

INFORMATION OM FINSKA VILDA VÄXTERS ANVÄNDNINGSHISTORIA SOM LIVSMEDEL (18.6.2014, uppdaterad 26.1.2016)

I denna tabell har sammanförts information om de viktigaste finska vilda växterna och växtdelarna med tanke på användningen som livsmedel, om deras status som nytt livsmedel i EU och om småskalig användning av dem som livsmedel före året 1997. Informationen om småskalig användning bygger på nedärvd information och på information som företagarna gett om användningshistorien. Till skillnad från tolkningarna i kommissionens förteckning över nya livsmedel, gäller dessa tolkningar som gäller småskalig användning endast i Finland och praxis i olika medlemsländer kan variera. Evira har inte undersökt hur säkra växterna är som livsmedel. Ansvaret för att en produkt är säker och följer bestämmelserna ligger hos livsmedelsföretagaren själv. För vilda växters del skall utöver de allmänna livsmedelsbestämmelserna också särskilt förordningen om nya livsmedel (EG) nr 258/97 och förordningen om närings- och hälsopåståenden (EG) nr 1924/2006 beaktas. Omnämningarna i kolumnen Observera utgör inte Eviras ståndpunkter, tolkningar eller rekommendationer, utan sådan information, som samlats in från källorna som nämnts. Denna tabell över finska vilda växters användningshistoria som livsmedel kan kompletteras utgående från dokumentation som företagarna levererat.

DEFINITIONER PÅ TERMINOLOGIN SOM ANVÄNTS I TABELLEN

Inte nytt livsmedel: Man vet att växten eller växtdelen i större utsträckning använts för konsumtion inom EU:s område före året 1997 och den får användas i alla livsmedel.

Inte nytt livsmedel i kosttillskott: Man vet att växten eller växtdelen i större utsträckning använts som kosttillskott inom EU:s område före året 1997 och den får användas i kosttillskott.

Örtte: Med örtte avses en sådan dryck, som tillretts av en färsk eller torkad växt eller växtdel genom infusion och som används på samma sätt som te eller kaffe.

Krydda: Med krydda avses en färsk eller torkad växt eller växtdel som används i små mängder (högst några procent av produktens vikt eller volym) och som tillsätts i maten för att ge smak.

Garnityr: Med garnityr avses en ätlig växt eller växtdel, med vilken portioner, bakverk etc. ges en sista finish.

VÄXT(ART)		VÄXTDEL	STATUS SOM NYTT LIVSMEDEL ¹	PÅVISAD SMÅSKALIG ANVÄNDNING SOM LIVSMEDEL	OBSERVERA
Smultron eller skogssmultron	<i>Fragaria vesca</i>	bären/(sken)frukterna	inte nytt livsmedel		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Såväl bären som bladen kan orsaka allergiska symptom.
		bladen	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, garnityr	EFSA ² : Växtens ovanjordiska delar förekommer på några EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
Humle	<i>Humulus lupulus</i>	(hon)ställningarna/kottarna	inte nytt livsmedel		EFSA ² : Växten innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. flavanoner). Växten förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
Islandslav	<i>Cetraria islandica</i>	alla växtdelar	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda, garnityr	NF ¹ : I islandslav har påträffats höga halter tungmetaller (bl.a. bly, kadmium). EFSA ² : Växten innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. dibensofuranderivat). THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas.
Kvickrot	<i>Elymus repens</i> , <i>Agropyron repens</i>	rötterna/rotstockarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda	EFSA ² : Växten förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning. THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas.
Kamomill eller sötblomster	<i>Matricaria recutita</i> , <i>Matricaria</i>	(de nyligen utslagna) blommorna/blomställningarna/blomkorgarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	NF ¹ : Kamomillen kan orsaka allergiska symptom. BE ¹⁰ : Rekommenderas inte för fortlöpande bruk.

	<i>chamomilla</i>	alla övriga växtdelar	inte nytt livsmedel i kosttillskott		EFSA ² : Växtens blommor förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
Ljung	<i>Calluna vulgaris</i>	blommorna/knopparna, de blommande toppskotten/blomskotten	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, garnityr	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Ljungen innehåller bl.a. garvämmen och arbutin (0,5 %).
		(de unga) skotten, stjälkarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	Giftinformationscentralen ³ : Giftig, men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom.
En	<i>Juniperus communis</i>	bären/kottarna (som svarta, mogna, vid cirka 2 års ålder)	inte nytt livsmedel		NF ¹ , Rautavaara ⁶ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Bären innehåller cirka 10 % harts som inte löses i vatten och därför rekommenderas intag endast i små mängder.
		de unga årsskotten, de unga skotten, träet, löven/barren	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Rekommenderas inte för njursjuka eller gravida personer. EFSA ² : Växtens bär/kottar och löv/barr innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. bicykliska monoterpener).
		kådan/hartset, rötterna	inte nytt livsmedel i kosttillskott		Giftinformationscentralen ³ : Giftig, men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom. THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas för de unga skotten och träet.
Björkar (vårtbjörk och glasbjörk)	<i>Betula pendula, Betula pubescens</i>	saven	inte nytt livsmedel		EFSA ² : Växtens löv förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
		(de unga) löven, knopparna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda, garnityr	THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas för

