



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

aminosuvrrit	<i>aminosyrer</i>
ahtanuššat	<i>utvikle seg, vokse</i>
áđamus	<i>best mulig</i>
áddjás, áddjái	<i>tidkrevende, tar tid</i>
ággaras	<i>ål</i>
áhpe- ja jávreheakkalaččat, heakkalaš	<i>hav- og vanndyr</i>
áiccut, áicu	<i>sanser, f.eks. hørsel, lukt, syn</i>
áicet, áicat	<i>observér</i>
áigodat	<i>tid på året, høst, sommer...</i>
álbmi	<i>dressing</i>
álgobiebmoávnнас	<i>råvare, f.eks. kjøtt, fisk eller gulrot</i>
árbevierru	<i>tradisjon, vane</i>
árbevirolaččat, árbevirolaš	<i>tradisjonelt</i>
árbevirolaš	<i>tradisjonell, vanlig</i>
árvu	<i>verdi, meningsfull</i>
árvvoštallat	<i>vurdere, evaluere, bedømme</i>
ásahit	<i>etablere, begynne å følge</i>
ássansuodji	<i>bolig</i>
ávkkástallat	<i>gjøre seg nytte av</i>
ávvoeallin	<i>feststemning, lykke, glede</i>
ávžžuhit	<i>anbefaler, oppfordrer</i>
báhput	<i>bønner</i>
báinnasohkar	<i>sukkerkulør</i>
báistevuodja	<i>smør eller margarin til steking</i>
bálvalus	<i>tjeneste</i>
bálvalusaide, bálvalus	<i>for tjenester</i>
beaktil	<i>næringsrik eller effektiv</i>
bealddus, bealdu	<i>i åkeren</i>
beasseláibi	<i>flatbrød</i>
biebmoárbevierru	<i>mattradisjon</i>
biebmoávdnasiid, -ávnнас	<i>næringsstoffer</i>
biebmoávnнас	<i>næringsstoff, f.eks. fett, karbohydrat</i>
biebmoávnнас	<i>næringsstoff, f.eks. karbohydrat</i>
biebmoávnնասսidoallu	<i>næringsinnhold, f.eks. hvor mye karbohydrater, fett og proteiner det er pr. 100 g vare</i>
biebmoávnնասսidoallu	<i>næringsinnhold</i>
Biebmobearráigeahčču	<i>Mattilsynet</i>
biebmodoallu	<i>kosthold</i>
biebmogálvobuktaga, -buvtta	<i>matvareproduktet</i>



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

- biebmogálvobuvtta** *matvareprodukt*
biebmogálvobuvttadeaddji *matvareprodusent, den som lager matvaren*
biebmogálvobuvttadeaddjit, -deaddji *matvareprodusenter, de som lager matvarene*
biebmogálvojoavko-tabealla *matvaregruppe-tabell*
biebmogálvojoavku *matvaregruppe*
biebmogálvorámbuvra, -buvda, -gávpi *matvarebutikk/dagligvarebutikk*
biebmogálvu *matvare*
biebmogálvuide, biebmogálvu *til matvarene*
biebmogeavaheapmi *matforbruk*
biebmoguolli *oppdrettsfisk*
biebmokámmáriidda, biebmokámmár *i matbodene*
biebmoláгат ja biebmomearkkat
biebmoláhka *matloven*
biebmoloahpat, biebmoloahppa *matrester*
biebmoluossa *oppdrettslaks*
biebmomáidnosat, biebmomáinnus *matreklame*
biebmomearka *matmerke*
biebmomearkkaid, biebmomearka *matmerkene*
biebmomirkoluvvat *bli matforgiftet*
biebmopáhka sisdoallolistu *matvarens ingrediensliste, innholdsliste*
biebmopáhkka *innpakket matvare*
biebmoráđiid, biebmoráđđi *noe man kan lage mat av, f.eks. bær, dyr som skal bli til mat, fisk*
biebmoráhkadanneavva *oppskrift*
biebmoráhkadeapmi *matlaging*
biebmorávvgiid, -ráva *kostholdsråd*
biebmošládja *matsort*
biebmošlájat, biebmošládja *matsorter*
biergomuosi, -muossi *kjøttstykke*
biksa *brystmuskelen på fugl*
biksa, bivssat *brystbenet til en fugl*
biksadeahkki/-biergu *kjøttet på fuglebrystet*
bipmošsáras *kostfiber*
boahkkebiergu ja boahkkeguolli *boknakjøtt og boknafisk*
boradanvásihus *matopplevelse, spiseopplevelse*
borahahti *spiselig*
borramušealli *dyr som blir til menneskemat*
borramušráva *kostholdsråd*
borramušrávvgiid, -ráva *kostholdsråd*



