

SUOMALAISTEN LUONNONVARAISTEN KASVIEN ELINTARVIKEKÄYTTÖHISTORIATIETOJA (18.6.2014, viimeisin päivitys 29.9.2016)

Tähän taulukkoon on koottu elintarvikekäytön kannalta tärkeimmät suomalaiset luonnonvaraiset kasvit ja kasvinosat, niiden uusielintarvikestatus EU:ssa sekä tieto pienimuotoisesta käytöstä elintarvikkeena ennen vuotta 1997. Tieto pienimuotoisesta käytöstä perustuu perinnetietoon sekä toimijoiden antamiin tietoihin käyttöhistoriasta. Toisin kuin komission uusielintarvikeluettelossa olevat tulkinnat, nämä tulkinnat koskien pienimuotoista käyttöä ovat voimassa vain Suomessa ja käytännöt eri jäsenmaissa saattavat vaihdella. Evira ei ole tutkinut kasvien turvallisuutta elintarvikkeena. Vastuu tuotteen turvallisuudesta ja sen määräystenmukaisuudesta on elintarvikealan toimijalla itsellään. Luonnonvaraisten kasvien kohdalla tulee yleisten elintarvikesäännösten lisäksi ottaa huomioon erityisesti uusielintarvikeasetus (EY) N:o 258/97 sekä ravitsemus- ja terveysväiteasetus (EY) N:o 1924/2006. Huomioitavaa-sarakkeen maininnat eivät ole Eviran kantoja, tulkintoja tai suosituksia, vaan tietoa, joka on kerätty mainituista lähteistä. Tätä taulukkoa suomalaisten luonnonvaraisten kasvien elintarvikekäyttöhistoriatiedosta voidaan täydentää toimijoiden toimittaman dokumentaation perusteella.

TAULUKOSSA KÄYTETTYJEN TERMIEN MÄÄRITELMÄT

Ei uusielintarvike: Kasvia ja kasvinosaa tiedetään käytetyn elintarvikkeena EU:n alueella merkitsevässä määrin ennen vuotta 1997 ja sen käyttö on sallittua kaikissa elintarvikkeissa.

Ei uusielintarvike ravintolisissä: Kasvia ja kasvinosaa tiedetään käytetyn ravintolisänä EU:n alueella merkitsevässä määrin ennen vuotta 1997 ja sen käyttö on sallittua ravintolisissä.

Yrttitee: Yrttiteellä tarkoitetaan tuoreesta tai kuivatusta kasvista tai kasvin osasta vesiutolla valmistettua haudutettua juomaa, jota käytetään teen tai kahvin tapaan.

Mauste: Mausteella tarkoitetaan tuoretta tai kuivattua kasvia tai kasvin osaa, jota käytetään pienissä määrin (enintään muutama prosentti tuotteen painosta tai tilavuudesta), ja jota lisätään ruokaan antamaan makua.

Annoskoriste: Annoskoristeella tarkoitetaan syötävää kasvia tai kasvin osaa, jolla viimeistellään annokset, leivonnaiset tms.

KASVI(LAJI)		KASVINOSA	UUSELINTARVIKESTATUS ¹	OSOITETTU PIENIMUOTOINEN ELINTARVIKEKÄYTTÖ	HUOMIOITAVAA
Ahomansikka eli metsämansikka	<i>Fragaria vesca</i>	marjat/(epä)hedelmät	ei uuselintarvike		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Sekä mansikan marjat että lehdet voivat aiheuttaa allergisia oireita.
		lehdet	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, annoskoriste	EFSA ² : Kasvin maanpäälliset osat esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
Heinäratamo	<i>Plantago lanceolata</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	EFSA ² : Kasvin lehdet ja siemenet esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
Humala	<i>Humulus lupulus</i>	(emi)kukinnot/tähkät	ei uuselintarvike		EFSA ² : Kasvi sisältää yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. flavanoneja). Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
Islanninjäkälä eli isohirvenjäkälä	<i>Cetraria islandica</i>	koko kasvi	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste, annoskoriste	NF ¹ : Islanninjäkälässä on havaittu korkeita raskasmetallipitoisuuksia (mm. lyijyä, kadmiumia). EFSA ² : Kasvi sisältää yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. dibentsofuraanijohdannaisia). THIE ⁹ : Suositellaan käytön rajoittamista.
Isokarpalo	<i>Vaccinium oxycoccos</i>	marjat	ei uuselintarvike		
		lehdet	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Isotakiainen	<i>Arctium lappa</i>	koko kasvi	ei uuselintarvike		EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-

