuvio	skinka	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Quattro formaggi	mozzarella, gorgonzola, parmesan, fårost	+1		X	-1/+1				-1/+3		?		?	-1/+1	-1/+2			-1/+1	-2/+2
Quattro stagioni	skinka, champinjoner, räkor, musslor, kronärtskoka, oliver	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-1/+1	X	X	X	X	X	X	X	-2/+1

* Slumpvis vald pizzeria i Italien (med meny på Internet).

X betyder att pizzan enligt menyn innehåller de ingredienser som räknas upp i kolumn två.

-1 betyder att det är en ingrediens mindre.

+1 betyder att det är en ingrediens mer.

Namnet på olika pizzor

Namnen på vissa pizzor skiljer även ganska mycket från ställe till ställe. Det gäller framför allt ”campagnola” (kan heta till exempel: ”salamino”, ”salami”, ”romana”, ”peasana”, eller ”cascatora”), ”olympia” (”romana”, ”mille fiori”, ”birka”, ”venezia” med flera) och ”oxfilépizza” (heter ofta något på special). Det är även ganska vanligt att samma namn återkommer på flera ställen men för helt olika pizzor, en ”indiana” på ett ställe kan motsvara en ”tropicana” på andra ställen som även har ”indiana”, men med delvis andra ingredienser. Nomenklaturen är således ganska förvirrande.

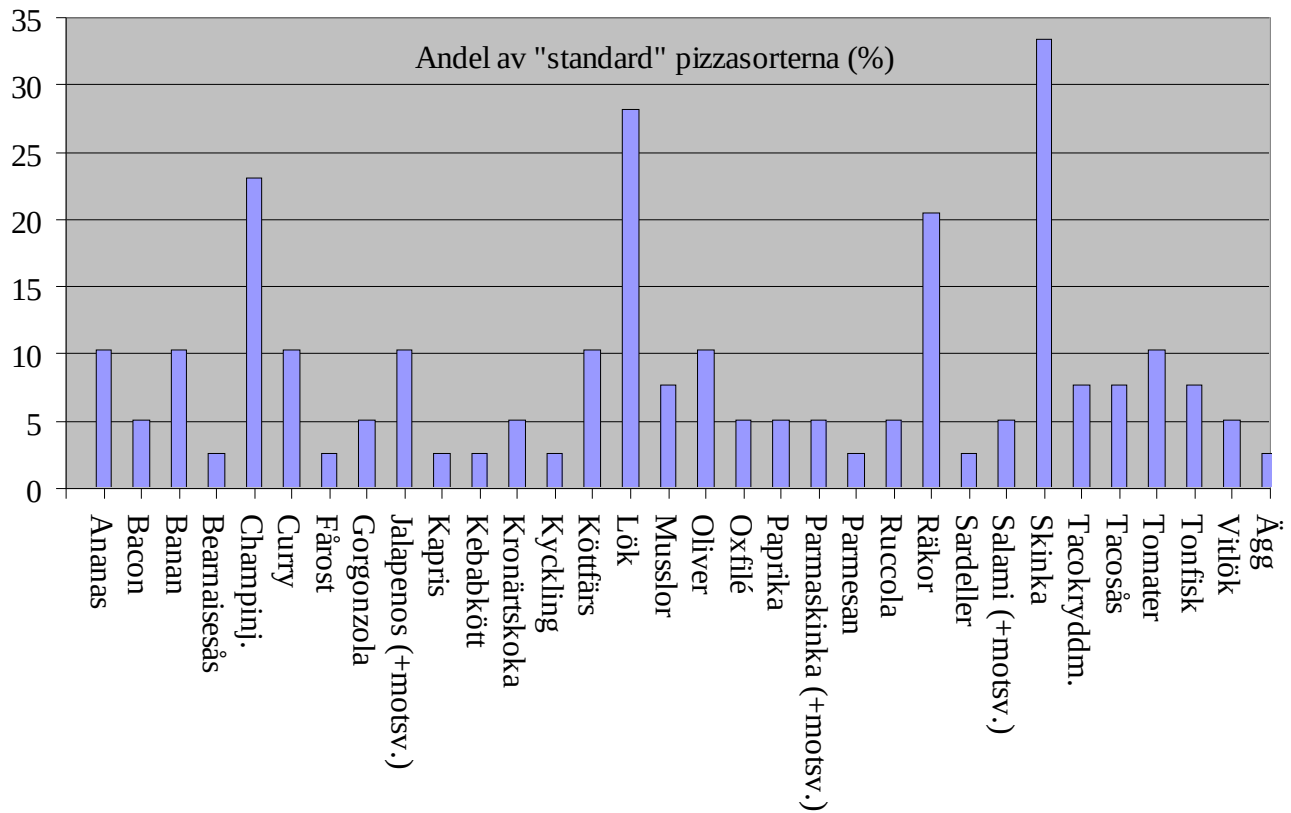
Namn	Amigo	Bertlids	Birka- stan's	Buona Sera	Carinas	Casa Rita	Corella	Dolce Vita	Ersta	Forno Romano	Hammarby	Il Forno da Gino	La Solo	Lilla Capri	Magnus hörna
Al tono	X	Altonno	X	Al tonno	Altonno	X	X		Al tonno	Toscana	Pescatore	Tonnata cipolle	X	Al tonno	La serra
Acapulco	X		X		X	X	X		X		X		X		
Azteka	X	X	X	X	X	X	X		X		X		X		X
Banan pizza	Gudfadern	Chiquita				Bananpizza							X	Hula hula	La miranda
Bolognese	Pizza bolognese	Orientale	X	X	X	Orientale	X	Jasmin	Ragu				X	X	X
Bussola	La bussola	La	La	X	X	X	La bussola	X	La bussola	Pompei	La bussola	Pompei	La bussola	Sorrento	Pompei
Campagnola	Romana	X	Salami			Campaniola			Peasana	Salamino	X	Salamino	Cacciatore	Cacciatore	Concorde
Capricciosa	X	X	X	X	X	X	X	X	Capricciosa	X	X	X	X	X	X
Calzone		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Frutti di mare	X		Frutti del mare			Havet special		X					Mare mare	X	
Funghi	Champagnola	Alfunghi	Capri	X	X	Fungi	X		X	X	Fungi	X		X	
Gorgonzola		Katarina- hissen	X		X	Gorgonzolapizza	X		X	X	X	X	Gorgonzola pizza		Hammarby
Hawaii	X	X	X	X	X	Ananas	X	Torino	X	X	X		X	X	X
Indiana			X			X	X	X	X						Specialare
Kebab pizza	X	Kebab special	Karlberg			Kebabpizza	Kebabpizza	X	Kebabpizza		Kebabpizza		X		X
Kyckling pizza	Indiana	X	Makas		X	Kycklingpizza		Kyckling- pizza	Kycklingpizza		Kycklingpizza			Marco polo	
Mafioso	X		Fetito	X			Inter								
Mama mia		Mamami	Freden			Mamma mia		X						Al pacino	
Margherita	X	X	X	Margarita	Margerita	X	X	Margerith	X	X	X	X	X	X	X
Marinara	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
Mexicana	X	X	Amigo		X		X		X		X				
Mezza luna	Rukini		X	Mezzaluna						X		X			
Napolitana	X	X			X		X	X		Napoletan	X	Napoletana	X	Napoletan	
Olympia	X		Birka	Mille fiori		X			Romana	Mille fiori		Mille fiori	Uno special	Capri	Mille fiori
Opera	Solo mio		Del opera		X	Melodi		Dell’opera	X		Del opera		X	X	Sole mio
Orientale			Eldorado				Oriental		Ciao ciao		X				
Oxfilépizza	Ozan special	Bertlids special	Huset special	Provencale		Express special	New York		Pizzafilé		Rodeo		Oxfile’ pizz a	X	Milano
Paradiso			Rivera			X									
Parma	Dennis special		Sami special		X	X		X		Forno a legna		Forno a legna	X	Le chef	
Pomodoro										X		X			
Pompei	Amore		X			Romeo	X	X	X	X	Maraton		X	X	Taormina
Rivera	Venezia		Sussane							X		X	Venezia		X
Siciliana			Napoleta			Napolitana					X			Romana ***	
Tefat		X	Dubbel calzone		X	Ufo	Ufo special		Calzone colloseo		X		Solo		
Tropicana					X		X	X	X		X		X	Fodi	
Vegetariana	X	X	X		X	Vegetarisk special	X	X	X		X		Vegetarisk	X	Vegetarisk
Vesuvio	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	Prosciutto	X
Quattro formaggi	Quatro formaggi		Formagia	Quattro formagi				X		Formaggi		Formaggi	Quattro- fromaggi	Quattro fromaggio	
Quattro stagioni	Quatro stagioni	Quatro stagioni	X	X	Quattro	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

