



Sveriges lantbruksuniversitet  
Swedish University of Agricultural Sciences

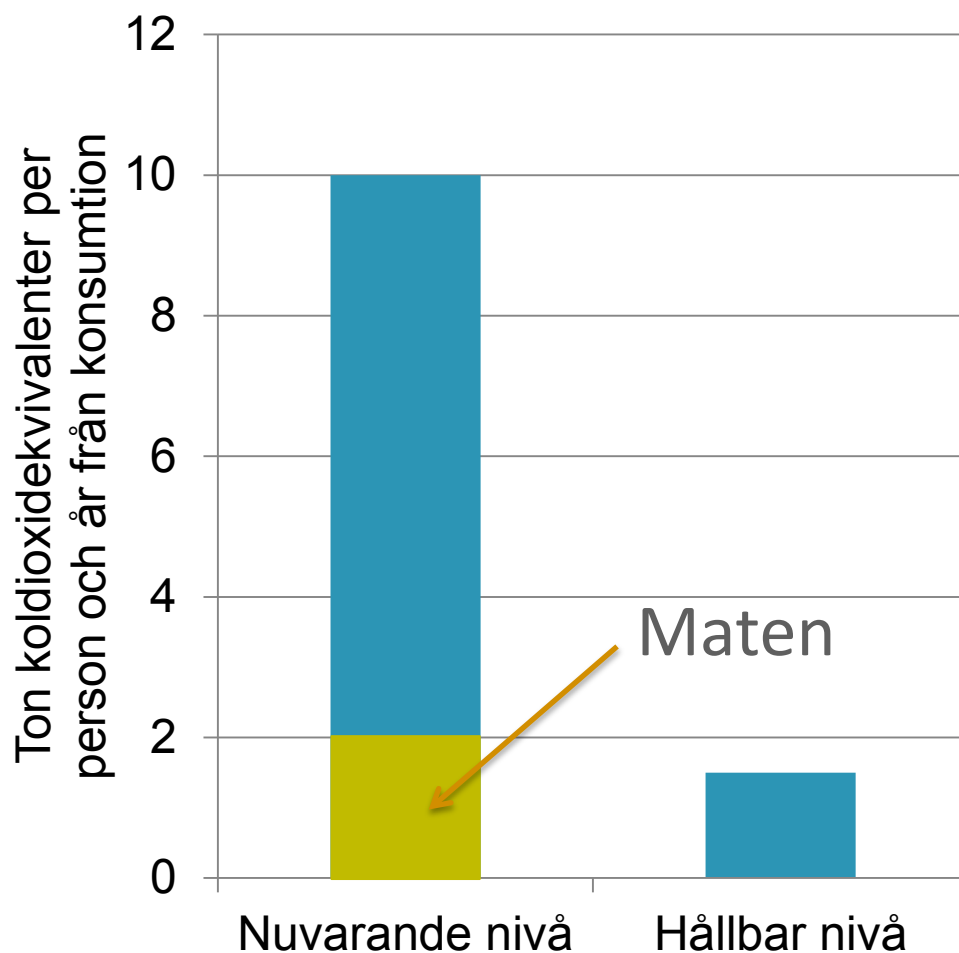
# FA-projektet: Hållbar svensk proteinkonsumtion