			ravintolisissä		sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
		juuret	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	BE, FR, IT ¹⁰ : Laksatiivinen suurina annoksina. THIE ⁹ : Suositellaan juurten käytön rajoittamista.
Jauhosavikka	<i>Chenopodium album</i>	lehdet		mauste	Myrkytystietokeskus ³ : Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita.
Juolavehnä	<i>Elymus repens</i> , <i>Agropyron repens</i>	juuret/juurakot	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. THIE ⁹ : Suositellaan käytön rajoittamista.
Juolukka	<i>Vaccinium uliginosum</i>	marjat	ei uuselintarvike		
		lehdet	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	
Kamomillasaunio	<i>Matricaria recutita</i> , <i>Matricaria chamomilla</i>	(juuri puhjenneet) kukat/kukinnot/mykeröt	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	NF ¹ : Kamomillasaunio voi aiheuttaa allergisia oireita. BE ¹⁰ : Ei suositella jatkuvaan käyttöön.
		kaikki muut kasvinosat	ei uuselintarvike ravintolisissä		EFSA ² : Kasvin kukat esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
Kanerva	<i>Calluna vulgaris</i>	kukat/nuput, kukkivat versolatvat/kukkaversot	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, annoskoriste	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Kanerva sisältää mm. parkkiaineita ja arbutiinia (0,5 %).
		(nuoret) versot, varret	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	Myrkytystietokeskus ³ : Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita.
Kangasajuruoho	<i>Thymus serpyllum</i>	lehdet	ei uuselintarvike		
		muut maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	

Kataja	<i>Juniperus communis</i>	marjat/kävyt (mustina, kypsinä, noin 2 vuoden ikäisinä)	ei uuselintarvike		NF ¹ , Rautavaara ⁶ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Marjoissa on noin 10 % veteen liukenematonta hartsia, minkä takia niitä suositellaan syötävän vain pieniä määriä.
		nuoret vuosikasvaimet (kerkät), nuoret versot, puuaines, lehdet/neulaset	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Ei suositella munuaissairaille eikä raskaana oleville. EFSA ² : Kasvin marjat/kävyt ja lehdet/neulaset sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. bisyklisiä monoterpeenejä). Myrkytystietokeskus ³ : Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita. THIE ⁹ : Suositellaan versojen ja puuaineksen käytön rajoittamista.
		pihka/hartsi, juuret	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Kehäkukka	<i>Calendula officinalis</i>	kukat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste, annoskoriste	
Ketohanhikki	<i>Potentilla anserina</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	
		kaikki muut kasvinosat	ei uuselintarvike ravintolisissä		

Keto-orvokki	<i>Viola tricolor</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, annoskoriste	EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla THIE ⁹ : Suositellaan käytön rajoittamista.
Koiranruusu	<i>Rosa canina</i>	marjat	ei uuselintarvike ravintolisissä		
		kukat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste, annoskoriste	
		(nuoret) versot, lehtisilmut	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Koivut (raudus- ja hieskoivu)	<i>Betula pendula, Betula pubescens</i>	mahla	ei uuselintarvike ravintolisissä		EFSA ² : Kasvin lehdet esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. THIE ⁹ : Suositellaan lehtien käytön rajoittamista.
		(nuoret) lehdet, silmut	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste, annoskoriste	
		kuori, kukat, siemenet, hartsit	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Kultapiisku	<i>Solidago virgaurea</i>	kukkiva versonlatva, kukat/kukinnot	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Kultapiisku sisältää mm. saponiineja ja parkkiaineita. NF ¹ : Ei suositella nautittavaksi suurina annoksina eikä jatkuvaan käyttöön. EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. Myrkytystietokeskus ³ : Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita. THIE ⁹ : Suositellaan käytön rajoittamista.