På grund av platsbrist på sidan har jag bara tagit med de 15 första pizzeriorna i tabellen.

Vid klassificeringen av olika pizzor har jag utgått ifrån vilka huvudingredienser de innehåller. Till exempel är curry en huvudingrediens, men inte vitlök (vitlök kan man i stort sett ha i vilken pizza som helst).

Vilka ingredienser är vanligast?

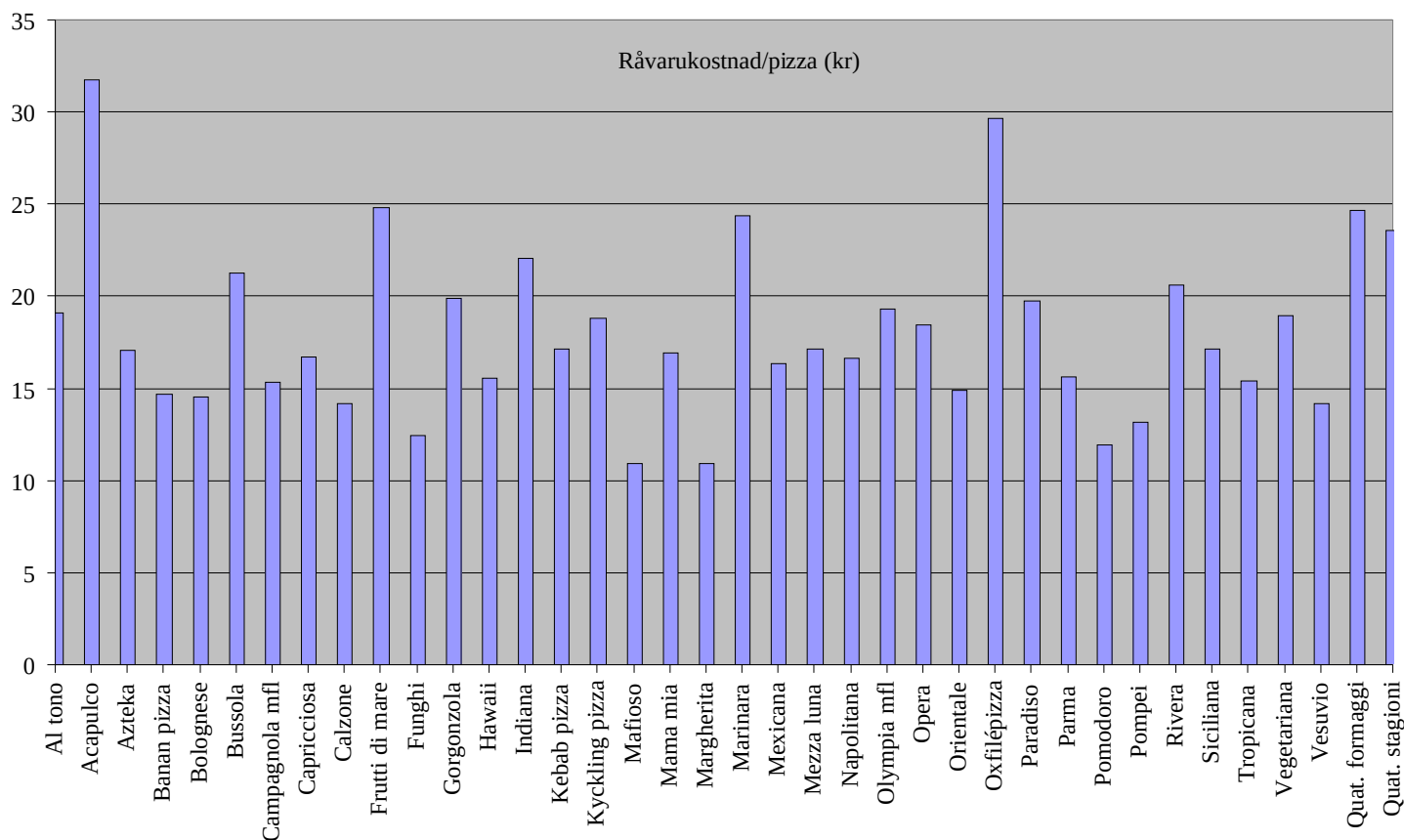
Den allra vanligast förekommande ingrediensen utöver tomatås och pizzaost är skinka, följt av lök, champinjoner och räkor. Med dessa ingredienser kan man göra ungefär en fjärdedel av standardpizzorna.



I detta diagram framgår i hur stor andel av standardpizzorna som olika ingredienser förekommer (enligt innehållsuppräkningsarna i pizzeriornas menyer).

