

Lífræn vottun

FÖSTUDAGUR 13. MARS 2020

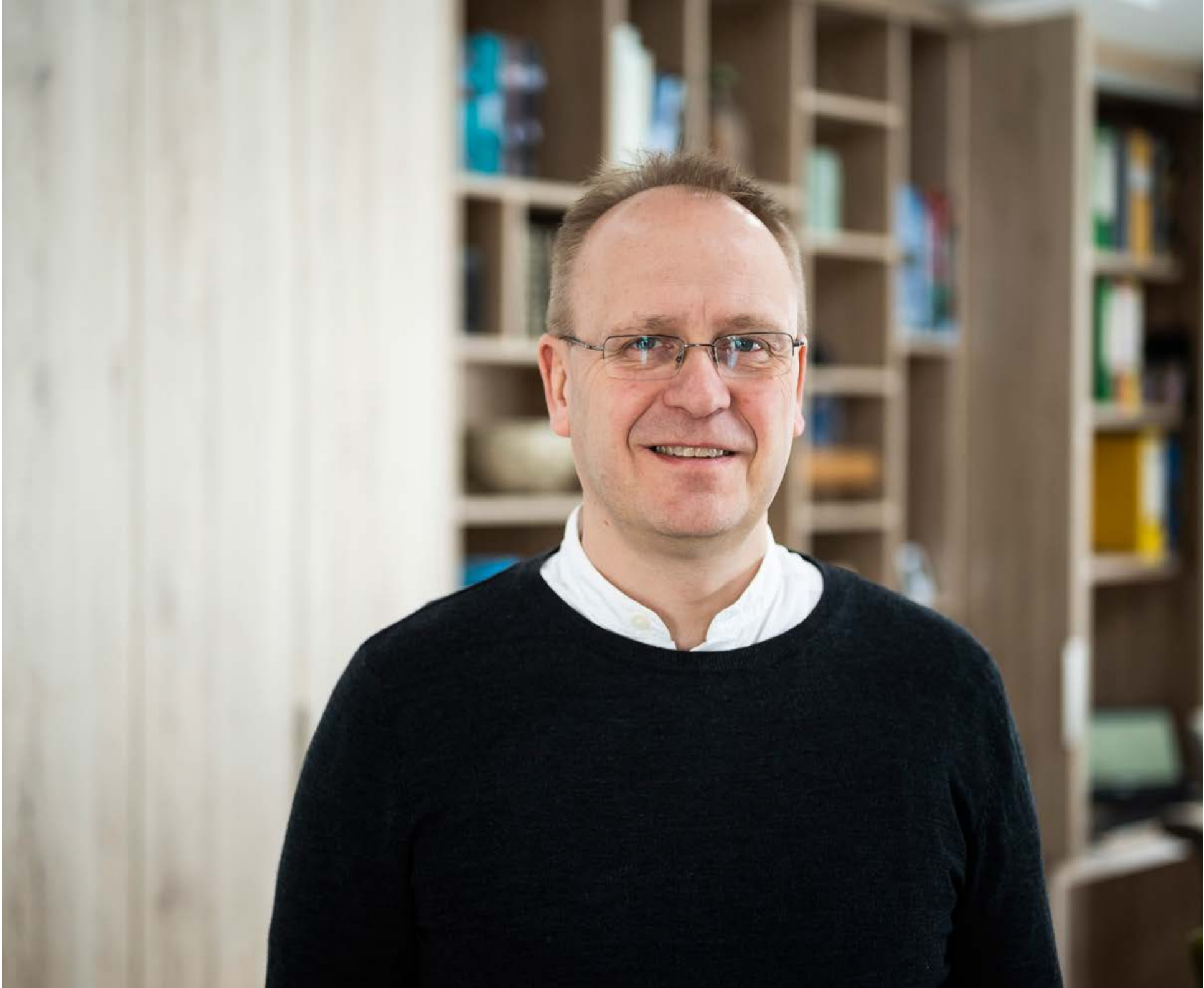
Kynningar: Tún, Kaja Organic, Biobú, Sólheimar, Í boði náttúrunnar, Móðir Jörð



Vottunarstofan Tún var stofnuð fyrir 25 árum og starfar samkvæmt alþjólegum kröfum. Hún var meðal fyrstu lífrænu vottunarstofanna til að fá alþjóðlega faggildingu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Lífræn vottun í aldarfjórðung

Tún er eina vottunarstofan sem vottar lífrænt á Íslandi og fékk snemma evrópska faggildingu. Hún var stofnuð af hugsjón fyrir 25 árum og öflugt regluverk tryggir henni trúverðugleika. ➔2



Það má ekki kalla landbúnaðarafurð lifræna nema hún uppfylli ákveðnar kröfur í Evrópureglugerð og starfsemin sé tekin út af viðurkenndum eftirlitsaðilum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Framhald af forsiðu ➔

Tún er faggild vottunarstofa sem veitir þjónustu á sviði umhverfisvottunar. Íslenskt efnahagslíf byggir í ríku mæli á náttúrunytjum hvers konar og vottun um að þær nýtjar séu sjálfbærar styrkir hagkerfið og ímynd framleiðslu og þjónustu. Tún leggur megináherslu á að styðja við lifræna þróun með vottun lifrænnar ræktunar og framleiðslu, en Tún vottar einnig aðrar náttúrunytjar, ferðaþjónustu og sjávarútveg.

„Tún er hlutafélag sem var stofnað fyrir 25 árum af nokkrum hugsjónamönnum, í samstarfi við nokkur sveitarfélög og landsamtök neytenda, verslunar og bænda. Upphaflegt hlutverk Túns var að annast úttektir og vottun á lifrænni framleiðslu og má segja að Tún hafi frá upphafi verið eini aðilinn hér á landi sem veitti sérhæfða þjónustu á þessu sviði. Tún markaði sér snemma þá stefnu að vinna og starfa samkvæmt alþjóðlegum kröfum. Þannig voru viðmiðunarreglur Túns byggðar á því sem best þekktist í Evrópu og Tún varð auk þess meðal fyrstu lifrænu vottunarstofanna til að standast alþjóðlega faggildingu,“ segir Finnur Sveinsson, nýr stjórnarformaður vottunarstofunnar Túns.