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

borramuššaddu	<i>matplante, spiselig vekst</i>
borranbeavdi	<i>spisebord</i>
borrandábiid, borrandáhpi	<i>matvaner/spisevaner</i>
borrandáhpi	<i>spisevane</i>
borrandilálašvuohta/borranboddu	<i>spisesituasjon</i>
borranrávvagiid, borranráva	<i>mat- og spiseanbefalinger, mat som blir anbefalt å spise</i>
botkkut, botkkuhit	<i>strø</i>
buhtisvuohta	<i>hygiene</i>
buktagat, buvtta	<i>produkter</i>
buoidesuvrrit	<i>fettsyrer</i>
buolva	<i>generasjon</i>
buoremus-ovdal	<i>best før</i>
buoremus-ovdal-dáhton	<i>best før-dato</i>
buorredovdu	<i>velvære</i>
buvroloahpat, buvroloahppa	<i>grøtresten</i>
buvttadeaddji	<i>produsent, en som lager en vare/et produkt</i>
buvttadit	<i>produsere</i>
caggamat, caggan	<i>stans leveringer, stoppe, motstand</i>
caggat	<i>stoppe</i>
cáhpat	<i>skive, skjære i skiver</i>
cealkámuš	<i>påstand</i>
cevzet, ceavzit	<i>overlever, klarer seg</i>
cigget, cieggat	<i>innprentes</i>
cirgguhit	<i>sprøyte</i>
cirgguhuvvon, cirgguhit	<i>sprøytet</i>
cuohppa	<i>den delen av fisken vi spiser/«fiskekjøttet»</i>
čanastat	<i>bånd</i>
čeahppi	<i>her: ekspert</i>
čeavláivuohta	<i>stolthet</i>
čehpiid, čeahppi	<i>her: eksperter</i>
čiegusmáinnus	<i>skjult reklame</i>
čoarbbealli	<i>lårstykke av et slakt</i>
čoaskudit	<i>avkjøle</i>
čollet	<i>sløye</i>
čollosat, čoalus	<i>innvoller, det som vi har tatt ut av fisken når vi har sløyet den</i>
čorbma, čorpmat	<i>en neve</i>
čoskot, čoaskut	<i>avkjøles, avkjøle</i>
čuolda	<i>påle</i>
čuovvuleaddji	<i>følger</i>
dakņasat, daņas	<i>lyng</i>



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

dábit, dáhpi	<i>vaner, tradisjoner, rutiner, regler</i>
dáhpi, dábit	<i>vane, tradisjon, rutine, regel</i>
dáidu/áicu	<i>sans, f.eks. syn, hørsel, smak</i>
dákeriggi	<i>skjelett</i>
dálkkádat	<i>klima</i>
dápmat	<i>temme</i>
dárjunlihtti	<i>serveringsfat</i>
dávvir	<i>gjenstand</i>
dearvvašlaš	<i>helsefremmende, sundt</i>
Dearvvašvuođadirektoráhtta	<i>Helsedirektoratet</i>
dearvvašvuođaeiseválddit	<i>helsemyndigheter</i>
dearvvašvuođaeiseválddit, dearvvašvuođaeiseváldi	<i>helsemyndigheter</i>
dearvvašvuohta	<i>helse</i>
debbot	<i>tang</i>
diehtujuohkin	<i>informasjon/informere</i>
dihtomielaččat	<i>bevisst, med viten og vilje</i>
divrevuoiddas	<i>insektmiddel</i>
doaimma	<i>funksjon</i>
doaimmahišgoahtit	<i>begynne med/starte med f.eks. som her reindrift</i>
doaivva	<i>håp</i>
doarjja	<i>støtte</i>
doavdnji	<i>emballasje</i>
dorrehit	<i>trekke, om fisk og annen mat</i>
duhppet	<i>elte, kna, forme deig</i>
duvdilit eret	<i>skyve bort, kvitte seg med, fortrenge</i>
ealli organisma	<i>noe som lever</i>
eallindábiid, eallindáhpi	<i>levevaner</i>
eallindábis, eallindáhpi	<i>levevanen</i>
eallindábit ja dearvvašvuohta	
eallindáhpi	<i>levevane</i>
eallinillu	<i>livsglede</i>
eallinvuohki	<i>levemåte</i>
eatnánit	<i>formere seg</i>
eatnánit	<i>øke, vokse, bli flere</i>
eatnu, eanut	<i>stor elv</i>
edet	<i>eddik</i>
edetsuvri	<i>eddiksyre</i>
eiseválddit, eiseváldi	<i>myndighetene; regjering, storting, sameting</i>
ekologalaš guovlu	<i>økologisk område, et område der alle artene er forbundet (i en næringskjede eller næringsnett) og danner et økosystem</i>