		barken, blommorna, fröna, hartset	inte nytt livsmedel i kosttillskott		löven.
Gullris	<i>Solidago virgaurea</i>	de blommande toppskotten, blommorna/blomställningarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	<p>NF¹, Luonnonyrttiopas⁸: Gullriset innehåller bl.a. saponiner och garvämmen.</p> <p>NF¹: Rekommenderas inte för intag i stora mängder eller för fortlöpande bruk.</p> <p>EFSA²: Växten förekommer på vissa EU-länders lista över icketillåtna växter eller växter med begränsad användning.</p> <p>Giftinformationscentralen³: Giftig men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom.</p> <p>THIE⁹: Begränsad användning rekommenderas</p>
Kummin	<i>Carum carvi</i>	frukterna/fröna	inte nytt livsmedel		<p>Luonnonyrttiopas⁸: Rekommenderas inte i stora mängder för lever- eller njursjuka personer.</p> <p>EFSA²: Växtens frukter/frön innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. monoterpenketoner).</p>
Gran	<i>Picea abies</i>	de unga årsskotten	inte nytt livsmedel		NF ¹ : Granen kan orsaka allergiska symptom.
		löven/barren/riset, knopparna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas för löven.
		blommorna, kottarna, kådan/hartset	inte nytt livsmedel i kosttillskott		

Jordreva	<i>Glechoma hederacea</i>	de ovanjordiska delarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda	EFSA ² : Växtens ovanjordiska delar innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (såsom pyrrolizidinalkaloider länkade till en stomme av typen tropan). Giftninformationscentralen ³ : Giftig men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom. THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas. BE ¹⁰ : En giftig växt som inte bör användas i livsmedel.
Mjölke eller mjölkört	<i>Epilobium angustifolium</i>	(de unga) skotten/stjälkarna	inte nytt livsmedel		EFSA ² : De ovanjordiska delarna av vissa andra växter av släktet <i>Epilobium</i> innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga, bl.a. med tanke på prostatans funktion (bl.a. makrocycliska ellagitanniner).
		övriga ovanjordiska delar	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda, garnityr	
Älggräs eller älgört	<i>Filipendula ulmaria</i>	bladen, blomställningarna/blommorna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Älggräset innehåller salicylater och kan orsaka allergiska symptom. NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Rekommenderas inte för fortlöpande bruk. EFSA ² : Växtens ovanjordiska delar förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
		alla övriga växtdelar	inte nytt livsmedel i kosttillskott		
Åkerbär	<i>Rubus arcticus</i>	bären/frukterna	inte nytt livsmedel		
		blommorna		örtte, garnityr	
		bärfästena, bladen, skotten		örtte	
Svarta vinbär eller svartvinbär	<i>Ribes nigrum</i>	bären/frukterna	inte nytt livsmedel		EFSA ² : Växten förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad

		bladen	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda, garnityr	användning. Luonnonyrttiopas ⁸ : Kan förväxlas med olvon (<i>Viburnum opulus</i>) som är giftig.
		knopparna, blommorna, fröna	inte nytt livsmedel i kosttillskott		
Blåbär	<i>Vaccinium myrtillus</i>	bären/frukterna	inte nytt livsmedel		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Blåbärsbladen innehåller oxalsyra. NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Rekommenderas inte för fortlöpande bruk eller njursjuka personer.
		(de unga) bladen, (de unga) skotten/stjälkarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	EFSA ² : Växtens blad förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
Tall eller fura	<i>Pinus sylvestris</i>	de unga årsskotten, barren	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Tallens barr innehåller stora mängder flyktiga oljor som vid långvarigt intag kan vara hälsovådliga.
		kottarna, knopparna, barken	inte nytt livsmedel i kosttillskott		EFSA ² : Kådoljan i växtens stam förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
Brännässla	<i>Urtica dioica</i>	de unga skotten, bladen	inte nytt livsmedel		EFSA ² : Växtens ovanjordiska delar förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
		rötterna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	Giftinformationscentralen ³ : Växten orsakar närmast lokala irritationssymptom.
		alla övriga växtdelar	inte nytt livsmedel i kosttillskott		THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas för rötterna.
Sprängticka	<i>Inonotus obliquus</i>	knölen som svampen ger upphov till	inte nytt livsmedel i	örtte	

