

Klimatpatrullen från Agenda 21 - kontoret, Ann Hurme och Lotta Jacobsson, intervjuar denna vecka Tina Dahlblom, hushållslärare och skribent för Nya Åland, och Soile Warttinen vid Ålands Hushållningssällskap och pratar om ett av livets stora glädjeämnen – mat.

## God mat för gott klimat

Det dröjer inte många minuter förrän diskussionen är i full gång. Tina och Soile har många tankar kring ämnet, om hur man äter klimatsmart för att minimera de utsläpp av växthusgaser som vår mat de facto ger upphov till. Visste du till exempel att ett kilo nötkött ger upphov till 12,6 kilo utsläpp av växthusgaser medan ett kilo morötter bara ger 0,2 kilo utsläpp? (Sveriges natur, 3/07)

### Sommarmiddag

Uppdraget är att laga en god middag som ger upphov till minsta möjliga koldioxidutsläpp. Förrätten består av sill, nypotatis, dill och lök. Som huvudrätt har vi en köttträtt med grönsallad och nypotatis. Efterrätten blir åländska jordgubbar. Vi dricker **kranvatten**. Säsongstänkande och lokalt är nyckelord i detta sammanhang betonar Soile och Tina. Äter du säsongens lokala mat krävs mindre bränsle för transporter!

### I grönsaksdisken

Man tager vad man haver! Vi hittar finsk knipplök, med plast och utan. Försök i möjligaste mån undvika onödiga förpackningar, säger Tina. Det går åt energi vid framställning av alla förpackningar. Sedan väljer Soile Odlarringens isbergsallad. Odlarringen har alltid garanterat åländska, ekologiska grönsaker. Ekogrönsaker är att föredra, då vet man att konstgödsel inte har använts. Framställning och transport av konstgödsel kräver mycket energi!

### Kluriga tomater

Så kommer vi till tomaterna. Konventionellt odlade åländska eller finska ekologiska? Vid den här tiden är båda växthusodlade, men Soile påpekar att det knappt krävs någon energi alls för att värma upp växthuset så här års. Den här gången finns inte ett rätt och ett fel, så välj det som ligger närmast hjärtat. Man får även åländsk ekogurka och dill nu, men potatisen får vi ta från Nagu.

### Köttproblem

Vi hittar inget garanterat åländskt kött och än mindre ekokött. Det finns fårkött från Nya Zeeland men var är det åländska ekofåret? undrar Tina och Soile och slår ett slag för aktiva konsumenter. Fråga efter åländskt kött i butiken! Eller varför inte byta ut en del av köttet mot fullvärdiga proteiner från bönor och linser? säger Tina. Det tjänar både miljö och hälsa på. Färsk åländsk fisk får du inte bara i butiken utan även direkt från fiskaren på Fiskekojan i Korrvik.

### Klimatvärstingar

- Köp inte vatten i plastflaskor, det kräver både onödiga transporter och förpackningsmaterial.
- Undvik fryst mat! Mat som måste hållas fryst är mycket energikrävande
- Köp inte färdigmat. Förädlad mat är ofta mindre klimatsmart än om du själv lagar mat från grunden.

### Klimatsmarta mattips

- Ta reda på var maten kommer ifrån.
- Planera, skriv matlistor och storhandla.

- Cykla, eller åk buss till närmaste butik om du kan.
- Ät upp all mat!
- Kom ihåg tumreglerna: lokalt, mat enligt säsong och ekologiskt.



text o foto: Ann Hurme