

FAKTAARK

BÆLGFRUGTERS



OG ANDRE FØDEVARERS KLIMAAFTRYK

Faktarket er udarbejdet af CONCITO og Hotel- og Restaurantskolen under projekt 'Fremtidens tallerken'. Hotel- og Restaurantskolen har fået midler til projektet fra Region Hovedstaden.

KØBENHAVN
ETABL

HOTEL OG
RESTAURANT
SKOLEN



CONCITO
DANMARKS GRØNNE TÆNKETANK



Region
Hovedstaden

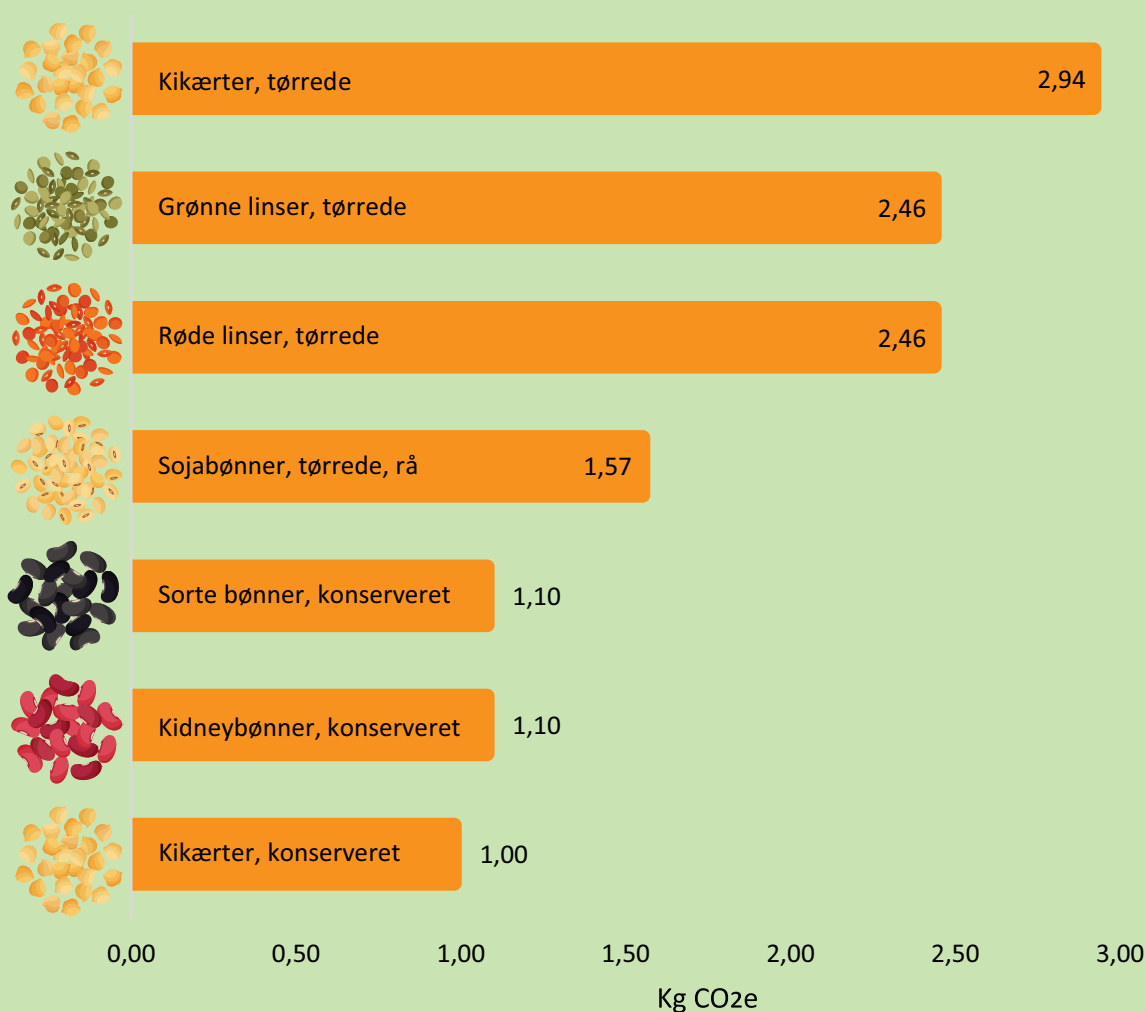
Al mad vi spiser, har et klimaaftryk, men der er meget stor forskel på de forskellige fødevarerets klimaaftryk. Dette faktaark giver nogle eksempler på bælgfrugternes klimaaftryk set i relation til andre fødevarers klimaaftryk.

