Baljväxter i offentlig sektor

KARTLÄGGNING, FINANSIERAD AV JORDBRUKSVERKET.

Eva Fröman, Towe Johnson & Ted Wendt
Ekomatcentrum, 2024

1. Sammanfattning 2
2. Bakgrund 3
2.1. Minskad klimatpåverkan 4
2.2. Hälsosammare måltider 5
2.3. Minskade kostnader för offentliga måltider 6
2.4. Ökad självförsörjning 8
3. Syfte 8
4. Erfarenheter från andra baljväxtprojekt 9
4.1. New Legumes Food 9
4.2. Klimatkommunerna och nätverket Lokala baljväxter, LoBa 10
4.3. Naturland och projektet LeguNet 11
5. Resultat 13
5.1. Metod 13
5.2. Utbudet av baljväxter foodservice 13
5.3. Efterfrågan och intresset för baljväxter ökar 14
5.4. Acceptans för baljväxter - en utmaning 15
5.5. Information om baljväxter efterfrågas 15
5.6. Hinder för ökad konsumtion av baljväxter 16
6. Intervjuer med grossister och leverantörer inom foodservice 16
6.1. Vad har ni för utbud av svenska ekologiska baljväxter? 16
6.2. Har utbudet förändrats under åren? 17
6.3. Hur upplever ni efterfrågan och intresset från offentlig sektor? 18
6.4. Vad krävs för att baljväxter ska bli en större del av de offentliga måltiderna? 18
6.5. Motsvarar utbudet det som efterfrågas? 21
6.6. Vad händer på området hos er? 21
7. Intervjuer med ansvariga för måltidsverksamheten i fem kommuner 22
7.1. Hur jobbar ni med baljväxter? 22
7.2. I vilken form köps baljväxter oftast in? 23
7.3. Ser ni några utmaningar i att öka baljväxter? 23
7.4. Vad skulle få er att servera mer baljväxter? 25
7.5. Hur upplever ni utbudet? 25
7.6. Ser ni några kunskapsluckor för användning av baljväxter? 26
7.7. Inom vilka områden ser ni att det behöver satsas? 26
8. Slutsats 26

1. Sammanfattning

Intresset för baljväxter (bönor, linser, ärtor) som alternativa proteiner i de offentliga måltiderna har ökat markant de senaste åren. En annalkande klimatkris i kombination med en alltmer ansträngd ekonomi i kommuner och regioner är drivande, men också hälsofördelar samt ett behov av en ökad nationell självförsörjningsgrad av livsmedel.

Animaliebaserat protein kan i stor utsträckning ersättas med billigt växtbaserat protein i form av baljväxter. Baljväxter har en förmåga att fixera kväve och lämpar sig därför särskilt bra för ekologisk odling eftersom kvävegödselmedel inte behöver tillföras. Ekologiskt odlade baljväxter är att föredra eftersom konventionell odling kräver mycket kemisk bekämpning.

Även om intresset för baljväxter har ökat stort de senaste åren är konsumtionen fortsatt mycket blygsam. I offentlig sektor, där statistik finns att hämta, kan vi se att konsumtionen av baljväxter är låg, men att efterfrågan ökar.

Utbudet av baljväxter inom foodservice är växande. Efterfrågan på lokalt och svenskt bidrar till att utbudet av svenskproducerade baljväxter ökar. Det finns en handfull leverantörer av baljväxter i Sverige som i sin tur levererar till de tre grossisterna som har majoriteten av de upphandlade livsmedelsavtalen med landets kommuner och regioner.

Grossisterna erbjuder ett brett sortiment av baljväxtprodukter, torkade och konserverade, där ungefär hälften är av svenskt ursprung. De svenskodlade baljväxterna är oftast i torkad form. Förkokta konserverade baljväxter är oftast importerade.

Konsumtionen av baljväxter i Sverige har historiskt varit högre än den är nu. Kunskapen kring hur man hanterar och lagar god mat av baljväxter har förlorats under årens lopp. Det samma gäller vanan att äta baljväxtbaserade maträtter.

Vi har identifierat två stora hinder för ökad konsumtion av baljväxter i offentliga måltider, det är acceptans och kompetens. Om konsumtionen av baljväxter ska öka och utgöra en väsentlig del av det proteinbaserade näringsintaget så krävs omfattande informations- och utbildningsinsatser i den offentliga måltidsverksamheten. Informationen bör ges till all berörd personal i köken samt alla vuxna i elevernas närhet, såsom pedagoger och föräldrar. För att få acceptans och ändra matvanorna hos de unga i skola och förskola bör baljväxtbaserad mat introduceras tidigt i förskolan. Provsmakning i matsalen samt praktisk matlagning med barn och ungdomar i skolan ger ökat engagemang och intresse för att testa baljväxtbaserad mat.

Hela 70 procent av baljväxtinköpen i kommuner och regioner är ekologiskt och 24 procent är dessutom svekologiskt. Det finns stor potential för att öka odlingen och utbudet av svenskodlade ekologiska baljväxter som dessutom skulle vara extra positivt för den biologiska mångfalden i Sverige. Det som behövs är information, inspiration och utbildning av måltidspersonal. Detta kan ske genom spridning av informationsmaterial, recept och matlagningskurser.

2. Bakgrund

Intresset för baljväxter (bönor, linser, ärtor) har ökat markant de senaste åren i Sverige. En an-nalkande klimat- och miljökatastrof har påverkat men också den alltmer ansträngda ekonomin. Kött kan i stor utsträckning ersättas med billigt växtbaserat protein i form av baljväxter. Baljväxter har en förmåga att fixera kväve och lämpar sig därför särskilt bra för ekologisk odling eftersom kväve-gödselmedel inte behöver tillföras[1]. Ekologiskt odlade baljväxter är också att föredra eftersom konventionell odling kräver mycket kemisk bekämpning.

Hur mycket baljväxter som konsumeras i dagsläget är svårt att säga eftersom ingen färsk statistik finns att tillgå. Konsumtionen av baljväxter var ca 12 g /person och dag enligt Riksmaten som genomfördes 2010–2011. I offentlig sektor, där statistik finns att hämta, kan vi se att intresset för baljväxter är extremt lågt, men att efterfrågan ökat de senaste åren.

Konsumtionen hos gemene man har säkerligen också ökat de senaste 10 åren då en global vegotrend påverkat även svenska konsumenter till att konsumera mer växtbaserat protein (Axfood 2021 och Food & Friends 2021). Växtbaserade köttliknande produkter i form av nuggets och hamburgare har haft stor framgång på de stora hamburgerkedjorna i Sverige. Multiprocessat växtbaserat protein förädlas till köttliknande produkter som tyvärr ofta inte lever upp till den näringshalt som deklareras på förpackningen. Även om baljväxter vid en analys har höga halter av järn så påverkas upptaget negativt av fytinsyra. Fytinsyra som finns naturligt i baljväxter bildar olösliga föreningar med icke-hemjärn och zink, vilket gör att järn och zink kan gå igenom matsmältningssystemet utan att absorberas.

Tempeh och annan typ av fermentering är väl beprövade processer för att frigöra järn och andra nyttigheter i baljväxterna så att de kan ersätta järnrikt kött i kosten. Etablerade veganprodukter processade med ”historiskt beprövade” recept och metoder är att föredra framför ultraprocessade köttkopior.

I Sverige odlas baljväxter primärt för att bli djurfoder. Odlingen av baljväxter till humankonsumtion är mycket blygsam. Det finns flera skäl till att öka produktionen av baljväxter för humankonsumtion på svenska åkrar. En ökad konsumtion och produktion skulle ge många fördelar såsom;

- minskad klimatpåverkan.
- hälsosammare måltider.
- minskade kostnader för offentliga måltider.
- ökad självförsörjningsgrad.

[1] https://www.slu.se/centrumbildningar-och-projekt/epok-centrum-for-ekologisk-produktion-och-konsumtion/nyheter/aldre-nyheter/2011/11/baljvaxter-minskar-utslapp/

2.1. Minskad klimatpåverkan

Baljväxter är bästa maten i klimatkrisen.[2] Koldioxidutsläppen från människans aktiviteter tenderar att öka i allt snabbare takt och därmed ökar även jordens medeltemperatur. Max 1,5-2 grader varmare är det globala målet. Överskrider vi det kommer förmodligen klimatet att löpa amok. Allt vi gör och allt vi konsumerar påverkar klimatet. Produktionen av mat och vad vi väljer att servera och äta, eller inte äta, påverkar utsläppen av koldioxid. Matkonsumtionens andel av klimatutsläppen är ca 20 procent av de totala utsläppen (www.naturvardsverket.se). För att nå det globala 1,5–2 graders målet behöver vi bland annat minska utsläppen av koldioxid från matproduktionen med 70–80 procent.

Produktionen av animaliska produkter, till exempel kött, ägg och mjölk, står för cirka 15 procent av världens totala utsläpp av växthusgaser. (www.naturvardsverket.se).

