

**Referat av:**

**Onsdagsföreläsningen på Ekocentrum den 17/3 2010**

**Arrangörer: Konsumentföreningen Väst och Ekocentrum**

**Maten vi slänger i onödan**

**Medverkande: Anna Carlsson, Konsumentföreningen Stockholm  
Christiane Edberg, Cum Pane ekologisk bakverkstad**

Referatskribent: Sara Augustsson

Kvällens föreläsning hölls på temat ”Maten vi slänger i onödan” och inleddes av **Anna Carlsson**, informatör på **Konsumentföreningen Stockholm**. Den röda tråden genom hela föreläsningen var att påvisa hur stor inverkan på miljön vår mat har. Siffror över hur det svenska matsvinnet belastar miljön presenterades, dels i form av utsläpp av klimatpåverkande gaser (ca 20-25% av Sveriges totala påverkan) och bidragande övergödning (ca 50% av Sveriges totala påverkan), dels i form av de stora mängder avfall den bortslängda maten genererar (ca 100 kg per person/år i Sverige).

Anna Carlsson berättade vidare att Konsumentföreningen Stockholm har genomfört en studie i syfte att undersöka hur stor del av den slängda maten som slängs i onödan. En plockanalys genomfördes på en veckas hushållsavfall från 72 hushåll i ett bostadsområde i Bromma där soporna sorterades och delades in i grupperna oönskat matavfall, onödigt matavfall samt övrigt avfall. De erhållna resultaten visade att så mycket som 5,6 kg matavfall per hushåll slängdes under en vecka, varav ca 57% var onödigt matavfall. Parallellt med plockanalysen skedde även en attitydundersökning i form av en webbenkät som gick ut till 1200 personer i åldrarna 18-74 år. Svartsfördelningen varierade bland annat beroende på ålder samt inkomst bland de tillfrågade. Till exempel visade det sig vara mycket vanligare att inte slänga någon mat bland 65-74 åringar (24%) jämfört med bland 18-29 åringar (4%). Slutsatserna av de bägge undersökningarna blev således att en stor del av hushållens matavfall är onödiga, ”bäst före”- datum tolkas olika, dålig matplanering är vanligt, en rädsla för att bli sjuka styr samt att unga är mer benägna att slänga mat i förtid än vad äldre är.

För att komma åt dessa problem presenterar Konsumentföreningen Stockholm två förslag till åtgärder, de är *informationsinsatser* samt *ökad forskning*. Informationsinsatser krävs för att öka kunskapen bland befolkningen. Detta kan ske bland annat genom framtagning av visuellt och pedagogiskt skolmaterial, en ”köttskola” samt information om märkningarna ”bäst före” och ”sista förbrukningsdag”. Ett annat syfte med informationsinsatser är att öka medvetenheten bland befolkningen. Maten behöver respekteras och det vanliga uttrycket ”ta inte mer än du orkar äta upp” får då en större tyngd. Om man som konsument upptäcker kopplingen mellan den egna maten och den globala livsmedelsfördelningen i stort kan en aha-upplevelse fås vilket kan vara vad som krävs för ett ändrat beteende när det gäller matsvinnet. I dagarna har Sveriges Lantbruks Universitet (SLU) fått ca 4 miljoner kronor till ett projekt som ska

undersöka butikers svinn som uppstår på grund av matvaror som kastas bort. Butikernas problem är bland annat att det är svårt att förutsäga kundernas köpbeteende. Det viktiga är dock att studera fenomenet närmare för att försöka minska svinnet, vilket är av intresse för både miljön och ekonomin. Forskning inom området är därför av stor vikt.

Anna Carlsson angav vidare att en svensk genomsnittlig familj slänger mat för ca 8 000 kr per år och presenterade därefter konkreta tips för hushållet vilka kan bidra till minskat matsvinn. Dessa gäller dels vid inköp, dels i hemmet samt är övriga ”bra att ha”-tips. En diskussion startade där deltagarna ställde frågor samt presenterade egna tips på hur matsvinn kan minskas. Den praktiska klimatsmarta guide med information, konkreta tips och råd m.m. som delades ut under kvällen kan beställas på Konsumentföreningen Stockholms webbsida.