Bælgfrugter udgør en af Fødevarestyrelsens fødevarer, som vi skal spise mere af ifølge de officielle kostråd. Der er stor forskel på klimaaftrykket fra et kg tørrede bønner og et kg tilberedte og konserverede bønner, men i tilberedt stand får du mere mad ud af et kg tørrede bønner.

Uanset hvilken type du vælger, har bælgfrugter et forholdsvis lavt klimaaftryk.

Selvom forskellige bælgfrugter har lidt forskellige klimaaftryk, **er det fælles for dem alle, at deres klimaaftryk er lavere end de fleste animalske produkter.**

Bælgfrugters udledning [kg CO₂e] pr. kg vare

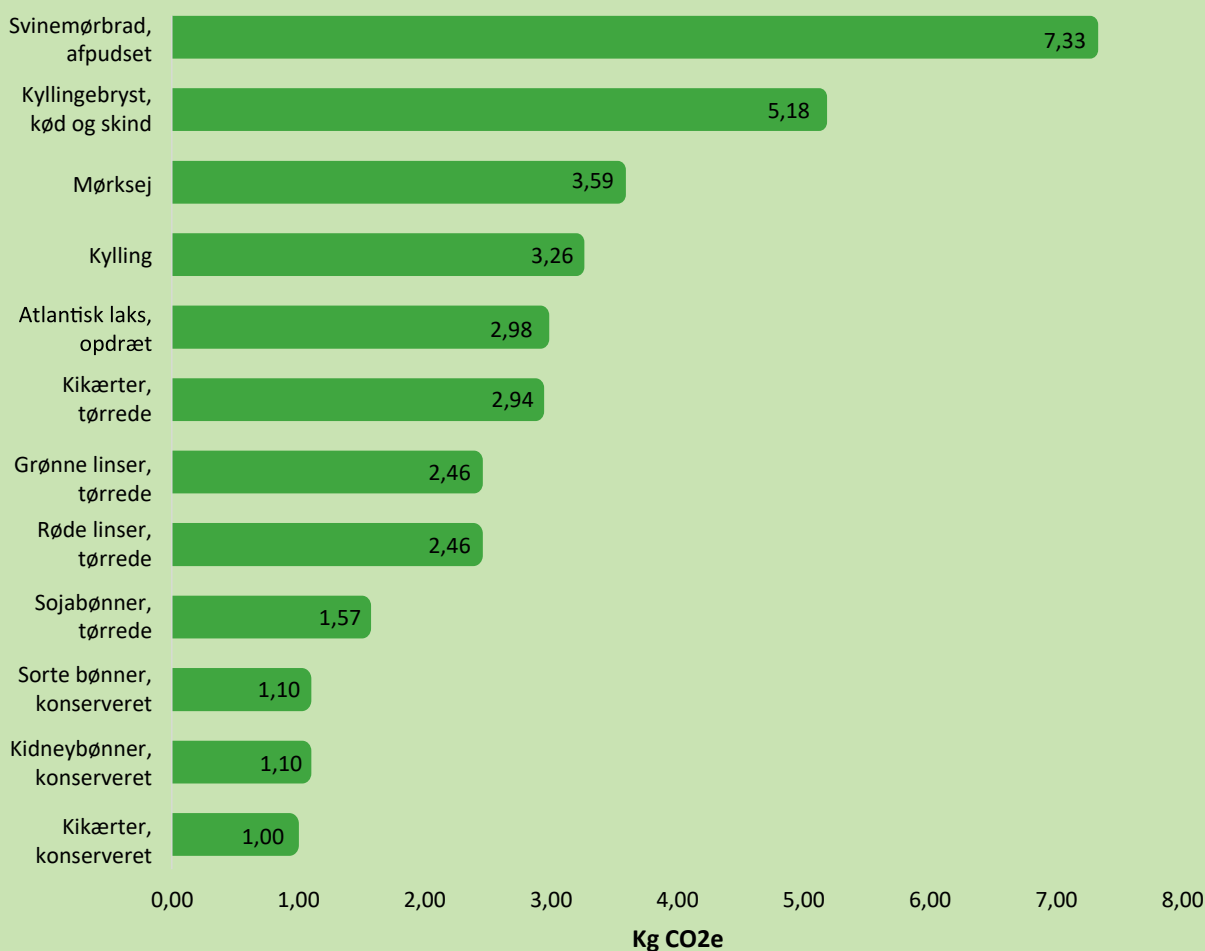


Figur 1: Bælgfrugters klimaaftryk ifølge Den Store Klimadatabase version 1.1.

Den store klimadatabase fra CONCITO oplyser gennemsnitlige klimaaftryk for 503 forskellige fødevarer og drikkevarer. Det er vigtigt at være opmærksom på, at en konkret fødevarers klimaaftryk kan afvige væsentligt fra gennemsnittet afhængigt af produktionssted, produktionsmetoder, sorter mv.

Resultaterne i Den store klimadatabase viser således ikke klimaaftrykket fra en specifik dåse kikærter, en specifik tomat eller en specifik kotelet, men det gennemsnitlige klimaaftryk for tomater og koteletter på det danske marked. Se alle resultaterne på denstoreklimadatabase.dk

