

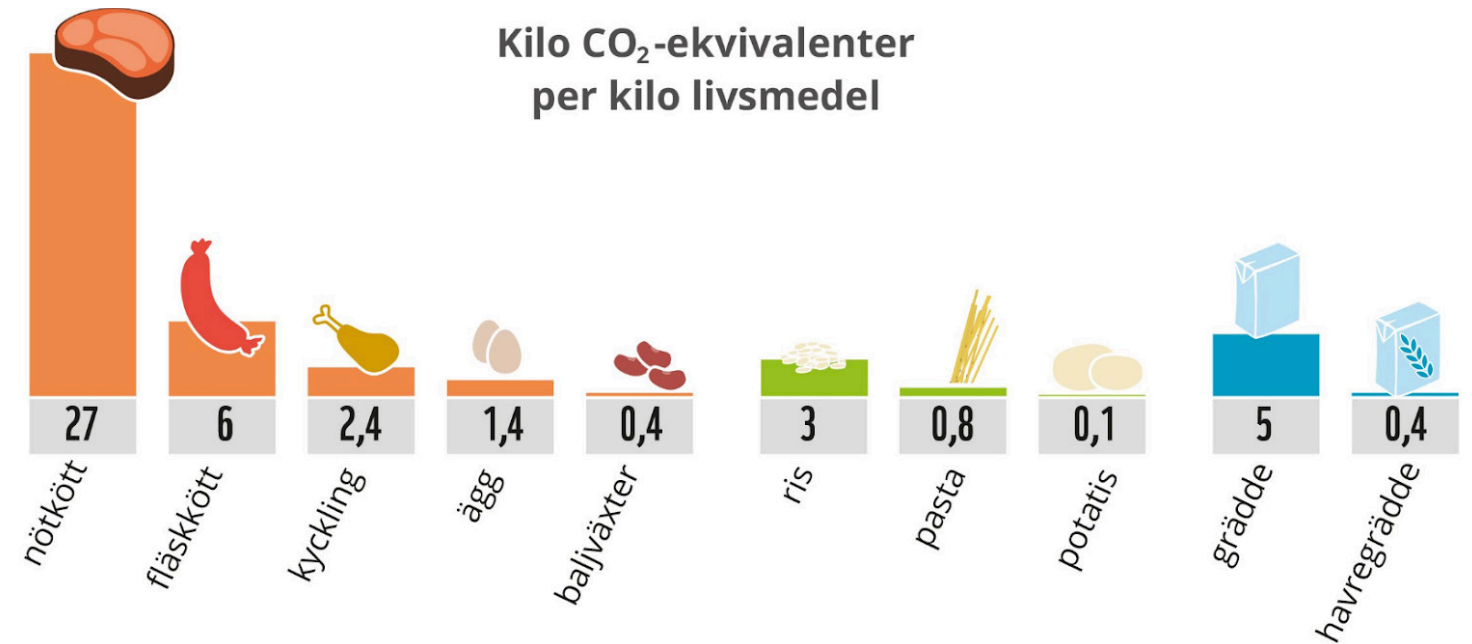
# FAKTA KÖTT

Vi svenskar gillar verkligen kött. Så mycket så att vi har fördubblat mängden kött som vi äter under en vecka jämfört med hur det såg ut när era föräldrar var barn. Varje person i Sverige, om man gör ett slags utslag, äter ca 70 kg kött per år, det är ungefär lika mycket som vad en hel vuxen människa väger. Alltså äter några personer mycket mer kött och några mycket mindre.

Kött kommer från djur och de allra vanligaste matdjuren, de som vi föder upp för att äta är ko, gris, lamm och kyckling. Nu behöver vi minska vår köttkonsumtion, det vill säga äta mindre kött igen. Vi behöver inte sluta helt, men kanske minska i alla fall till den mängd som era föräldrar åt när de var barn. Och äta mera grönt istället. Men varför då?

Jo, det här är lite knöligt att fatta, men om vi tar en ko som exempel: En ko behöver ju leva i många år innan den blir mat. Den behöver äta mängder, dricka massor och den pruttar väldigt mycket under sin livstid. Det betyder att kossan hinner släppa ut väldigt mycket koldioxid under sitt liv innan den blir mat åt oss människor. Då är det väldigt mycket smartare att vi äter de grejer som växer själva direkt istället.

Kolla in den här bilden från Världsnaturfonden som visar hur mycket koldioxid som släpps ut för att få fram ett kg av vardera produkt : (<https://www.wwf.se/mat-och-jordbruk/matkalkylator/>)



Alltså:

Det är inte helt lätt att fatta vad koldioxidekvivalenter i luften är, men enkelt förklarat är mindre utsläpp det bästa för planeten. En enkel regel när det kommer till mat blir helt enkelt: att det är smart att minska intaget av djur som äter andra djur innan det äts av djuret människan. Vi är ju värsta rovdjuret som mår väldigt mycket bättre av att äta mera smarriga plantor och frön från växtriket.

Men visst kött är faktiskt okej!

I Sverige behöver vi dock djur som betar och håller landskapet öppet, där de betar kan nämligen en mångfald av viktiga växter och insekter leva. Så vi behöver inte sluta äta kött helt, bara äta mindre och välja svenskt kött, allra helst det som är märkt som naturbeteskött. Vill du veta mer om alla andra typer av kött kan du läsa mer på Världsnaturfondens sida: Mat & jordbruk eller kolla in den här köttduellen från Sveriges television: Köttduellen – vilket kött är bäst för miljön och klimatet?