

Ekologiska val med mervärden



När är det till störst nytta att välja ekologiska livsmedel? Den här listan av ekologiska produkter är baserad på en sammanvägd prioritering av produkternas miljönytta, volym, pris (merkostnad) och tillgång. Numreringen i vänsterkolumnen visar rangordningen av produkterna där siffran 1 = största nytta.

Produkt	Miljöargument
1 Sej, sill, hoki, torsk	Miljömärkt fisk garanterar att man har eller är på väg mot en god beståndsstatus för fisken. KRAV och MSC tar förutom beståndet också hänsyn till fiskemetodens effekter på omgivande ekosystem (bl.a. bifångst och bottenpåverkan). Liten merkostnad eller till och med billigare för ekologisk fisk.
2 Banan	Konventionella bananer är kraftigt besprutade, vilket ger negativa effekter på både miljö och hälsa lokalt vid bananplantagen.
3 Kaffe	Konventionella kaffeböner är kraftigt besprutade, vilket ger negativa effekter på både miljö och hälsa lokalt vid kaffeplantagen.
4 Mjök Fil och yoghurt	I ekologisk mjölkproduktion används ekologiskt foder odlat utan kemiska bekämpningsmedel. Både ekologiska och konventionella mjölkkor äter en hel del soja. Konventionella sojaböner är kraftigt besprutade, vilket ger negativa effekter på både miljö och hälsa lokalt vid sojaodlingarna. Ekologiska mjölgårdar har generellt färre djur per hektar, vilket minskar risken för stor ansamling av växtnäring på en liten yta. I ekologisk djurhållning krävs att minst hälften av fodret odlats på den egna gården eller i närområdet. Detta bidrar till att behålla både växtodling och djurhållning inom samma område, vilket underlättar hushållning med växtnäringen. En stor andel av fodret till de ekologiska korna måste utgöras av gräs, klöver eller annat så kallat grovfoder. Grovfoder är generellt klimatsmart foder. Odling av gräs och klöver bidrar till bördighet och biologisk mångfald. Stora volymer används vilket innebär många hektar mark med ekologisk foderproduktion. Liten merkostnad per liter.
5 Havregryn Vetemjöl	Havregryn: Liten merkostnad tillsammans med stor miljönytta. Vetemjöl: Stora volymer tillsammans med stor miljönytta. Att kemiska bekämpningsmedel inte används på ekologiska spannmålsåkrar bidrar till att mindre bekämpningsmedel sprids i miljön, vilket gynnar biologisk mångfald. Inom ekologisk odling används främst stallgödsel för växtnäringsförsörjning. Det innebär att det ändliga växtnäringsämnet fosfor sparas.
6 Pannkaka	Positivt med ekologiska sammansatta livsmedel som driver på utvecklingen av flera råvaror parallellt. Se mjölk, ägg och vetemjöl.

Klimatsmarta måltider **Ekologiska val med mervärden**

7	Morötter Vitkål	<p>Det finns ett fåtal bekämpningsmedel som är tillåtna i ekologisk produktion, och de används främst i odling av frukt och grönsaker. Restriktionerna kring kemiska bekämpningsmedel bidrar till att mindre bekämpningsmedel sprids i miljön, vilket gynnar biologisk mångfald.</p> <p>Inom ekologisk odling används främst stallgödsel för växtnäringsförsörjning. Det innebär att det ändliga växtnäringsämnet fosfor sparas. Stor miljönytta tillsammans med liten total merkostnad (då kg-priset ligger lågt i jämförelse med många andra produkter).</p>
8	Gräddde och crème fraiche	Se Mjolk Fil och Yoghurt
9	Ägg	<p>I ekologisk äggproduktion används ekologiskt foder – foder odlat utan kemiska bekämpningsmedel. Det gynnar den biologiska mångfalden. Både ekologiska och konventionella värphöns äter mycket importerad soja. Konventionellt odlad soja är kraftigt besprutad, vilket är negativt för både miljön och hälsan lokalt vid sojaodlingarna.</p> <p>I ekologisk äggproduktion ska minst hälften av fodret odlas på den egna gården eller på en närliggande ekologisk gård. Detta bidrar till att behålla växtodling och djurhållning inom samma region, vilket underlättar hushållning med näringsämnen.</p> <p>Stor volym tillsammans med stor miljönytta, i synnerhet när det gäller foderproduktionen. Pådrivningen av ekologisk sojaproduktion är särskilt motiverad.</p>
10	Nötkött	<p>Ekologiska nötköttsgårdar har generellt färre djur per ytenhet än konventionella gårdar, vilket minskar risken för stor ansamling av växtnäring på en begränsad yta och de negativa miljöeffekter som det kan leda till. Vid ekologisk djurhållning ska minst hälften av fodret odlas på den egna gården eller i närområdet. Detta bidrar till att behålla växtodling och djurhållning inom samma region, vilket underlättar hushållning med växtnäringen.</p> <p>I ekologisk nötköttproduktion används ekologiskt foder, vilket innebär foder odlat utan kemiska bekämpningsmedel. Detta bidrar till att mindre bekämpningsmedel sprids i miljön, vilket gynnar biologisk mångfald.</p> <p>En stor andel av fodret i ekologisk nötköttproduktion måste utgöras av gräs, klöver eller annat så kallat grovfoder. Grovfoder är generellt ett klimatsmart foder. Odling av gräs och klöver bidrar till ökad bördighet och biologisk mångfald genom inslag av blommande växter.</p> <p>Stor volym tillsammans med stor miljönytta.</p>
11	Pasta	<p>Att kemiska bekämpningsmedel inte används på ekologiska spannmålsåkrar bidrar till att mindre bekämpningsmedel sprids i miljön, vilket gynnar biologisk mångfald.</p> <p>Stora volymer tillsammans med stor miljönytta.</p>
12	Köttbullar/korv	<p>För ekologiska grisar och nötkreatur krävs ekologiskt foder, vilket bl a innebär foder odlat utan kemiska bekämpningsmedel. Detta bidrar till att mindre bekämpningsmedel sprids i miljön, vilket gynnar biologisk mångfald. Både ekologiska och konventionella grisar äter en hel del importerad soja. Konventionellt odlad soja är kraftigt besprutad, vilket ger negativa effekter på både miljö och hälsa lokalt vid sojaodlingarna.</p> <p>I ekologisk djurhållning krävs att minst hälften av fodret odlas på den egna gården eller på en närliggande ekologisk gård. Detta bidrar till att behålla växtodling och djurhållning inom samma region, vilket underlättar hushållning med näringsämnen.</p> <p>Stor volym tillsammans med stor miljönytta. Positivt med ekologiska sammansatta livsmedel som driver på utvecklingen av flera råvaror parallellt. Pådrivningen av ekologisk soja är särskilt motiverad.</p>