„Einhverra hluta vegna var félagið snemma í þessu, sem er mjög skemmtilegt. Lifræn ræktun hefur nefnilega ekki alltaf verið í tisku, en þrátt fyrir það hefur þetta verið

rekið í öll þessi ár af hugsjónafólki. Núna er þetta svo að komast í umræðuna samhliða öðrum umhverfismálum.

Tún veitir enga ráðgjöf varðandi það hvernig vottun fæst, það eru aðrir aðilar sem sjá um það. Ef við ætluðum að selja fólki þá þjónustu og votta þjónustuna svo sjálf myndum við missa trúverðugleika,“ segir Finnur. „Þess vegna erum við óháður þriðji aðili sem sér bara um vottun, þó að við bjóðum líka upp á almenna fræðslu. Við viljum einfaldlega að sem flestir séu með lifræna starfsemi.“

Alþjóðlegar reglur – trúverðugt eftirlit

„Það geta allir sagst vera með umhverfis- eða vistvæna vöru en ef það er ekki neitt kerfi eða óháður þriðji aðili sem tekur það út, þá skortir trúverðugleikann,“ segir Finnur. „Okkar vottun byggir á evrópskri reglugerð og íslenskum reglum sem byggja á þessari reglugerð og við vottum samkvæmt sömu stöðlum og reglum og allir aðrir sem veita lifræna vottun í Evrópu. Þetta er mjög mikilvægt til að fá trúverðugleika og þetta sýnir ferðamönnum að hér gildi almennt sömu reglur og annars staðar í Evrópu.

Svona vottunarstofa þarf faggildingu til að hafa eitthvert gildi, sem þýðir að eftirlitsaðilar hafa tekið starfsemina út og gengið úr skugga um að hún sé í samræmi við alla staðla,“ segir Finnur. „Til að

” Við vottum samkvæmt sömu stöðlum og reglum og allir aðrir sem veita lifræna vottun í Evrópu. Þetta er mjög mikilvægt til að fá trúverðugleika.

geta vottað lifræna ræktun þurfa Eftirlitsstofnun EFTA, Matvælastofnun og Faggildingarsvið Hugverkastofu að ganga úr skugga um að við fylgjum þeim reglum sem við segjumst fylgja.

Í loks seinasta árs gerði Eftirlitsstofnun EFTA t.d. úttekt á íslenska kerfinu og kannaði hvernig okkar eftirlitsaðilar taka út þau fyrirtæki sem fá lifræna vottun,“ segir Finnur. „Það skiptir gríðarlegu máli upp á trúverðugleikann að það sé hægt að rekja það alla leið hvernig vottun á sér stað.“

Þurfum að gera kröfur

Finnur segir að fólk ætti að gera meiri kröfur um að vörur og þjónusta standist alþjóðlega vottunarstaðla.

„Það má ekki kalla landbúnaðarafurð (matvæli, drykkjarvöru, fôður og fræ) lifræna nema hún uppfylli ákveðnar kröfur í Evrópureglugerð og starfsemin sé tekin út af eftirlitsaðilum,“ segir Finnur. „Þess vegna eru sumar vörur

merktar „vistvænar“ og ýmislegt annað, en engin reglugerð eða staðlar stjórna því hvað má kalla vistvænt. Þannig að það er mikið talað um vera umhverfisvænn, en allir eru með sína eigin útgáfu af því. Seljendur vöru og þjónustu búa því miður oft til kröfur sem henta þeim.

Með því að nota alþjóðlegar kröfur sem viðmið og fá óháða aðila til að votta færðu trúverðugleika,“ segir Finnur. „Þessar reglur henta að flestu leyti líka vel á Íslandi, aðstæður hér eru ekki svo ólíkar því sem gengur og gerist annars staðar, t.d. á Norðurlöndunum, þar sem lifræn ræktun er útbreidd frá syðstu bæjum langt norður fyrir heimskautsbaug.

Einstaka kröfur í búfjárrækt valda vandræðum hér á norðurslóð, en það verðum við á endanum að telja fórnarkostnað til að tryggja trúverðugleika. Hann skiptir öllu máli og styrkir markaðssetningu.“

Gert af hugsjón

„Lifræn ræktun byggir á fjórum grunnviðmiðum, heilbrigði jarðvegs, plantna, dýra og manna; bregðist heilsa eins er öðrum þáttum hætta búin,“ segir Finnur. „Lifræn ræktun byggir á þeirri varúðarreglu að við þurfum að umgangast náttúruna þannig að við takmörkum ekki möguleika framtíðar kynslóða.

Ferlið sem þarf að eiga sér stað til að fá lifræna vottun í landbúnaði tekur á bilinu 2-4 ár, en að jafnaði 2-3 mánuði í vinnslu- og

pökkunarfyrirtækjum. Ef þú ert til dæmis með sauðfjárrækt þá heyjar þú af túnum sem aðeins hafa fengið lifræn áburðarefni, það má ekki nota sýklalyf nema í mjög takmörkuðum tilgangi og jarðvegurinn þarfi raun að vera náttúrulegur með öllum næringarefnum sem því fylgja og það þarf að viðhalda honum,“ segir Finnur. „Þetta tekur tíma og er erfitt fyrir marga bændur og þessir aðilar þurfa mun meiri stuðning af hálfu hins opinbera. Vottunarstofan tekur greiðslu fyrir að votta, en styrkjakerfi í lifrænum landbúnaði á Íslandi er enn mjög vanþróað, svo fólk gerir þetta fyrst og fremst af hugsjón.

Til þess að þetta geti gengið þurfa fleiri að versla lifrænt og sjá ávinninginn í því,“ segir Finnur. „En núna er meðvitund um umhverfismál orðin mun meiri en hún hefur verið síðan Tún hóf starfsemi og umræðan um breytingar í landbúnaði hefur aukist, svo við vonum að þetta fari að verða auðveldara.“



25%
AFSLÁTTUR

af grænmeti og
ávöxtum frá Änglamark
*Gildir til og með
18. mars*

LÍFRÆN RÆKTUN

engin aukaefni

Verslanir Nettó um allt land
bjóða nú upp á lífræna ávexti
og grænmeti frá Änglamark.

