

**Publikfråga:**

Vad är rekommendation för potatis och rotfrukter? Ingår det i grönsaker?

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

Potatis är jättebra mat, men räknas inte in i mängden 500 g, det gör däremot andra rotfrukter.

**Publikfråga:**

Rådet är alltid magrare mejeri produkter men jag upplever att jag måste äta så mycket då. Fetare alternativ räcker med väldigt lite. Vilket är miljömässigt bäst att producera fet eller mager produkt.

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

Det bästa är att konsumera det korna ger. De flesta brukar vilja äta grädde, creme fraiche och andra feta mejeriprodukter ibland och då är det bäst att i övrigt använda magra mjölkprodukter. Det är såklart också bäst för hälsan. Behöver man extra energi är det bättre för hälsan att använda mer av rapsolja eller andra fetter med en hög andel omättat fett än att äta stora mängder av feta mjölkprodukter.

**Publikfråga:**

Ingår rotfrukter i grönsaksgruppen i kostråden?

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

ja.

**Publikfråga:**

Kommer rekommendationerna följas av någon guide så man lätt kan lägga in den maten man äter och jämföra med råden?

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

Ja, vi har till exempel tänkt uppdatera Matvanekollen så att den överensstämmer med de nya råden. Testa den gärna redan nu: [Matvanekollen - testa ditt sätt startside](#)

**Publikfråga:**

Kan det finnas anledning till mer lokala/regionala kostråd utifrån vad som går att odla/producera i olika delar av landet?

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

De mängder som anges i kostråden är baserade på hälsa och det gäller såklart oavsett var i landet man bor, men när det gäller den kompletterande informationen skulle det kanske kunna vara relevant med lokala eller regionala anpassningar.

**Publikfråga:**

Vad är det mer specifikt med chark och processat kött som gör att riskerna för cancer blir avsevärt högre än bara tillagad rött kött?

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

Det är inte klart vad det är i chark och processat kött som gör att riskerna för cancer är högre, men sambanden evidensen för sambandet bedöms vara starkt.

**Publikfråga:**

Finns planer på att helt ta bort godis, glass och kakor i förskola och skola?

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

I de riktlinjer vi har till förskolor och skolor skriver vi att de inte bör servera sockerrika livsmedel som saft, läsk, godis, glass och kakor. Riktlinjerna är dock inte tvingande, så det finns skolor och förskolor som ändå erbjuder sådana livsmedel.

**Publikfråga:**

Hur ska vi kunna äta mindre kött och chark när det är viktigt för klimatet och den biologiska mångfalden att hålla markerna öppna- som våra djur gör?

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

Samtidigt som vi för hälsans skull behöver minska på köttet är det viktigt att välja kött från djur som bidrar till den biologiska mångfalden.

**Publikfråga:**

Vad säger Åsa om studien från Lunds universitet som säger att de som äter glass och bakverk till skillnad från läsk och godis får bättre hälsa.? Och Livsmedelsverkets vill vi ska minska dem mer.

**Åsa Brugard Konde, Livsmedelsverket svarar:**

Det är ingen nyhet att det finns ett starkare samband mellan intag av just sockersötad dryck och ohälsa än andra sötsaker, men det här är första gången jag ser en studie som visar på omvänt samband när det gäller andra sötsaker. Forskarnas egna reflektioner kring resultaten är att det kan vara så att personer som helt undviker sådana livsmedel gör det på grund av hälsoproblem och att konsumtion av godsaker då och då kan tyda på ett rikt socialt liv, se [Frågor och svar om sockerstudie från Lunds universitet | Medicinska fakulteten](#)

**Publikfråga:**

Finns det simuleringar på hur den biologiska mångfalden skulle se ut (artantal, täthet mm) om vi tar bort människan ur ekvationen, blir häften så många eller fördelar oss helt jämnt över jorden?