Klimaaftryk [kg CO2e] pr kg vare

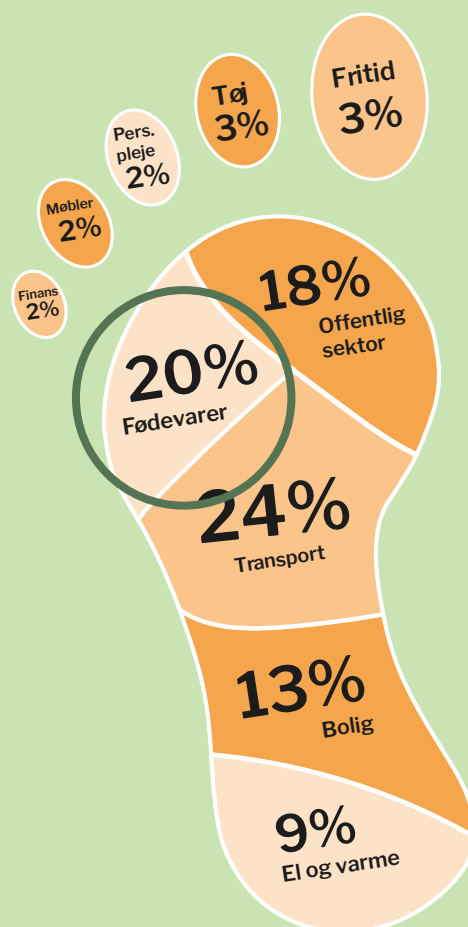


Figur 2: Bælgfrugters klimaaftryk sammenlignet med udvalgte animalske fødevarer

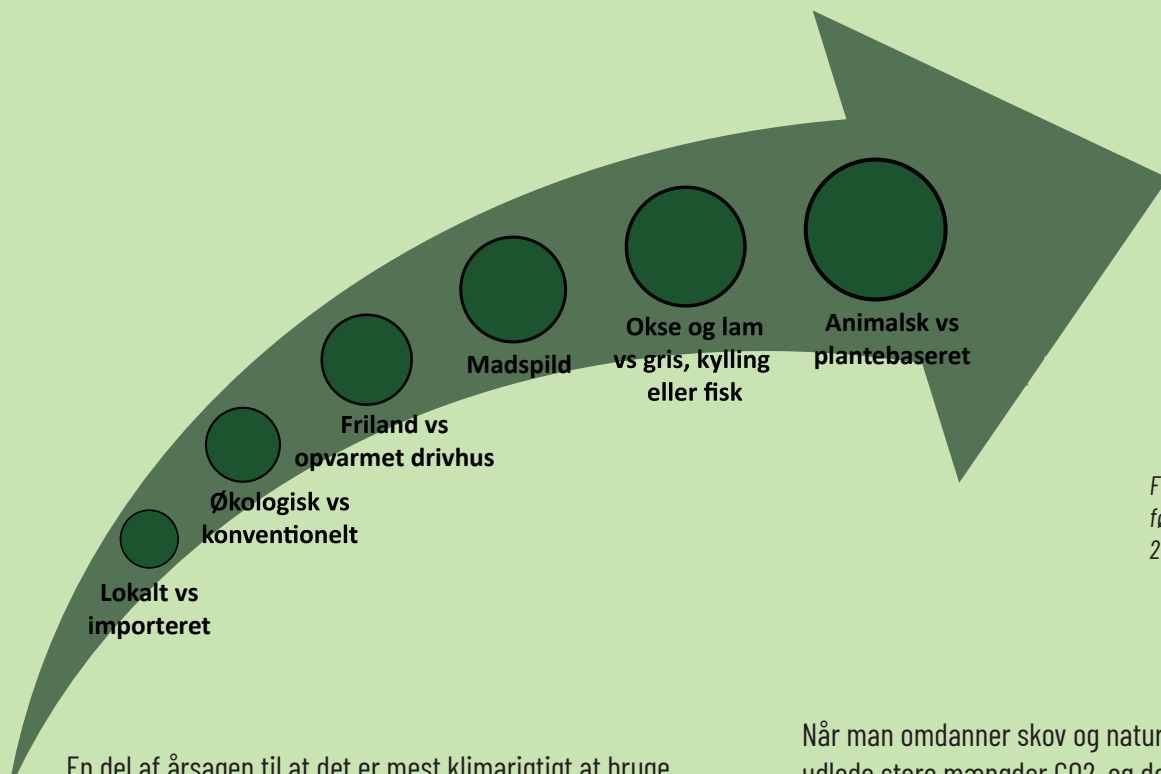
Selvom bælgfrugter ofte importeres fra andre lande, udgør transporten ikke nogen stor andel af varernes klimaaftryk. Transporten af tørrede kikærter udgør ca. ¼ af varens samlede klimaaftryk, men det ændrer ikke på, at kikærter er et godt klimavalg.

Fødevarer udgør 20% af Danmarks samlede globale klimaaftryk på 13 ton CO2e pr. person (se figur 3). Der er derfor god grund til at reducere klimaaftrykket fra fødevarerforbruget.

Der er forskellige ting man kan gøre for at nedbringe klimaaftrykket fra vores fødevarerforbrug. Figur 4 viser de ting der typisk er fokus på, når vi taler om fødevarer og klima samt deres betydning for det samlede klimaaftryk. Det vigtigste og mest effektive tiltag vil være at skifte animalske fødevarer ud med plantebaserede. Her er bælgfrugter en god erstatning for kød og mejeriprodukter, da de er meget proteinrige.



Figur 3: Fødevarer udgør 20% af Danmarks samlede globale forbrugsudledninger på 13 ton CO2e pr. person. Kilde: CONCITO, 2023: "Danmarks globale forbrugsudledninger"