Lífrænt ræktaðar vörur eru
framleiddar með tilliti til náttúrunnar,
umhverfis og velferð dýra.

Það eru því margar góðar ástæður
fyrir að velja lífrænt þegar verslað
er í matinn.

nettó

Lægra verð - léttari innkaup



NÁTTÚRULEGUR HLUTI AF HVERJUM DEGI

Íslensk byggmjólk á markað

Fyrirtækið Kaja organic ehf. sem er starfrækt á Akranesi hefur hafið framleiðslu á íslenskri byggmjólk. Varan er unnin úr lífrænu byggi frá Vallanesi en verkefnið hefur verið í þróun í tvö ár.

Karen Jónsdóttir, eigandi, framleiðandi og nýsköpunaraðili hjá Kaja Organic, segir að byggmjólkinn sé fyrsta íslenska jurtamjólkinn sem fer á markað. „Þegar ég segi íslensk þá erum við að tala um íslenskt bygg en sú jurtamjólk sem var gerð tilraun með að framleiða var úr erlendum höfrum blönduð íslensku vatni. Hér erum við með íslenskt lífrænt bygg frá Vallanesi og það sem er nokkuð merkilegt við íslenska byggið er að það þarf einungis 6,8% af byggi til þess að ná þessu öfluga bragði en í Evrópu er með allt að 12 til 17% bygg í drykkjunum,“ útskýrir hún.

Karen fékk Öndvegisstyrk frá Uppbyggingarsjóði Vesturlands fyrir tveimur árum til að vinna að þessu verkefni. „Ég hef unnið við þetta samhliða rekstri á fyrirtækinu mínu á Akranesi. Loksins get ég sagt að ég hafi náð að klára verkefnið og útkoman er þessi eðaldrykkur sem byggmjólkinn er,“ segir hún.

„Byggmjólkinn verður seld í takmörkuðu upplagi til að byrja með því næsta skref er að auka framleiðslugetuna með hentugri vélbúnaði. Byggið er einstaklega hollt enda inniheldur það mikið af beta-glukana sem lækkar kólesteról, gott fyrir stress og styrkir ónæmiskerfið að því ógleymdu að byggið myndar gel sem fóðrar og mýkir magann og nærir slímhúð



Nýja byggmjólkinn frá Kaja Organic verður seld í takmörkuðu upplagi til að byrja með. Einstaklega holl vara.

» Hér erum við með íslenskt lífrænt bygg frá Vallanesi og það sem er nokkuð merkilegt við íslenska byggið er að það þarf einungis 6,8% af byggi til þess að ná þessu öfluga bragði en í Evrópu er allt að 12 til 17% bygg í drykkjunum.

ristilsins. Næstu skref eru svo byggmjólkurdrykkir og fleiri afurðir svo sem jurtajögúrt.“

Kaja organic ehf. er í eigu Karenar Jónsdóttur og var stofnað í mars 2013. Slagorð fyrirtækisins Kaja organic ehf. er „lífrænt fyrir alla“ er þá m.a. verið að vísa í verðstefnu fyrirtækisins og þá hugsjón að heimurinn verði lífrænn eins og hann var í upphafi síðustu aldar.

Nánari upplýsingar á heimasíðunni kajaorganic.com eða í síma 431 1622/ 840 1661. Varan fæst í Hagkaup (Kringlunni, Smáralind, Garðabæ, Skeifunni), Melabúðinni og Matarbúri Kaju á Akranesi.

Afurðir sem betra er að séu lífrænar

Það er vissulega ákjósanlegra að grænmeti og ávextir séu lífræn en þó er misjafnt hversu mikilvægt það er milli ólíkra tegunda.

Lífræn ræktun á grænmeti og ávöxtum felur meðal annars í sér minna magn skordýraeiturs sem gjarnan er notað í hefðbundinni framleiðslu. Þá eru aðrir eiginleikar á borð við tegund og þykkt hýðis sem gera það að verkum að talið er betra að gæta þess að vissar afurðir séu lífrænar.

Það versta og það besta

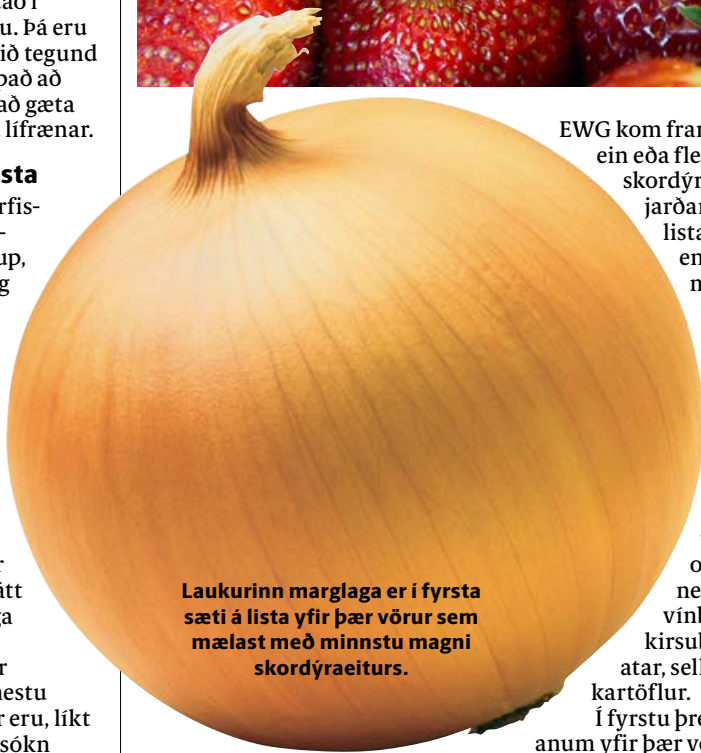
Á hverju ári birta umhverfisamtökin EWG, eða Environmental Working Group, lista yfir það grænmeti og ávexti sem mælst hafa með mest magn skordýraeiturs en listinn gengur undir heitinu „The Dirty Dozen“. Vörurnar eru keyptar í matvöruverslunum og þvegnar áður en þær eru mældar. Þá birta samtökin einnig lista yfir þær vörur sem taldar eru hvað „hreinastar“ þrátt fyrir að vera ekki endilega lífrænt vottaðar.