Kostnadsjämförelse mellan olika pizzor

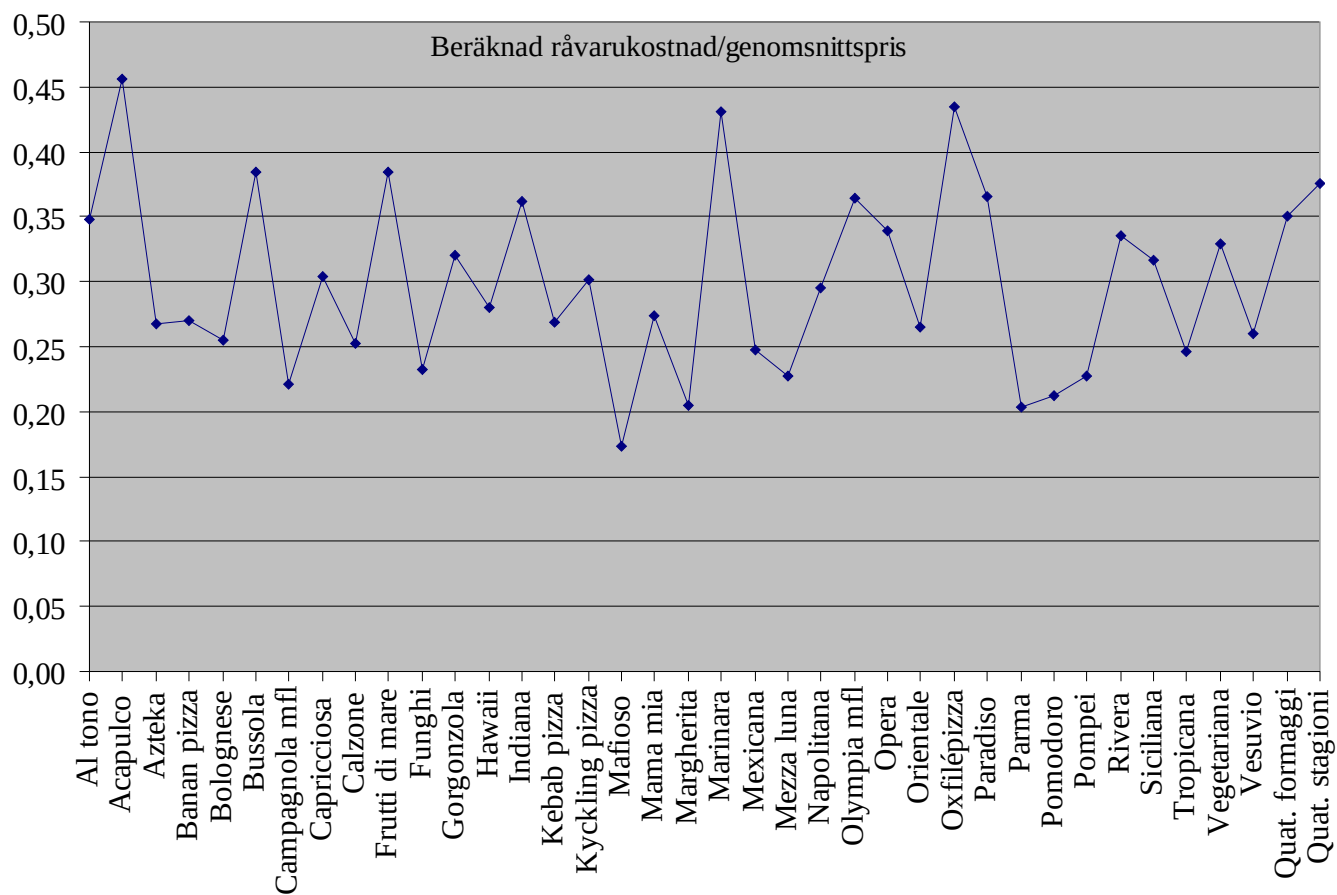
De mest exklusiva av standardpizzorna är de som innehåller oxfilé, följt av bland annat pizzor med räkor.



Priset på de ingående råvarorna för de olika standardpizzorna (exklusive moms), enligt en av de större grossisterna för restaurangförnödenheter. Priserna är, förutom beträffande färska grönsaker, listpriset för den billigaste varianten av respektive råvara. Priserna på färska grönsaker är hämtade från en större livsmedelsbutik.

Mängden av respektive råvara är i de flesta fallen uppskattad. Vilket gör att råvarukostnaden endast är ett grovt estimat av den verkliga kostnaden.

Den som är ute efter den mest prisvärda pizzan bör välja ”acapulco”, ”marinara”, ”olympia” eller ”oxfiépizza” (se diagrammet nedan).