Elin Rööös, Mikaela Patel, Georg Carlsson och Johanna Spångberg  
SLU, Uppsala

# Ska en livsmedelsstrategi bry sig om **VAD** vi äter?



# Dagens konsumtionsmönster är ohållbara



# **Stor del av matens klimat- påverkan kommer från köttet**



# Men lantbrukets djur kan leverera andra tjänster



\$\$\$\$\$

# Så hur kan en hållbar kost se ut och vad blir påverkan på miljön och socialt?

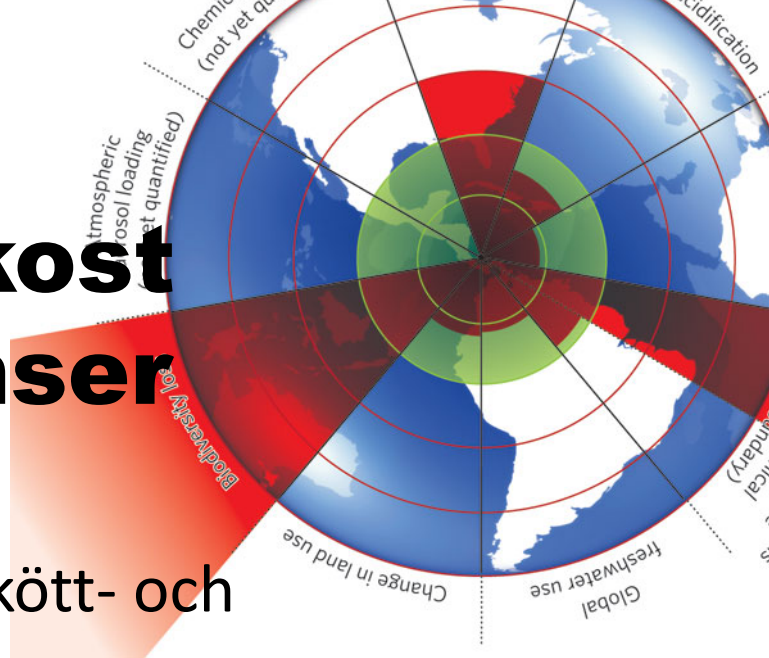
*”Hur mycket  
kött kan jag  
äta då?”*



# Låt oss designa en kost inom planetens gränser

Grundläggande principer:

- Betesmarkerna ska användas för kött- och mjölkproduktion
- Grisar och fågel föds upp på restprodukter
- Åkermarken ska användas för i första hand mat, samt vinterfoder till betesdjur och foder för att kunna utnyttja restprodukterna
- Kosten ska vara näringsriktig (enligt nordiska näringsrekommendationerna)
- Kosten får inte ta mer än 0.22 hektar åkermark per person i anspråk