**Torbjörn Ebenhard svarar:**

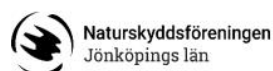
När det gäller simuleringar förmodar jag att frågan handlar om vad som skulle hända framgent, om människan försvann, eller minskade i antal radikalt. Det är nog inte så många som givit sig på sådana scenarier, eftersom det inte är så sannolikt att något sådant händer. Däremot finns analyser av hur lång tid det skulle ta att återfå den artrikedom som fanns innan människan började utrota arter, om vi nu hittar sätt att undvika nya utdöenden och låta evolutionen ha sin gång. Redan nu har vi förlorat så många arter, av så många olika grenar på livets träd, att det skulle ta miljoner år för evolutionen att återskapa samma artmångfald. Om alla arter som idag är utrotningshotade skulle dö ut de närmaste decennierna skulle återhämtningen ta ytterligare tiotals miljoner år. Och den fauna och flora som skulle bli resultatet skulle se helt annorlunda ut än dagens. Men detta skulle sannolikt inte hinna fullbordas under människans existens på jorden.

**Publikfråga:**

Finns det en framtid där agroforestry kan användas för ökad produktion och bibehållen biologisk mångfald?

**Torbjörn Ebenhard svarar:**

Vad gäller agroforestry, eller trädjordbruk som det ibland översätts till i Sverige, så ja, det finns absolut en framtid för denna brukningsform. Normalt förknippar man den med länder i det globala Syd, där en större del av befolkningen livnär sig på självhushåll eller småskalig produktion. Men jag tror att även i Sverige kan detta bli en betydande verksamhet. I det nya globala ramverket för biologisk mångfald talas det om både mer diversifiering i areella näringar, "ekologisk intensifiering",



Länsstyrelsen  
i Jönköpings län



mångbruk och naturbaserade lösningar, och agroforestry kan mycket väl vara en del av allt detta. Historiskt har vi haft liknande brukningsformer även i Sverige, med skogsbete och skottskogsbbruk. Det går säkerligen att utveckla nya former för ett sådant mångbruk idag.

**Publikfråga:**

Är det inte teknikutveckling och ny /utökad råvarutillgång som driver måltidsideal snarare än tvärt om? Har du möjlighet att utveckla resonemanget?

**Richard Tellström svar:**

”Människors värderingar om vad de vill lägga sina pengar (= arbetade lönetimmar) på för slags mat, hur maten ska ingå i deras måltider och vilka ideal som de vill att maten ska uttrycka driver på teknikutvecklare, innovatörer och entreprenörer att ta fram nya livsmedelsprodukter och tekniska lösningar.

När människors värderingar driver tekniken, blir produkterna ofta valda och också lönsamma. Men om det omvända händer, alltså att teknikutveckling sker först innan det finns en efterfrågan på livsmedlet eller om konsumenten inte vet hur produkten ska infogas i familjens måltider, går tekniken ofta i konkurs. Många livsmedelstekniska lösningar har lagts på hyllan därför att konsumenten inte är redo för den.

ICA, Axfood och Coop räknar med att av tio lanserade nya livsmedelsprodukter kommer åtta att misslyckas därför att konsumenten inte vet hur den ska använda produkten, alltså i vilken måltid den ska ingå eller vad den på annat sätt tillför i familjen. Det gäller även tekniska kökslösningar som visserligen lanserats, ibland många gånger, men som konsumenten inte vill öppna sin plånbok för därför att de inte tillför något kulturellt mervärde.

T.ex. har den amerikanska avfallskvarnen för köket lanserats upprepade gånger i Sverige sedan 1950-talet i Sverige (senast i stort miljöprojekt i Stockholm) men konsumenten vill inte ha den utan i Sverige har vi soptunnor för vårt matavfall (tros att avfallskvarnar skulle vara en bättre teknisk lösning). Den amerikanska tryckkokaren har heller aldrig slagit riktigt, den passar inte vår värderingar om hur man lagar mat. Ett annat exempel på att värderingar styr mer än teknik är att vi tycker att man ska ha en separat tvättstuga i bostadshuset och inte ha tvättmaskinen i köket som man har i USA och UK. Just nu går många food tech-företag i konkurs, inte för att deras tekniska och innovativa tänkande är dåligt, utan för att det som föreslås inte är förankrat i konsumentens värderingar. Det finns massor av andra exempel till förstås.

