

# Ikke lenger ett fett

Sånn ser den forhatte palmeoljen ut.  
Takket være en effektiv forbrukerkampanje er den nesten borte fra norske kjøkkenskap.

32

68





FOTO: PAAL AUDESTAD

33  
68

**P**å et kontor i Tyskland sitter analytiker Siegfried Falk og klør seg i hodet. Han har akkurat oppdaget at Norge skiller seg ut i palmeolje-statistikken sammenlignet med resten av verden.

- Tallene er oppsiktsvekkende. Importen av palmeolje bare øker og øker i alle andre land. Norge er så vidt jeg kan se, det eneste landet der importen går ned, sier Falk.

Det tyske analysebyrået ISTA Mielke GmbH overvåker de globale markedene for oljefrø og vegetabiliske oljer. Selskapet utarbeider statistikker og rapporter som blir benyttet av alle aktører i bransjen, enten de handler med palmeolje, soyabønner, kokos eller andre vegetabiliske oljer. Tallene Siegfried Falk har funnet frem til, viser at den norske importen av palmeolje er gått ned fra 26 000 tonn i 2005 til 5000 tonn i fjor. I resten av verden er forbruket av palmeolje blitt doblet i løpet av de siste ti årene.

**PALMEOLJEFRI SONE.** Kokk og småbarnsfar Kenneth Melsom-Johansen fikk seg en real vekker etter å ha sett en reportasje om palmeolje i NRK-programmet *FBI*. Den viste hvordan palmeplantasjene truer regnskogen og hvordan palmeoljen truer folkehelsen. Som kjøkkensjef ved Quality Hotel Fredrikstad fant han ut at han kunne gjøre en innsats.

- I samarbeid med ledelsen bestemte jeg meg for å fjerne alle innslag av palmeolje på hotellet, sier Melsom-Johansen.

Palmeoljen utvinnes av frukten fra oljepalmetreet. Oljen er billig å produsere. Den tåler temperatursvingninger og har kvaliteter matprodusentene søker for å øke vekt og volum på en matvare. Derfor er den blitt verdens mest brukte matolje.

Tidligere var det transfett som var matvarebransjens versting. Dette er en samlebetegnelse på vegetabilisk

#### RETTE TIL Å FÅ VITE

Vi kan med loven i hånd kreve å få vite innholdet i det vi spiser. Derfor slipper vi unna den farlige palmeoljen.

fett som er kjemisk endret. Det gjør at fettene er herdet til å tåle høyere smeltepunkt og får en fastere form. I matvarer bidrar transfett blant annet til at fettene ikke harskner, og at kjeks kan holde seg i månedsvis.

Da kritikken mot transfett tiltok utover 2000-tallet, ble palmeolje lansert som løsningen. Nå hevder flere at palmeolje utgjør et enda større problem enn transfett. Palmeoljen er rik på mettede fettsyrer. Det er dårlig nytt. Norges fremste kostholdsekspert, med Helsedirektoratet i spissen, er nemlig entydige i sine anbefalinger: Begrens inntaket av mettet fett!

Hele 45 prosent av fettsyrene i palmeolje er såkalt palmitinsyre, som er den mettede fettsyren som mest fremmer det dårlige kolesterolet i kroppen, noe som kan føre til hjerte- og karsykdommer. Til sammenligning inneholder rapsolje 7 prosent og olivenolje 15 prosent mettet fett.

Også for miljøet er palmeolje dårlig nytt. Store mengder regnskog må hugges ned for å gi plass til oljepalmeplantasjene, særlig i Indonesia og Malaysia. Avskogingen truer urfolks landområder og artsmangfoldet i regnskogene og fører til økte klimagassutslipp. Selv om enkelte tjener gode penger på driften av oljepalmeplantasjene, er det flere som har mistet livsgrunnlaget sitt på grunn av palmeanleggene. Tidligere dyrket småbønder i disse områdene et variert utvalg av matvarer, deriblant ris, kokos, kakao, ananas og bananer.

**SÆRNORSK LOV.** Kjøkkensjef Melsom-Johansen syntes det var et paradoks at den nordiske hotellkjeden Nordic Choice, som eier Quality-hotellene, årlig skulle gi millioner kroner av støtte til Regnskogfondet og samtidig bruke masse penger på å kjøpe palmeoljevarer.