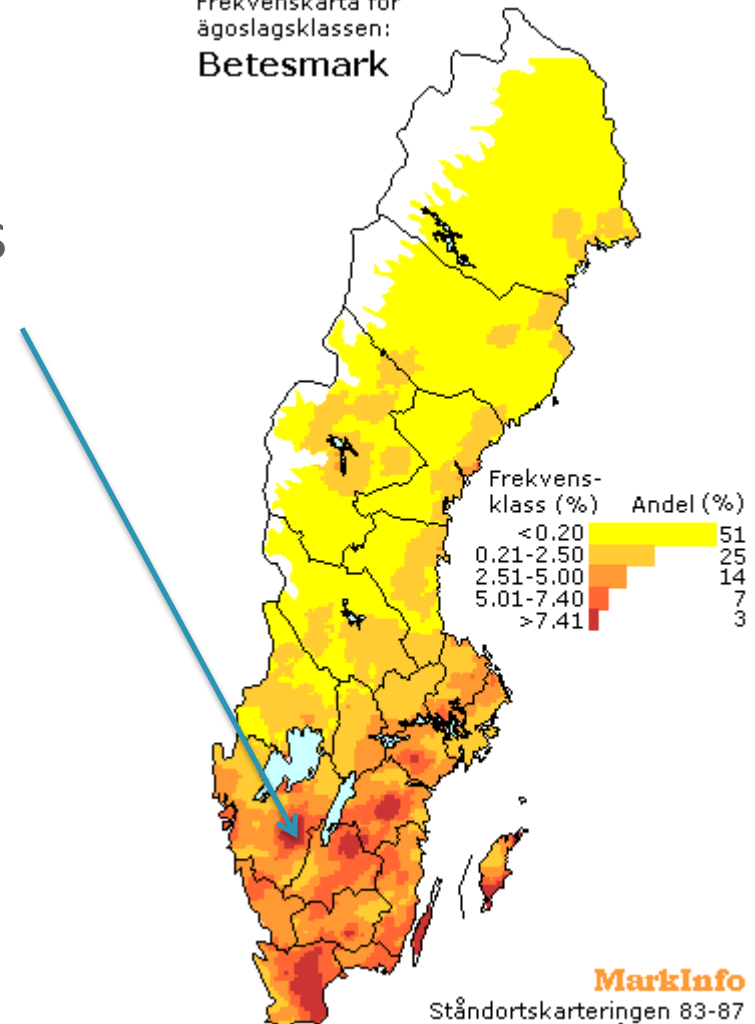


# Den geografiska gränsen sätts till Sverige

Naturbetesmarkerna hävdas av mjölkproducerande djur



Frekvenskarta för ägoslagsklassen: Betesmark







## Detta ger oss per person:

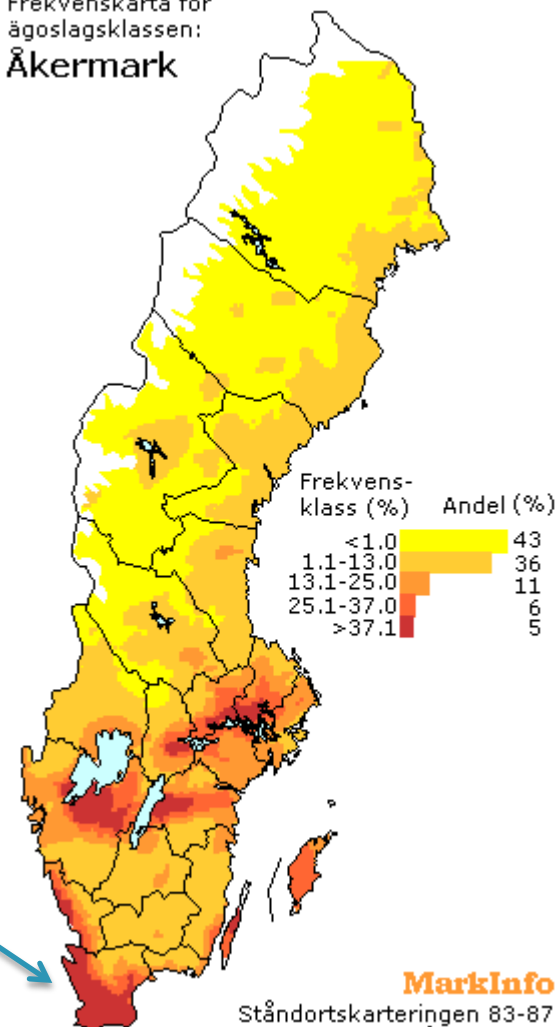
Produkt	Mängd	Rekom. kost	Nuvarande kost
Benfritt nötkött	90 g i veckan	-66%	-75%
Mjök	1,3 liter i veckan	-45%	-36%
Ost	100 gram i veckan	-45%	-69%

# Åkermarken används i första hand till mat

Men även till vinterfoder samt  
foderspannmål att komplettera  
restprodukterna till gris och fågel med

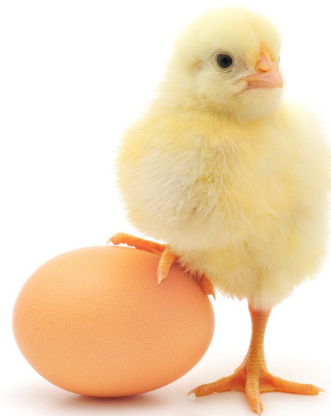


Frekvenskarta för  
ägoslagsklassen:  
Åkermark



# Restprodukterna går till foder

- Kli och bagerirester
- Vassle
- Rapskaka
- Betfiber
- Potatis och rotfrukter
- Drav
- Baljväxtrester





## Detta ger oss per person:

Produkt	Mängd	Rekom. kost	Nuvarande kost
Ägg	165 g i veckan	-0%	-23%
Höns och tuppkött	14 g i veckan	-95%	-94%
Griskött	240 gram i veckan	+29%	-12%