Efst á listanum yfir þær vörur sem mælast með mestu magni skordýraeiturs í ár eru, líkt og áður, jarðarber. Í rannsókn



Jarðarber hafa lengi verið í fyrsta sæti yfir þær afurðir innihalda mest magn skordýraeiturs.

FRÉTTABLAÐIÐ/
STEFÁN



Laukurinn marglaga er í fyrsta sæti á lista yfir þær vörur sem mælast með minnstu magni skordýraeiturs.

EWG kom fram að mælst hefðu ein eða fleiri tegundir skordýraeiturs í yfir 90% jarðarberja. Næst á listanum var spinat en þar mældist mesta magn eiturefna miðað við þyngd. Þá fannst umtalsvert magn permétríns í mörgum sýnum en það er þekkt taugaeitur.

Þriðja sætið vermir grænkál og á eftir fylgja nektarínur, epli, vinber, ferskjur, kirsuber, perur, tómatar, selleri og að lokum kartöflur. Í fyrstu þremur sætum á listanum yfir þær vörur sem mældust

með minnst magn skordýraeiturs eru laukur, lárperur og maískorn en í þeim mældist lítið magn skordýraeiturs. Næst kemur ananas, sperglar, grænar ertur, kivi, kál,

eggaldin, papaya, vatnsmelóna, spergilkál, blómkál, kantálópur og að lokum sveppir.

Samtökin ráðleggja upplýstum neytendum að fylgjast með þessum listum og hafa til hliðsjónar við matarinnkaup.



Spinat er í öðru sæti á listanum yfir afurðir sem mælast með mest magni skordýraeiturs.

Lífrænar mjólkurvörur frá Biobú

Biobú er sjálfstætt fjölskyldufyrirtæki, mjólkurbú, sem framleiðir og selur lífrænar, bragðgóðar mjólkurvörur. Fyrstu vörur Biobú komu á markað í júní 2003 og fagna því 17 ára afmæli.

Biobú var stofnað af Kristjáni Oddssyni og Dóru Ruf á Neðri-Hálsi í Kjós. Biobú fær mjólk frá tveimur bæjum, Neðri-Hálsi í Kjós og Búlandi í Austur-Landeyjum. „Skortur á lífrænni mjólk hefur verið viðvarandi síðustu ár og hefur Biobú ekki getað þróað nýjar vörur til að setja á markað, það stendur til bóta og unnið er að undirbúningi að því að stórauka framleiðslugetuna því fyrirséð er að mjólkurmagnið aukist til muna á næstu misserum með tilkomu nýs framleiðanda,“ segir Helgi Rafn Gunnarsson, framkvæmdastjóri hjá Biobú. Hann segir að það séu þrjár góðar ástæður fyrir fólk til að velja lífræna vöru.

- 1 Af heilbrigðisástæðum**

Með því að velja vottuð lífræn matvæli forðast fólk sjálfkrafa mörg hættuleg aukefni í matvælum, eins og gervisætuefni (aspartam, súkralósa) og gervi matvælafitur, rotvarnarefni og fleira sem er bannað að nota í lífrænni matvinnslu. Öll aukefni notuð í matvinnslu verða að vera af lífrænum uppruna. Allt sem er genabreytt er einnig bannað.
- 2 Af umhverfisástæðum**

Lífrænni landbúnaður bindur meira en hann losar af gróðurhúsalofttegundum. Í lífrænni framleiðslu er bannað að nota



Biobú býður upp á lífrænar mjólkurvörur en úrvalið mun aukast á næstu mánuðum.

auðleystan tilbúinn áburð og kemisk varnarefni gegn skordýrum og illgresi. Kemiskur áburður er ábyrgur fyrir losun á stórum hluta gróðurhúsalofttegunda (GHL) vegna landbúnaðar. Við lífræna ræktun snýst dæmið við. Við bindum gróðurhúsalofttegundir í jarðvegi (allt að 3,5 tonn á hektara á ári) sem tekið er úr

þau lífrænu næringarefni sem til falla á búinu sjálfu.

3 Af mannúðarástæðum

Í lífrænum búskap er dýrum ætlaður betri aðbúnaður en almennar reglur segja til um. Það er gert til að dýrin geti hreyft sig meira og betur notið eðlislægrar hegðunar. Betri aðbúnaður

og lífrænt ræktað fóður þar sem ekki er fóðrað með tilliti til hámarksafurða, er okkar leið til að skapa heilbrigðan bústofn, þar sem lyfjanotkun er að mestu óþörf.

Nánari upplýsingar um vörur Biobú má finna á www.biobu.is

Sólheimar – 90 ár í lífrænni ræktun

Sólheimar, sem fagna 90 ára afmæli í ár, eru elsta starfandi sjálfbæra samfélagið í heiminum og hafa alla tíð lagt áherslu á lífræna ræktun og framleiðslu. Úrval afurða hefur aldrei verið meira.

Frá upphafi hefur starfsemi Sólheima einkennst af mikilvægu frumkvöðlastarfi. „Sólheimar í Grímsnesi voru fyrsti staðurinn á Norðurlöndum til að hefja lífefnda ræktun, sem þá hét (orðatiltækið lífrænt varð ekki til fyrr en seinna), árið 1930 og eru því brautryðjendur í lífrænni ræktun hér á landi,“ skýrir Jónas Hallgrímsson, sölu- og markaðsstjóri, frá.