WWF har räknat ut att för en lunch eller middag finns det utrymme för i genomsnitt 0,5 kg CO_2e per måltid. Det ska jämföras med en genomsnittlig svensk lunch eller middag som har en klimatpåverkan på cirka 1,8 kg CO_2e. Det innebär att vi behöver göra andra val av livsmedel än de vi är vana vid för att nå klimatmålen (www.wwf.se).

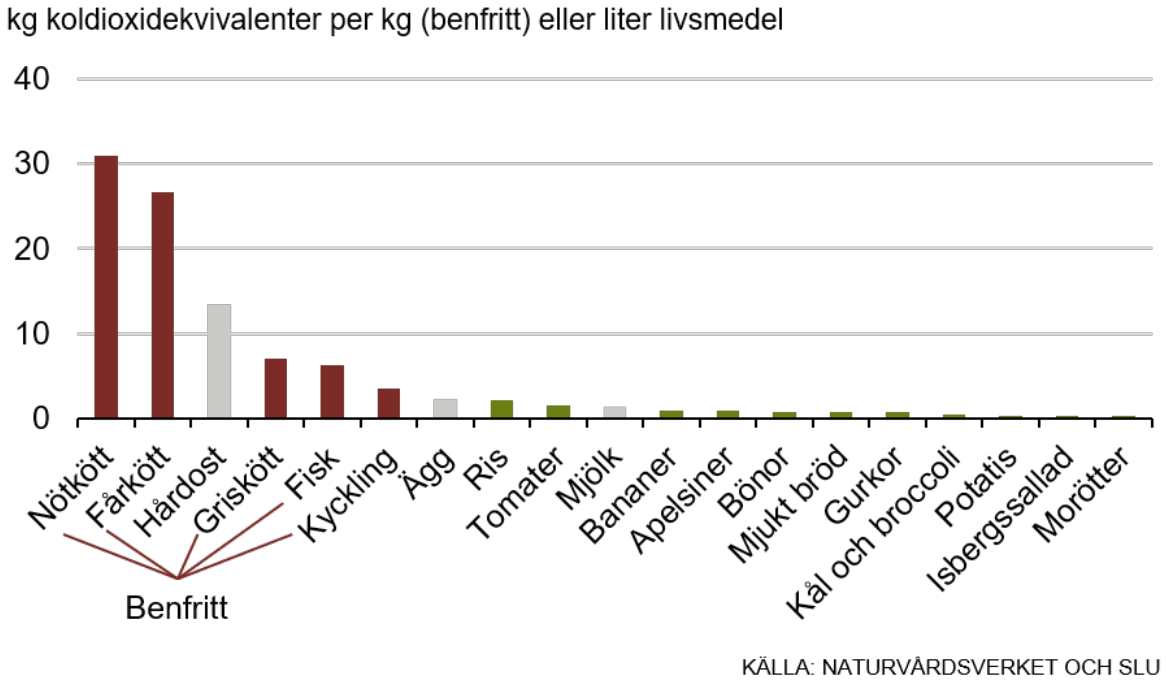

Diagram 1.
Kg Co2e/kg livsmedel.

Rött kött från idisslare som kor och får ger höga andelar CO2e, eftersom de helt naturligt genererar metangas vid matsmältningen. Ost som produceras av mjölk från idisslare ger

[2] https://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOId=9019217&fileOId=9019222

också höga CO2e-utsläpp. Frilandsodlade grönsaker, potatis och rotsaker ger lägst CO2e-utsläpp. Även baljväxter genererar låga utsläpp av Co2e (diagram 1). Om vi ska klara 0,5 kg CO2e/måltid enligt WWFs rekommendationer bör vi minska konsumtionen av kött och öka andelen växtbaserat protein i form av bland annat baljväxter.

2.2. Hälsosammare måltider

Att minska konsumtionen av vissa livsmedel såsom rött kött och chark skulle ha stor betydelse för klimatet men också för vår hälsa. Vi äter ungefär 1,4 kg kött och chark per person och vecka i Sverige[3].

Livsmedelverkets rekommendation är max 500 gram rött kött och chark per person och vecka av hälsoskäl.

”Många skulle må bra av att äta mindre charkprodukter och rött kött. Forskning visar att rött kött och chark ökar risken för cancer i tjock- och ändtarmen. Ät därför högst 500 gram rött kött och chark i veckan.

Kött från kyckling, kalkon och annan fågel har inte visat sig öka risken för cancer. Men för miljöns skull behöver all köttkonsumtion minska. Det är bra att ersätta en del kött och chark med grönsaker, rotfrukter, bönor, kikärter och linser ” *www.livsmedelsverket.se*

Under 2023 publicerades nya nordiska näringsrekommendationer, NNR 2023, som innehåller vetenskapliga rekommendationer för både hälsa och miljö, och förordar en mer växtbaserad kosthållning samt mer fisk och mindre kött på tallriken.

Slutsatsen i NNR 2023[4] är att det som är bra att äta för hälsan i de flesta fall också är bra för miljön och klimatet. NNR rekommenderar en övervägande växtbaserad kost, men det finns också plats för kött, fisk och mejeriprodukter. NNR är grunden för kommande kostråd i Sverige och de nordiska länderna.

NNR 2023 lägger ribban ännu lägre för köttkonsumtionen och rekommenderar och förordar max
350 gr rött kött och chark per vecka.

” Av hälsoskäl rekommenderas att konsumtionen av rött kött inte överskrider 350 g/vecka. Mängden processat rött kött bör vara så lågt som möjligt. Av miljöskäl borde konsumtionen av rött kött vara avsevärt lägre än 350 gram.”

NNR2023 rekommenderar även en ökad konsumtion av baljväxter för att gynna miljön samt ökad konsumtion av spannmål, grönsaker, frukt och bär för hälsa och miljö.”

[3] https://jordbruksverket.se/mat-och-drycker/hallbar-produktion-och-konsumtion-av-mat/konsumtion-av-kott
[4] https://www.norden.org/sv/news/mindre-kott-mer-vaxtbaserat-har-kommer-de-nordiska-naringsrekommendationerna-2023

Konsumtionen av kött bör minska av flera anledningar, inte minst hälsoskäl. Det finns ingen vetenskaplig och näringsmässig grund för den höga konsumtionen av kött som vi har idag. Tvärtom är den höga konsumtionen av animaliebaserad mat rent av skadlig för vår hälsa enligt NNR 2023 och Livsmedelsverket.

Att ”lagom är bäst” är en ovetenskaplig men beprövad sanning. En minskade köttkonsumtionen kan ersättas med baljväxter, cerealier, frukt och grönsaker och därmed bidra till en mer hälsosam livsstil för Sveriges konsumenter. Offentlig sektor, med över tre miljoner serverade måltider per dag, bör vara föregångare och inspirera till en mer hälsosam livsstil hos Sveriges unga befolkning.

2.3. Minskade kostnader för offentliga måltider

Att minska konsumtionen av rött kött och chark är en effektiv åtgärd för att minska vår klimatpåverkan men också för att svara upp mot ökade livsmedelspriser och kostnader inom offentlig måltidsverksamhet.

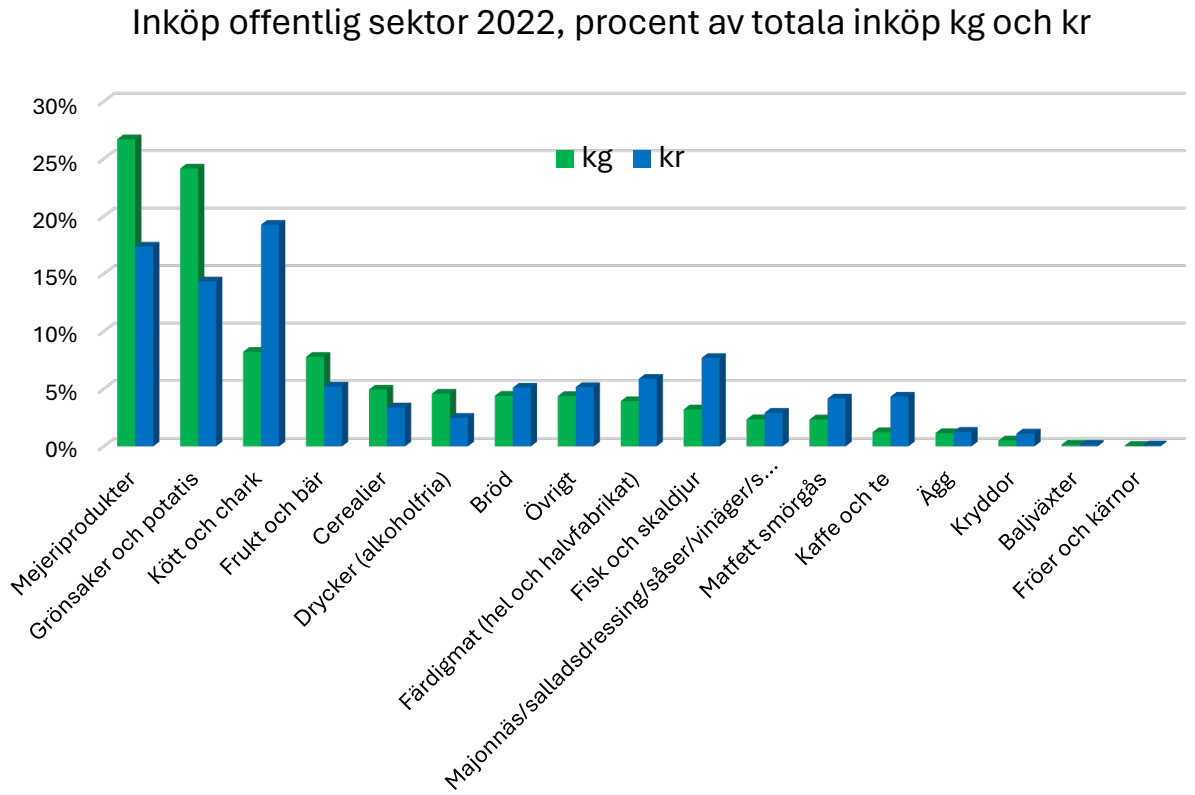

Diagram 2.
Inköp livsmedel, per kategori, i procent av totala livsmedelsinköp i offentlig sektor 2022, kg och kr. Källa: Matilda Foodtech och Ekomatcentrum.