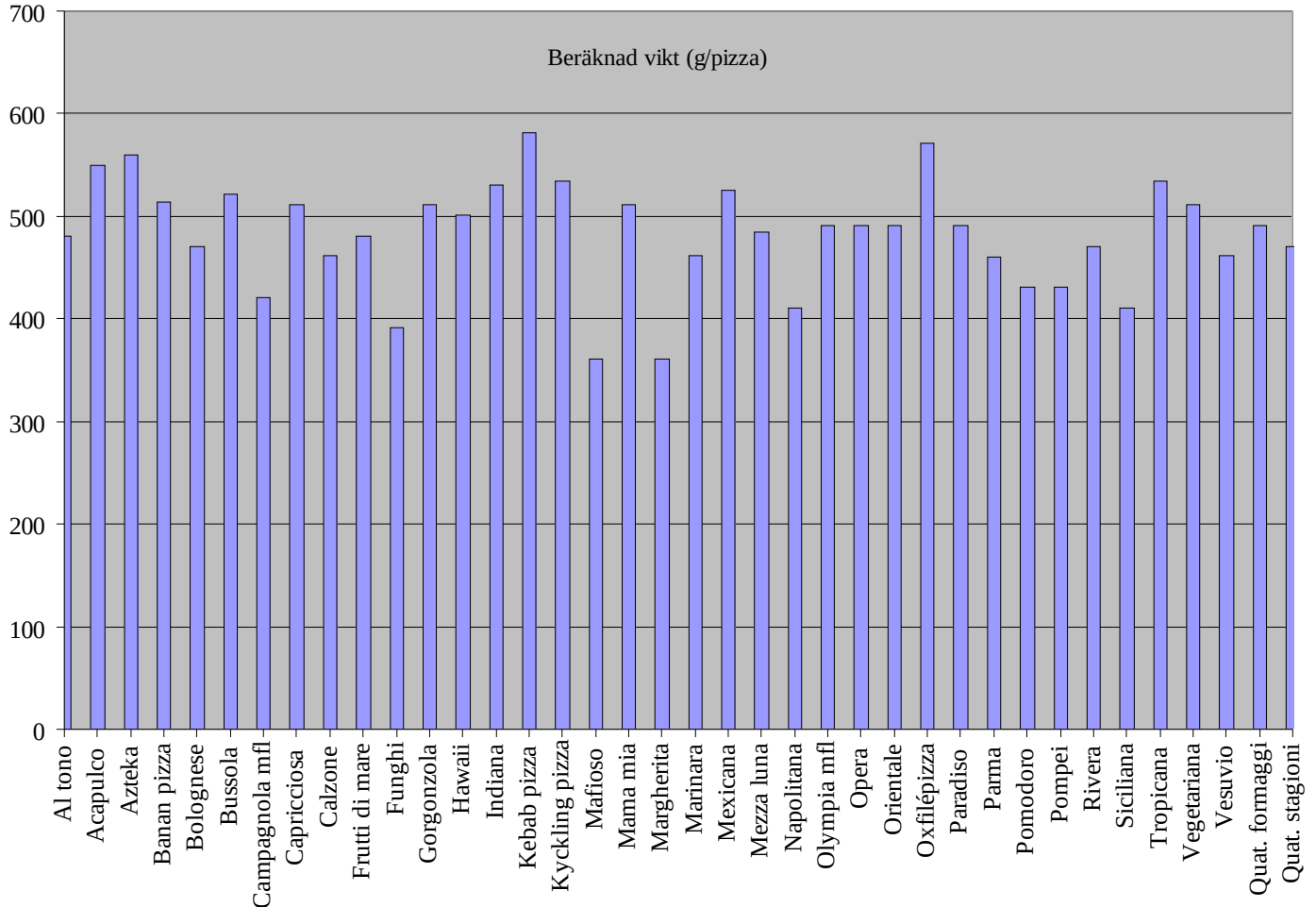


Det beräknade råvarukostnaden dividerad med det genomsnittliga priset för respektive pizza enligt menyerna på de besökta pizzeriorna.

Viktjämförelse mellan olika pizzor

Den ”enklaste” av alla pizzor, ”margherita”, väger i genomsnitt* ca 330 g.

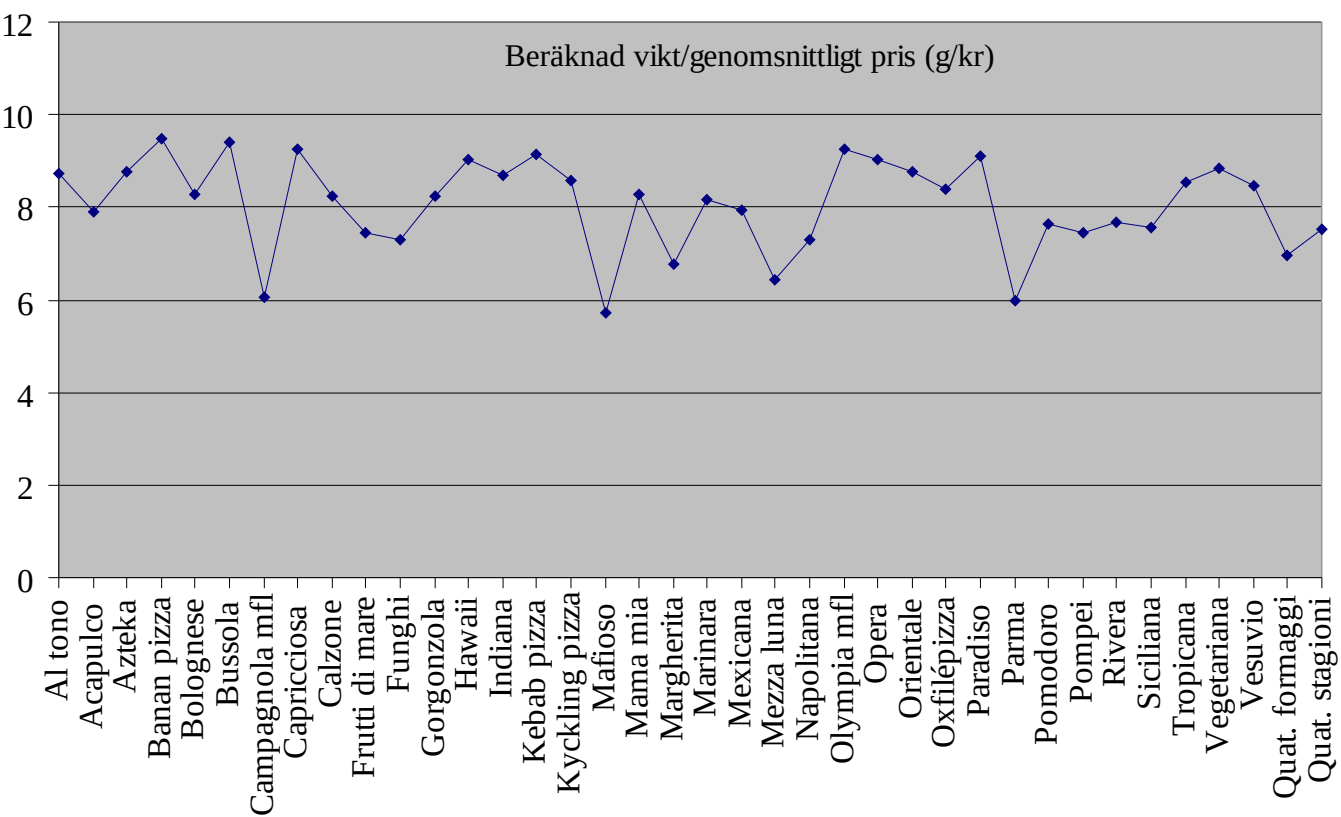
Den som verkligen vill vara säker på att man blir mätt bör istället satsa på ”kebab-” eller ”oxfilépizza”.



* 3 st ”napolitana” från olika pizzerior vägdes (pizzeriorna valdes enbart utifrån logistiska hänsyn). Därefter vägdes oliver och sardeller och summan subtraherades från totalvikten, med följande resultat:
 totalvikt 385, 530, 327 g (medel 414)
 Vikt sardeller och oliver: 55, 76, 38 g (medel 56 g)
 Vikt ”margherita” 330, 454, 299 g (medel 361)
 Beräkningen av vikten är baserad på den genomsnittliga vikten av tre ”margaharita” från olika pizzerior samt en uppskattning av vikten på övriga pålägg.