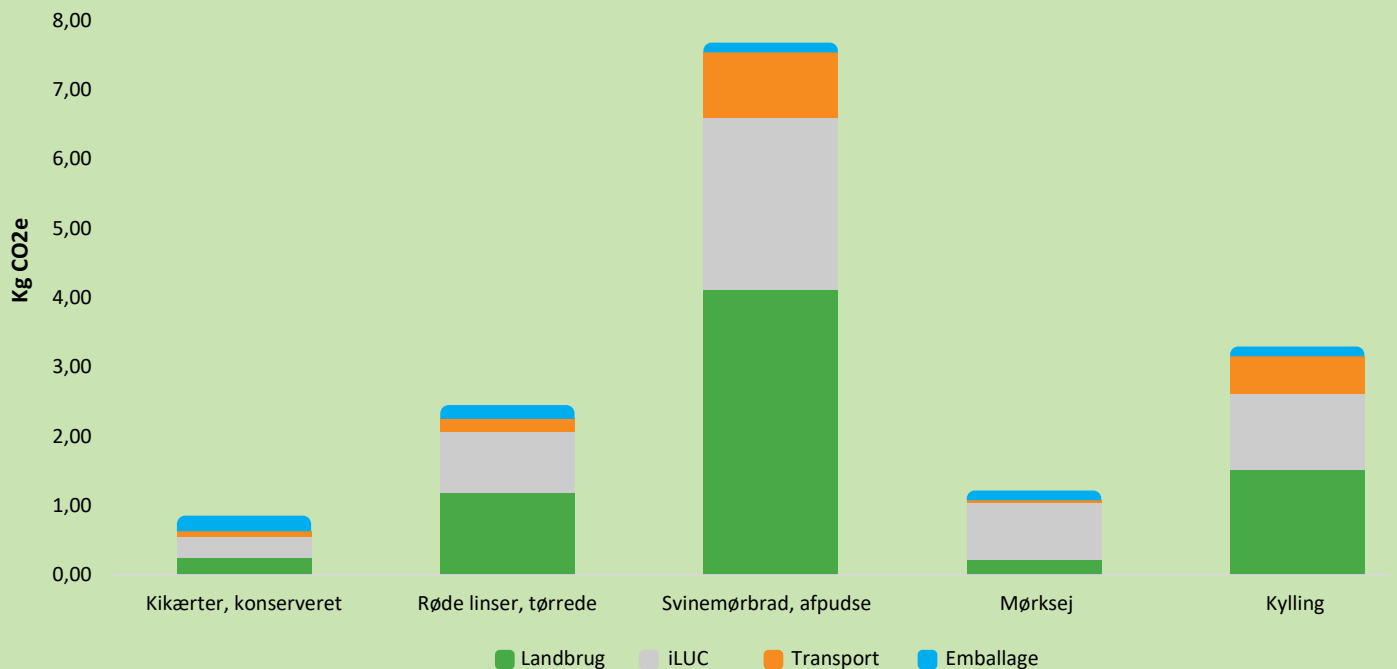


Figur 4: Proportioner i vigtigste tiltag i fødevareromstillingen. Kilde: CONCITO, 2019: "Klimavenlige madvaner"

En del af årsagen til at det er mest klimarigtigt at bruge plantebaserede fødevarer frem for animalske fødevarer kommer fra den direkte (landbrug) og indirekte (iLUC) arealanvendelse ved produktion af animalske fødevarer (se eksempel i figur 5).

Når man omdanner skov og natur til marker vil man typisk udlede store mængder CO₂, og denne udledning skal medtages i beregningen. Mere end 10 % af den globale udledning af drivhusgasser kommer ifølge FN's klimapanel fra omdannelse af arealer, så det er en meget betydende post at medtage.