En sammanställning av statistik avseende livsmedelsinköp i offentlig sektor, från Matilda Foodtech för 2022, visar att av livsmedelsinköpen i offentlig sektor är det endast en dryg promille, räknat i kilo eller kronor, som utgörs av baljväxter. Av denna blygsamma andel är ca 70 procent ekologiskt och 23 procent svekologiskt.

I offentlig sektor prioriteras livsmedelsprodukter såsom mejeri, grönsaker och potatis samt kött och chark framför cerealier, bröd, fisk, ägg och baljväxter, se diagram 2 och 3.

I omställningen till mer klimatanpassade måltider, har en ökad konsumtion av växtbaserat protein en viktig och avgörande roll. Statistiken visar att det finns stort utrymme för en ökad konsumtion av baljväxter och andra växtbaserade livsmedel. Växtbaserad mat kan i stor utsträckning ersätta en del av den animaliebaserade maten i offentlig sektor. Det är förvånansvärt lite baljväxter som serveras i offentlig sektor, bara en dryg promille. Prismässigt finns det mycket att vinna på att servera en större andel baljväxter och annat växtbaserat protein i de offentliga måltiderna. En tiofaldig ökning av baljväxter i offentliga måltider skulle resultera i 1,5 procent av de totala livsmedelsinköpen.

Totala inköp livsmedel offentlig sektor, per kategori 2022

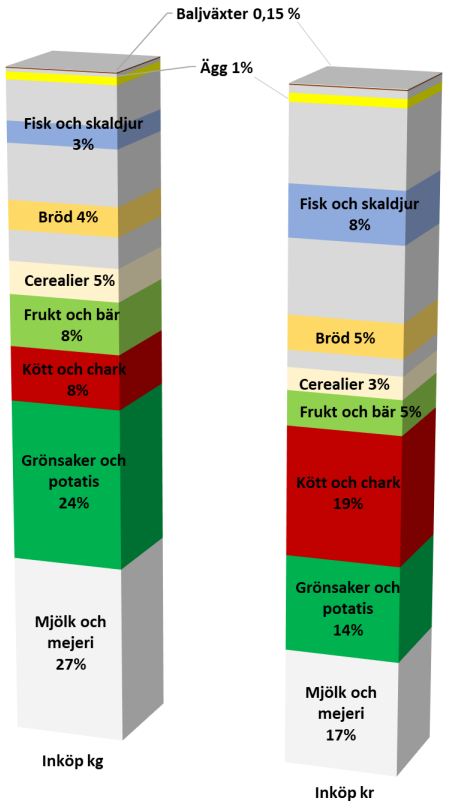

Diagram 3.
Fördelningen av inköp per kategori i offentlig sektor, procent av totala inköp angivet i kronor och kg.
Källa: Statistik från Matilda Foodtech 2023 bearbetad av Ekomatcentrum.

Det finns ingen ny statistik avseende konsumtion av baljväxter hos gemene man i Sverige. En gammal siffra från 2011 (Riksmaten) anger 12 gr baljväxter per konsument och dag. I Jordbruksverkets konsumtionsstatistik för 2022 finns inte ens posten baljväxter med.

2.4. Ökad självförsörjningsgrad

Vi står inför mycket osäkra tider. Kriget i Ukraina och Coronapandemin har skakat om Sverige på mycket kort tid. Det som inte kunde hända, händer i allra högsta grad just nu. Beredskapslager behöver byggas med förnödenheter, däribland mat till Sveriges befolkning vid en eventuell avspärrning. Efter många år utan beredskapslager saknas såväl kunskap som erfarenhet kring hur vi bäst förbereder oss. Sveriges självförsörjningsgrad är låg. Vi är beroende av att importera mat, minst 50 procent är import. Vi är dessutom beroende av att importera handelsgödsel och kemiska bekämpningsmedel, insatsmedel som är nödvändiga i 80 procent av den svenska odlingen av mat och foder på de svenska åkrarna.

Torkade bönor, linser och ärtor skulle vara utmärkta proteinrika livsmedel att hålla i beredskapslager. Billigt och praktiskt. Kött är mer problematiskt att långtids lagra. Baljväxter odlas i Sverige, främst till djurfoder. Det är en mycket liten andel som odlas för humankonsumtion och den andelen behöver öka. En ökad efterfrågan bör enligt gängse marknadsekonomi leda till ett ökat utbud. Här har offentlig sektor en mycket viktig uppgift att fylla genom att vara föregångare och bana väg för en ökad konsumtion av baljväxter. Det finns flera exempel på skolor och förskolor i Sverige som har växtbaserat protein som norm där barn och ungdomar gillar och äter baljväxtbaserade maträtter. Goda exempel som kan vara vägledande för hela den offentliga måltidsverksamheten.

3. Syfte

Projektet ”Baljväxter i offentlig sektor” syfte och mål är att inspirera och utmana offentliga kök till att öka sina inköp av ekologiska baljväxter. Projektet ska bidra till en ökad användning av ekologiska livsmedel i offentlig sektor och verka för mer hållbara val av livsmedel och råvaror. Det ska bidra till ökad konsumtion av vegetabilier gärna i kombination med svenskt och lokalt. Det ska även bidra till minskade CO2e-avtryck, genom att lyfta livsmedel som genererar förhållandevis låga andelar kilo CO2e/kilo livsmedel.

I Ekomatcentrums årliga enkätundersökning, riktad till kommuner och regioner, uppgav många under 2021, att man saknade tillgång till svenska och ekologiska baljväxter. Statistikinsamlingen visade även att av totala livsmedelsinköp i offentlig sektor (så väl ekologiskt som konventionellt) är det endast drygt en och en halv promille av inköpen, räknat i kg och kr, som ligger inom livsmedelsgruppen baljväxter. Av denna dryga promille är ca 70 procent ekologiskt och drygt 20 procent svekologiskt. Eftersom

produktion och konsumtion av baljväxter i Sverige idag ligger på en mycket låg nivå så har vi sett att det finns ett behov av att lyfta baljväxternas potential som proteinkälla samt visa på mångfalden av sorter. Eftersom vi även behöver göra en viktig omställning till mer klimatanpassade måltider, kan en ökad användning av växtbaserat protein från baljväxter spela en viktig roll.

En ökad konsumtion av baljväxter leder till mer hälsosamma och hållbara matvanor i de offentliga måltiderna. De Nordiska Näringsrekommendationerna 2023 (NNR 2023) som baseras på både hälsa och miljö rekommenderar en minskad konsumtion av rött kött och chark. Animaliskt protein som kan ersättas med växtbaserat protein. Om Sverige väljer att följa dessa rekommendationer innebär det en stor förändring av svenskarnas nuvarande konsumtionsvanor. Offentlig sektor serverar över 3 miljoner måltider per dag och har en viktig och drivande funktion i att påverka matvanorna hos Sveriges unga befolkning. Konsumtionen av rött kött och chark är onödigt hög i Sverige och har en negativ påverkan på svenskarnas hälsa och miljön där det produceras. En ökad konsumtion och produktion av baljväxter skulle vara positivt för såväl hälsan som miljön. Problemet är att det finns stora kunskapsluckor och många fördomar kring baljväxter som livsmedel. Vilket utbud som finns på marknaden, vad de kan användas till och hur de ska tillredas i köken för att bli smakliga ingredienser i måltiderna.

Kartläggningen och en produktion av en Handbok om baljväxter för Projektet ska leda till ett ökat intresse och kunskap kring baljväxter i offentlig sektor. Det inleds med en kartläggning av utbud och efterfrågan samt lärdom av ett antal liknande genomförda eller pågående projekt avseende baljväxter som alternativt växtbaserat protein.

I projektet står vinster som hälsa och miljö i fokus samt hur vi kan påverka och ändra matvanorna till att bli mer växtbaserade genom de offentliga måltiderna.