Kumina	<i>Carum carvi</i>	hedelmät/siemenet	ei uuselintarvike		Luonnonyrttiopas ⁸ : Ei suositella suurina määrinä maksa- ja munuaissairaille. EFSA ² : Kasvin hedelmät/siemenet sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. monoterpeeniketoneita).
Käenkaali eli ketunleipä	<i>Oxalis acetosella</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	annoskoriste	Myrkytystietokeskus ³ : Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita. Luonnonyrttiopas ⁸ : Sisältää oksaalihappoa. Ei suositella henkilöille, jotka sairastavat kihtiä, niveltulehdusta tai munuaiskiviä.
Lakka	<i>Rubus chamaemorus</i>	marjat/hedelmät	ei uuselintarvike		
		lehdet		yrttitee	
Lillukka	<i>Rubus saxatilis</i>	lehdet		yrttitee	
Lutukka	<i>Capsella bursa-pastoris</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	THIE ⁹ : Suositellaan käytön rajoittamista.
(Metsä)kuusi	<i>Picea abies</i>	nuoret vuosikasvaimet (kerkät)	ei uuselintarvike		NF ¹ : Kuusi voi aiheuttaa allergisia oireita.
		lehdet/neulasennot/havut, silmut	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	THIE ⁹ : Suositellaan lehtien käytön rajoittamista.
		kukat, kävyt, pihka/hartsit	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Metsälehmus	<i>Tilia cordata</i>	kukat, lehdet	ei uuselintarvike	yrttitee	

			ravintolisissä		
		kaikki muut kasvinosat	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Maahumala	<i>Glechoma hederacea</i>	koko kasvi	ei uuselintarvike		<p>EFSA²: Kasvin maanpäälliset osat sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (esim. tropaanityypiseen runkoon yhdistyneet pyrrolidiini-alkaloidit).</p> <p>Myrkytystietokeskus³: Kasvi on myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita.</p> <p>THIE⁹: Suositellaan käytön rajoittamista.</p> <p>BE¹⁰: Myrkyllinen kasvi, joita ei pidä käyttää elintarvikkeissa.</p>
Maitohorsma	<i>Epilobium angustifolium</i>	(nuoret) versot/varret	ei uuselintarvike		<p>EFSA²: <i>Epilobium</i>-suvun joidenkin kasvien maanpäälliset osat sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle, mm. eturauhasen toiminnalle (mm. makrosyklisiä ellagitanniineja).</p>
		muut maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste, annoskoriste	
Mesiangervo	<i>Filipendula ulmaria</i>	lehdet, kukinnot/kukat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	<p>NF¹, Luonnonyrttiopas⁸: Mesiangervo sisältää salisylaatteja ja voi aiheuttaa allergisia oireita.</p> <p>NF¹, Luonnonyrttiopas⁸: Ei suositella jatkuvaan käyttöön.</p> <p>EFSA²: Kasvin maanpäälliset osat esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.</p>
		kaikki muut kasvinosat	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Mesimarja	<i>Rubus arcticus</i>	marjat/hedelmät	ei uuselintarvike		
		kukat		yrttitee, annoskoriste	

