

Eko – är det verkligen reko?



År 2016 ökade försäljningen av ekologiska livsmedel med 18 procent. Men frågan är, vilken mat är egentligen hållbar? Bara för att något är ekologiskt är det inte säkert att det är hållbart.

TEXT: FREDRIK SJÖGREN FOTO: PIXABAY

VILL MAN HANDLA ekologisk mat är det framför allt två märkningar man ska hålla utkik efter i butiken. Krav-märkningen, som är en svensk märkning, samt EU:s märkning för ekologiska matvaror. Krav-märkningen ställer generellt större krav på hur maten är producerad än vad EU:s märkning gör. I stort sett allt ekologiskt kött och all ekologisk mjölk som säljs i svenska butiker har både EU:s märkning samt Krav-märkningen.

Men, hur är det då med det ekologiska köttet, är det så bra för miljön egentligen och hur påverkar det klimatet?



Kravs
märkning



EU:s
märkning

Att låta djuren vara ute och beta och inte utfodra dem med så mycket kraftfoder, soja och spannmål kan vara positivt ur flera aspekter. Dock kan klimatpåverkan bli större eftersom de ekologiska korna fortfarande producerar metan, en växthusgas som har 25-100 gånger större klimatpåverkan än koldioxid.

– Djur som betar mer gräs växer långsammare och lever därmed längre. Tittar man på hela livscykeln för de här djuren blir det mer metan per kilo kött. Dock är det svårt att säga att det ena är mer klimatsmart än det andra

eftersom även andra faktorer påverkar, säger Maria Wivstad, föreståndare för Centrum för ekologisk produktion och konsumtion (Epok).

BETANDE DJUR KAN dock gynna klimatet eftersom betesmarken binder koldioxid. Hur mycket koldioxid som kan lagras in varierar kraftigt beroende på hur

betesmarken ser ut och vad den använts till tidigare.

– Det klart positiva med ekologiskt nötkött är att betesmarker hålls öppna, att kemikalier inte används i fodret och att det ställs

»Animaliska produkter har så pass mycket större påverkan än vad vegetabilier har«

högre krav på djurhållningen i form av mer utvistelse och liknande. Den stora källan till klimatpåverkan för nötkött är dels att djuren producerar metan, dels att produktionskedjan är längre med både odling av foder och själva köttproduktionen än vad den är vid produktion av vegetabilier.

Enligt en studie från det amerikanska forskningsinstitutet Worldwatch Institute producerar det animaliska jordbruket mer än hälften av alla växthusgaser. Därför kan det vara bra att dra ner på kött, mjölk och ägg för den som vill äta på ett mer hållbart sätt och minska sin påverkan på klimatet.

Maria Wivstad är också inne på att det är viktigare vad man äter än att det är ekologiskt producerat.

– Animaliska produkter har så pass mycket större påverkan än vad vegetabilier har, vilket gör att huruvida produktionen är ekologisk eller konventionell blir sekundär.

HUR ÄR DET MED ekologiska grönsaker då? För några år sedan kritiserade en grupp forskare från Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU) ekologiska odlingar. Bland annat menade de att ekologisk produktion ger

mindre skördar och att detta på sikt kan leda till svält.

Maria Wivstad menar att forskarna var helt fel ute, men säger också att skördarna i ekologisk produktion är mindre, men att fördelen är att användningen av gödsel och bekämpningsmedel är lägre.

– Det är en balans i att ha en effektiv produktion där man utnyttjar marken, gödseln och det arbete man lägger ner i produktionen. Det är inte säkert att det är den största skörden som är den som är mest resurssmart.

Vad är då de främsta fördelarna med ekologiska grönsaker?

– Det är en fördel att man inte exponeras för kemiska bekämpningsmedel eftersom

det finns rester av det i svenska grönsaker och ännu mer i importerade grönsaker. Ekologiska grönsaker är också positivt för de som arbetar inom jordbruket eftersom de då utsätts för mindre bekämpningsmedel. Samtidigt har också ekologiska grönsaker ett högre innehåll av vitaminer och mineraler.

Frågan är då hur man ska göra om man vill äta så hållbart och ekologiskt som möjligt?

Ett bra tips är att gå förbi köttdisken och istället stanna till vid hyllan med bönor, linser, ärtor och alla de olika typer av sojaprodukter som finns i dag. Förutom att det är bra för miljön är det även bra för korna, grisarna och kroppen. ■



Eko-mjölk

Allt foder ska vara ekologisk producerat varav 60 procent ska vara grovfoder i form av hö, vall och liknande.

Kor som producerar ekologisk mjölk ska under sommarhalvåret vara ute och beta minst två månader i Norrland och Dalarna och minst tre månader i övriga delarna av Sverige, förutom i Skåne, Blekinge och Halland där minst fyra månader gäller för bete.

Under övriga delar av året står många ekologiska mjölkkor precis som andra kor uppbundna.

Ekologisk fisk

Även för fisk finns Krav-märkning, vilket innebär att fisken kommer från hållbara bestånd och är fiskad med säkra metoder.



Eko-ägg

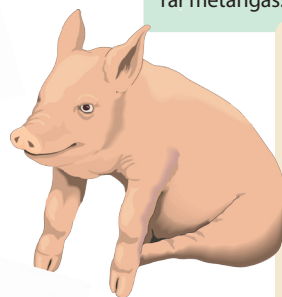
I ekologisk äggproduktion ska hönorna ges ekologiskt foder. Det är tillåtet att ha upp till sex höns per kvadratmeter och upp till 3 000 höns i samma byggnad. Utevistelse ska erbjudas hönorna en tredjedel av livet.

Eko-grönsaker och eko-baljväxter

Vad gäller klimatpåverkan är den lika stor för ekologiska grönsaker som för konventionellt producerade grönsaker. Ekologiska grönsaker har dock odlats utan konstgödsel och är helt fria från kemiska bekämpningsmedel, vilket är bra för både konsumenterna och producenter.

Ekologiska grönsaker har dessutom ett högre innehåll av vitaminer och mineraler. Många hävdar även att ekologiska grönsaker smakar bättre.

Ur klimatsynpunkt är ekologiska linser, bönor och ärtor det bästa man kan äta och dessutom ett utmärkt alternativ till kött. Ett kilo nötkött ger upphov till drygt 80 gånger mer koldioxid än gröna linser.



Ekologiskt nötkött

Allt foder som korna äter ska vara ekologiskt producerat och minst 60 procent ska vara grovfoder i form av hö, vall och liknande.

Under de tre sommarmånaderna ska korna alltid ha tillgång till bete och under vår och höst ska de ha tillgång till utvistelse. Hur många timmar om dagen detta gäller är inte närmare preciserat.

Även kor i ekologisk produktion producerar metangas. De är inte klimatneutrala.

Ekologiskt fläskkött

Ekologiskt fläskkött är långt ifrån lika vanligt som ekologiskt nötkött, men går att hitta i välsorterade butiker. För grisar i ekologisk produktion gäller att det foder de äter skall vara ekologiskt producerat.

Grisarna ska ha tillgång till utvistelse under hela året i form av rastgård eller liknande, vilket dock kan begränsas om särskilda skäl finns. Minst hälften av golvytan som grisarna vistas på inomhus ska vara hel.

Källor: Jordbruksverket, Livsmedelsverket, KRAV