

Tacos och tv på fredagskvällen

Berättelse

I Sverige hör du ofta ordet “fredagsmys”. Att mysa betyder att man har det skönt och lugnt. Fredagsmys betyder att man kopplar av hemma på fredagskvällen. Då är arbetsveckan slut. Man vill bara ta det lugnt och ha det trevligt.

Många gör fredagsmys tillsammans med familjen eller med vänner. Man sitter i soffan och tittar på tv. Ofta äter man enkel och god mat. Man behöver inte laga något svårt. Tanken är att man ska slappna av.

En mycket vanlig fredagsmat är tacos. Tacos kommer från Mexiko, men i Sverige äter många tacos just på fredagar. Man fyller ett tunt bröd eller ett hårt skal med kött, grönsaker och sås. Idag äter många också vegetarisk tacos, till exempel med bönor, halloumi eller blomkål. Många äter också chips och annat gott.

Ordet “fredagsmys” är inte så gammalt. Det kom på 1990-talet. På 2000-talet kom ordet med i Svenska Akademiens ordlista, alltså i den bok som visar svenska ord. År 2009 gjorde ett företag som heter OLW en känd reklam med en “Fredagsmys”-sång om chips.

För många i Sverige är fredagsmys en mysig stund i veckan. Man arbetar hela veckan, och på fredagen kopplar man av tillsammans.

Ordlista

ORD	FÖRKLARING
fredagsmys	att koppla av hemma på fredagskvällen
mysa	ha det skönt, lugnt och trevligt
koppla av	slappna av och vila
arbetsvecka	de dagar i veckan då man arbetar
soffa	en mjuk möbel som flera kan sitta i
enkel	lätt; inte svår
tacos	mexikansk mat med bröd, kött och grönsaker
vegetarisk	mat utan kött
reklam	när ett företag visar och säljer något
ordlista	en bok som förklarar ord

Läsförståelsefrågor

1. Vad betyder "fredagsmys"?
 1. Att man arbetar extra mycket på fredagar.
 2. Att man kopplar av hemma på fredagskvällen.
 3. Att man städar hela huset på fredagen.
2. Vad gör många under fredagsmyset?
 1. De sitter i soffan och tittar på tv tillsammans.
 2. De springer en lång löprunda.
 3. De går till jobbet på natten.
3. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Många i Sverige äter tacos på fredagar.
 2. Man måste laga svår mat på fredagsmyset.
 3. Alla i Sverige har fredagsmys varje vecka.
4. Varför passar fredagsmys bra just på fredagen? Svara med egna ord.
5. Vad kan man äta på fredagsmyset om man inte äter kött?

Facit

1. 1. Att man kopplar av hemma på fredagskvällen.
2. 1. De sitter i soffan och tittar på tv tillsammans.
3. 1. ja b) nej (man äter ofta enkel mat och behöver inte laga något svårt) c) det står inte i texten (texten säger inte hur ofta varje person gör fredagsmys)
4. Exempel på svar: På fredagen är arbetsveckan slut, så man vill ta det lugnt och ha det trevligt.
5. Exempel på svar: Vegetarisk tacos, till exempel med bönor, halloumi eller blomkål.

Bedöm öppna svar efter innehåll, inte efter exakt formulering.

FÖR LÄRAREN

Konkret vardagstext som passar för att öva ord om veckan och hemmet (fredag, soffa, koppla av, mat).
Tema: vardagskultur och mat i Sverige. Fråga 4 kräver en första, enkel slutsats. Låt eleverna jämföra med en avkopplande kväll eller en vanlig maträtt i sina egna länder.

Diskussionsfrågor

- Vad gör du för att koppla av efter en lång vecka?

- Äter ni en särskild mat en viss dag i veckan där du kommer ifrån? Berätta.
- Tycker du om att äta tacos? Varför eller varför inte?
- **Skriv (4 meningar):** Berätta om en kväll när du kopplade av hemma. Vad åt du och vad gjorde du?

Källor och faktagranskning

- Svenska Akademiens ordlista (SAOL), uppslagsord: fredagsmys – <https://svenska.se/saol/?id=0765192>
- Svensk ordbok (SO), uppslagsord: fredagsmys – <https://svenska.se/so/?id=121324>
- Svenska Akademien, pressmeddelande om ny upplaga av SAOL (13:e upplagan 2006) – <https://www.svenskaakademien.se/press/ny-upplaga-av-svenska-akademiens-ordlista-saol>
- Wikipedia, uppslagsord: Fredagsmys – <https://sv.wikipedia.org/wiki/Fredagsmys>

Faktagranskad mot ovanstående källor i juni 2026. Nyckelfakta: Fredagsmys betyder att man kopplar av och umgås hemma med familj eller vänner på fredagskvällen för att fira att arbetsveckan är slut. Ordet togs in i Svenska Akademiens ordlista (SAOL) i den 13:e upplagan, som kom ut 2006, och är där markerat som vardagligt (vard.). Själva ordet är belagt i skrift sedan 1990-talet, alltså långt innan det blev allmänt känt. Ett typiskt fredagsmys handlar om enkel mat, soffan och tv tillsammans – den mysiga, avkopplande stunden är viktigare än finstämd matlagning. Tacos och annan tex-mex (smaker från Mexiko och södra USA) blev en mycket vanlig fredagsmys-rätt; företaget Santa Maria marknadsförde tacoskal och kryddmixer i Sverige från 1990-talet. Snackstillverkaren OLW lanserade i maj 2009 en stor reklamkampanj (av byrån Åkestam Holst) med en känd Fredagsmys-sång som ytterligare kopplade chips och snacks till fredagskvällen. Liknande fredagsvanor finns i grannländerna: i Norge är tacofredag vanlig och i Finland är fredagspizza populärt. I dag finns ofta vegetariska och veganska varianter, t.ex. tacos med halloumi, svarta bönor eller blomkål. OSÄKERHETER OCH MYTER: Det exakta första belägget för ordet (det sägs ibland ha dykt upp i en presstext 1994) är en andrahandsuppgift och anges inte som ett säkert årtal – texterna skriver allmänt "1990-talet". Påståendet att Sverige äter "mest tacos per person utanför Mexiko och USA" förekommer ofta i medier men är svårt att kontrollera mot officiell statistik och markeras som obekräftat. Statistik av typen "ungefär varannan svensk äter tex-mex på fredagar" kommer från företagsbeställda undersökningar (Santa Maria/Paulig, drygt 1 000 svarande) och attribueras till företaget – det är inte myndighetsstatistik. Texterna återger osäkra uppgifter försiktigt ("det sägs", "enligt en undersökning som företaget gjort").

Berättelser om svenskar · läromedel för svenska som andraspråk. Skapat inom Läromedelsprojektet. Senast uppdaterad 2026-06-25.