		marjojen kannat, lehdet, versot		yrttitee	
Mustaherukka	<i>Ribes nigrum</i>	marjat/hedelmät, lehdet	ei uuselintarvike		EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. Luonnonyrttiopas ⁸ : Myrkyllinen näköislaji: koiranheisi (<i>Viburnum opulus</i>).
		silmut, kukat, siemenet	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Mustikka	<i>Vaccinium myrtillus</i>	marjat/hedelmät	ei uuselintarvike		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Mustikan lehdet sisältävät oksaalihappoa. NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Ei suositella jatkuvaan käyttöön tai munuaissairaille. EFSA ² : Kasvin lehdet esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
		(nuoret) lehdet, (nuoret) versot/varret	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	
Mänty	<i>Pinus sylvestris</i>	nila- ja jälsikerros eli pettu	ei uuselintarvike		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Männyn neulaset sisältävät paljon haihtuvia öljyjä, jotka pitkään nautittuna voivat olla terveydelle haitallisia.
		nuoret vuosikasvaimet /versot (kerkät), neulaset	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	EFSA ² : Kasvin rungon pihkaöljy esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
		kävyt, silmut, kaama/kuori	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Niittysuolaheinä	<i>Rumex acetosa</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike		Myrkytystietokeskus ³ : Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita. Luonnonyrttiopas ⁸ : Sisältää oksaalihappoa. Ei suositella henkilöille, jotka sairastavat kihtiä, niveltulehdusta tai munuaiskiviä.
		kaikki muut kasvinosat	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Nokkonen	<i>Urtica dioica</i>	nuoret versot, lehdet	ei uuselintarvike		EFSA ² : Kasvin maanpäälliset osat esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
		siemenet	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	

		juuret	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	Myrkytystietokeskus ³ : Kasvi aiheuttaa lähinnä paikallisia ärsytysoireita. THIE ⁹ : Suositellaan juurien käytön rajoittamista.
		kaikki muut kasvinosat	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Pakurikäpää	<i>Inonotus obliquus</i>	sienen aiheuttama kasvannainen (pakuri)	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	
Peltokorte	<i>Equisetum arvense</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Ei suositella nautittavaksi suurina annoksina eikä munuaissairaille. EFSA ² : Kasvin maanpäälliset osat esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. Myrkytystietokeskus ³ : Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita. Luonnonyrttiopas ⁸ : Myrkyllinen näköislaji: suokorte (<i>E. palustre</i>).
Pelto-orvokki	<i>Viola arvensis</i>	kukat		yrttitee, annoskoriste	

Piharatamo	<i>Plantago major</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	
Pihatatar	<i>Polygonum aviculare</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	
Pihatähtimö eli vesiheinä	<i>Stellaria media</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	EFSA ² : Koko kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
(Koti)pihlaja	<i>Sorbus aucuparia</i>	marjat/hedelmät	ei uuselintarvike ravintolisissä		EFSA ² : Kasvin hedelmä/marjat esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla.
		lehdet, silmut, kukat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	
		siemenet	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Poimuhierakka	<i>Rumex crispus</i>	lehdet	ei uuselintarvike ravintolisissä		EFSA ² : Rumex-suvun kasvit sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (esim. hydroksiantraseenijohdannaisia ja oksalaatteja). BE, FR, IT ¹⁰ : Lehdet sisältävät oksalaatteja, tanniineja (3 – 6 %) ja antraknoneja, juuret sisältävät antraknoneja (1 – 2,5 %).
		koko kasvi	ei uuselintarvike ravintolisissä		
					Myrkytystietokeskus ³ : Hierakat ovat myrkyllisiä,

					mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita.
Poimulehti	<i>Alchemilla vulgaris</i>	(nuoret) lehdet, varret	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. THIE ⁹ : Suositellaan maanpäällisten osien käytön rajoittamista.
		muut maanpäälliset osat, juuret	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Puna-apila	<i>Trifolium pratense</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste, annoskoriste	
Puolukka	<i>Vaccinium vitis-idaea</i>	marjat/hedelmät	ei uuselintarvike ravintolisissä		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Puolukan lehdet sisältävät noin 5 % arbutiinia ja sen johdannaisia, jotka muuttuvat elimistössä hydrokinoniksi, joka on terveydelle haitallinen. NF ¹ , BE ¹⁰ : Puolukan lehtiä ei suositella jatkuvaan käyttöön eikä raskaana oleville tai imettäville naisille. EFSA ² : Kasvin lehdet esiintyvät joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. Myrkytystietokeskus ³ : Lehdet myrkyllisiä, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita.
		lehdet	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	
		kukat, nuoret versot	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Pyöreälehtikihokki	<i>Drosera rotundifolia</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä		EFSA ² : Kasvin maanpäälliset osat sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. naftokinonijohdannaisia).
Ruiskaunokki	<i>Centaurea cyanus</i>	kukat	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Siankärsämö	<i>Achillea millefolium</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Siankärsämö sisältää mm. n. 0,5 % haihtuvia öljyjä, parkkiaineita ja glykosideja, jotka ovat terveydelle haitallisia.