4. Erfarenheter från andra baljväxtprojekt

Ekomatcentrum har studerat baljväxtprojekt som nyligen avslutats alternativt fortfarande pågår och vad de gett för resultat. Nedan följer en beskrivning av dessa:

4.1 New Legumes Food

Avslutades i december 2021. New Legumes Food har varit ett samarbete mellan tre universitet, ett par företag från livsmedelsindustrin samt två regioner. Projektet har pågått i fem år och är en del av ett större Horizon 2020-projekt med fokus på gröddiversifiering i hela Europa.

Syfte

Projektets syfte har varit att utveckla klimatsmarta och proteinrika livsmedel från inhemskt odlade baljväxter (t.ex. bönor, linser, ärter). Genom att göra det så ökas

livsmedelssystemets hållbarhet och man främjar en växande bioekonomi baserad på nya, attraktiva och hälsofrämjande livsmedel.

Slutsats och resultat

Forskningsresultaten som presenterades på projektets slutkonferens var;
-Vilka baljväxter kan du odla i Sverige? Utmaningar och möjligheter samt resultat från odlingsexperiment, Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU)
-Förädling av svenska baljväxter, Linnéuniversitetet (LNU)
-Vad avgör om konsumenter äter baljväxter, LNU

En slutsats från projektet var bland annat att nätverket har sett behovet av att fler aktörer behöver jobba i samma riktning vilket vi också fått bekräftat efter kontakt med Lokala baljväxtnätverket[5] (LoBa) som är ett samverkansnätverk). Det vill säga att det finns behov av fler satsningar inom området för att nå långsiktiga resultat.

4.2 Klimatkommunerna och nätverket Lokala baljväxter, LoBa

Klimatkommunerna är en förening för kommuner och regioner som jobbar aktivt med lokalt klimatarbete. Föreningen har drivit ett Formas finansierat projekt tillsammans med LoBa i form av praktiska FoodJams. Projektet har pågått mellan 2021–2023.

Syfte

Syftet har varit att påskynda omställningen till mer lokalt producerat växtbaserat protein i skolmåltiderna. Det har riktats till elever, pedagoger och måltidspersonal i fyra kommuner.

Projektet avslutades med en digital FoodJam-festival i oktober 2023. Projektet har samarbetat med fyra kommuner och fyra skolor i respektive kommun. Där har man fått elever och personal delaktiga i att laga mat tillsammans i s.k. food-jams. Elever och personal har tillsammans fått testa nya recept och tillagningssätt som varit mycket givande för alla medverkande.

I Kristianstad var endast måltidspersonalen delaktiga i projektet.
Sollentuna är en kommun med allt på entreprenad (Compass Group) och där var det lite trögt till en början men det har trots allt gått framåt. I Botkyrka har det gått bra, de var positiva. I Borås rådde stor skepsis till en början, men blev en framgång när tonårskillarna (som bara vill ha kött) fick vara med och laga eget med baljväxter.

Resultat

FoodJams projektet föll mycket väl ut. De medverkande kommunerna kunde se att det gett

[5] Lokala Baljväxter, LoBa är ett samverkansnätverk av engagerade aktörer från hela värdekedjan. Deras vision: I de flesta måltider, både ute och hemma, njuter människor goda smaker av lokalproducerade baljväxter. Projektet finansieras med medel från landsbygdsprogrammet.

goda resultat i att bjuda in elever till att laga mat tillsammans på baljväxter. Genom att integrera matlagningen med vuxna och genom att elever själva får testa olika recept väcks nyfikenhet och förståelse för att kunna använda baljväxter som alternativt protein. Som exempel blev de mest skeptiska tonårskillarna i Borås intresserade när de fick vara med och testa att laga mat av baljväxter.

4.3 Naturland och projektet LeguNet

I Tyskland driver organisationen Naturland[6] sedan 2022 projektet LeguNet[7]. Bakgrunden till projektet är ett växande intresset för proteinrik och glutenfri mat, samt proteinfoder inom djurproduktion. Odlingen av baljväxter, såsom ärtor åkerbönor, lupinbönor och sojabönor, ökar i Tyskland, men odlingspotentialen är långt ifrån uppfylld. Idag importeras majoriteten av de förädlades baljväxtprodukterna, något som projektet vill ändra på.

Bakgrund

I Tyskland odlades baljväxter på 4 procent av åkerarealen 2023, varav det mesta går till djurfoder. Man har ett proteinprogram som har målet att öka proteinodlingarna med 10 procent till 2030. Det finns utmaningar med baljväxtodlingarna i landet. Tyskland har inte ett optimalt klimat för denna typ av gröda. 2023 var ett tufft år, först torrt och sen blött vilket förstörde odlingarna och stora delar av skörden.

Syfte

Projektet LeguNet är en del av en nationell strategi för att öka andelen proteingrödor. Förutom de vanligaste baljväxterna har man tagit med grödor som kikärtor och linser, grödor som idag inte är vanliga men där intresset för odling ökar på grund av klimatförändringarna. LeguNet vill öka landets självförsörjning av baljväxter genom att;

- upptäcka nya användningsområden.
- nätverka och utveckla nya säljmarknader.
- stödja innovationer inom livsmedels- och fodersektorn.
- förmedla kunskap om odling och användande av baljväxter.
- sammanföra utvecklingsprojekt med den nationella strategin.

Aktiviteter i projektet

Legunet löper i 5 år mellan 2022–2025 och riktar sig mot offentlig sektor. Idag konsumeras det endast 1 kg baljväxter per person och år i Tyskland. Målet med projektet är att man vill öka konsumtionen av baljväxter i offentliga kök i Tyskland.

---

[6] Naturland är en internationell förening för ekologiskt lantbruk, hållbart fiske, fiskodling och skogsbruk och biodling med säte i Tyskland.

[7] LeguNet är ett projekt som drivs av Naturland och som syftar till att öka den inhemska odlingen av baljväxter för humankonsumtion och djurfoder.

I skolprojektet har de fokuserat på baljväxter som fava-bönor, ärtor, linser och de har använt både ekologiska och konventionella bönor. Fokus har varit på att lära ut om baljväxter I skolan. Det har visat sig att skolor, lärare och rektorer är intresserade och vill ha information och att yngre barn är mer mottagliga och nyfikna än äldre.

Budskapet som de kommunicerat kring är klimatet och att värna det inhemska. De har tagit fram ett utbildningshäfte som underlag för teoretiska studier som startar i klassrummet, sen kan barnen testa att äta baljväxter i matsalen.
Eftersom skolor och förskolor i Tyskland oftast saknar egna kök har man haft majoriteten av matlagningskurserna online.

Utmaningar i skolprojektet

Varje region har egna avtal. Vissa barn kan inte betala sin mat så skolan sponsrar. Elever tar med sig egen snacks till rasten. I Tyskland har man inte egna kök i skolorna. En väg att gå har varit att försöka inspirera cateringföretagen att servera baljväxter. En annan att bedriva måltidspedagogik med barnen i skolan och förskolan. I skolan har man uppmanat lärarna att förbereda och laga mat med eleverna. De yngre barnen på runt 3 år har mer fått pyssla och genom lek bekanta sig med bönor.

Eleverna i skolprojekten är mellan 11–16 år, där var utmaningen tjejer i 13–14 åldern som hamnade i att ta hand om disken och städa efter andra, eftersom de inte ville dalta i aktiviteterna. Killarna är mer mottagliga. En pojke med autism var jätteintresserad. Positivt är att många barn i Tyskland med annan kulturell bakgrund är vana att äta baljväxter.

De har noterat att nivån på kockarnas kunskaper är låga kring att tillaga och hantera baljväxter. Under 2024 ska man försöka samarbeta med cateringfirmorna som levererar maten till skolorna. Idén är att ta fram recept som man vet funkar bra och som man kan dela med sig av till kockarna. De hinner inte åka ut till skolorna och har därför haft workshops med kockar online.

Även i kockskolorna (elever 18–20 år) är kunskapen om hur man bereder och lagar till baljväxter låg. Eleverna har i stort sett ingen kunskap alls. De kan inte ens se skillnad på en kokt och okokt böna. Elever från Syrien har bättre kunskaper, åtminstone när det gäller traditionella maträtter med baljväxter. Även kocklärarna är skeptisk till baljväxter.

Lärdomar

Det finns många likheter mellan Sverige och Tyskland. Produktion av baljväxter är låg i bägge länderna. I Tyskland utgör baljväxtarealen ca 4 procent av totala arealen. I Sverige är den ännu mindre, ca 2 procent av åkerarealen. Även konsumtion av baljväxter är låg. Ca 1 kg per person och år i Tyskland och drygt 600 gr/person och år i Sverige. Baljväxter utgör ingen stor och viktig del av matkulturen, varken i Tyskland eller i Sverige. Det kommer att krävas en hel del arbete med att förändra våra länders invanda

måltidskulturer och intressera våra bönder till att producera mer baljväxter för humankonsumtion.