			kosttillskott		
Åkerfräken	<i>Equisetum arvense</i>	de ovanjordiska delarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	<p>NF¹, Luonnonyrttiopas⁸: Rekommenderas inte för intag i stora doser eller för njursjuka personer.</p> <p>EFSA²: Växtens ovanjordiska delar förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.</p> <p>Giftinformationscentralen³: Giftig, men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom.</p> <p>Luonnonyrttiopas⁸: Kan förväxlas med kärrfräken (<i>E. palustre</i>) som är giftig.</p>
Våtarv eller natagräs	<i>Stellaria media</i>	de ovanjordiska delarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott		EFSA ² : Hela växten förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
Rönn	<i>Sorbus aucuparia</i>	bären/frukterna	inte nytt livsmedel		EFSA ² : Växtens frukter/bär förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning.
		löven, knopparna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	
		blommorna, fröna	inte nytt livsmedel i kosttillskott		
Krussyra eller krusskräppa	<i>Rumex crispus</i>	bladen	inte nytt livsmedel		<p>EFSA²: Växterna av släktet Rumex innehåller föreningar som vid användning som livsmedel eventuellt är hälsovådliga (såsom hydroxiantracenderivat och oxalater).</p> <p>BE, FR, IT¹⁰: Bladen innehåller oxalater, tanniner (3 – 6 %) och antrakinoner, rötterna innehåller antrakinoner (1 – 2,5 %).</p>
		hela växten	inte nytt livsmedel i kosttillskott		

					Giftinformationscentralen ³ : Syrorna är giftiga, men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom.
Daggkåpa	<i>Alchemilla vulgaris</i>	(de unga) bladen, stjälkarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	EFSA ² : Växten förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning. THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas för de ovanjordiska delarna.
		övriga ovanjordiska delar, rötterna	inte nytt livsmedel i kosttillskott		
Rödklöver	<i>Trifolium pratense</i>	de ovanjordiska delarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda, garnityr	
Lingon	<i>Vaccinium vitis-idaea</i>	bären/frukterna	inte nytt livsmedel		NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Lingonets blad innehåller cirka 5 % arbutin och derivater av arbutin som i kroppen omvandlas till hälsovådligt hydrokinon. NF ¹ , BE ¹⁰ : Lingonets blad rekommenderas inte för fortlöpande bruk eller för gravida eller ammande kvinnor. EFSA ² : Växtens blad förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning. Giftinformationscentralen ³ : Bladen är giftiga, men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom.
		bladen	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	
		blommorna, de unga skotten	inte nytt livsmedel i kosttillskott		
Rundsileshår eller daggört	<i>Drosera rotundifolia</i>	de ovanjordiska delarnasat	inte nytt livsmedel i kosttillskott		EFSA ² : Växtens ovanjordiska delar innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. naftokinonderivater).
Rölleka eller röllika	<i>Achillea millefolium</i>	de ovanjordiska delarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda	NF ¹ , Luonnonyrttiopas ⁸ : Röllekan innehåller bl.a. ca 0,5 % flyktiga oljor, garvämnen och glykosider, som är hälsovådliga. Växten kan orsaka allergiska symptom.

					<p>NF1: Rekommenderas inte för intag i stora doser eller för fortlöpande bruk.</p> <p>EFSA²: Växtens blommor och blad innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. eteriska oljors bicykliska monoterpener).</p> <p>Giftinformationscentralen³: Lokalt irriterande växt.</p> <p>THIE⁹: Begränsad användning rekommenderas.</p>
Mjölon	<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>	bladen	inte nytt livsmedel i kosttillskott		<p>Mjölon är en drog som är införd i Fimeas läkemedelsförteckning⁴. Om en drog i läkemedelsförteckningen saluhålls som livsmedel, skall användningen av preparatet bygga på någon annan inverkan än dess medicinska inverkan. Ett preparat som klassificerats som läkemedel får inte saluhållas som livsmedel.</p> <p>Luonnonyrttiopas⁸: Bladen innehåller cirka 5-11 % arbutin och metylarbutin som i kroppen omvandlas till hälsovådligt hydrokinon.</p> <p>Luonnonyrttiopas⁸: Rekommenderas inte för fortlöpande bruk.</p> <p>EFSA²: Växten blad innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. kinonglykosider).</p> <p>Giftinformationscentralen³: Giftig, men intag av en liten mängd orsakar sällan symptom.</p>