Så teknik driver åtminstone i historien inte måltidsutvecklingen, utan det är nya livsmedels- och måltidsideal som driver teknik/livsmedels-företag att ta fram nya tekniska lösningar. Jag har precis skrivit en bok om detta som heter ”Varje tugga är en tanke; Svensk matkultur under 800 år, där jag på drygt 400 sidor går igenom hur ideal, värderingar, politik driver maktutvecklingen i Sverige från medeltiden till idag.”

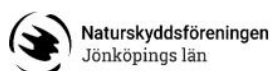
**Publikfråga:**

Hur är det med viltkött - har det lossnat att få in det i offentliga kök?

**Anna Lundstedt, Jordbruksverket/MATtanken svarar:**

Utifrån det arbete som MATtanken gjort inom vildsvin så är vår uppfattning att offentliga måltider generellt är väldigt intresserade och aktiva i denna fråga. Många kommuner har gjort egna ”events” av just vildsvinskött, där man haft kommunjakt och annat, exempelvis i Tierp. I MATtankens Erfarenhetsbank finns deras arbete beskrivet: [Ökad kunskap om vilt genom lokal vildsvinsjakt | MATtanken](#)

[MATtanken](#)



Länsstyrelsen  
i Jönköpings län



En annan erfarenhet är från Söderköping och handlar om hur man inkluderat vilt/jakt i pedagogiken i samband med att kommunen köper köttet/serverar: [Vildsvin på menyn – en del av den Röda tråden | MATtanken](#)

På MATtankens webbplats finns mycket material kring just vildsvin från MATtankens arbete med "Vildsvinsnätverket". Läs mer här: [Vildsvin | MATtanken](#)

När det gäller vilt generellt så är det upphandling/ inköpskanaler och logistik som är avgörande, liksom att hitta volymer och förädlingsgrad/styckningsdetaljer som fungerar för offentliga kök att ta emot. Det finns mer info på MATtankens webb, och här är ett exempel på vad vi gjort inom denna fråga för att underlätta för mer viltkött att nå offentliga kök: [Exempel på kravställning: upphandling av vilt- och vildsvinskött | MATtanken](#)

Man får gärna höra av sig direkt till oss om det finns fler frågor!

#### **Publikfråga:**

Köpa ekologiskt är bra och ska främjas. Men hur hanterar man ekoäggen som är fyllda med PFAS från fiskfoder? (Enligt labanalyser från Råd&Rön 2024) Ger man t.ex ekoägg till förskolor?

#### **Anna Stenberg, Borlänge kommun svarar:**

Vi serverar ekologiska ägg till frukost någon gång per vecka/ baserat på livsmedelsverkets uttalande mars 2024

Detta svarar Livsmedelsverket mars 2024

Livsmedelsverket har inte bedömt att PFAS-halterna i ägg är alarmerande höga och har därför inte utfärdat särskilda råd om ekologiska ägg, varken för barn, gravida eller vuxna.

Livsmedelsverkets råd om PFAS

Livsmedelsverkets nuvarande bedömning är att de livsmedel man riskerar att få i sig mest PFAS från är om man har egen brunn där vattnet är kontaminerat och om man äter fisk från förorenade sjöar. I de flesta övriga livsmedel är halterna av PFAS låga.

#### **Publikfråga:**

Vilka åtgärder ser ni som viktiga för att få fler små entreprenörer att välja ekologiskt produktion när dagens system inte direkt är anpassat för småbrukare med hög börda på administration och kostnad.

#### **Anna Stenberg, Borlänge kommun svarar:**

Förenkla för producenten (Gäller både EKO samt småskaliga jordbruk) genom att ha en tidig dialog med små producenter, trepartsarbete med redan upphandlad grossist genom att förbinda sig att köpa antal kg i säsong från odlaren om grossisten förmedlar varan.

Samordnad varudistribution / Borlängemodellen/ vi upphandlar distribution och varan var för sig, det underlättar för odlaren att leverera till en distributör som sedan ombesörjer leveransen till alla enheter, bokas och bekostas av odlaren.

Dela behovet i flera upphandlingar med eventuella under grupper för att skapa möjligheter att ge anbud.