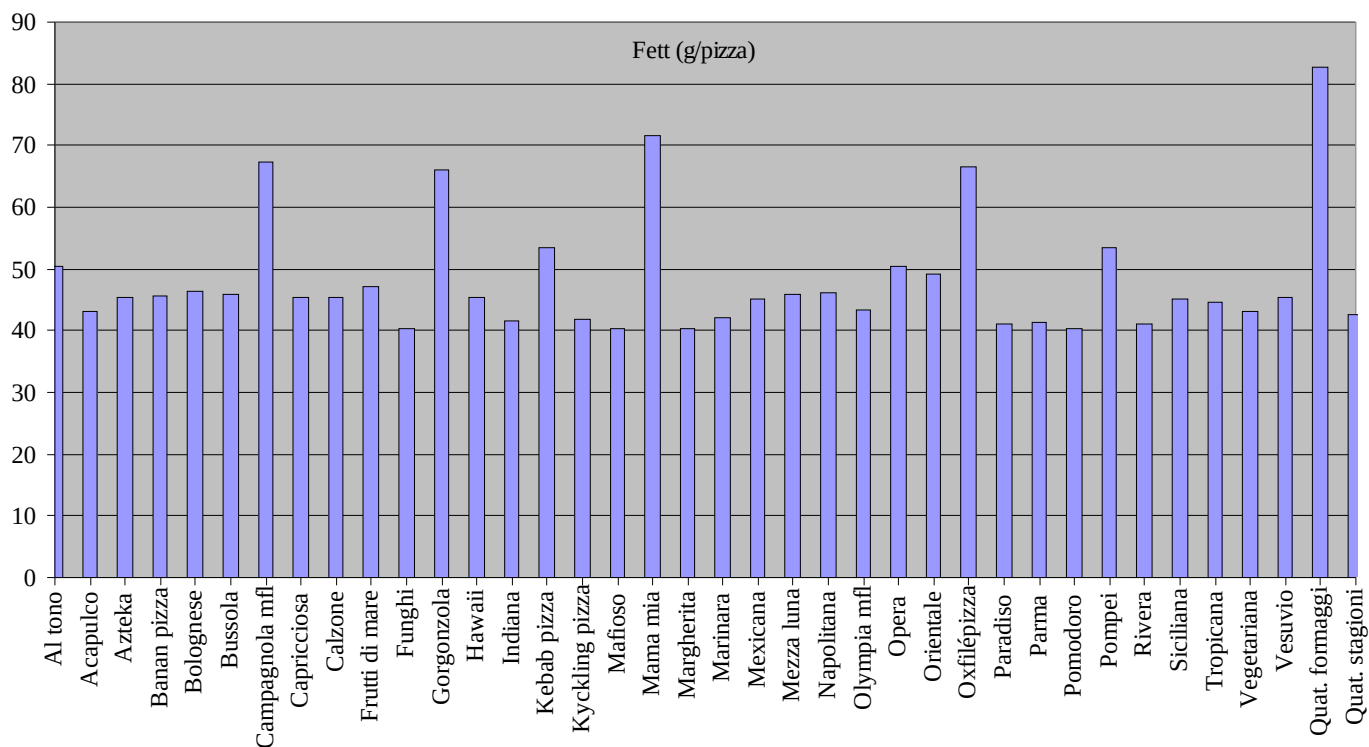
Pizzor med bananer och/eller ananas är väldigt matiga i förhållande till priset. Detta eftersom det brukar vara ganska rikligt med banan och ananasbitar på pizzor som "banan pizza", "hawaii" och "indiana". Bitarna är dessutom ganska stora men trots det inte så dyra.



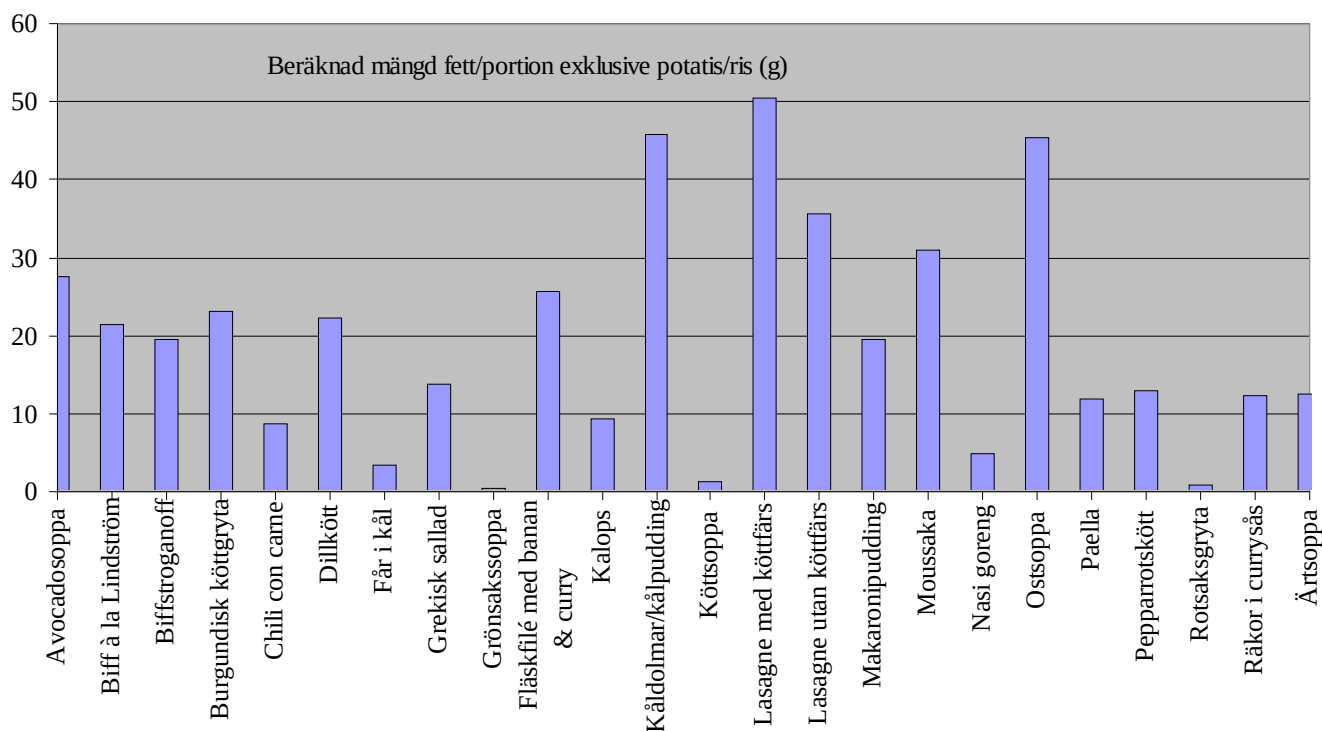
Det beräknade vikten dividerad med det genomsnittliga priset för respektive pizza enligt menyerna på de besökta pizzeriorna.