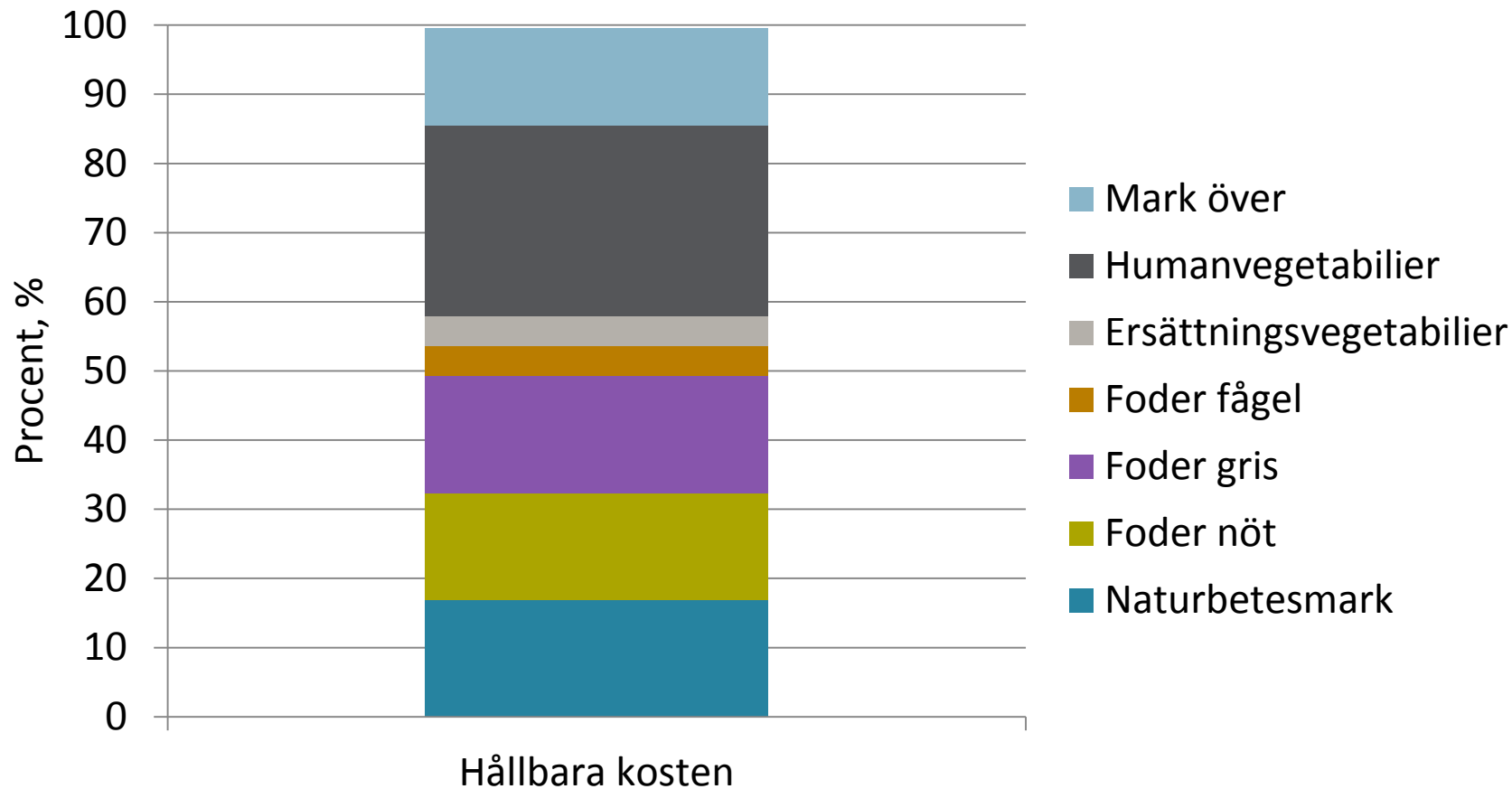


# För att kompensera för minskad animaliekonsumtion

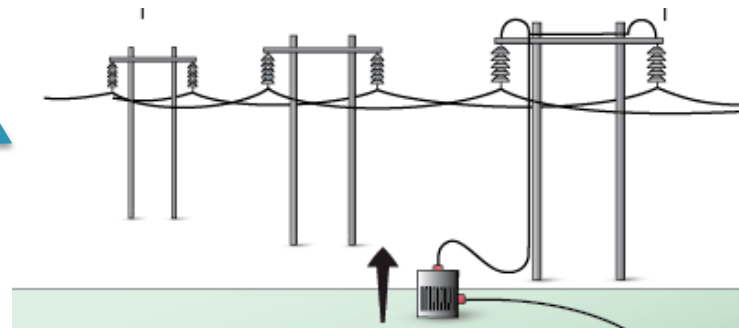
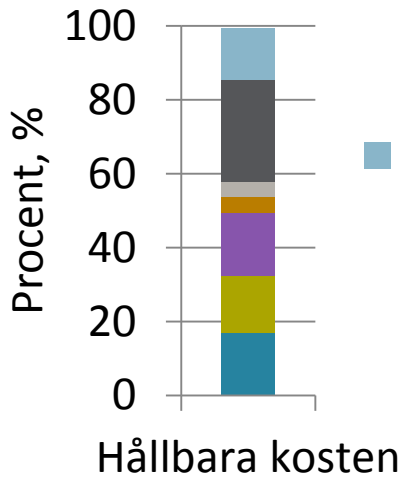
Ingår utökade mängder spannmål, baljväxter och rapsolja i kosten

Produkt	Mängd	Rekom. kosten	Nuvarande kosten
Spannmål	2,3 kg i veckan	+21%	+112%
Baljväxter, torkade	260 g i veckan	+240%	+540%
Rapsolja	280 gram i veckan	+19%	+70%