Da hotellet i Fredrikstad bestemte seg for å kvitte seg med palmeoljen,



FOTO: PAAL AUDESTAD

**PALMEOLJE:** Sånn ser den ut i kald tilstand: Oransjefarget og med ganske ekkel lukt.

fikk de støtte og veiledning fra Regnskogfondet og Grønn Hverdag. De to organisasjonene hadde like før iverksatt «Palmeoljekampanjen». Kampanjen startet med at de største norske matprodusentene ble bedt om å oppgi hvor mye palmeolje de brukte i sine matvarer. Ettersom palmeolje ofte betegnes som «vegetabilisk olje» eller «vegetabilisk fett», var det ikke lett for forbrukerne å finne ut hvor mye palmeolje produktene inneholdt.

På bakgrunn av undersøkelsen ble det utarbeidet en palmeoljeguide. Den viser andelen palmeolje i 900 matvarer - fra bakevarer, barnemat, hermetikk, frokostblandinger og ferdigmat til godteri og pålegg.

- Vi ble veldig overrasket over at det fantes palmeolje i nesten alle typer mat. Så lenge du ikke kjøpte et eple eller en banan, kunne du nesten være sikker på at du fikk i deg palmeolje, sier kampanjeansvarlig Anja Lyngsmark i Regnskogfondet.

På bakgrunn av palmeoljeguiden tok mange forbrukere direkte kontakt med næringsmiddelprodusentene. Ingen andre land har hatt en lignende forbrukerbevegelse som i Norge. Én av forklaringene er den særnorske miljøinformasjonsloven, som trådte i kraft i 2004. Loven gir norske forbrukere rett til å få miljøinformasjon fra alle offentlige og private virksomheter. Med loven i hånd kan dermed forbrukere kreve at næringsmiddelprodusenter oppgir hvilke ingredienser

**MÅLRETTET:** Kjøkkensjef Kenneth Melsom-Johansen har jobbet hardt for å fjerne alle spor av palmeolje ved Quality Hotel Fredrikstad. - Ved flere tilfeller har jeg kontaktet produsentene direkte for å få informasjon om hva varene inneholder, sier han.





**36** **NORGES FØRSTE:** Quality Hotel Fredrikstad er Norges første palmeoljefrie hotell. Hvis alt går etter planen, vil samtlige 170 hoteller i Nordic  
**68** Choice-kjeden være fri for palmeolje innen utgangen av 2014.

ser og leverandører de bruker.

- Kombinasjonen av et godt lovverk og et solid forbrukerengasjement har ført til at den norske kampanjen står i en særstilling, sier Lyngsmark.

Regnskogfondet trekker frem næringsmiddelgiganten Mills som et eksempel til etterfølgelse. Selskapet var Norges største forbruker av palmeolje innen mat, med et forbruk på 7000 tonn i 2011. Det tilsvarte bortimot halvparten av totalforbruket i norske matvarer. I løpet av fjoråret ble all palmeolje i Mills-produkter erstattet av andre vegetabiliske oljer.

Stabburet blir også trukket frem som et forbilde. Matprodusenten ble hedret med «Gullpalmen» av Regnskogfondet og Grønn Hverdag i fjor sommer for å ha kuttet ut all palmeolje i sine produkter, inkludert søtmonspåleggene Nugatti og Sjøkade.

**Med en ny EU-forskrift vil samlebegrepet «vegetabilisk fett» bli forbudt**

**PALMEOLJEVERSTING.** I løpet av det siste året er inntaket av palmeolje i Norge blitt redusert med to tredjedeler, fra 15 000 tonn til 5000 tonn. Det er store tall. Omregnet i kilo vil det si at hver nordmann fikk i seg 3 kilo palmeolje i 2011. I fjor var dette tallet redusert til 1 kilo.

Trolig vil forbruket kunne synke ytterligere. Tine har varslet at de vil kutte ut all palmeolje fra sine produkter. Toro har allerede gjort det i de fleste av sine varer, det samme gjelder Santa Maria. Rema 1000 har jobbet i to år med å fjerne den i egne merkevarer, og målet er å være helt palmeoljefri innen utgangen av 2013.