Näringsinnehållet

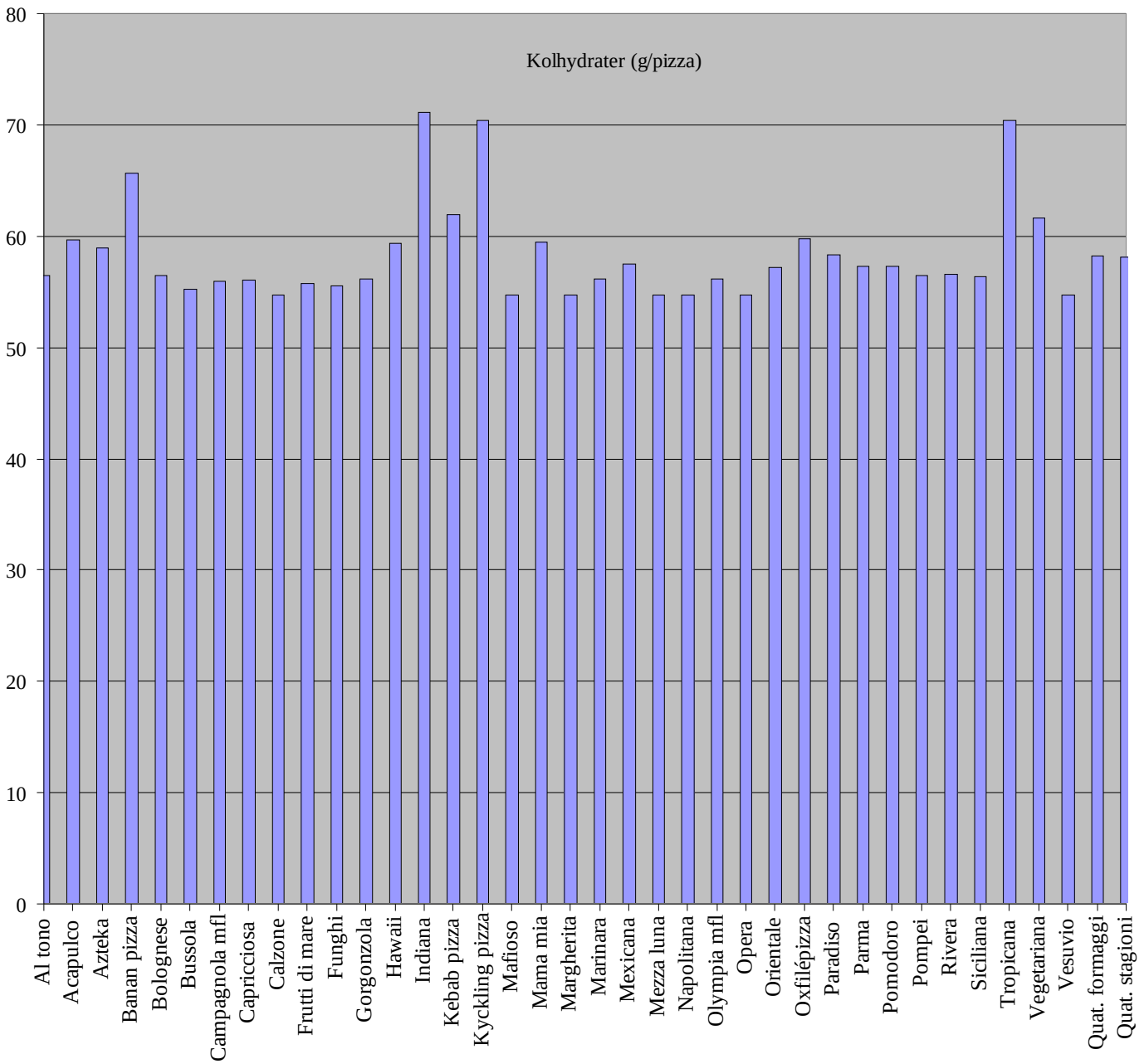
Den enklaste av alla pizzor, ”margherita”, innehåller ungefär 90-100 g ost, 1 dl krossade tomater, 1 dl mjöl, 3/4 matskedar olja, ½ matsked tomatpuré, ¼ tesked salt, 6 gram jäst, basilika och oregano. Vilket ger ungefär 40 g fett (se tabellen nedan) och 75 g kolhydrater (se tabellen på nästa sida). Ju mer feta ingredienser, såsom ost eller bearnaisesås som adderas desto fetare blir pizzan. Som jämförelse kan nämnas att många vanliga rätter (se diagrammet under) ligger runt 20 g fett/portion.



Beräkningarna i diagrammet är baserade på näringsdata från Livsmedelsverket och uppskattningar av mängderna av de olika ingredienserna i varje pizza.

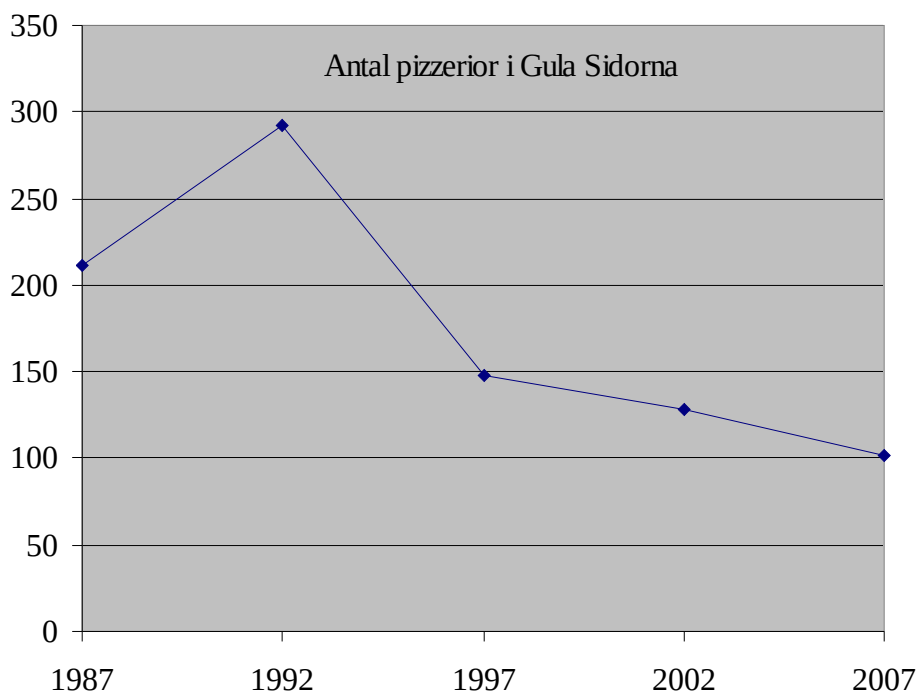


Kolhydratinnehållet är ganska lika för olika pizzor. Det beror främst på att vetemjöl innehåller väldigt mycket av den varan (ca 70,5 g kolhydrater/100g), vilket bidrar med cirka 50 g kolhydrater. Det pizzor som utmärker sig med extra höga halter av kolhydrater är de som innehåller ananas och bananer (såsom ”tropicana”).



Utvecklingen över tiden

Att döma av antalet ställen under rubriken ”pizzerior” i telefonkatalogen, förefaller det som om två tredjedelar har försvunnit sedan början av 1990-talet.



Av de 211 pizzerior som fanns i katalogen 1987 fanns ett tiotal kvar med samma namn och adress i katalogen 2007. Fem år tidigare fanns ett femtontal med i katalogen. Men enligt nummerupplysningen finns det idag (2008) pizzerior på ungefär hälften av adresserna i 1987 års telefonkatalog. Därutöver har det tillkommit ett antal pizzerior på nya adresser. En sökning på ordet ”pizza” + Stockholm gav 465 träffar. Detta sammantaget tyder på att antalet pizzerior förmodligen har ökat under de senaste 20 åren.