Mikið úrval lífrænna vara

Starfsemin er afar fjölbreytt. „Það sem er lífrænt Tún vottað hjá okkur er Garðyrkjustöðin Sunna og þar undir er meðal annars Skógræktarstöðin Ölur. Svo erum við með lífrænt vottaða kaffibrennslu, jurtastofu sem framleiðir lífrænar sápur, baðsölt og krem og að lokum erum við með lífrænt vottað hænarnabú þar sem við fáum lífræn egg, sem við notum að mestu í okkar mótuneyti en seljum einnig í búðinni okkar á Sólheimum,“ segir Jónas. „Í hugum margra eru Sólheimar heimili fyrir fólk með fötlun, sem það vissulega er, og svo man fólk eftir lífrænum tómötum, en Sólheimar eru svo miklu meira en það, eins og sjá má á umfangi framleiðslu og vöruúrvali.“

Aukin dreifing gerir það verkum að nú gefst fólki frekari kostur á að nálgast lífrænt ræktað grænmeti frá Sólheimum í sínu nærumhverfi. „Garðyrkjustöðin Sunna er stærsta lífrænt Tún vottaða gróðurhús landsins. Við erum ekki með heilsárskýringu þannig að



Í Sólheimum í Grímsnesi er framleitt mikið úrval lífrænt vottaðra afurða.

uppskerutímabilið hjá okkur er frá apríl til nóvember. Bónus kaupir alla framleiðsluna af okkur og selur í sínum verslunum. Það samstarf hófst síðastliðið vor og verður því framhaldið í sumar. Í vor munum við einnig byrja að nota nýjar endurvinnanlegar umbúðir. Litlu Sólheimatómatarnir eru vinsælasta varan okkar, en einnig erum við með hefðbundna tómata, agúrku, papriku og einstaklega glæsileg eggaldin, svo dæmi sé tekið,“ segir Jónas.

„Svo erum við með Skógræktina Ölur, sem einnig er lífrænt vottuð sem hluti af garðyrkjustöðinni. Eitt stærsta verkefnið þar um þessar mundir er ræktun á öspum

fyrir Skógræktina og svo eru líka ræktuð þar jarðarber. Einnig erum við með Kolefnisjöfnun Sólheima þar sem einstaklingum og fyrirtækjum gefst kostur á að kolefnisjafna í Sólheimaskógi, sem er lífrænt vottaður.“

Kröftug kaffibrennsla

Þá er mikill metnaður í kaffibrennslu Sólheima. „Við erum einnig með lífrænt vottaða kaffibrennslu. Flytjum inn örlistaðar lífrænar kaffibaunir og ristum eftir ákveðnum aðferðum sem við höfum þróað og gerum okkar eigin Sólheimablöndu úr þremur mismunandi tegundum af kaffibaunum sem koma frá frá Eþíópíu, El



Jónas Hallgrímsson, sölu- og markaðsstjóri. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Salvador og Hondúras. Við notum einungis lífrænt vottað og „fair trade“ hráefni,“ upplýsir Jónas. „Við seljum bæði til einstaklinga og fyrirtækja, erum með kaffið í 250 gr og 1 kg endurvinnanlegum umbúðum, bæði baunir og malað. Svo seljum við líka eftir vígt til stærri notanda. Við notum kaffið að sjálfsögðu á kaffihúsinu okkar, Grænu könnunni. Okkur finnst frábært að geta boðið gestum okkar upp á hágæða lífrænt kaffi og þó ég sé nú ekki hlutlaus þá get ég staðfest að kaffið okkar er mjög gott.“

Undanfarna mánuði hefur aukinn kraftur fæst í kaffibrennsluna. „Við byrjuðum með kaffibrennsluna fyrir um fimm árum, með kaffibrennslu sem afkastaði ekki miklu og var ekki mjög tæknilega fullkomin, en í nóvember síðastliðnum tókum við í notkun öflugan ofn sem er bæði mjög tæknilega fullkominn og

afkastar miklu. Stöðugleiki skiptir öllu máli í kaffibrennslu og það er eitt af því sem nýi ofninn gefur okkur.“

Snyrtivörur og veisluhöld

Það eru ekki aðeins lífrænt vottuð matvæli sem framleidd eru á Sólheimum. „Svo erum við með Jurtastofu sem framleiðir nokkrar tegundir af lífrænt vottaðri sápu (bæði fljótandi og sápuþykki), baðsölt, krem, varasalva og jurtanudd. Af fljótandi sápunum eru Sítrónugras og Lofnarblóm líklega vinsælastar. Við seljum mest í 250 ml umbúðum til einstaklinga og seljum einnig í eins lítra brúsum sem er hugsað til áfyllingar. Svo seljum við sápu á 20 lítra umbúðum til stærri notenda til dæmis til veitingastaða og gistiheimila, auk þess sem við notum sápunar að sjálfsögðu á okkar eigin gistiheimili,“ segir Jónas. „Að lokum erum við með lífrænt vottað hænarnabú, sem gefur okkur lífræn egg sem við notum bæði til eigin nota og seljum í versluninni okkar á Sólheimum.“

Það er nóg fram undan hjá Sólheimum á næstu mánuðum. „Í til efni stórafmælis Sólheima verður svo efnt til veglegrar afmælishátíðar og menningarveislu í allt sumar. Það verða tónleikar alla laugardaga yfir sumarið auk þess sem fjórar sýningar verða settar upp. Þá er unnið að opnun nýrrar heimasíðu með vefverslun sem gerir fólki enn frekar kleift að kaupa lífrænt vottaðar Sólheimavörur.“

Mikill vöxtur í lífrænum landbúnaði um allan heim

Lífræn landbúnaðarframleiðsla eykst hratt á hverju ári og er nú meiri en nokkru sinni fyrr. Vonir eru bundnar við að hún geti stutt við sjálfbærnimarkmið og aukið framboð á hollri og öruggri fæðu. Markaðsvirði lífrænnar matvöru er meira en 13 þúsund milljarðar á heimsvísu.

Oddur Freyr
Þorsteinsson

oddurfreyr@frettabladid.is



Lífræn landbúnaðarframleiðsla og sala á lífrænni matvöru er meiri nú en nokkru sinni fyrr og eftirspurn eftir lífrænum vörum eykst sífellt. Markaðsvirði lífrænnar matvöru er orðið meira en 13 þúsund milljarðar króna á heimsvísu. Þetta er meðal þess sem kemur fram í nýrri skýrslu sem ber heitið „Heimur lífræns landbúnaðar 2020“ og var gefin út af Alþjóðlegri rannsóknarstofnun lífræns landbúnaðar (FiBL) og Alþjóðasambandi lífrænna landbúnaðarhreyfinga (IFOAM).

Þessa stöðugu aukningu í eftirspurn eftir lífrænum matvörum má rekja til aukinnar meðvitundar neytenda um áhrif neysluháttar þeirra á heilsuna og umhverfið, sem hefur orðið til þess að fleiri velja lífrænt en nokkru sinni áður. Eftirspurnin hefur aukist um tæplega 16 prósent á innan við hálfum áratug.