Palmeoljekampanjen utpekte i fjor kjeksprodusenten Sætre som versting, med et forbruk på 1500 tonn i året. Av selskapets rikholdige kjeks-sortiment er det kun Start-kjeks,

Fiberrik og Gullvafler som er fri for palmeolje. Ulike kjeksprodukter merkes dessuten fortsatt med betegnelsen «vegetabilisk olje». Det vil det snart bli slutt på. En ny EU-forskrift som vil bli innført i løpet av 2013, vil nemlig pålegge matprodusenter å spesifisere type fett i innholdsfortegnelsen. Dermed vil samlebetegnelser som «vegetabilisk fett» bli forbudt, ifølge Helsedepartementet.

**KAKEBAKST OG SAFTIS.** Kjeks og ferdigbakst var noe av det første Melsom-Johansen kvittet seg med på hotellkjøkkenet i Fredrikstad. Så å si alle bakevarer måtte byttes ut, inkludert brødvare, knekkebrød og croissanter.

- Det ga oss en mulighet til å bake mer selv, og det var positivt. Før jul serverte vi for eksempel bare hjem-



**LET OG FINN:** Bak ord som «vegetabilsk olje», «palm stearin» og «palm kernel oil» i innholdsfortegnelsen til vanlige husholdningsartikler, skjuler det seg palmeolje.

37  
68

melagde pepperkaker, forteller han.

Sist sommer måtte hotellet kutte ut gratis iskrem til barna. Iskjeksene inneholdt nemlig palmeolje. Det ble heller ikke gitt grønt lys for vanlige pinneis, ettersom «fettet som brukes til å lage emulgatoren kan ha sin opprinnelse fra palmeolje», ifølge produsenten.

- Det endte med at vi bare kunne servere saftis, sier Kenneth Melsom-Johansen.

**PILOTPROSJEKT.** Verre har det vært å kartlegge innholdet i andre hverdagsprodukter. Palmeoljen er nemlig en mye brukt ingrediens i alt fra såper, kosmetikk, tannpasta og oppvaskmidler til dyrefôr og biodrivstoff. Til og med telys er laget av palmeolje.

Palmeolje kan opptre under navn som «palm stearin», «palm kernel

**Vi vil sende et tydelig signal til industrien om at palmeolje ikke er greit**

Kenneth Melsom-Johansen, hotellkokk

oil», «sodium palm kernelate» og en lang rekke andre betegnelser. Enda verre er det med ingredienser som ofte, men ikke alltid, er laget av palmeolje. Disse kan ha kryptiske navn som «anionic surfactants», «cetyl alcohol», «stearic acid» og «isopropyl». Jungelen av betegnelser blir så ugjennomtrengelig at de færreste vurderer å fjerne alle forekomster av palmeolje.

- Noen synes det høres teit ut at vi skal kutte ut alle produkter med palmeolje, selv om det bare er snakk om mikroskopiske mengder. For oss er det viktig å være standhaftige. Vi vil sette et eksempel i forhold til industrien, og sende et tydelig signal om at bruken av palmeolje ikke er greit, sier Melsom-Johansen.

Kokkens personlige engasjement, godt støttet av ledelsen på hotellet

og av hotellkjeden sentralt, har gitt resultater. Nå kan Quality Hotel Fredrikstad skryte av å være Norges første palmeoljefrie hotell.

Ett hotell i Fredrikstad utgjør kanskje ikke en stor trussel for norske og internasjonale næringsmiddelprodusenter. Men det er bare begynnelsen. Nordic Choice Hotels jobber nå for å gjøre hele kjeden palmeoljefri innen utgangen av 2014. Det omfatter 170 hoteller med nesten 25 000 hotellrom og over 7 millioner gjester hvert år.

- Da begynner det å bli store summer, sier Kenneth Melsom-Johansen.

Årlig kjøper hotellgiganten mat og drikke for 900 millioner kroner i Sverige og Norge. Det er ikke lenger ett fett hva pengene brukes på. ■

[a-magasinet@aftenposten.no](mailto:a-magasinet@aftenposten.no)