Det kan vara en fördel för Sverige med vårt skattefinansierade måltidssystem i offentlig sektor. Offentligt upphandlade livsmedel med höga krav på kvalitet och miljöhänsyn och ansträngd ekonomi i kommuner och regioner gör att baljväxterna har blivit extra intressanta som proteinkälla de senaste åren. Matvanor etableras i tidig ålder, därför bör krutet i första hand läggas på samhällets yngsta individer, med ännu öppna sinnen. Men även landets restaurangskolor bör få möjligheten att lära mer om betydelsen av baljväxter som framtidens klimatsmarta alternativa proteiner.

5. Resultat

5.1 Metod

Totalt har vi intervjuat tio personer som är ansvariga för måltiderna i fem kommuner: Gävle, Skövde, Wilhelmina, Södertälje och Örebro. Vi har intervjuat kockar, kostchefer, upphandlingsansvariga samt måltidsutvecklare.
I grossist- och leverantörsledet har vi intervjuat sju inköpsansvariga hos tre ledande grossister och två ledande leverantörer med rollerna hållbarhetschef, inköpsdirektör, kategoriansvarig och chef vid offentlig försäljning.

5.2 Utbudet av baljväxter foodservice

En sammanställning av inköpsstatistiken för landets kommuner och regioner[8] visar att 69 procent av baljväxterna är svenskproducerade och 31 procent är importerade. Dessutom är 69 procent av baljväxterna som omsätts inom offentlig sektor ekologiskt odlade och 24 procent är dessutom svekologiska, räknat i kg. Men det är endast 1,5 promille av alla livsmedel som omsätts inom offentlig sektor som är baljväxter. Det innebär att marknadsandelen för baljväxter i offentlig sektor är mycket blygsam ännu så länge.

Utbudet av baljväxter är litet men växande. Efterfrågan på lokalt och svenskt bidrar till att utbudet av svenskproducerade baljväxter ökar. Det finns en handfull leverantörer av baljväxter i Sverige som i sin tur levererar till de tre stora grossisterna som har upphandlade livsmedelsavtal med landets kommuner och regioner.

Grossisterna redovisar ett brett utbud av olika typer av baljväxtprodukter, torkade och konserverade[9]. Ungefär hälften är enligt grossisterna av svenskt ursprung. De svenska baljväxterna är oftast i torkad form. Förkokta baljväxter i konserver eller Tetrapak är till största delen importerat. Det finns, eller fanns vid intervjutillfället, få möjligheter att få fram svensk råvara, förkokt och konserverad i Sverige eftersom den typen av

[8] Matilda Foodtech för 2023, berabetad av Ekomatcentrum.
[9] Menigo har exempelvis 45 baljväxtartiklar som är svenska, 28 artiklar är svenska och ekologiska eller KRAV och 51 artiklar är utländska och ekologiska eller KRAV.

konserveringsfabrik i princip saknas här i landet. Särskilt vad gäller behovet av storhushållsförpackningar inom sektorn.

Det finns även ett varierat utbud färdigprodukter av typ biffar, bullar och nuggets. Hel- och halvfabrikat som ska underlätta för köken att öka serveringarna av baljväxter. Många kockar har nämligen ingen vana eller ingen tid till att preparera och laga till goda maträtter av baljväxter.

Leverantörerna arbetar intensivt med att utvidga utbudet av baljväxter, särskilt det svenska och ekologiska. En av leverantörerna arbetar enbart med svensk ekologisk råvara och har en viktig roll i utvecklingen av baljväxtmarknaden.

Efterfrågan ökar stadigt på svensk ekologisk råvara. Grossister och leverantörer arbetar intensivt med att bredda utbudet och uppmuntrar svenska producenter till att odla mer baljväxter för humankonsumtion.

5.3 Efterfrågan och intresset för baljväxter ökar

Behovet av baljväxter skiljer stort mellan köken i kommunerna/regionerna, beroende på vilken typ av organisation måltidsverksamheten har, tillgång till personal samt tid och kompetens. Små kommuner i glesbygd har svårt med kompetensförsörjningen i köken och det inverkar på vilken typ av livsmedel som efterfrågas.

Brist på personal ökar efterfrågan på hel- och halvfabrikat och att hålla fast vid det som är vant. Det gäller även brist på kompetens hos personalen. Här skulle behövas ett bättre utbud av förkokta konserverade svenskodlade baljväxter.

Storstadskommuner har bättre tillgång på såväl personal som kompetens vilket möjliggör matlagning från grunden och större intresse för till exempel torkade baljväxter. Men förmodligen har även dessa storstadskök ett behov av till exempel förkokta konserverade baljväxter av svenskt ursprung.

Behoven är olika och utbudet finns i de flesta fall av det som efterfrågas. I takt med att kunskapen om hur man lagar till baljväxter ökar och ekonomin stramas åt i kommuner och regioner så ökar efterfrågan på billigt växtbaserat protein. Några kök ligger långt fram med kunskap och erfarenhet av att laga spännande maträtter av baljväxter. De är positiva förebilder som delar med sig och inspirerar andra till att prova. På så sätt ökar intresset allt mer.

Allt är inte svart eller vitt. Trenden i samhället går mot att vara flexitarian snarare än vegan[10], dvs äta mer växtbaserat och lite animaliebaserat. Det som också efterfrågas allt mer är baljväxtprodukter som kan blandas upp med animaliskt protein. Produkter som

[10] Det visar Axfoods Vegobarometer 2021. Svenskarna fortsätter att äta alltmer vegetarisk mat. Andelen vegetarianer och veganer närmar sig 9 procent, den högst uppmätta andelen hittills. Och andelen flexitarianer, med vegetarisk kost som bas men som inte har slutat äta kött, ökar för sjätte året i rad

kan underlätta för måltidsverksamheterna att ”smyga” in det växtbaserade proteinet i maträtterna.

5.4 Acceptans för baljväxter - en utmaning

Det handlar framför allt om att få acceptans bland matgästerna (förskolebarn, skolbarn och gymnasieungdomar) för växtbaserat protein. Matvanorna etableras i tidig ålder och eftersom alla barn i Sverige får sin dagliga lunch serverad utanför hemmet så finns också ansvaret hos måltidsverksamheterna att bidra till goda matvanor hos den unga generationen.

Några kommuner har tagit på sig ansvaret att bidra till bättre matvanor och framför allt matvanor som bidrar till minskade klimatutsläpp och ökad biologisk mångfald. Både Örebro och Södertälje har drivit projekt för att öka andelen baljväxter i maten. Södertälje tog tidigt fram en gråärts falafel som serveras i deras restauranger. Örebro har arbetat länge och framgångsrikt med att servera baljväxter. Deras användning av konserverade baljväxter har minskat medan torkade ökat. Det har varit en utmaning för personalen att våga använda och tillreda baljväxter. Svårt att vända invanda beteenden. Baljväxter kräver planering, de måste ligga i blöt. Bönor kan vara rent av farliga att servera okokta.

5.5 Information om baljväxter efterfrågas

Det finns ett behov av ökad kunskap kring hur man hanterar och lagar goda rätter med baljväxter. Personalen i de offentliga köken behöver få tillgång till kurser, information och recept. Recepten ska vara lättlagade och goda. Det är extra viktigt att få kunskap om hur baljväxter tillagas från grunden, dvs med blötläggning, kokning etc.

Man kan öka intresset och lyfta de enkla baljväxterna rent gastronomiskt genom att lära ut vad olika bönor, linser ärtor passar bäst till i matlagningen, vilka kryddor som harmonierar bäst samt en sensorisk beskrivning av hur baljväxterna smakar. Det skulle göra dem mer spännande.

Minst lika viktigt är att få acceptans för baljväxter hos kockarna. Det finns många fördomar att slå hål på. Om kocken är intresserad och villig så ökar incitamenten att prova något nytt hos övrig kökspersonal och matgästerna.

Acceptansen gäller även de vuxna förebilderna i matsalarna, pedagoger och annan skol- eller förskolepersonal. Om de gillar och accepterar det nya så är det lättare att få med sig eleverna. Detta gäller även barnens föräldrar som kan vara svåra att påverka. För att få acceptansför baljväxter krävs breda informationsinsatser till alla som berörs av de offentliga måltiderna samt deras familjer.

5.6 Hinder för ökad konsumtion av baljväxter

Intresset för baljväxter ökar i offentlig sektor. Miljö- och ekonomi är de två främsta skälen till det ökade intresset. Växtbaserat protein kan delvis ersätta det dyra köttet som serveras i offentlig sektor. Trots ett stort intresse för svenska ekologiska baljväxter finns hinder som måste övervinnas.

Baljväxter som mat har funnits i tusentals år och är fortfarande en mycket vanlig råvara i många länder. I Sverige har vi haft en tradition med baljväxter som tyvärr i princip försvunnit helt från menyerna. Vi har fått nya matvanor och det ställer till en del problem. Acceptansen för baljväxter är ganska låg. Det finns många fördomar att slå hål på, bland annat att det bildas gaser i magen. De är inte helt enkla att laga till. Det kräver god planering och kunskap för att servera bönor, linser och ärtor som vi tycker om och mår bra av. Kunskap som vi tappat helt under årens lopp.