Blåusern	<i>Medicago sativa</i>	bladen, stjälken	inte nytt livsmedel		EFSA ² : Växtens ovanjordiska delar innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a., pyrrolidizinalkaloider).
		övriga ovanjordiska delar	inte nytt livsmedel i kosttillskott		
Hallon	<i>Rubus idaeus</i>	bären/frukterna	inte nytt livsmedel		EFSA ² : Växtens blad innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga. Några skadliga ämnen i bladen har inte identifierats, men i djurförsök har de konstaterats påverka dräktigheten och fertiliteten.
		bladen, bladknopparna, de unga skotten	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte	
Vitklöver	<i>Trifolium repens</i>	de ovanjordiska delarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda, garnityr	
Maskros	<i>Taraxacum officinale</i>	bladen	inte nytt livsmedel		NF ¹ , Luonnonryhtiopas ⁸ : Maskrosens pollen kan orsaka allergiska symptom.
		blommorna/blomställningarna, blomkorgarna, fötterna, skotten/stjälkarna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örtte, krydda, garnityr	EFSA ² : Växten förekommer på vissa EU-länders lista över icke tillåtna växter eller växter med begränsad användning. THIE ⁹ : Begränsad användning rekommenderas för bladen och rötterna.
Kirskål	<i>Aegopodium podagraria</i>	(de unga) basalbladen/bladen, skotten	inte nytt livsmedel		
		övriga ovanjordiska delar	inte nytt livsmedel i kosttillskott		

Kvanne	<i>Angelica archangelica</i>	(de unga) stjälkarna, (de unga) bladen, skaften	inte nytt livsmedel		<p>Luonnonryhtiopas⁸: I kombination med solljus kan kvannen orsaka hudsymptom.</p> <p>Kvannen är en drog som är införd i Fimeas läkemedelsförteckning⁴. Om en drog i läkemedelsförteckningen saluhålls som livsmedel, skall användningen av preparatet bygga på någon annan inverkan än dess medicinska inverkan. Ett preparat som klassificerats som läkemedel får inte saluhållas som livsmedel.</p>
		jordstockarna/rötterna, frukterna/fröna	inte nytt livsmedel i kosttillskott	örte, krydda	<p>EFSA²: Frukterna och rötterna av växterna i släktet <i>Angelica</i> innehåller föreningar som vid användning som livsmedel möjligen är hälsovådliga (bl.a. furanokumariner).</p> <p>Giftinformationscentralen³: Lokalt irriterande växt.</p> <p>THIE⁹: Begränsad användning rekommenderas för rötterna och stjälkarna.</p>

KÄLLOR

¹Novel food catalogue (Europeiska kommissionens förteckning över nya livsmedel, en offentlig http://ec.europa.eu/food/food/biotechnology/novelfood/novel_food_catalogue_en.htm och en mer omfattande ickeoffentlig version).

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> (sammandrag av växter som har konstaterats innehålla naturliga t.ex. giftiga, beroendeframkallande, psykotropiska ämnen eller andra hälsovådliga ämnen).

³Giftinformationscentralens växtförteckning <http://www.hus.fi/sv/sjukvard/sjukvardstjanster/giftinformationscentralen/vaxter/Sidor/default.aspx>

⁴Säkerhets- och utvecklingscentrets för läkemedelsområdet Fimeas läkemedelsförteckning <http://www.fimea.fi/overvakning/klassificering/lakemedelsfor-teckning>, 2013, bilaga 2 Drogerna i läkemedelsförteckningen.

⁵Pilegaard K., Eriksen F., Soerensen M. ja Gry J., 2007, EuroFIR-NETTOX-växtförteckningen http://www.eurofir.org/?page_id=161 (En som ett EU-projekt utarbetad lista på ätliga växter som i EU också godkänts som en lista på växter som i regel inte kan anses vara nya livsmedel).

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 på växter som i Europa använts i infusioner).

¹⁰Olika EU-medlemsländers (bl.a. BE, IT, AT, SK) nationella författningar eller förteckningar över växter som är förbjudna i livsmedel eller tillåtna i kosttillskott, i örtte och som kryddor.

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

¹²Jord- och skogsbruksutskottets utlåtande 10/2014 rm, 2014, statsrådets utredning av propositionen till Europaparlamentets och rådets förordning om nya livsmedel https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/Lausunto/Documents/mmv1_10+2014.pdf.