					<p>Kasvi saattaa aiheuttaa allergisia oireita.</p> <p>NF¹: Ei suositella nautittavaksi suurina annoksina eikä jatkuvaan käyttöön.</p> <p>EFSA²: Kasvin kukat ja lehdet sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. eteeristen öljyjen bisyklisiä monoterpeenejä).</p> <p>Myrkytystietokeskus³: Paikallisesti ärsyttävä kasvi.</p> <p>THIE⁹: Suositellaan käytön rajoittamista.</p>
--	--	--	--	--	--

Sianpuolukka eli sianpuola	<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>	lehdet	ei uuselinvarvike ravintolisissä		<p>Sianpuolukka on Fimean lääkeluettelon rohdoskasvi⁴. Mikäli lääkeluettelon rohdosta myydään elintarvikeena, valmisteen käyttö on perustuttava muuhun kuin lääkkeelliseen vaikutukseen. Lääkkeeksi luokiteltua valmistetta ei saa pitää kaupan elintarvikeena.</p> <p>Luonnonrytitiopas⁸: Lehdet sisältävät noin 5-11 % arbutiinia ja metyyliarbutiinia, jotka muuttuvat elimistössä hydrokinoniksi, joka on terveydelle haitallinen.</p> <p>Luonnonrytitiopas⁸: Ei suositella jatkuvaan käyttöön.</p> <p>EFSA²: Kasvin lehdet sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. kinoniglykosidejä).</p> <p>Myrkytystietokeskus³: Myrkyllinen, mutta pienen määrän syöminen aiheuttaa harvoin oireita.</p>
Sikuri	<i>Cichorium intybus</i>	lehdet, juuret	ei uuselinvarvike		
		muut kasvinosat	ei uuselinvarvike ravintolisissä		
Sinimailanen	<i>Medicago sativa</i>	lehdet, varsi	ei uuselinvarvike		<p>EFSA²: Kasvin maanpäälliset osat sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. pyrrolidiinialkaloideja).</p>
		muut maanpäälliset osat	ei uuselinvarvike ravintolisissä		
Tyrni	<i>Hippophae rhamnoides</i>	marjat, lehdet, kukat	ei uuselinvarvike		

Vadelma	<i>Rubus idaeus</i>	marjat/hedelmät	ei uuselintarvike		EFSA ² : Kasvin lehdet sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle. Lehtien haitta-aineita ei ole tunnistettu, mutta eläinkokeissa niillä on todettu olevan vaikutuksia kantavuuteen sekä hedelmällisyyteen.
		lehdet, lehtisilmut, nuoret versot	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	
Valkoapila	<i>Trifolium repens</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste, annoskoriste	
Valkopeippi	<i>Lamium album</i>	maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee	EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla
Variksenmarja	<i>Empetrum nigrum</i>	marjat	ei uuselintarvike		
Vihanneskrassi	<i>Lepidium sativum</i>	lehdet	ei uuselintarvike		
		muut kasvinosat	ei uuselintarvike ravintolisissä		
Voikukka	<i>Taraxacum officinale</i>	koko kasvi	ei uuselintarvike		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Voikukan siitepöly voi aiheuttaa allergisia oireita. EFSA ² : Kasvi esiintyy joidenkin EU-maiden ei-sallittujen tai rajoitetun käytön listalla. THIE ⁹ : Suositellaan lehtien ja juurien käytön rajoittamista.
Vuohenputki	<i>Aegopodium podagraria</i>	(nuoret) aluslehdet/lehdet, versot	ei uuselintarvike		
		muut maanpäälliset osat	ei uuselintarvike ravintolisissä		