Det behövs mer av kurser, information och recept för att öka kunskapen och kompetensen hos landets offentliga kockar så att de känner sig säkrare i hanteringen och tillagningen av baljväxter.

Svenskt och lokalt efterfrågas alltmer i den offentliga upphandlingen. Men det mesta som odlas i Sverige går till foderindustrin. Odlingen av baljväxter för humankonsumtion är väldigt liten, men växande. Det finns några få lantbrukare som vågar prova. Dessutom är Sveriges klimat inte det bästa för baljväxtodling som kräver ett torrare klimat. Det pågår en hel del forskning och försök med sorter som ska passa att odla i det svenska klimatet.

Det som också saknas är infrastruktur för vidareförädling. Det saknas industri som kan förkoka och konservera baljväxter i Sverige. Idag skickas en del svenskodlade baljväxter till utlandet för att kokas och konserveras.

6. Intervjuer med grossister och leverantörer inom foodservice

6.1 Vad har ni för utbud av svenska ekologiska baljväxter?

Leverantör A har ett stort utbud av torkade och förkokta konserverade importerade ekologiska baljväxter men även fem nya svekologiska torkade baljväxtprodukter i sitt utbud, gula ärter, bruna bönor, vita bönor och kidneybönor. De vill gärna få in dessa produkter hos grossisterna, men uppger att det är trögt. Leverantören har även åkerböna som odlas svekologiskt. Leverantör A köper direkt från producenterna och produkterna förpackas under leverantörens varumärke i Sverige.
Leverantören vill även kunna erbjuda kokta svekologiska bönor och letar efter någon som kan koka i Sverige. De tittar bland annat på en ny typ av förpackning av återvunnen plast som är under utveckling.

Leverantör B har ett brett sortiment av svekologiskt odlade baljväxter ute i handeln och hos grossisterna. Allt hos dem är odlat i Norden, en producent är dansk, de andra svenska. Leverantören har fyra linssorter i sortimentet, fyra typer av gråärter och en gulärt. Skalad bondböna samt två typer av lupinböna. Alla produkterna säljs i torkad form.

Grossist A omsätter 2 115 ton torkade, blöta och frysta baljväxt produkter per år, och efterfrågan är stadigt ökande. I dessa siffror ingår inte hel och halvfabrikat av baljväxter. Den ekologiska andelen är 37 % och den svekologiska (ekologiskt med svenskt ursprung) utgör drygt 22 procent av den totala försäljningen. Mer än hälften, 59 procent av baljväxterna, är svenskproducerade.

Grossist B omsätter 1 660 ton baljväxter torkade, blöta och frysta baljväxtprodukter årligen. Varav 11 procent är svenska, 27 procent ekologiska och 5 procent svekologiska.

Grossist C uppger att de har 13 svenska märken av baljväxter i sortimentet.

6.2 Har utbudet förändrats under åren?

Utbudet av baljväxter har ökat de senaste åren liksom utbudet av baljväxter odlade ekologiskt i Sverige.

Det finns också möjlighet att skala upp, kapaciteten är inget problem om efterfrågan fortsätter att öka.

Leverantör B

Leverantör B uppger att de byggt upp en bra förädlingskapacitet som ska kunna svara upp mot en ökad efterfrågan.
Leverantör A har ett bra utbud av ekologiskt odlade baljväxter, både torkade och konserverade, men allt är inte av svenskt ursprung. Målet är att det ska bli övervägande svekologiskt.

Utbudet av baljväxter har förändrats de senaste 10 åren. I takt med att fler frågar efter baljväxter och att Nordisk Råvara har kommit med sina produkter, har utbudet ökat.
Då, för 10 år sedan, var det Södertälje kommun som drev projekt och tog fram en gråärts falafel. Nu ökar efterfrågan på processade baljväxter, t.ex. färser. Generellt ökar efterfråga på vegetariska alternativ till kött. Största målgruppen är skolan och de flesta vill ha produkter som är anpassade till flexitarianer, alltså de som äter blandkost och inte bara vegetariskt.

Största målgruppen är skolan och de flesta vill ha produkter som är anpassade till flexitarianer.

Grossist B

Svenska råvaror efterfrågas mer och andelen torkade baljväxter har ökat liksom efterfrågan på alternativa färser. På Torsåkers gård i Upplands Väsby, som ägs av

Axfoundation, har man tagit fram en baljväxtfärs på gråärt och lupin som säljer bra. Den säljs mot offentlig sektor, men för att försäljningen ska öka så krävs det instruktioner i hur den tillagas för att man inte ska ge upp och tycka att det är en konstig produkt. Priset är lite högre, men ju mer som säljs desto bättre pris.

6.3 Hur upplever ni efterfrågan och intresset från kommuner och regioner?

Många kommuner och regioner är intresserade av svekologiskt. Mycket handlar om att i oroliga tider kunna vara självförsörjande.

Leverantör B menar att efterfrågan finns och den ökar. Intresse finns framför allt från kostchefer och tjänstemän.

Men intresset speglas inte i konsumtionen än.
Efterfrågan och konsumtionen av baljväxter är fortfarande blygsam
och utgör en liten del av det totalt proteinintaget.

Leverantör B

Efterfrågan är stor på ekologiska torkade baljväxtprodukter, men svenskt tenderar att bli än viktigare. Dock är kombination av svenskt och ekologiskt också önskvärd.

Man nämner att vissa baljväxtprodukter har en hög prisbild, ibland är det lika dyrt som kött.

6.4 Vad krävs för att baljväxter ska bli en större del av de offentliga måltiderna?

Leverantör B har satsat mycket på utbildning. Men upplever att det inte har fått fäste i menyerna. Även om kommunerna köper in en del, så är det fortfarande en liten del av totala inköpen som är svekologiska. Sverige importerar mycket kikärter och andra baljväxter

De offentliga köken skulle kunna vara ledande för att komma fram med ”nya tallriksmodeller”. Intresset är större från restauranger och foodservice än från konsumentsidan och dagligvaruhandeln. En del av produktionen går till matindustrin som gör hel- och halvfabrikat såsom biffar, bollar eller färs.

Leverantör B menar att det finns en stor potential i att öka efterfrågan av svekologiska baljväxtprodukter inom offentlig sektor.

Leverantör B

Leverantör A ser också att intresset och efterfrågan finns. De menar att det är viktigt att jobba mycket med information riktad till offentliga kök.

Leverantör A lägger mycket resurser på att åka ut till kommunerna och visa vad man kan göra av till exempel åkerbönan. Man låter också kök med kockar testa produkterna. De är intresserade men har inte så mycket kunskap eller erfarenhet.

Leverantör A

Det räcker inte att göra en matlagningsaktivitet en gång, det måste vara återkommande information. Utmaningen är ekonomin eftersom ekologiskt är dyrare än konventionellt.

Leverantör B menar att det är viktigt att få ut mer information och utbildning om hur man använder baljväxter.

Man behöver också prata mer om varför vi ska odla och äta svekologiskt odlade baljväxter. Hälso- och odlingsperspektivet behöver lyftas.

Leverantör B

Det är även bra att ta upp försörjningsperspektivet. Ökad konsumtion av svekologiskt odlade baljväxter tryggar en mer hållbar, långsiktig leverans av mat om man är självförsörjande och inte beroende av import av till exempel konstgödsel och foder.

Det är viktigt att även nå föräldrar med information eftersom de påverkar vad de anser barnen ska äta. Rektorerna i skolorna är viktiga. De behöver i sin tur stötta kockarna.

Leverantör B

Efterfrågan på vego är större än tidigare enligt grossisterna. I upphandlingen från kommuner och regioner finns det alltid med förfrågan om baljväxter. Det finns en stor drivkraft. Man kan se klimatpoängen på livsmedelsprodukter från grossisterna. Vilka poäng respektive produkt genererar är ett bra första steg. Man försöker göra det tydligt för kunden. Det är endast klimatvärdet som redovisas, inte eko, men det ger en indikation på hur en produkt ligger till rent klimatmässigt.

Fler pratar om svenskt (behöver inte vara ekologiskt, även om ekologiskt också efterfrågas), mycket beroende på Ukraina kriget. Inflationen har gjort att priserna stigit kraftigt de senaste åren och vissa politiker anser att man inte har råd med både svenskt och ekologiskt. Tydligt är att eko minskar, både på grund av prislappen och att man väljer att köpa närproducerat.

Vi upplever en viss nedgång av eko i försäljningen, men vissa avtal ”hänger kvar” och bromsar nedgången.

Grossist B

Efterfrågan på ekologiskt kött minskar och det beror nog på att det är svårt att konkurrera med konventionellt kött. All innovation mot färser är intressant. Sortimentet visar vad den offentliga affären vill ha.

Det har blivit lite trendigt på finkrogen med baljväxter. Man efterfrågar finare linser såsom Gotlandslinser, men det räcker ju inte. Volymerna måste upp och det måste serveras som riktiga rätter, inte bara som tillbehör i sallad.