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

erttet *sidestykke av et slakt*
ferdnet *male, kverne*
fermenteren *la matens egne bakterier konservere den*
fiervá *fjære*
fierváčáhci *fjæresjø*
filbmaneavttár *filmskuespiller*
filbmaneavttárat, filbmaneavttár *filmskuespillere*
fuodár *dyrefôr*
fuodđu *småvilt som hare, rype og and*
fuodđuid, fuodđu *småvilt*
fuolahit *ivareta*
gallehuvvon buoidi *mettet fett*
gallekeahtes buoidi *umettet fett*
galmihanskábe *kjøleskap*
garahit/garret *skrelle*
garvve, garvit *unngå*
gaskaoapmi *virkemiddel*
gaskit *ribbe, plukke bort fjær fra en død fugl*
gavja *støv*
gavjuhit, gavjet *pollinere/bestøve/befrukte - om planter*
gáhtuskálžu *strandsnegle*
gáiccaskálžu *blåskjell*
gáiru *svartbak, måkefugl*
gálgat *løsne*
gánnáha, gánnáhit *lønner seg*
gávval *kavl*
gearddagallekeahtes/mángii-gallekeahtes buoidi *flerumettet fett*
geassáduvvon guolli *rakfisk*
geassáduvvon guolli *rakfisk, om ferskvannsfisk*
geavaheaddjefámu, geavaheaddjefápmu *forbrukermakten*
geavaheaddjefápmu *forbrukermakt*
geavaheaddjelihttu *forbrukerorganisasjon*
geavaheaddji *forbruker*
gieđaguššat *behandle*
gieđahallat *behandle, med hendene*
gielidit *forby*
gielo, giellut *koagulere*
gievkanreaidu *kjøkkenredskap*
giksan, giksat *gjennomkokt eller -stekt*
giktalit *friste*



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

gilvvaeana *såjord, jord som brukes til å så og dyrke mat til folk eller dyr*
gobiide, gohpi *i groper*
gođđat *gyte*
gođđoguolli *fisk med rogn*
goikat *her: bli stekt, om bakverk*
goikejeasta, goikejeasta *tørrgjær*
gordnebuktagiid, gordnebuktagat *kornprodukter*
gordni *korn*
gottiid, goddi *villrein*
gozihit *se til at, passe på at, bidra til at*
guigu *kvige, ungu som ikke har fått kalv*
gulahallat *kommunisere, snakke sammen*
gullat searvái *høre til*
guoddevaš/ceavzilis *bærekraftig*
guođohit *tilsyn med dyr, se til at dyret får i seg mat og får være i fred på matplassen*
guohpa *mugg*
guohpaguobbara, guohpaguoppar *muggsopp*
guollemeardi *fiskemerde*
guossohit *servere*
gurká *agurk*
guvžá *sjøørret*
háhkát *hente, eller skaffe seg*
hálddašit *klare, beherske, få til*
hárjehallandáhpi *treningsvane*
háset *henge opp høy til tørk*
hávrut *harskne*
hávvi *sår*
heakkadehálaš *livsnødvendig*
heakkaváralaš *livsfarlig*
hehttet *forhindre, hindre*
hermetiseren *lukke beholderen som maten skal oppbevares i slik at luft ikke slipper til*
hušša *stress, om mennesker*
huvvidit *hige etter, trakte etter, ha lyst til*
iešluohtámuš *selvtillit*
illudovdu *følelse av glede*
jáhkkemeahttun *utrolig*
jálddos, jálddus *sval*
jáldosis *i svalt, i kjølig*
jeahkáliidda, jeagil *til reinlavet*
jieknjudanboksa/-skábe *fryseboks/-skap*