Met í framleiðslu og sölu

Aldrei áður hefur eins stór hluti ræktunarlands verið nýttur í lífræna matvælaframleiðslu og það hefur aldrei áður selst jafn mikið af lífrænum matvælum.

Skýrslan er byggð á gögnum frá 186 löndum og sýnir að markaðsvirði lífrænnar matvöru varð meira en 13 þúsund milljarðar króna árið 2018 og enn mælist



Indland er það land sem hefur flesta bændur sem stunda lífrænan landbúnað, en lífrænn landbúnaður fer líka fram á stórum svæðum í Ástralíu og Kína.



BRAUÐHÚSIÐ

Grimsbæ



Lífræn heilkorna súrdeigsbrauð síðan 1990



Sífeltil fleira fólk velur lífrænar matvörur. Eftirspurnin hefur aukist um tæplega 16 prósent á innan við hálfum áratug og það er fastlega gert ráð fyrir að hún haldi áfram að aukast mikið á næstu árum. MYNDIR/GETTY

vöxturinn á mörgum lykilmörkuðum í tveggja stafa tölum.

Landsvæðið sem fer undir lífrænan landbúnað hefur stækkað um tæplega 3% á hverju ári og er nú komið upp í um 715 þúsund ferkílómetra. Indland er það land sem hefur flesta bændur sem stunda lífrænan landbúnað, en lífrænn landbúnaður fer líka fram á stórum svæðum í Ástralíu og Kína.

Þessar niðurstöður ríma við það sem kom fram í annarri nýlegri skýrslu frá fyrirtækinu Grand View Research, sem veitir ráðgjöf varðandi markaðssetningu. Þar var því spáð að lífræn matvælaframleiðsla yrði meira en 26 þúsund milljarða króna virði fyrir lok ársins.

Hollara fyrir okkur

Vísindarannsóknir hafa komist að þeirri niðurstöðu að lífræn matvælaframleiðsla stuðli að sjálfbærni.

Þegar ekki er notast við tilbúinn áburð, skordýraeitur eða sveppaeyðandi efni eykst líffræðilegur fjölbreytileiki og jarðvegur verður næringarríkari, auk þess sem mengun minnkar. Ýmis ólífræn efni sem eru notuð í hefðbundnum landbúnaði valda stórum hluta af mengun og kolefnislosun iðnaðarins.

Í hollenskri rannsókn frá síðasta ári sem var unnin við háskólann í Twente var líka komist að þeirri niðurstöðu að lífrænn landbúnaður geti hjálpað til við að ná alþjóð-

”Landsvæðið sem fer undir lífrænan landbúnað hefur stækkað um tæplega 3% á hverju ári og er nú komið upp í um 715 þúsund ferkílómetra.

legum sjálfbærnimarkmiðum, sérstaklega hvað varðar baráttuna gegn loftslagsbreytingum.

Lífrænum matvælum er líka oft hampað fyrir hollustu sína, en niðurstöður nýlegrar rannsóknar frá Tækniháskólanum í Graz í Austurríki sýndu til dæmis að lífræn epli innihéldu meira af bakteríum sem eru hollar fyrir meltinguna og að þær væru í betra jafnvægi en í hefðbundnum eplum.

Styður aukna sjálfbærni

Þessi tengsl milli hollustu, heilsu og lífrænna matvæla eiga líklega eftir að auka enn eftirspurnina, sérstaklega í Asíu, þar sem neytendur hafa almennt mikinn áhuga á næringarríkum og öruggum matvælum.

Þessi þróun í lífrænum landbúnaði er því líkleg til að styðja við sjálfbærari og heilbrigðari matvælaframleiðslu um allan heim. Sérstaklega í Asíu, þar sem ekki gengur mjög vel að ná öllum sjálfbærnimarkmiðum. Það er full þörf á að gera allt sem hægt er til að tryggja aukna sjálfbærni og þar getur lífrænn landbúnaður komið að gagni.

Grænn stórvíðburður í Höllinni

Helgina 18.-20. september 2020 mun tímaritaútgáfan Í boði náttúrunnar halda sína fyrstu grænu stórsýningu í Laugardalshöll undir nafninu Lifum betur. Tímaritið fagnar líka 10 ára afmæli í ár.

Ég hef gengið með þessa hugmynd í maganum í nokkur ár, en eftir að hafa fjallað um grænan og heilbrigðan lífsstíl í tíu ár finnst mér fyrst núna að íslenskt samfélag sé tilbúið í sýningu af þessari stærðargráðu,“ segir Guðbjörg Gissurardóttir, ritstjóri tímaritsins Í boði náttúrunnar.

Hún segir vitundarvakningu í umhverfismálum og heilsuefingu hafa tekið miklum og jákvæðum breytingum á undanförunum árum en á sama tíma viti fólk oft ekki af þeim lausnum sem eru í boði fyrir þennan nýja lífsstíl.

„Því fannst mér upplagt, í tilefni 10 ára útgáfuafmælis í boði náttúrunnar, að slá saman stórafmælinu og grænum stórvíðburði í Laugardalshöll. Nafnið á sýningunni, Lifum betur, er fengið úr slagorðinu okkar, „Lifum betur – eitt blað í einu“ og það heldur vel utan um mottóid okkar; að gefa fólki góðan innblástur sem bæt getur líf okkar, en alltaf í sátt við náttúruna,“ útskýrir Guðbjörg.

Lifum betur

Sýningin Lifum betur verður fyrsti íslenski stórvíðburðurinn sem hefur að markmiði að vera bæði „zero waste“ þar sem allt verður endurnýtt og 100 prósent kolefnisjafnaður.

„Þetta verður upplifun þar sem bæði áhugasólfir og fagfólk í heilsu- og umhverfismálum getur komið saman, skoðað nýjungar, verslað, sótt fyrirlestra og vinnustofur,“ upplýsir Guðbjörg.



Guðbjörg stofnaði Í boði náttúrunnar fyrir 10 árum og hefur m.a. hlotið tilefningu til fjölmiðlaverðlauna umhverfis- og auðlindaráðuneytisins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Á sýningunni verður urmull spennandi uppákoma í þá þrjá daga sem sýningin stendur yfir.