Även leverantör A menar att kunskap och intresse för baljväxtprotein behöver öka i offentlig sektor. Kockarna behöver ha bättre kunskap. Idag används baljväxter i köken mest i sallader eller i utbyte av kött i färs till exempel.

Det krävs ökad kunskap kring tillagning men även ökad kunskap i hur man ska nå en ökad konsumtion om baljväxter ska bli en större del av den offentliga måltiden.

Leverantör A

Det behövs fler och nya ärtor i sortimentet. Viktigt att lyfta det höga näringsinnehållet och ta fram fler goda recept. Bara för att det lagats betyder det inte att det hamnar i magen.

Det behövs kunskap och tid för att tillreda torra baljväxter. Information och kunskap om att det finns halvfabrikat, som till exempel färser och biffar. Det färdigkokta utbudet av baljväxter behöver öka. Tydlig information och märkning om baljväxtprodukternas klimatavtryck kan också öka intresset.

För att öka intresset för nya artiklar behöver man informera och påverka både kostchefer och kockar.

Om baljväxter ska bli en större del av de offentliga måltiderna krävs lägre priser. Det finns en medvetenhet, men prisbilden skymmer. Det behövs också utbildningar för kökspersonalen, samt möjlighet för dem att delta i utbildningar. Personal- och tidsbrist sätter stopp för många utbildningstillfällen.

Flaskhalsarna kan ligga i öka att kundens medvetenhet samt att efterfrågan behöver ökas i privat sektor.

Grossisterna kan vara med och påverka den upphandlande kommunen eller regionen till att få med mer baljväxter på avtalet. De sitter som en länk mellan olika parter och har en dialog om hur klimat-och hållbarhetsmål kan nås.

Grossist A

Utmaningen är att de offentliga avtalen inte hänger med. Det kan till exempel vara svårt att ta in nya små producenter. Om de inte kan leverera, måste de eventuellt betala vite.

Kunderna kan tipsa om produkter de vill ha in, men även leverantörer kan tipsa om nya produkter. Är det under avtalsperiod kan tilläggsanbud göras.

Det finns många små livsmedelsproducenter idag och grossisterna behöver få in information från kommunerna om vilka som finns. Det är utmaningar med förfrågningar i avtalen på lokalt. Det blir det snävare och svårare att mötas. Frågor som behöver förtydligas är vad som kan anses/accepteras som lokalt och hur mycket dessa små lokala producenter kan leverera.

6.5 Motsvarar utbudet det som efterfrågas?

Leverantör B menar att intresset för svekologiskt är högre än tillgången. De arbetar aktivt med att få fram mer ärtprotein. Anläggningar för att ta fram ärtprotein saknas ännu så länge i Sverige. Det finns inte heller tillräckligt med svenskproducerade linser

Det behövs större volymer av baljväxter, utbildning och bra recept. Det är brist på ”halvfärdiga” bra alternativ till exempel färser.

Det råder brist på svenska och ekologiska produkter. Offentliga kunder efterfrågar oftast det som redan finns på marknaden. Södertälje kommun och större företag, som till exempel Sodexo och Compass Group, är gärna med och utvecklar nya produkter.

6.6 Vad händer på området hos er?

Vissa produkter kan kommuner inte köpa för att de är för dyra. Konventionellt odlade bönor är oftast mycket billigare. Leverantör A jobbar på att produktutveckla och kunna erbjuda svekologiska bönor på burk.

Leverantör B har jobbat med att kontraktera odlare och öka utbudet av svekologiskt
Nu måste man fokusera på att öka försäljningen istället.
De produktutvecklar i primärproduktionen och i vidareförädlingen genom att provodla nya sorters baljväxter. De har också samarbete med ett företag som gör baljväxtfärs på gråärta och quinoa. Produkten som är svensk och ekologisk säljs bland annat hos Grossist A. Man undersöker också ett bra sätt att förkoka, eftersom man upplever att det finns en efterfrågan på förkokta baljväxtprodukter.

Grossisterna uppger att de har tydliga mål att öka andelen miljömärkta artiklar. Mycket baljväxter eftersöks, och det visar att intresset har ökat. Kunder ställer högre krav på produkterna och det dyker hela tiden upp nya baljväxtbaserade produkter.

Många kommuner och regioner har krav på att minska sitt klimatavtryck från matproduktionen och då är det viktigt att minska andelen animaliska produkter.

Leverantörer kommer med nya produkter och tillagar provluncher som grossisternas personal får provsmaka. Det ökar medvetenheten och skapar intresse hos grossisterna som då har lättare att sälja in nya produkter.

Grossist C

Grossisterna plockar in andra tjänster, som biologisk mångfald, klimat och transporter. Det kommer förmodligen gynna ekologiskt, enligt leverantör B. Alla produkter hos grossist A och B märks med en hållbarhetspoäng. Det ska underlätta för inköparna att välja rätt och hållbart.

7. Intervjuer med ansvariga för måltidsverksamheten

7.1 Hur jobbar ni med baljväxter?

Det skiljer stort i hur långt kommunerna kommit med att servera baljväxter i de offentliga måltiderna. Kommuner som jobbat länge med klimat och miljömål har kommit längst. Medan kommuner som saknar mål mer sällan serverar måltider baserade på baljväxter. I en kommun arbetar samtliga kök med att dagligen servera svenska baljväxter, eftersom det ligger som ett mål i deras arbetsplan. En annan kommun har inga helvegetariska dagar. Där serveras vegorätter endast som alternativ och måste då vara attraktiva för att väljas.

En kommun som kommit långt och har många års erfarenhet av att servera baljväxter, lyfter gymnasieskolorna i kommunen som skriver sina egna menyer. Där köper de in torra baljväxter och lägger i blöt och gör sina egna proteinprodukter, seitan, kebabish och tacofärs. Vård och omsorg i samma kommun jobbar mycket med att berika rätter med baljväxter, tex gör en pasta på baljväxter och blandar in i det som görs till biff.

I en kommun serveras baljväxter varje dag i varmrätterna. Framför allt i det vegetariska alternativet för att säkra upp proteinet, men också i nötfärsbiffar, bolognes och andra typer av grytor.

”Ytterligare en kommun uppger att de använder mycket baljväxter. De har ett internt dokument för menyförslag och följer Livsmedelsverkets mål.”

Örebro kommun

De har även tagit fram ett koncept där både vegetariskt och ekologiskt gynnas.
En kommun uppger att det är svårt att öka det vegetariska för snabbt. De har därför valt att servera helt vegetarisk mat 1-2 dagar i veckan. Till sin hjälp har de tagit fram en frekvensmall som anger hur ofta olika rätter/ingredienser ska förekomma. De kan se att barnen ätit mer sedan man börjat med denna modell. Vård och omsorg i samma kommun använder dagligen baljväxter i färs och biffar, en 30 % inblandning av vego.
En kommun uppger att andelen baljväxter i deras måltider behöver öka och man jobbar på det. Provlagar och experimenterar. Det finns ett intresse och pengar är det starka argumentet.
Linser och kikärtor rullar på bra i en kommun, medan de gula ärtorna är svårare att få ut. Förmodligen pga bristande kunskaper och ett dåligt sortiment.

En kommun uppger att i förskolorna serveras inte baljväxter varje dag. Däremot försöker de mixa in baljväxter i annat. I förskolans serveras bara 1 alternativ och de skriver oftast sin egen meny. Här behöver mer kunskap så att intresse kan väckas till liv.

En kommun uppger att det finns alltid minst ett alternativ på salladsbordet. Rostar bönor, bönsallad, kikärtor i lag.

”Vi har en standard där det alltid ska finnas minst en ren svensk baljväxt varje dag, sen kan de också vara en hummus, spred, linssallad eller rostade gråärtor”

Södertälje kommun

7.2. I vilken form köps baljväxter oftast in?

Redan 2019 startade Örebro ett baljväxtprojekt med en leverantör av baljväxter. De tog fram nya recept och jämförde svenskt och importerat. Tidigare köpte de mycket konserverade baljväxter. Nu har både importen och de konserverade produkterna minskat och de köper mest svenskt och ekologiskt, från två utvalda leverantörer. Priset blir inte så högt då man köper in torkade baljväxter. För bara något år sedan var det svårt att få tag på bondbönor och gulärt, men nu har de en bra dialog med grossisterna och har en jämn tillgång.

Även de andra kommunerna uppger at de oftast utgår från torkade råvaror. Varav en alltid köper svenska ekologiska och KRAV-märkta torkade baljväxter. Någon uppger att de köper färdig vegofärs som de sedan gör egna biffar av, för att undvika helfabrikat. Importerade baljväxter är mest linser, Kidney bönor och turkiska kikärtor.

”Så mycket som möjligt torra. Har haft utbildningar om användning och lagning av baljväxter. Så långt som möjligt KRAV och EKO”

Gävle kommun

Den kommun som visar minst intresse för baljväxter säger att de köper det som går att få tag på. Kan vara importerade konserverade eller torkade. Det visar det sig att de har ett upphandlat utbud av såväl torkade som konserverade baljväxter främst importerade men också några produkter som är svenska och ekologiska. De har också tillgång till ett brett utbud av svenska baljväxter som ligger utanför avtalet.