Väinönputki	<i>Angelica archangelica</i>	(nuoret) varret, (nuoret) lehdet, ruodit	ei uuselintarvike		Luonnonyrttiopas ⁸ : Väinönputki voi aiheuttaa auringonvalon kanssa iho-oireita.
		juurakot/juuret, hedelmät/siemenet	ei uuselintarvike ravintolisissä	yrttitee, mauste	<p>Väinönputki on Fimean lääkeluettelon rohdoskasvi⁴. Mikäli lääkeluettelon rohdosta myydään elintarvikkeena, valmisteen käyttö on perustuttava muuhun kuin lääkkeelliseen vaikutukseen. Lääkkeeksi luokiteltua valmistetta ei saa pitää kaupan elintarvikkeena.</p> <p>EFSA²: <i>Angelica</i>-suvun kasvien hedelmät ja juuret sisältävät yhdisteitä, jotka ovat elintarvikekäytössä mahdollisesti haitallisia ihmisten terveydelle (mm. furanokumariineja).</p> <p>Myrkytystietokeskus³: Paikallisesti ärsyttävä kasvi.</p> <p>THIE⁹: Suositellaan juurien ja varsien käytön rajoittamista.</p>

LÄHTEET

¹Novel food catalogue (Euroopan komission luettelo uuselintarviketulkinnosta, julkinen http://ec.europa.eu/food/food/biotechnology/novelfood/novel_food_catalogue_en.htm ja laajempi ei-julkinen versio).

²EFSA Scientific report, 2012, Compendium of botanicals reported to contain naturally occurring substances of possible concern for human health when used in food and food supplements <http://www.efsa.europa.eu/en/efsajournal/doc/2663.pdf> (kooste kasveista, joissa on havaittu olevan luontaisia esim. myrkyllisiä, riippuvuutta aiheuttavia, psykotrooppisia tai muita ihmisen terveydelle haitallisia aineita).

³Myrkytystietokeskuksen kasviluettelo <http://www.hus.fi/sairaanhoito/sairaanhoitopalvelut/myrkytystietokeskus/kasvit/Sivut/default.aspx>.

⁴Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimean lääkeluettelo <http://www.fimea.fi/valvonta/luokittelu/laakeluettelo>, 2013, liite 2 Lääkeluettelon rohdokset.

⁵Pilegaard K., Eriksen F., Soerensen M. ja Gry J., 2007, EuroFIR-NETTOX-kasviluettelo http://www.eurofir.org/?page_id=161 (EU-projektina tehty lista syötävistä kasveista, jotka on hyväksytty EU:ssa myös listaksi kasveja, jotka pääsääntöisesti voidaan katsoa olevan ei-uuselintarvikkeita).

⁶Rautavaara T., 1976, Mihin kasvimme kelpaavat.

⁷Hakala P., Mäkinen Y., Suojanen A., Vauras J. ja Vauras R., 1985, Kauppayrttiopas.

⁸Moisio S., Mäkinen Y., Tuominen M. ja Vauras J., 2006, Luonnonyrttiopas.

⁹Tea & Herbal Infusions Europe, 2015, THIE Inventory List of Herbals Considered as Food, http://www.thie-online.eu/fileadmin/inhalte/Publications/HFI/2015-01-21_PU_THIE_Inventory_List_of_Herbals_Considered_as_Food.pdf (lista kasveista, joita on Euroopassa käytetty infuusioissa).

¹⁰Eri EU:n jäsenmaiden (mm. BE, FR, IT, AT, SK) kansalliset säädökset tai listat kasveista, jotka on kielletty elintarvikkeissa tai sallittu ravintolisissä, yrtiteissä tai mausteena.

¹¹Kinnunen J., 2013, Luonnonkasvien elintarvikekäyttöselvitys ja kasvien status uuselintarvikeasetuksen kannalta, opinnäytetyö, Oulun seudun ammattikorkeakoulu, <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013101816190>.

¹²Maa- ja metsätalousvaliokunnan lausunto 10/2014 vp, 2014, valtioneuvoston selvitys ehdotuksesta Euroopan parlamentin ja neuvoston asetukseksi uuselintarvikkeista https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/Lausunto/Documents/mmv1_10+2014.pdf.