

Kostrekommendationer och kraftig salthalt

Statens näringsdelegation publicerade 23.1.2014 sina nya kostrekommendationer. Där sägs att hälsofrämjande kost är sådan som innehåller rikliga mängder produkter från växtriket, som grönsaker, bär, frukt, baljväxter och fullkornsspannmål. I rekommendationen ges en påminnelse om att kosten är av stor betydelse för undvikandet av bl.a. kranskärslsjukdomar, störningar i hjärnas blodomlopp, blodtrycksstörningar, olika cancerformer och typ 2-diabetes. Det nämns också att enskilda livsmedel inte vare sig främjar eller försämrar hälsan, utan det avgörande är kosten som helhet (enligt publikationen, som än så länge bara finns på finska: *Terveysttä ruoasta – Suomalaiset ravitsemussuosituksset 2014 s. 11–12*).

I kostrekommendationen för man fram betydelsen av fullkornsspannmål och bröd för att människan ska hålla sig frisk. I den rekommenderade "tallriksmodellen" för nyttiga måltider ingår alltid fullkornsbröd, eftersom bröd av det här slaget är rikt på näringsfibrer. Bland de bästa källorna till järn nämner publikationen särskilt rågbröd. I texten beklagar man dock att rågkonsumtionen nu är mindre än för fem år sedan, som för sin del minskar intaget av kostfibrer och järn. Allmänt taget kan vi konstatera att de nya kostrekommendationerna är verkligen positiva för bageribranschen.

Med det var visst den enda goda nyheten för oss i bageribranschen. Jord- och skogsbruksministeriet har producerat ett utkast till en ny förordning om livsmedelsfakta för konsumenter. Enligt 10 § i utkastet ska det i brödets varudeklaration anges att brödet är kraftigt saltat, ifall mängden salt som ingår i den färdiga produkten är över 1,1 %. För närvarande är nedre gränsvärdet för benämningen kraftigt saltat 1,2 %.

Bageribranschen i Finland har redan i många år varit europeisk föregångare när det gäller saltminskning. Finskt bröd innehåller betydligt mindre salt än brödet från Mellaneuropa. Måste nu föregångaren överträffa sig själv? Ingenting tycks vara tillräckligt bra för vissa myndigheter!

Det avgörande för myndigheterna borde väl inte bara vara saltmängden i brödet, utan också saltet i allt det som läggs på brödet (ost, charkvaror, matfett etc.). Av någon outgrundlig anledning tycks bara det salt

som ingår i brödet anses vara illa för hälsan, trots att bröd enligt rekommendationerna bör ingå i varje måltid. Och vad ska vi säga om det bröd som serveras på restauranger, som ju ofta "ytbehandlas" med saltkristaller? Vi kan nog föreställa oss att de här brödens salthalt är en hel del högre än den som finns i det inhemska brödet i butikerna. Men det är något som inte verkar vara relevant för myndigheterna. Eller är det så att det salt som strös på brödet saknar betydelse, om bara salt inte ingår i själva brödet?

Importen av utländskt bröd och andra bageriprodukter har tilltagit explosivt under de senaste åren; särskilt gäller det halvfabrikat för gräddning i affärerna. Enligt den år 2011 gjorda rapporten om bageribranschen var importens andel då 5 % – men andelen är numera ungefär 20 %. Alla vet att de importerade halvfabrikaten som gräddas av detaljisterna allmänt taget är betydligt kraftigare saltade än det inhemska brödet, som gräddas i våra bagerier och som levereras till affärerna.

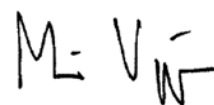
Är det nu så att jord- och skogsbruksministeriet går in för att stärka det importerade brödets ställning, genom att strama åt bestämmelserna om salthalten? Vem kan i verkligheten övervaka det importerade brödet och dess salthalt – hur skulle det ens gå till? Vilka slags kontroller gör man för att bestämma salthalten i importbröd? Om det på förpackningen för importerat bröd står att salthalten är 1,1 %, hur ska myndigheterna då garantera att det verkligen är så? Min gissning är att myndigheternas förmåga i praktiken inte alls räcker till för ordentlig utredning av situationen, utom på sin höjd med sporadiska stickprov.

Bageribranschen i Finland kan förstas försöka köra med rena glädjebudskap i stil med "Håll dig frisk – ät bröd med mindre salt, från bagerier i Finland!"* Ur folkhälso-perspektiv sett är det säkert ett bra tillvägagångssätt. Tyvärr lär det budskapet inte gå hem i verkligheten, särskilt om konsumenterna ändå föredrar att köpa på plats gräddat halvfabrikatsbröd med rejäla mängder salt, som faller dem bättre i smaken. Situationen är idag den att en utländskt ägd dagligvaruhandel, för övrigt den enda handelskedjan vars brödförsäljning ökar, saluför importerat bröd med en salthalt på t.ex.

Borde då bageribranschen göra hög salthalt till ett nytt försäljningskoncept, t.ex. med en slogan som " Kraftigt saltat – det här brödet smakar!"

1,4 % eller 1,7 % som i Tyskland producerade Ciabatta (1,7 %) och Helkorns-fröbröd (1,4 %).

Borde då bageribranschen göra hög salthalt till ett nytt försäljningskoncept, t.ex. med en slogan som " Kraftigt saltat – det här brödet smakar!"** Det är förmodligen en möjlighet, om gränsvärdet för benämningen "kraftigt saltat" körs ned så lågt att bestämmelsen till slut vänder sig mot den inhemska bageribranschen. Som det nu ser ut, är den höga salthalten en ren försäljningsfördel för det utländska brödet. Det inser vi lätt när vi beaktar hur mycket salt det här brödet innehåller, samtidigt som dess försäljning i dagligvaruhandeln bara ökar. Det kan vara kundernas inställning att "här vankas det billigt, smakligt (salt) bröd!" Och när det sedan sker, vad tror ni våra myndigheter gör? De inför förstås nya bestämmelser, som än en gång försävar de finländska bageriernas verksamhetsförutsättningar. Är det inte typiskt för finländskt myndighetstänkande?



Mika Väyrynen

* Är det manne fråga om ett förbjudet närings- eller hälsopåstående?

**Det är knappast fråga om ett förbjudet närings- eller hälsopåstående?