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

- juvssocuohppa, divssocuohppa *hysefilet*
juvvii, juovva *i steinrøysa*
lagasbiras *nærområdet, lokalmiljøet*
laskat *øke i antall, bli mange*
ládju *slått, høyslått*
lágermuorralasta *laurbæblad*
lákcasokta *kremfløte*
láktasa ja njuoskasa, lávttas ja njuoskkas *vannet, fuktigheten*
lámasguolli *surfisk, om sjøfisk*
láseviessu *drivhus*
lášmmohallansuorgi *idrettsgren*
lavdnji *torv*
lávttas, lákta *fuktig, fuktighet*
leavne, leavdnit *hell, helle, om gryn og mel*
leavvamis, leavvat *vokse, bre seg*
leavvat *bre seg, spre seg*
lieđđeniitu *blomstereng*
lieđđeoivviid, -oavi *blomstene, blomsterbladene*
liemasruitu *oppkok/blanding av tang, fiskehoder og bark som mat til kyrne*
liepma *buljong, kraft*
liggengáldu *varmekilde*
ligget (jus lea dola birra) *varme, om bål*
loahppelákca *rømme*
loahppemielki *rømmekolle*
loaktá, loaktit *å forbruke, bruke*
loaktit *her: trives*
loikkas, loika *temperert, lunken*
luođubiebmu *mat som vokser fritt i naturen*
luođuealli *vilt, f.eks. elg*
luođuelliid, -ealli *vilt, f.eks. elg*
luođus, luhtu *i naturen*
luohtoguovlu *ubebodd skogtrakt, beite*
luohtu *villmark*
luondduguovlu *naturområde*
luondduriika *naturen*
luondduvidá *uberørt, naturlig*
manimuččaide, manimuččat *til nyrene*
manimuš/monimuččat *nyre*
mañimus-borranbeaivi *siste forbruksdag*
mañimus-borranbeaivve-dáhton *siste forbruksdag*



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

maŋisboahhti	<i>etterkommer</i>
mágu, máhku	<i>smak</i>
máhccet, máhccat	<i>returnerer, drar tilbake</i>
máhku/máistu	<i>smak</i>
máihli	<i>juice, saft</i>
máinnus	<i>reklame</i>
máistagiid, máistta	<i>krydder</i>
máistit	<i>å smake</i>
máistta	<i>krydder</i>
máizá, máizat	<i>tiner</i>
málestanvuohki	<i>måte å lage mat på</i>
meađden	<i>rogn</i>
meađden	<i>rogn, fiskeegg</i>
meađđendorski	<i>skrei, torsk med rogn</i>
meahcci, meahcit	<i>villmark</i>
meannudit	<i>behandle</i>
mearrasámit/riddosámit	<i>sjøsamer/kystsamer</i>
meroštallot, meroštallat	<i>defineres som, definere</i>
mieda, miehta	<i>honning</i>
mielkebuktagat, -buvtta	<i>melkeprodukter, f.eks. ost, youghurt, rømme</i>
millet	<i>male, f.eks. knuse korn til mel i en mølle</i>
millii, miella	<i>på/i sinnet</i>
mokta	<i>humør</i>
mollet	<i>mose, knuse</i>
muskavuoksá	<i>moskusokse</i>
muttágis, muttát	<i>passende</i>
nagir	<i>søvn</i>
nannet	<i>styrke, gjøre sterkere</i>
náppoš	<i>kålrot</i>
návccat, nákca	<i>kroppslig energi, kroppslig kraft</i>
nealgeroasut, nealgeroassu	<i>sultenød</i>
niehhti	<i>nøtt</i>
niittuid, niitu	<i>naturengene</i>
njáhkat	<i>smyge seg</i>
njaldit	<i>flå, ta av skinnet for hånd</i>
njoammuávdnasiid,-ávnnas	<i>smittestoffer</i>
njuovahat	<i>slakteri</i>
njuovvat	<i>slakte</i>
njuvddus	<i>mos</i>
nuoskkit, nuoskkidit	<i>forurens</i>



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

oktasašvuodadovdu fellesskapsfølelse
oktasašvuohtha fellesskap
oktavuodadieđut kontaktinformasjon, f.eks. epostadresse, besøksadresse og/eller telefonnr.
oktavuohta kontakt, samvær
oktii-gallekeahtes buoidi enumettet fett
oktonasvuohtha ensomhet
oktovuohta ensomhet
ollašuhhtit gjennomføre
ollesgordni helkorn
omiid, oamit kreatur, f.eks. kyr og sau
ovddastit viser, representerer
ovddidit utvikle
ovttageardásaš ensidig
ovttastallan, servvoštallan samvær, være sammen
ovttastallat være sammen
pasteuriseren varme maten til ca. 75 grader for å bevare den lenger
rádjat oppbevare
ráva her: anbefaling,
rávdnji, rávnnjit strøm, her: i vann og elv
rávvgat, ráva råd, anbefalinger
reabbá, reabbát krepsdyr, krabbe
reaidduide, reaidu kjøkkenredskapene
reaidu hjelpemiddel, verktøy
reivdnápáhka muslipakke, gryn
riehkki drivved
rievnnat korn, gryn
rihttet dele opp en skrott/grovpartere
rihttet/ruvjet partere
riibadangoansttat, riibadangoansta konserveringsmetoder
riibadanvuohki, riibadangoansta konserveringsmetode, måte å konservere på
riibadit konservere, behandle/bevare maten slik at den ikke blir ødelagt
riibadit ja vurkkodit biepmu konservere og oppbevare mat
riikabeakkálmás rikskjendis, en som alle i landet kjenner til
roasmmuhuvvan, roasmmuhuvvat skadet
rumašoassi kroppsdel
ruotnasat, ruonas grønnsaker
rutnis, rudni i fiskehull i isen
sadjanit bli tom for melk i juret
sagahit befrukte