Utbudet* av pizzor på menyn har förmodligen också ökat. Från i genomsnitt cirka 32 olika pizzor i slutet av 80-talet till cirka 44 dito år 2008.

* En jämförelse mellan 23 slumpvis utvalda menyer tryckta mellan 1985-1990 från pizzerior över hela Sverige och 26 aktuella menyer från pizzerior i Stockholm (exklusive barnpizzor och amerikanska pizzor).

PIZZOR

Capricciosa

Tomater	
Skinka	
Champignon	7:50
Capris	

Sicilliana

Tomater	
Sardeller	
Oliver	
Capris	8:—
Ost	
Vitlök	

Marinara

Tomater	
Musslor	8:50
Räkor	
Ost	

Quattro Stagioni

Tomater	
Räkor	
Musslor	
Skinka	9:50
Champignon	
Oliver	
Ost	

Pytt i panna med rödbetor

Kycklinglår (delikates)

DRYCKER

Fatöl	Sjdel
..	Stop
..	Stönka
Länk och Juice	
Té	
Kaffe	

Wienerbröd

I den svenska pizzerians barndom förefaller det ha varit väldigt få pizzor på menyn. Att döma av denna meny från år 1974 (den enda meny från 1970-talet som finns i Kungliga Bibliotekets samlingar).

RESTAURANG HAGA Pizzeria

Hagalundsgatan 21 (Bredvid posten och vivohallen)
Parkeringsplats framför oss.

Öppettider: Måndag–Fredag 11.00–23.00
Lördag och Söndag 12.00–23.00

Ring så bakar vi. Tel 83 98 59, 83 93 04

Priserna gäller
end. för avhämtning

1 Apollo	tomat, ost, räkor, skinka, ananas	26:—
2 Toscana	tomat, ost, räkor, kronärtskocka	25:—
3 Kentucky	tomat, ost, köttfärs, ägg	26:—
4 Rimini	tomat, ost, räkor	25:—
5 Campagniola	tomat, ost, champinjoner	24:—
6 Orientale	tomat, ost, köttfärs	25:—
7 Pompei	tomat, ost, bacon, lök, ägg	26:—
8 Quattro stagioni	tomat, ost, champinjoner, räkor, musslor, skinka, kronärtskocka	26:—
9 Indiana	tomat, ost, räkor, lök, grön paprika, banan, curry	26:—
10 Vaga Bondo	tomat, ost, tonfisk, räkor, musslor	26:—
11 Capricciosa	tomat, ost, skinka, champinjoner	25:—
12 Vesuvio	tomat, ost, skinka	24:—
13 La Bussola	tomat, ost, skinka, räkor	26:—
14 Marinara	tomat, ost, räkor, musslor	26:—
15 Cacciatore	tomat, ost, räkor, skinka, salami	26:—
16 Del Opera	tomat, ost, tonfisk, skinka	23:—
17 Margarita	tomat, ost	23:—
18 Calzone	(inbakad), tomat, ost, skinka	25:—
19 Vegetabilisk	tomat, ost, champinjoner, lök, paprika, ananas, sparris, kronärtskockor	25:—
20 Caprice	tomat, ost, räkor, skinka, champinjoner	26:—
21 Flygande tefat	(dubbelinbakad) tomat, ost, skinka, räkor, champinjoner	38:—

SALLAD INGÅR

Drygt tio år senare såg menyerna ut ungefär som idag bortsett ifrån att urvalet av specialpizzor var mer begränsad. Urvalet i menyn till vänster är ganska typiskt för den tiden.

PIZZOR

Campagnola 40:- Tomat, ost, champinjoner	Hawaii 45:- Tomat, ost, skinka, räkor, ananas
Cacciatore 40:- Tomat, ost, salami, oliver, kapris	Orientale 45:- Tomat, ost, köttfärsås
Capricciosa 40:- Tomat, ost, champinjoner, skinka	Vegetarisk 45:- Tomat, ost, champinjoner, lök, paprika, kronärtskockor, oliver, sparris
Napoletana 45:- Tomat, ost, oliver, sardeller	Satellit (dubbel) 55:- Tomat, ost, skinka, champinjoner
Calzone (inbakad) 45:- Tomat, ost, skinka	La Bussola 45:- Tomat, ost, skinka, räkor
Margeritha 40:- Tomat, ost,	A la Björkås 45:- Tomat, ost, champinjoner, skinka, paprika, tonfisk
Marinara 45:- Tomat, ost, räkor, musslor	Opera 45:- Tomat, ost, skinka, tonfisk
Pepperone 40:- Tomat, ost, paprika	A la Mirco 45:- Tomat, ost, bacon, lök
Lyon 40:- Tomat, ost, skinka, lök	Husets Pizza 45:- Tomat, ost, bananer, curry
Vesuvio 40:- Tomat, ost, skinka	A la Thomas 45:- Tomat, ost, champinjoner, skinka, lök
Quattro Stagioni 45:- Tomat, ost, skinka, champinjoner, räkor, musslor	Flotta Vicke 60:- Färska tomater, ost, oxfilé, champinjoner, bearnaisesås
Skärgårdspizza 45:- Tomat, ost, tonfisk, sardeller, lök	Valfri Pizza 60:- Efter eget recept

AMERICAN PAN PIZZA

San Fransisco Tomat, ost, skinka, champinjoner, bacon, lök, färska tomater, paprika
Riviera Tomat, ost, räkor, musslor, tonfisk, lök, färska tomater
Amigo Tomat, ost, räkor, falukorv, lök, färska tomater, paprika
Vegetariana Tomat, ost, champinjoner, lök, oliver, sparris, färska tomater, paprika

Small 60:-

Medium 90:-

Large 140:-

NYHET!

MEXIKANSKA PIZZOR

Mexicana	45:-
Tomatsås, ost, köttfärs, tacokrydda och sås, lök, vitlök, grön chili	
Azteka	45:-
Tomatsås, ost, skinka, tacokrydda och sås, jalapeno	
Acapulco	60:-
Tomatsås, ost oxfile, tacokrydda och sås, champinjoner, vitlök, jalapeno	

VÄLKOMMEN!

Ovanstående meny är från 1994. Utbudet är ganska likt det av idag, med en del egna kombinationer, pan-pizzor och mexikanska dito. Notera att priserna är ungefär desamma som idag (se nedan).

