

KAN MAN LITA PÅ KRAV?

OBS! läs även Nyhetsbrev 5 2009 som kommer ut i mellandagarna, där finns kommentarer efter ett besök hos KRAV.

Jag får ofta frågan: - Kan man lita på KRAV? Och jag har till för ett par år sedan sagt att KRAV-godkända varor består av ekologiska produkter och är det bästa man kan köpa. Men tyvärr är det inte så idag. Kontrollföreningen KRAV tillåter över 20 olika kemiska tillsatser med E-nummer och en rad andra ämnen som anses mycket tveksamma och i vissa fall rent av farliga.

KRAV står för Kontrollföreningen för Alternativ Odling och är en förening som startade i Sverige efter att en internationell satsning på just ekologisk produktion. Liknande organisationer finns i många länder och de flesta har också ett gemensamt samarbete IFOAM som ska se till att liknande regler gäller mellan länder.

KRAV får pengar till sin verksamhet genom att de som är anslutna till KRAV betalar en hög avgift för att få ha deras lilla ovala gröna märke på sina produkter. Ett märke som tyvärr inte alltid uppfyller det KRAV står för.

KRAVs uppgift är, att se till att de odlare som tillverkar råvaran inte använder otillåtna ämnen under odlingen eller uppfödning och att hanteringen sker på rätt sätt. Dessutom ska man se man till att efterbehandlings och tillverkningsleden följer KRAVs regler. Deras motto är: Finns det ekologisk råvara ska denna användas.

Tyvärr har KRAV upptäckt att om de minskar lite på kraven, så kan man få flera att ansluta sig och på så sätt tjäna mera pengar.

KRAV har skapat en lista med ämnen som de påstår är så ofarliga att de kan användas utan att människan tar skada. Men deras kunskaper, när det gäller tillsatser, är helt obefintlig och förmodligen är det de stora företagen som vill ansluta sig till KRAV som lyckat skapa denna lista genom sina övertalande lobbyister.

Det som är mest skrämmande är, att när vi som vet hur tillsatserna tillverkas och hur de påverkar oss människor kontaktar KRAV och försöker få den att förstå att flera av dessa är mycket tveksamma, är de inte intresserade att lyssna.

Vilka tveksamma tillsatser kan finnas i KRAV-produkter:

E202 kaliumsorbit finns i Kalles KRAV-kaviar.

E211 natriumbensoat finns i Kalles KRAV-märkta kaviar och Abbas KRAV-märkta sill.

Dessa två konserveringsmedel hör till de absoluta värstingarna och inget som bör finnas i en KRAV-produkt. Astmatiker kan få svåra andningsreaktioner, rökare KOL-liknande andningsproblem och barn kan bli aggressiva och oroliga enligt en stor forskning från Brighton i England. Vissa av dem bildar även det mycket farliga ämnet bensen om konserveringsmedlet blandas med natriumnitrit.

Det mest skrämmande är att dessa tillsatser inte finns med på KRAVs list på godkända tillsatser i livsmedel. Vid kontakt med KRAV så framkommer det att det finns ett speciellt

godkännande som bara gäller fiskprodukter. Hur många extralistor de i framtiden tänker skapa för att det ska passa de multinationella jätteföretagen är det ingen som vet.

På deras offentliga lista när det gäller tillåtna kemiska tillsatser finns följande:

E220 svaveldioxid finns i de flesta KRAV-märkta vinerna på systemet. Här handlar det om samma mängd som det finns i viner som inte är ekologiska. Svaveldioxid kan orsaka huvudvärk, kräkningar, tarmproblem och svår diarré.

E220-E228 kan t.om. vara dödlig om man är svavelöverkänlig.

Det finns några företag som tillverkar ekologiska viner som inte innehåller så mycket svavel, dessa är Stellar från Sydafrika, Pierre Frick från Frankrike, Frej från USA och Taylor från USA (sista ej ekologisk).

E322 Lecitin finns t.ex. i KRAV-märkt choklad, kex, bondkakor, korinter och rabarberpaj från Frödinge.

Problemet med lecitin, är att det ofta används både lösningsmedel (hexan) och aceton vid framställningen. Denna lecitin ska inte finnas i en KRAV-produkt även om man använder andra metoder för att tillverka lecitet. I KRAVs regler står: Om det finns ekologiska produkter ska dessa användas i första hand. Nu finns det även ekologisk sojalecitin. Hur sker kontrollen när det gäller icke ekologisk lecitin, finns hexan och aceton med vid framställningen? Båda dessa ämnen är cancerogena och dessutom kan aceton påverka vårt centrala nervsystem, Lecitin som innehåller lösningsmedlen är en av de västa tillsatser vi kan få i oss. Dessutom är 95% av den soja som odlas GMO (genmodifierade) och resten GMO-smittat av bin och pollen som följer med vindar. För kundens säkerhet borde KRAV bara tillåta ekologisk lecitin i sina produkter.