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

- sahkogavja *pollen*
savvot *gro, heles*
sáhpi, sáhppi *saft*
sáimmastit *fiske med finmasket garn i elv eller vann*
sáivačáhci *ferskvann*
sátku *båtopptakingsplass/båtplass*
šaddat *vokse, formere seg*
šaddogárdin *veksthage*
šaddoplankton *alger, planteplankton*
šaddosat, šattus *frukt*
šattoheamit, šattoheapme *gold jord, umulig/vanskelig å dyrke og få til å gro*
šattosmuorat, šattosmuorra *frukttrær*
seaguhus *blanding*
sealla *celle*
sevle, sevlet *sile*
siepmanat, sieman *frø*
sirkumpolára guovllut *sirkumpolare områder*
sisabahkkejeaddji *inntrenger*
sisafievrridit *kjøpe varer fra andre land, importere*
siskkoš *innmat*
siskkožat *innvoller*
skálžoeallit, -ealli *skalldyr*
skálžžut, skálžu *skjell*
skárru *åpningen på baksiden av lávvu, der to halvsider av lavvduken møtes*
skártut *få skorpe, bli til skorpe*
šládja *art, slag*
smávvet *kutte*
sneaida *bit eller stykke av en fisk, fiskeskive*
snoahpat *ta seg en matbit, gomle, mumse*
soalsi *spytt, sikkel*
soatkat *elte, kna*
šolgadit *smelte*
šolgaduvvon, šolgaduvvot *smeltet*
sosiála buorredovdu *sosial velferd, føle at man har det bra og fungerer bra sammen med andre, har venner og familie*
spaktamii, spaktan *for konsentrasjonen*
stargadit *gjøre sterk*
stárát, stárrá *tare*
stárraleagga *tarelegg*
stárret *plukke og samle tare*



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

- stilččut, stilččuhit** dryppe, ringle, tilføre litt væske eller olje
stirdi stivelse (karbohydrat)
stirdu, stirdut stivne, om mat f.eks. fløte
stuorrastárat sukkertare
suddjet beskytte
suolbmudit fordøye mat
suorsá andefugl, vadefugl
suovastuhttin røyking
suvri syre
tekstuvra tekstur/konsistens, hvordan maten kjennes i munnen; hard, myk, seig, luftig, sprø, lett, tung, osv.
ulličáhci flo, flo-sjø
urbi knopp
ustitlaš vennskapelig
vakuumapáhkken/-guđjenmašiidna vakuumpakkemaskin
vallasat, valas sjørøye
varasin, varas fersk
varrabuktagiin, varrabuvtta i blodproduktene
varrasuonaid, varrasuotna blodårene
váđđu jukse
váikkuhangaskaomiid, -gaskaoapmi virkemidler, hvilke midler som er brukt for å få f.eks. reklame til å påvirke
váikkuheaddji influenser
váikkuhit påvirke
vákšot, vákšut følger med
veadjit orke, klare
veadju ork, klare
veahtas smakløs
veajet yngel
vearredieđut, -diehtu feilinformasjon
vievssis veps
vigiid, vihki lidelser, plager
vuodđoteknihkat málesteamis grunnleggende matlagingsteknikker
vuohččecuozza slimhinne
vuoibmi kraft, korppsenergi
vuoiŋašat, vuoiŋamaččat hjernen
vuoiŋa, vuoiŋa her: stemningen
vuovvas lever
vuolleget eatnamis, vuolleget eanan i lavlandet
vuorká lager



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA

vuorkásit *bli lagret*

vuorkut, vurkkodit *oppbevare, bevare borranbáikkit ja borrandábit*

vuovda *buk*

vuovdi *her: en selger*

vuovdi *skog*



SÁTNELISTU BIEBMU JA DEARVVAŠVUOHTA