Vårt utbud är egentligen inte så dåligt som vi trodde, det har kommit in en del svenskt.

Vilhelmina kommun

7.3. Ser ni några utmaningar i att öka baljväxter?

Största utmaningen är att få acceptans att äta det, menar en kommun. De jobbar långsiktigt och försöker få det så attraktivt som möjligt. Politikerna i deras kommun vill eller vågar inte besluta om vegodagar.

Den största utmaningen är att det efterfrågas. Det viktigaste är att barnen äter maten, att det inte blir mer svinn.

Skövde kommun

Södertälje är duktiga på att använda baljväxter. Så duktiga att det efter så många år blivit en del av standardsortimentet. Deras stora utmaning är att kunna se till att precis alla köper de baljväxter de har kommit överens om. Södertälje jobbar inte med centrala matsedlar så det kan ibland vara en utmaning att ha kontroll på allt som överenskommits.

”Utmaningen som vi sett kan också ofta handla om okunskap och rädsla från kökspersonalen eller tom kökschefen, man känner inte igen produkten och då blir det enkelt att köra på det säkra kortet man alltid kört, dvs importerade baljväxter i stället, eller mycket färdigkokt importerat på burk.”

Södertälje kommun

Södertälje har ju ett högre mål och det är att använda svenska baljväxter till 100 %, så deras ribba är att se till att strypa importen av baljväxter på sina inköp.

En stor utmaning är den begränsade tillgången på en variation och bredd av svenska baljväxter som även är ekologiska enligt en av de intervjuade kommunerna.

Örebro som jobbat länge och framgångsrikt med att servera baljväxter berättar att deras användning av konserverade baljväxter har minskat medan torkade har ökat.

Utmaningen är att få ökad kunskap om hanteringen av baljväxter. Vissa är lite rädda för att använda. Men man vänjer sig och lär sig hur man hanterar och tillreder baljväxterna.

Örebro kommun

Att förändra invanda beteenden i köket kan vara svårt. Man glömmer t.ex. att lägga bönorna i blöt. En kommun tog fram ett 30-tal recept och köken testade själva. Förutom hela rätter jobbade de även med spreds till mellanmålen och topping till soppor.

Livsmedelsverket rekommenderar att man alltid kokar baljväxterna innan man gör färs på grund av förekomsten av lektiner.

Livsmedelsverket.se

Lektiner är en grupp av proteiner som finns i alla torkade och färska baljväxter. Det är lektinerna som gör att man kan bli gasig i magen av baljväxter. Att äta obearbetade och färska, till exempel otillräckligt kokta, baljväxter kan orsaka illamående, kräkningar, diarré och magsmärtor. Här behöver köken mer kunskap så att de kan hantera

avigsidorna med baljväxter på ett professionellt sätt. Detta kan göra att många tvekar att jobba med baljväxter pga brist på kunskap om lektiner. I Örebro kommun har man tagit fram dokument för hur man ska hantera olika baljväxter.

Det behövs mer inspiration och recept med baljväxter, gärna recept på flexirätter. Flera av kommunerna efterlyser mer kunskap och engagemang.

En annan utmaning är de kommuner som inte har några eko- eller klimatmål. Det kan vara tungt att införa nya råvaror utan att ha politiken att luta sig mot. I Vilhelmina har man varken klimat- eller ekomål. Där får måltidsverksamheten sätta egna mål och försöka öka andelen baljväxter i maten.

7.4 Vad skulle få er att servera mer baljväxter?

Enligt Södertälje kommun kan man börja med att sätta upp ännu tydligare mål och kommunicera mer tydligt vart kommunen ska och varför. Mer resurser till att öka kunskapen och intresset för att laga till och servera mer baljväxter. Mål, uppföljning, utbildning och tydlig kommunikation med köken. Bidra med enkla recept och tid att följa upp och stötta kökspersonalen.

Vi har många kök och ibland skulle man vilja klona sig själv för att verkligen kunna åka ut till varje kök och bara ge dem sin support och kompetens som på ett litet silverfat.

Södertälje kommun

Det finns ett behov av att väcka intresset för baljväxter i köken. Sodexo i Gävle har haft träffar med representanter för leverantörer av baljväxter, utbildning och workshops. Alla gillar produkterna, men det tar tid att förändra. Acceptansen för vegetariskt är låg och svinn är ett problem. Dessutom behövs en dialog med matgästerna.

Gävle har ett miljöstrategiskt program, det finns tydliga politiska mål om att minska på rött kött och öka inköpen av närproducerat och svenskt. Då blir det lättare att jobba med det vegetariska.

7.5 Hur upplever ni utbudet?

En kommun menar att det behövs ett större sortiment av baljväxter på marknaden. Medan en annan kommun menar att det mesta finns och räknar upp en rad leverantörer av baljväxtprodukter.

En kommun efterfrågar 100 procent färdigkokta svenska ekologiska baljväxter. Det finns många gamla kök inom förskoleverksamheten som inte har möjligheten att lägga baljväxter i blöt och koka. Eller, allt går men det är inte alltid lätt att kräva det av kökspersonalen som ser många hinder och inte har förmågan.

Sodexo i Gävle menar att det har hänt att de beställt från grossist men att det inte alltid funnits de volymer som man efterfrågat.

7.6 Ser ni några kunskapsluckor för användning, tillagning av baljväxter?

Det finns flera kunskapsluckor att fylla men ett mer akut problem är att få acceptans för baljväxter hos kockarna. Viktigt med intresse hos kocken, så att incitamentet att introducera nytt gör övrig kökspersonal och matgästerna intresserade och delaktiga.

Det behövs naturligtvis fler lättlagade och goda recept anpassade för storhushåll. Och det behövs kunskap om hur man hanterar och tillagar baljväxter från grunden, på ett säkert sätt. Inte minst med tanke på lektinerna.

7.7 Inom vilka områden ser ni att det behöver satsas?

För att lyckas med baljväxterna i en kommun krävs samsyn mellan köken. Det är också viktigt att öka acceptansen för baljväxter bland matgästerna. Man nämner att det är en utmaning att få med pedagogerna på tåget, de är inte alltid med och stöttar i den utsträckning som man kan önska. Kockarna behöver lära sig att promota den ”nya” maten och få med sig pedagogerna så att de blir mer positiva. Det behövs mer utbildning bland kockarna som också skulle behöva samarbeta mer med andra kockar.

Utbudet räcker menar en kommun men det vore bra med en ”utdrygningsprodukt” för att blanda i rätter, som är fryst. Mer av färdigkokta baljväxter vore bra och mer kommunikation och stöd i metod.

Det behövs fler lättlagade och goda recept anpassade för storhushåll. Och det behövs kunskap om hur man hanterar och tillagar baljväxter från grunden, på ett säkert sätt. Inte minst med tanke på lektinerna.

Det skulle behövas information om vilken böna som används till vilken maträtt och även sensoriskt, vilken böna passar till vad. En sensorisk beskrivning av hur olika baljväxter. Hur olika baljväxter tillagas på bästa sätt, salt eller inte salt, koktid mm.

Det finns mycket skrivet och framtaget. Vi skulle behöva samla och sprida den information och kunskap som redan finns på bästa sätt.

8. Slutsats

Ekomatcentrums studie visar att det finns betydande potential för att öka användningen av baljväxter i offentliga måltider. Genom att övervinna de identifierade hindren, främst brist på acceptans och kompetens, kan vi främja en mer hållbar, hälsosam och ekonomiskt fördelaktig kost inom offentlig sektor. En ökad användning av baljväxter kan

ersätta en del av den animaliebaserade maten, vilket skulle bidra till att minska klimatpåverkan och främja biologisk mångfald.

För att uppnå detta krävs omfattande informations- och utbildningsinsatser riktade till måltidspersonal, pedagoger och föräldrar. Offentlig sektor bör prioritera inköp av svenska, ekologiska baljväxter och stödja lokala producenter, vilket ytterligare kan stärka den nationella självförsörjningen och skapa en resilient matförsörjning. Det är avgörande att integrera baljväxter i de offentliga måltiderna redan från förskolenivå, där tidig exponering och positiva smakupplevelser kan forma framtida matvanor. Offentliga kök bör uppmuntras att använda både torkade och förkokta baljväxter för att öka variationen och tillgängligheten i måltiderna. Dessutom är det viktigt att utveckla och sprida enkla och smakrika recept som kan underlätta för kökspersonalen att tillreda baljväxter på ett aptitligt sätt.

För att maximera baljväxternas potential bör forskning och innovation inom området främjas, särskilt när det gäller förädling och förpackning av svenska baljväxter. Samarbeten mellan producenter, grossister och offentliga aktörer kan skapa en starkare marknad för baljväxter och öka deras användning i offentliga måltider. Genom att sätta ambitiösa mål och följa upp deras implementering kan vi säkerställa att baljväxter blir en central del av den offentliga måltidsverksamheten, vilket i sin tur bidrar till en mer hållbar och hälsosam framtid för Sverige.