Det finns choklad utan lecitin och det finns även ekologisk ofarligt lecitin på marknaden, men denna är dyr att framställa och används bara av vissa mycket seriösa företag som t.ex. Belvas från Belgien och Woodhouse från Danmark. Ingen av dessa choklader är vanliga i Sverige då de anses vara för dyra.

E400 alginsyra är en konsistensgivare som finns i KRAV-produkter.

E401 natriumalginat är en konsistensgivare som finns i KRAV-produkter.

E402 kaliumalginat är en konsistensgivare som finns i KRAV-produkter.

Alla dessa tre misstänks kunna orsaka mycket svåra reaktioner och neurologiska störningar. Om istället KRAV hade godkänt E406 och E410 hade jag inte sagt så mycket då dessa två (agar och fruktkärnmjöl) är helt ofarliga.

E407 karragenan finns i KRAV-märkta glass, KRAV-märkta vaniljpinnar, KRAV-märkt sojaost, KRAV-märkt sojapudding, KRAV-märkt sojagrädde och KRAV-märkt salladsdressing för att nämna några. För att framställa karragenan behövs lösningsmedel som anses cancerogena. I USA varnas gravida kvinnor för karragenan då ämnet anses kunna orsaka fosterskador. I KRAV-produkter borde bara E410 fruktkärnmjöl och GMO-fri E415 tillåtas och de behöver inte ens vara ekologiska för att godkännas för de är rena ändå.

E412 guarkärnmjöl finns i flera olika sorters KRAV-märkt glass. Guarkärnmjöl kan förstora sköldkörteln, orsaka eksem och tarminflammation. Guarkärnmjöl innehåller ämnet saponin som är giftigt.

Varför måste KRAV-märkt glass innehålla tveksamma ämnen, när glassföretagen Haagen Diaz kan tillverka glass helt utan tillsatser, trots att deras glass inte ens är ekologisk. De använder äggula.

E513 svavelsyra finns med som processhjälpmedel vid raffinering av socker som får användas i KRAV-produkter. Ämnet är starkt frätande och kan ge allergiska reaktioner. Bara ekologisk socker borde finnas i produkterna.

E 516 kalciumsulfat (gips) är ett processhjälpmedel som bl.a. tillåts i KRAV-märkt öl, godis och vissa sojaprodukter. E516 kan skapa tarmproblem då ämnet är kraftigt vätskeabsorberande och kan torka ut tarmen och orsaka förstoppning.

E524 natriumhydroxid (kaustiksoda) är ett processhjälpmedel i KRAV-märkt rapsöl. Ämnet kan orsaka svåra allergiska reaktioner och är giftigt.

E533b är tillåtet i KRAV-produkter, E533b kan innehålla asbest eller asbestliknande fiber.

E535 natriumferrocyanid finns i salt som får användas i KRAV-produkter.

E536 kaliumferrocyanid finns i salt som får användas i KRAV-produkter.

E538 kalciumferrocyanid finns i salt som får använda i KRAV-produkter.

Alla dessa tre klumpförebyggande medel kan innehålla det mycket farliga gifter cyanid.

E905 mikrokristallvax tillåtet runt KRAV-märkta ostar.

KRAV har även tillåtit:

Citronolja som pressas från skal av besprutade citroner. Kan finnas i KRAV-märkt godis. Citronolja anses av amerikanska motsvarigheten till vårt livsmedelverk FDA vara cancerframkallande.

Använd bara skal från ekologiska citroner om du ska riva skal eller lägga skal i citronvatten eller drinkar. Detta borde även KRAV göra, då deras motto ju var att finns det ekologisk produktion ska detta användas.

Krav tillåter även flera bestrålade kryddor. I t.ex. KRAV-märkta grillmix finns cayennepeppar som är bestrålad. I KRAV ketchup finns icke ekologiska kryddor fast det finns ekologisk på marknaden. KRAV-märkta köttbullar innehåller icke ekologisk koriander.

Nu handlar det inte om själva kryddan, utan att i stort sett alla kryddor som inte är ekologiskt odlade är bestrålade. Dessutom finns de flesta kryddor idag ekologiskt odlade till och med saffran och dessa kryddor bör i första hand användas,

I KRAV-märkta ägg kan finnas dioxin och tungmetaller på samma sätt som det gör i vanliga ägg. Detta kommer från fiskmjölet som används som foder. Ethoxyquin är ett flamskyddsmedel som sätts till i fiskmjöl då detta är så torrt att det lätt kan antända vid fel hantering. Ethoxyquin är ett mycket farliga ämne som hönan får i sig via fiskmjölet och som sedan vi äter genom ägget. KRAV tillåter fiskmjöl som hönsfoder.