„Það verða allt að 25 fyrirlestrar í boði en fyrirlesararnir eru fagmenn á sínu sviði og sumir hafa verið viðmælendur okkar í tímaritinu á einhverjum tímamarki. Þá verður í boði ýmiss konar sýnikennsla þar sem fólki býðst að læra að gera alls konar hluti, til dæmis heimagerða sápu og þvottaefni, moltu úr matarafgöngum, vegan jógúrt og að undirbúa skó fyrir veturinn svo þeir endist betur, svo eitthvað sé nefnt,“ segir Guðbjörg sem vonast einnig til að geta sett

upp verkstæði á sýningunni þar sem gestir geta látið gera við fót sín, skó eða raftæki.

Grænn og heilbrigður lífsstíll

Til að gera lesendum grein fyrir breiddinni á sjálfri sýningunni verða þar fjölbreytt fyrirtæki, einstaklingar og samtök sem kynna grænar og heilsusamlegar lausnir fyrir allt sem við kemur heimilinu, næringu, snyrtivörum, fötum, vinnustaðnum, börnum, gæludýrum, ferðalögum og farartækjum. Einnig verða þar vörur og þjónusta sem tengjast andlegri og líkamlegri heilsu, útivist, jóga,

hugleiðslu, náttúrulækningum og bætiefnum, svo eitthvað sé nefnt.

„Búast má við rúmlega 100 sýnendum sem bjóða gestum sýningarinnar að skoða nýjungar, smakka, prófa og versla,“ upplýsir Guðbjörg, full tilhlökkunar.

„Umhverfismálin og heilsan haldast að sjálfsögðu í hendur, enda er það sem er best fyrir okkur sjálf oftast það sem er einnig best fyrir náttúruna og það er engin hætta á öðru en að fólk fari örlítið grænna heim frá sýningunni.“

Óska eftir þátttakendum

Nýverið opnaði Guðbjörg vef-



Í boði náttúrunnar fjallar um grænan og heilbrigðan lífsstíl. Sjá á ibn.is og skoðið nýja heimasíðu sýningarinnar á lifumbetur.is

siðuna lifumbetur.is.

„Þar geta áhugasamir sýnendur fengið nánari upplýsingar um viðburðinn og hvernig við getum saman gert þetta að áhrifaríkum og eftirminnilegum viðburði sem markar blað sem fyrsti græni stórvíðburðurinn í Laugardalshöll,“ segir Guðbjörg.

„Við erum nú þegar í samninga- viðræðum við samstarfsaðila og aðrir áhugasamir sem vilja vera með svæði eða fyrirlestur á sýningunni mega endilega hafa samband við okkur í gegnum lifumbetur.is,“ segir Guðbjörg að lokum.

Lífræn ræktun sameiginlegt verkefni

Móðir Jörð sérhæfir sig í ræktun á plöntum og framleiðslu matvara úr jurtaríkinu og hafa stund- að lífræna ræktun í næstum þrjá áratugi. Vörur fyrirtækisins fást víða um land.

Útbreiðsla lífrænnar ræktunar er sameiginlegt verkefni meðvitaðra neytenda og framleiðenda til að snúa við ákveðinni óheillaþróun sem reynir um of á auðlindir jarðar, segir Eygló Björk Ólafsdóttir, annar eigenda Móður Jarðar í Vallanesi. „Lífræn ræktun nýtir staðbundin, lífræn áburðarefni og unnið er í hringrásarkerfi. Með þessum aðferðum ræktast upp fjölbreytt flóra örvera og smádyra í jarðveginum sem aðrar lífverur lifa á og þannig er t.d. stuðlað að líffræðilegri fjölbreytni. Lífrænt ræktaðar plöntur innihalda gjarnan meira þurrefni og taka upp meiri næringu, t.d. vítamín og steinefni. Slík ræktun úr nærumhverfi gefur einfaldlega bestu matvæli sem við eigum kost á.“

Móðir Jörð sérhæfir sig í ræktun á plöntum og framleiðslu matvara úr jurtaríkinu og hefur stundað lífræna ræktun í þrjá áratugi að hennar sögn. „Vörur okkar grundvallast alltaf á hráefni sem við getum ræktað hér á Íslandi og nálægð við hráefnið á framleiðslustað tryggir ákveðinn ferskleika. Svona nýtist ræktað hráefni betur og ekkert fer til spillis. Afskurði og hliðarafurðum er skilað aftur inn í hringrásina og notað sem áburður.“

Bygg er frábært heilkorn

Flestir landsmenn tengja Móður Jörð við kornrækt en í Vallanesi er ræktað bygg, hveiti, grænmeti og repja. „Við höfum lagt okkur fram



Eygló Björk Ólafsdóttir, annar eigenda Móður Jarðar, sem sérhæfir sig í ræktun og matvælaframleiðslu.

um að kynna Íslendingum bygg í sem flestum útgáfum því bygg er frábært heilkorn sem bætir heilsuna enda með flókin kolvetni og hátt hlutfall trefja.“ Hún segir hátt hlutfall próteins gera það ákjósanlegt sem grunn að grænmetisfæði. „Margir kannast við bankabygg og perlubygg sem matgrjón en við notum bygg einnig í grænmetisbuffin okkar sem eru vegan. Þau eru frosin en best er að steikja þau á pönnu, t.d. í repjuolíu frá Móður Jörð, í um fimm mínútur á hvorri hlið. Buffin fást t.d. í Fjarðarkaupum, hjá Frú Laugu, Hagkaupum, Krónunni, Nettó og Melabúðinni.



Grænmetisbuffin frá Móður Jörð eru í fallegum umbúðum. Þau er mjög holl og einfalt er að matbúa þau.



Grænmetisbuffin henta þeim sem kjósa til dæmis vegan mataræði.



Móðir Jörð framleiðir ýmsar tegundir af sýrðu grænmeti.

Bygg er frábært heilkorn sem bætir heilsuna enda með flókin kolvetni og hátt hlutfall trefja.