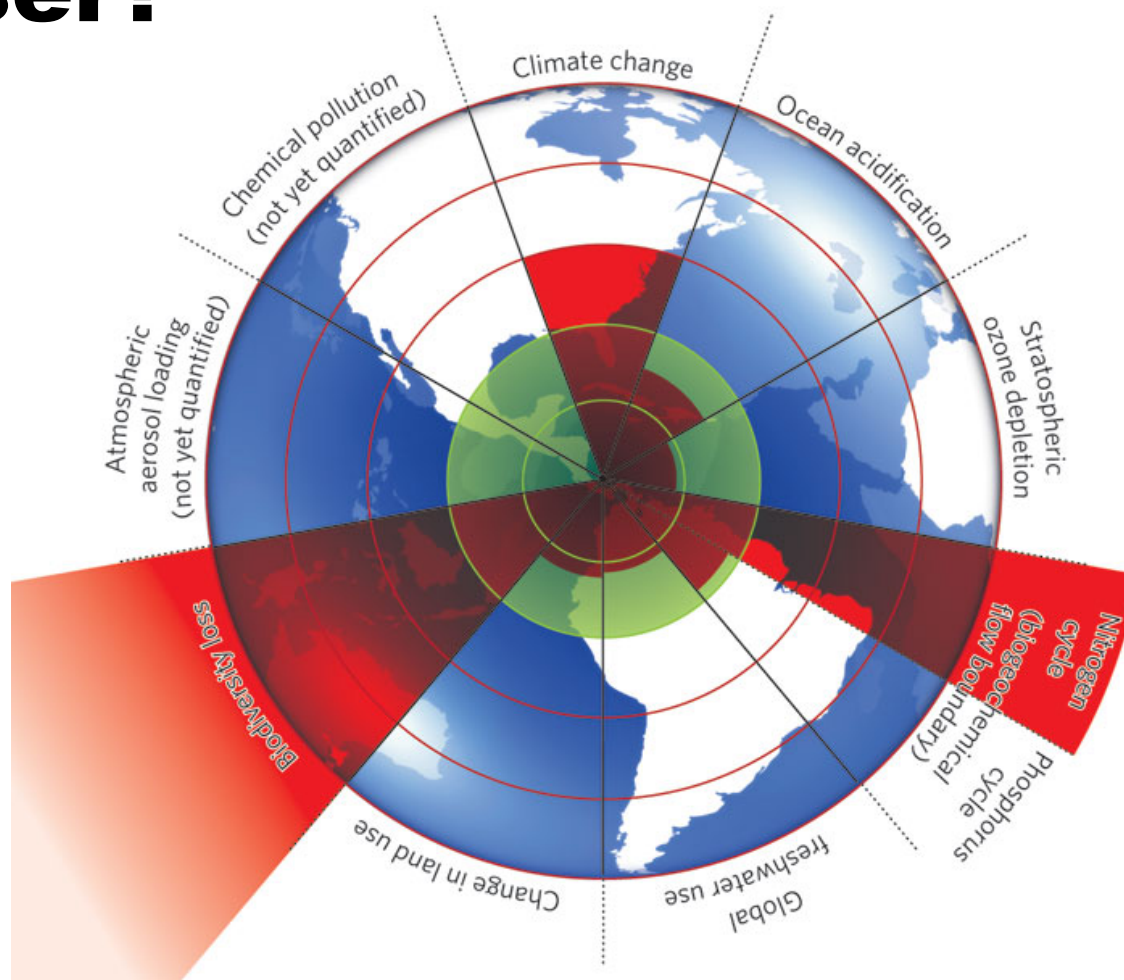
# Jordbruksmarkens användning



# Energi från mark som blir över

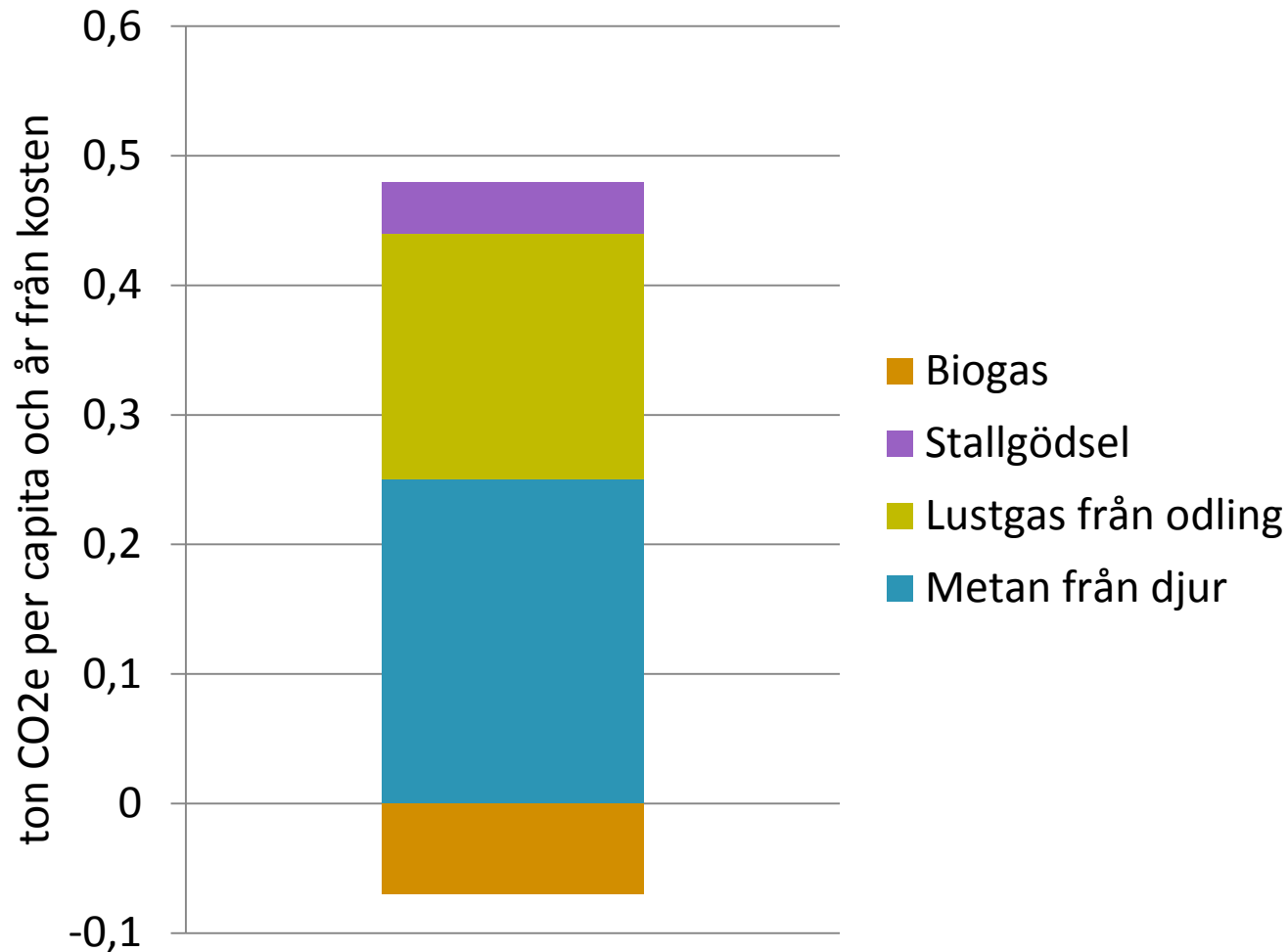


# Håller sig kosten inom planetens gränser?