Fördelen med KRAV-ägg är att hönan får gå ute och sprätta och fodret är något renare än i annan uppfödning.

Höns i ekologiska äggproduktion i Tyskland får ärter, bönor, majs och solrosfrön som foder för att inte tungmetaller, dioxin och flamskyddsmedel ska finnas med i kött och ägg.

Varför kan inte KRAV ställa samma krav i vårt land?

Aromer

Krav tillåter även några aromer. När man tillverkar en arom kan den vara helt kemisk, naturidentisk eller naturlig. När det gäller aromer bör ingen, inte alltid ens naturlig, vara godkänd i en KRAV-produkt, då man nästan alltid använder lösningsmedel vid

framställningen. Det är bara naturlig vaniljarom som kan lösa ur med hjälp av alkohol och som ev. kan anses som godkänd.

De lösningsmedel som vanligtvis används vid extraktion av naturliga aromer är Hexan, Aceton, Dichlorometan och Metyletylketone. Alla fyra är mycket farliga och inget som ens ska komma i närheten av en KRAV-produkt.

I KRAV ska det finnas koncentrerad ren fruktsaft där inga lösningsmedel eller kemiska ämnen används. Det finns flera företag som tillverkar detta och flera även med ekologisk produktion.

Endosulfan finns i ett par KRAV-märkta olivoljor. Endosulfan är ett mycket giftig och extremt cancerframkallande bekämpningsmedel. Hur detta kan godkännas av KRAVs motsvarighet i Italien är en fråga? Endosulfan är ett besprutningsmedel mot insekter som varit förbjudet i Europa under ganska lång tid, då det är ett DDT-liknade ämne. Oljan går först via England där den också godkänns, för att sedan komma till Sverige. IFOAM där alla kravorganisationer är anslutna har också godkänt produkten. OBS de flesta KRAV-märkta olivoljor är bra, köp gärna Bengt Frithjofssons KRAV-olja.

Barnmat

På marknaden finns fler KRAV-märkta barnmatsburkar. Om man läser innehållsdeklarationen kan man läsa att man berikat dessa med en rad ämnen.

Zink är en av dem, men det står inte vilken på innehållsdeklarationen. Zinksulfat är cancerogent och inget som bör finnas i en KRAV-produkt till barn, medan Zinkpicolinat, zinkglycinat är ofarliga och bra.

Järn är också ospecificerat så man vet inte vilken som använts järn glukonat, järnlaktat och järnsulfat är cancerframkallande medan järnfumerat, järnglycinat är bra.

Rökt skinka (rökarom) finns också i någon KRAV-märkt barnmatsburk. För det första bör inte så små barn äta rökt mat alls, då rökt mat alltid innehåller polyaromatiska kolväten oavsett om den rökts på naturligt sätt eller inte. För det andra borde inte KRAV tillåta produkter med rökarom.

I några KRAV-märkta barnmatsburkar finns maltodextrin som kan skapa magproblem hos barn och som är en smakförstärkare som indikerar att varan har dålig kvalitet eftersom smaken måste höjas. KRAV borde inte tillåta detta ämne, då barnen behöver naturlig mat för att växa på rätt sätt.

Hipp KRAV-märkt barnmat som innehåller majsolja, har en majsolja som inte är ekologisk. Krav regler är ju att finns ekologiskt på marknaden måste detta användas. Nu finns ekologisk majsolja på marknaden, men den man tillåter är besprutad majsolja.

Jag tycker att det är en katastrof att KRAV tillåter så mycket skräp i maten, när odlare och uppfödare som har en ekologisk produktion sliter med extrajobb, klövervallar som plöjs ner, dyrare foder och mindre produktion, bara för att vi konsumenter ska få en bättre vara.

Produkter som bevisligen innehåller mer vitaminer och andra nyttiga ämnen.

Jag hoppas att alla som odlar, föder upp och tillverkar ekologiskt går samman och bildar en egen organisation där inga tillsatser tillåts och konkurrerar ut KRAV om de fortsätter att missköta sitt jobb att ge oss konsumenter ren mat.

Nu menar jag inte att vi konsumenter ska sluta att köpa KRAV för detta skulle slå ännu hårdare mot seriösa odlare och uppfödare som redan i dag har svårt att få ihop sin ekonomi. Utan att det är lika viktigt att läsa innehållsdeklarationen på en KRAV-produkt som det är att läsa innehållet på en annan produkt. Det är bönder, odlare och uppfödare som måste agera mot detta.

Tommy Svensson
Utbildningscenter
www.utbildningscenter.se