[http://www.konsumentforeningenstockholm.se/upload/Slim\\_SlängInteMaten.pdf](http://www.konsumentforeningenstockholm.se/upload/Slim_SlängInteMaten.pdf)

Föreläsningen fortsatte därefter med att **Christiane Edberg** från den ekologiska bakverkstaden **Cum Pane** tog till orda samt bjöd på två sorters egenbakat surdegsbröd, ett vanligt och ett kalljäst bröd. Hon påpekade att riktigt bakat surdegsbröd ej möglar om det hanteras rätt och spann med detta vidare på temat ”maten vi slänger i onödan”.

Cum Pane startades utav Christiane och Robin Edberg i april 2008 och är det första KRAV-certifierade bageriet i Göteborg med försäljning till konsument. De bakar tillsammans med sina anställda flera olika sorters surdegsbröd; limpor av varierande grovlek, rundstycken samt sötsaker. Surdegsbröden bakas såväl med som utan jäst, i de fallen jäst ingår i receptet använder de som enda svenska bageri enbart KRAV-märkt jäst. För att ytterligare minska miljöpåverkan har Cum Pane gått med i en bilpool samt nyligen köpt vindkraftsandelar vilka täcker ca 60% av verksamhetens energibehov. Dessutom är de flesta arbetskläder som köps in producerade av ekologisk hampa.

För att återknyta till ”maten vi slänger i onödan” beskrev Christiane Edberg att det ofta gör mer ont att slänga bröd man bakat själv än det inplastade färdigskivade bröd som inhandlas på snabbköpet. En reflektion kring detta kan vara att ju mer vi betalar för ett bröd, desto mindre benägna är vi att slänga det. Samtidigt vill man på Cum Pane inte sätta priset för högt eftersom det finns en strävan efter att bra bröd ska vara tillgängligt för alla. Blir det bröd över i bakverkstaden när dagen lider mot sitt slut fryses det i första hand in. Affärskonceptet är dock att sälja färskt bröd och ibland är frysen full. Vid sådana tillfällen skänks brödet därför till ett kontaktnät som arbetar med gömda flyktingar.

Surdegsbröd blir bäst då det bakas på ekologiska råvaror eftersom det här finns en viss bakterieflora som behövs i den speciella bakprocessen. Biodynamiskt odlade råvaror har dessutom visat sig innehålla mer näring än dess konventionella motsvarigheter. Det finns därmed både ekologiska och hälsomässiga skäl till varför man bör äta mer av detta surdegsbröd. Utöver bageriverksamheten håller Cum Pan även i bakkurser samt säljer olika typer av mjöl fria från bekämpningsmedel. De förordar stor diversitet bland sädeslagen och anser det vara viktigt att försöka bevara gamla sädeslag som exempelvis dinkel och svedjeråg. Därför kan de nu även erbjuda en limpa bakad av svedjeråg, detta uråldriga sädeslag som räddats från ett finskt ödetorp och numer odlas i Norge.

Ställs frågan ”Varför ska man baka bröd på surdeg?” är det självklara svaret ”För att det är så gott!”. Sett ur ett hållbarhetsperspektiv är surdeg dock att föredra då brödets låga pH förhindrar spridning av mögel och därmed inte behöver slängas utav den anledningen. Övriga tips för att minska matsvinn är att ta vara på gammalt torrt bröd.

Detta kan göras genom att rosta skivor i brödrost, baka upp limpan på nytt i ugn eller göra skorpor, ströbröd eller soppa av det gamla brödet.

Christiane Edberg avslutade därefter kvällens föreläsning med att rekommendera det danska matlagningsprogrammet "Bullar av stål" där surdegsbrödbak är vanligt samt tipsa om "Den hemlige kockens" nästkommande bok "Döden i grytan" vilken bland annat beskriver rädslan för gammal mat m.m. Recept på bland annat brödsoppa och brödpudding delades ut och kvällen avrundades därefter med en applåd.

---

Onsdagsföredragen genomförs i samverkan med Studieförbundet Göteborg.

*Anm. Innehållet i föreläsningarna återspeglar inte nödvändigtvis de ställningstaganden som Ekocentrum ställer sig bakom.  
Ekocentrum är en fristående, religiöst och partipolitiskt obunden organisation.*

Mer om onsdagsföredragen på [www.ekocentrum.se](http://www.ekocentrum.se)

Stiftelsen Ekocentrum, Aschebergsg 44, 411 33 Göteborg, tel 031-7050740, [www.ekocentrum.se](http://www.ekocentrum.se)

---

Referatet har producerats med stöd av Miljönämnden i Västra Götalandsregionen.