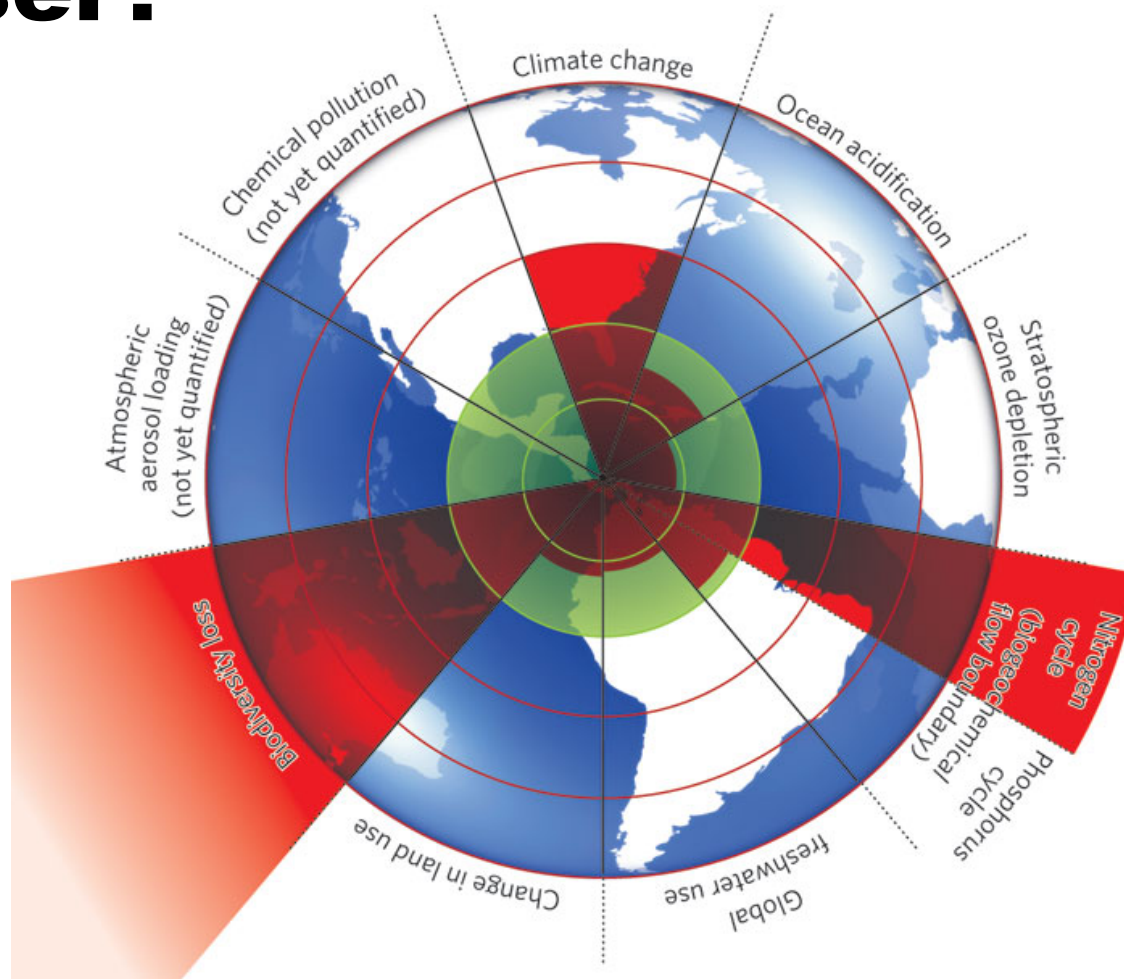




# Klimatpåverkan från hållbara kosten



# Håller sig kosten inom planetens gränser?



# Hur påverkar dieten sociala och ekonomiska aspekter?

Relativt lätt att räkna på:

- Arbetstillfällen
- Olyckstillbud

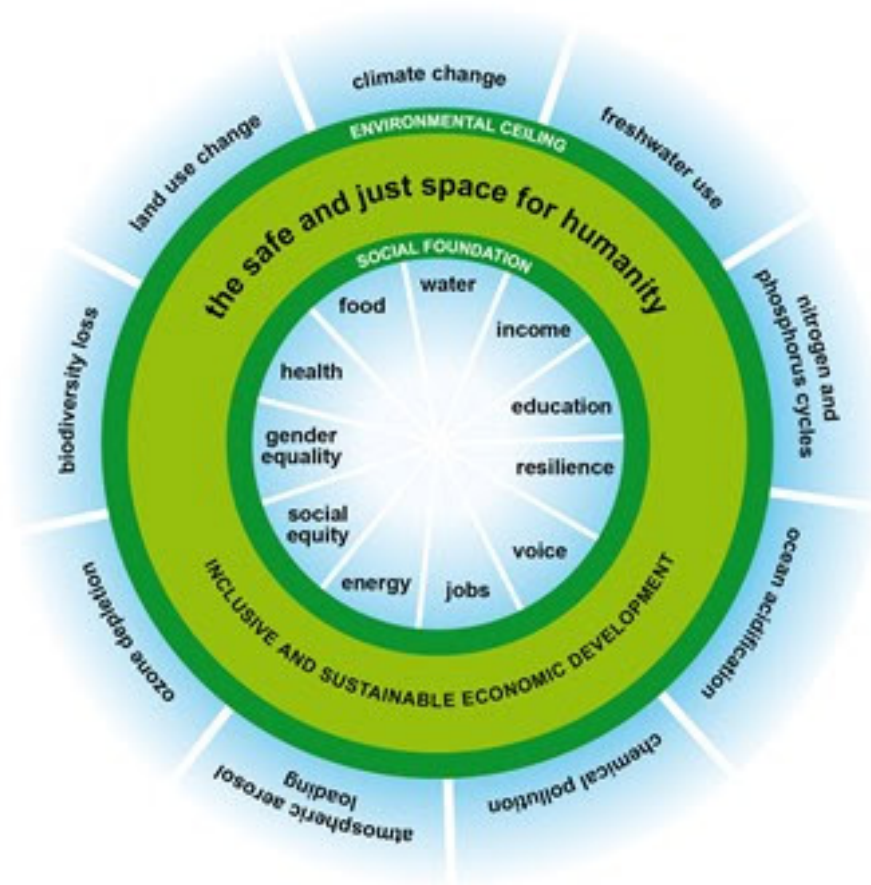
Svårare men viktigt:

- Kulturella aspekter såsom upprätthållande av traditioner
- Ekonomiska aspekter

# **Den nya ”doughnut diet”**



# Den nya ”doughnut diet”





Sveriges lantbruksuniversitet  
Swedish University of Agricultural Sciences

# Tack!

[elin.roos@slu.se](mailto:elin.roos@slu.se)