Undanfarin átta ár höfum við auk þess framleitt ýmsar tegundir af sýrðu grænmeti (súrkáli) og þessa dagana erum við að kynna nýja tegund með gulrótum sem er einkar ljúffengt meðlæti.“

Bjartsýn á þróun mála

Hún er bjartsýn á stöðu lífrænnar ræktunar hér á landi næstu árin. „Ég tel að hún eigi eftir að aukast enda kalla neytendur eftir framleiðsluaðferðum sem stuðla að sjálfbærni og hjálpa til við að mæta áskorunum á sviði umhverfismála og það gerir lífrænn landbúnaður hér á landi sem annars staðar.“

Að lokum bendir hún áhugasömum á að Móðir Jörð starfærir kaffihús og sælkeraverslun í Vallanesi yfir sumartímann. „Þar má kynna sér starfsemina, kaupa vörur okkar og ekki síst gæða sér á grænmetisréttum alla daga milli klukkan 9 og 18.“

Sjá nánari upplýsingar á modirjord.is.

Náttúruleg eða lífræn vín

Öll náttúruleg vín eru lífræn en ekki eru öll lífræn vín náttúruleg. Munurinn liggur aðallega í náttúrulegum aukefnum sem bæta má út í lífræn vín í framleiðsluferlinu. Þetta er því ekki það sama.

Sandra Guðrún
Guðmundsdóttir
sandrugudrun@frettabladid.is



Margir gætu haldið að náttúrulegt vín og lífrænt vín sé einn og sami hluturinn en svo er ekki. Það er samt ýmislegt sameiginlegt með þessum vínunum. Sérstaklega hvað varðar sjálfbærni og umhverfissvæna framleiðslu. En það er þó margt sem aðgreinir þau.

Lífrænt vín hefur verið skilgreint samkvæmt lögum þó ekki séu öll lönd sammála um nákvæmar skilgreiningar. Evrópusambandið og Bandaríkin eru til dæmis ekki sammála um hvort leyfilegt sé að bæta súlfötum í lífræn vín. Það eru aftur á móti ekki til neinar laga-skilgreiningar á náttúrulegu víni enn sem komið er.

Náttúruleg vín eru framleidd án þess að nokkru sé bætt við þau og ekkert er heldur fjarlægt úr vökvænum í framleiðsluferlinu. Náttúruleg vín innihalda því engin aukefni og inngrip við framleiðsluna eru í lágmarki.

Í grunninn eru náttúruleg vín gerjaður vínberjasafi án nokkurra aukefna. Þrátt fyrir skort á laga-bókstaf um náttúruleg vín segir



Lífræn og náttúruleg vín eru gerð úr lífrænt ræktuðum þrúgum. MYND/GETTY



Almennt er engum auk-efnum bætt út í náttúruleg vín í framleiðslu-ferlinu.

» Listinn af þeim aukefnum sem bæta má út í lífrænt ræktuð vín er þó mun styttri en listi leyfilegra aukefna í vínunum sem ekki hafa lífræna vottun.

Isabelle Legeron, stofnandi RAW vínkaupstefnunnar, að almennt séu þeir sem aðhyllast náttúruleg vín sammála um hvað sé ásættanlegt og hvað ekki til að vín teljist náttúrulegt.

Lífræn vín geta innihaldið náttúruleg aukefni

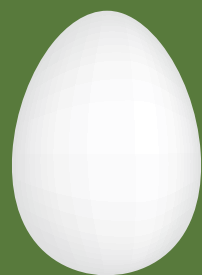
Almennt er talið skilyrði að vínberin sem notuð eru til að búa til náttúrulegt vín séu lífrænt ræktuð. Við ræktun vínberjanna er ekki notaður tilbúinn áburður, skordýraeitur eða önnur eiturefni til að vernda vínviðinn fyrir sníkju-dýrum. Legeron segir að lífræn ræktun vínþrúgunnar sé helsta ástæða þess að öll náttúruleg vín eru lífræn. Þrátt fyrir það eru alls ekki öll lífræn vín náttúruleg.

Legeron segir að aðskilnaður náttúrulegra og lífrænna vína hefjist í vinkjallaranum. Reglur um meðhöndlun lífrænna vína í vinkjöllum leyfa notkun á aukefnum eins og til dæmis geri og sykri. Einnig leyfa margar stofnanir sem votta lífræna vínframleiðslu aukefni eins sítrussýru, tannín, eikarspæni, ýmiss konar súlföt og fleiri náttúruleg aukefni. Slik efni eru ekki leyfileg í náttúrulegum vínunum.

Listinn af þeim aukefnum sem bæta má út í lífrænt ræktuð vín er þó mun styttri en listi leyfilegra aukefna í víni sem ekki hefur lífræna vottun.

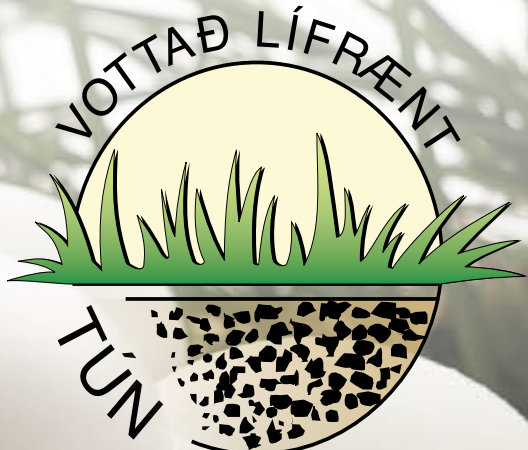
Náttúruleg vín að sögn Legeron eiga strangt til tekið ekki að innihalda nein súlföt en sumir eru þó á þeirri skoðun að þau séu í lagi í mjög litlu magni, en þó í mun minna magni en leyfilegt er í lífrænum vínunum samkvæmt reglum Evrópusambandsins.

Á RAW vínkaupstefnunni sem Legeron er í forsvari fyrir er gerður greinarmunur á náttúrulegum vínunum og lífrænum og vistvænum vínunum sem framleidd eru með lágmarksinngripi. En báðir flokkar eru leyfilegir á kaupstefnunni enda segir Legeron að þessi vín séu mun náttúrulegri en ólífræn vín.



NESBÚ
EGG

Lífrænu egginn okkar eru með vottun frá TÚN



www.nesbu.is