Äkta Italienska varor! Tomat och ost är grunden i alla pizzor

	Normal pris
1 MARGHERITA f.tomat, ost	48:-
2 FUNGHI f. champinjoner	48:-
3 VESUVIO skinka	48:-
4 MOZZARELLA mozzarella, svartpeppar	48:-
5 CAPRICCIOSA skinka, f.champinjoner	48:-
6 BUSSOLA räkor, skinka	50:-
7 PARADISO f.champinjoner, räkor	50:-
8 MARINARA räkor, musslor	50:-
9 BANAN PIZZA skinka, banan, curry	48:-
10 HAWAII skinka, ananas	48:-
11 MICHELANGELO skinka, f.paprika, kronärtskockor	50:-
12 NAPOLITANA sardeller, oliver, kapris	50:-
13 BRUNO lök, f.paprika, oliver, salami	50:-
14 CALZONE inbakad pizza med tomat, ost, skinka	48:-
15 CALZONE MORTADELLA inbakad pizza med tomat, ost, mortadella	50:-
16 AMALFI f.champinjoner, banan, curry	50:-
17 LEONARDO tonfisk, räkor	55:-
18 VEGETARIANA lök, f.champinjoner, f.paprika, sparris, oliver, kronärtskockor	54:-
19 OLYMPIA skinka, räkor, f.champinjoner	55:-
20 QUATTRO STAGIONI skinka, f.champinjoner, räkor, musslor, kronärtskocka, oliver	55:-
21 KEBAB PIZZA kebabkött, f. tomat, peperoni, lök, kebabsås, vitlöksås	55:-
22 PIZZA PAZZA inbakad pizza med gorgonzola, mortadella, f.champinjoner	55:-
23 MAFIOSO salami, lök, peperoni, cayenpeppar, f. tomat	55:-
24 FADOSO pizza med färost, köttfärs, lök, f.tomater	55:-
25 25:an köttfärs, f.champinjoner, f. paprika, lök, stark krydda	55:-
26 POMPEI bacon, salami, ägg, lök	55:-
27 GRATINATE skinka, f.champinjoner, räkor, purjolök, f.paprika	55:-
28 BAGARNS SPECIAL f.champinjoner, lök, f.tomater, pesto, peperoni	55:-

Äkta Italienska varor! Tomat och ost är grunden i alla pizzor

	Normal pris
29 TROPICANA skinka, ananas, banan, curry	50:-
30 CACCIATORE salami, f.champinjoner, f.paprika, purjolök	55:-
31 PIZZA CARNE köttfärs, ägg, f.paprika, f.tomat, lök	50:-
32 MEZZA LUNA halvinkbakad kebabkött, f.tomater, peperoni, purjolök, kebabsås, bearnaisesås, (ej tomatsås)	55:-
33 TOSCANA mozzarella, f. kycklingfilé, banan, jordnötter, curry	65:-
34 DANIELA f.champinjoner, f.paprika, purjolök, pesto, rucola, färost	65:-
35 FODI skinka, räkor, banan, fläskfilé, curry	65:-
36 ISABEL mozzarella, f. champinjoner, basilika, vitlök och f.paprika, f. tomat	64:-
37 KEBABFAT dubbel inbakad, kebabkött, f.tomat, peperoni, lök, kebabsås	65:-
38 MICHELLE fläskfilé, bearnaisesås, sparris, banan, f.champinjoner	65:-
39 SICILIA oxfilé, bearnaisesås, f.paprika, stark krydda, f.tomater	65:-
40 FANTASIA lök, f.champinjoner, oxfilé, bearnaisesås, f.tomater	65:-
41 LE CHEF mozzarella, parmaskinka, oliver, f. tomat	64:-
42 FRUTI DI MARE krabba, räkor, musslor, svart kaviar, tonfisk	65:-
43 QUATTRO FORMAGGIO f.tomat, mozzarella, gorgonzola, parmesan, chèvre	64:-
44 MONTEBELLO mozzarella, parmesan, bresaola, purjolök, pinjenötter, rucola	65:-
45 SPECIALE dubbel inbakad pizza med skinka, räkor, f.champinjoner	65:-
46 DEL MANGIONE dubbel inbakad pizza med skinka, räkor, f.champinjoner, salami, sparris, gorgonzola, kronärtskockor	70:-
47 VERONA mozzarella, parmaskinka, f.champinjoner, zucchini, soltorkade tomater, rucola	65:-
48 SORRENTO mozzarella, parmaskinka, spenat, f.champinjoner, pinjenötter, rucola	65:-
49 RIMINI mozzarella, salami, soltorkade tomater, f.champinjoner, purjolök, rucola	65:-
50 VIKING halvinkbakad med oxfilé, färska champinjoner, lök, gorgonzola	65:-
51 PIZZA DE LA CASA mozzarella, auberginer, zucchini, parmesan, soltorkade tomater, f.champinjoner, f. paprika, rucola	65:-
52 VENEZIA mozzarella, kycklingfilé, spenat, soltorkade tomater, f.champinjoner, curry, rucola	65:-
53 CONSTANTINO mozzarella, fläskfilé, spenat, soltorkade tomater, stark krydda, bearnaisesås	65:-
54 ARROSTO mozzarella, auberginer, fläskfilé, soltorkade tomater, parmesan, stark krydda, rucola	65:-
55 AL PACINO mozzarella, salami, zucchini, soltorkade tomater, f. champinjoner, f. paprika, stark krydda, rucola	65:-
56 DE NIRO mozzarella, köttfärs, spenat, färost, soltorkade tomater, purjolök, rucola	65:-

SERVERING 5:-

Sammanfattning

Antalet pizzerior i Stockholm har ökat enormt sedan den första pizzerian som kom i slutet av 1960-talet och idag finns det förmodligen en bra bit över hundra pizzerior inom 08-området. Utbudet på varje pizzeria har även ökat från i genomsnitt ett 30-tal olika pizzor under 1980-talet till över 40 år 2008, och priserna förefaller ha fördubblats samma period.

En av de första pizzasorterna som kom till Sverige var "capricciosa" och den håller än idag ställningarna som den mest populära pizzan. "Capricciosa" är även tillsammans med "bussola", "vesuvio" och "quattro stragioni" de pizzor som är mest lika från ställe till ställe. Priserna är på de enklare pizzorna såsom "capricciosa" och "bussola" är också ganska lika från stället till ställe. Då det som regel skiljer det inte mer än drygt 20 kr mellan det dyraste och billigaste av dessa. Storleken på pizzorna kan däremot skilja väldigt mycket, till exempel skiljde det över 200 gram mellan den lättaste och tyngsta av tre "napolitana" från tre olika pizzerior. Namnen på vissa pizzor skiljer likaså ganska mycket från ställe till ställe.

Den som vill ha mest mat för pengarna bör man välja en pizza med banan och/eller ananas på, men vill man hålla igen på intaget av kolhydrater bör man däremot undvika dessa. Är man istället ute efter de dyraste ingredienserna för pengarna bör man välja en pizza med oxfilé på såsom "acapulco" eller "oxfilépizza". Vill man vara försiktig med sitt fettintag, bör man däremot inte välja "oxfilépizza".