Udledninger fordelt på sektorer for udvalgte produkter

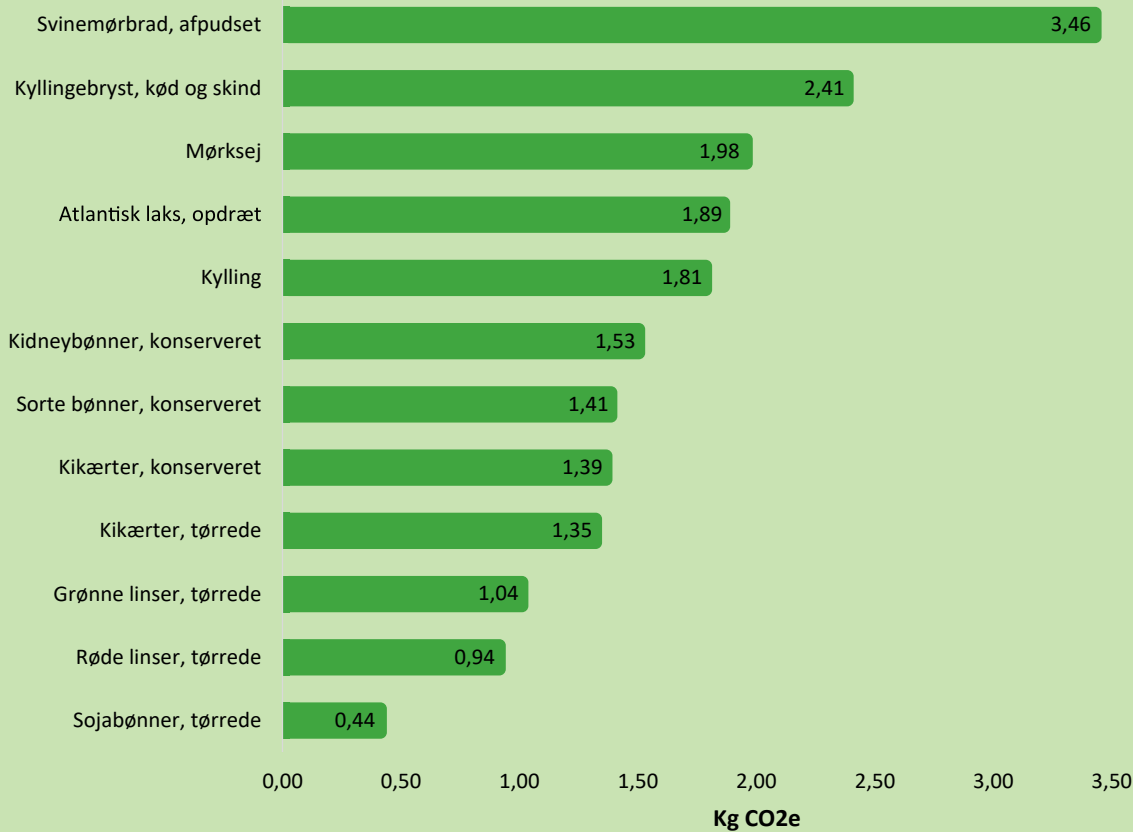


Figur 5: Kg CO₂e udledninger for udvalgte produkter i forskellige dele af værdikæden.

HVAD ER ILUC?

Indirekte arealanvendelse (iLUC) er en betegnelse for den afledte klimaeffekt af at ændre arealanvendelsen til produktion af fødevarer, energi eller andet. Hvis der for eksempel bruges landbrugsjord til at dyrke biobrændsler, vil det være nødvendigt at finde et andet sted at dyrke fødevarer, da behovet for fødevarer ikke falder. At tage et andet areal i brug til fødevaredyrkning, har et klimaaftryk, hvis det areal f.eks. er skov, der skal fældes til fordel for fødevaredyrkning.

Klimaaftryk [kg CO2e] pr. 100 gram protein



Figur 6: udvalgte produkters klimaaftryk og indhold af protein.

Jo mere areal som til produktion af en given fødevarer optager, jo større vil klimapåvirkningen fra arealanvendelsen være. Derfor vil afgrøder med høje udbytter per hektar have mindre udledning på arealanvendelsen end afgrøder med lave udbytter per hektar. Animalske fødevarer beslaglægger større arealer end plantebaserede, fordi der til animalske produkter både skal bruges areal til dyrene og til foder til dyrene.

Endelig er det også tydeligt at klimaaftrykket set i forhold til proteinindholdet er lavest for de plantebaserede fødevarer. Man får altså ikke kun mere mad for klimaaftrykket, men også mere næring for klimaaftrykket ved at spise plantebaseret (se figur 6).

Klimarigtig mad baseret på bælgfrugter behøver ikke altid være 'en ny tallerken' – den klassiske ret 'spaghetti bolognese' kan også blive mere klimavenlig, hvis oksekødet erstattes med gulerødder og linser:



Traditionel bolognese med hakket oksekød
Klimaaftryk per portion: CA 5,3 kg CO2e



Bolognese hvor hakket oksekød er erstattet med gulerødder og linser
Klimaaftryk per portion: CA 0,5 kg CO2e
En besparelse på 90% af klimaaftrykket.