

© Andre Dib / WWF-Brazil

KAFFE, TE OCH KAKAO I VEGOGUIDEN

SAMMANFATTNING AV BAKGRUNDSRAPPORT

KAFFE, TE OCH KAKAO

VARMA DRYCKER MED GODARE SAMVETE

Sitter du med en kopp kaffe i handen när du läser detta? Du är inte ensam, vi är ett land av kaffedrickare vilket är härligt, men ger konsekvenser för miljön. Här presenteras underlaget till avsnittet i Vegoguiden som handlar om kaffe, te och kakao. Underlaget har tagits fram av forskare vid SLU och finns som en längre rapport på engelska på WWFs hemsida. I den här skriften sammanfattar vi de viktigaste resultaten. Bedömningen för de olika råvarorna finns i WWFs konsumentguide Vegoguiden: wwf.se/vegoguiden



© Viktoria Alipatova / Pexels

Te, kaffe och kakao har flera saker gemensamt. De är alla tropiska fleråriga grödor som traditionellt odlas i skuggan av andra växter, i det som kallas skogsjordbruk. Tyvärr skapar dagens intensiva produktion istället ofta monokulturer med en negativ inverkan på den lokala biologiska mångfalden.

Klimatförändringar med temperaturökningar, extrema väderhändelser, fler skadedjur och sjukdomar innebär också förändringar i var och hur kaffe, te och kakao kommer kunna odlas i framtiden.

I jämförelse med andra grödor är en relativt stor andel av kaffe, te och kakao certifierade enligt olika hållbarhetsstandarder. Certifieringar har en viktig roll i vägen mot ett mer hållbart jordbruk och för att dokumentera och kommunicera framsteg som görs i certifierade jordbruk.

I den svenska kosten står just kaffekonsumtionen för en stor andel av miljöpåverkan eftersom Sverige ligger i topp tio bland de mest kaffedrickande länderna i världen per capita. Te, som dricks i mindre mängd, har inte alls samma påverkan totalt sett.

I svenska hushåll slängs mycket kaffe och te. Genom att minska svinnet skulle miljöpåverkan kunna reduceras mycket.

Lär dig mer om dessa drycker, trevlig läsning!



© Gerson Cifuentes / Unsplash

Kaffebuskens bär innehåller en till två bönor som är buskens egentliga frön.

VEGOGUIDENS BEDÖMNING

I Vegoguiden ges en bedömning för de olika produkterna enligt ett trafikljussystem. Läs mer om guidens kriterier, metoden bakom framtagandet och trafikljusens betydelse på Vegoguidens hemsida och i SLUs underlagsrapport.

wwf.se/vegoguiden

KAFFE

Det finns mer än 10 miljoner kaffeplantager i världen. 95 % av dem är små jordbruk som tillsammans producerar 80 % av världens kaffe. De två mest odlade kaffesorterna är Arabica och Robusta.

Kaffe importeras till största delen som råa gröna bönor till rosterier i mottagarländerna. Detta är även fallet för Sverige, där endast en liten del av importen sker i form av rostat eller malet kaffe.

Det mesta av den svenska importen till Sverige kommer från Brasilien, Honduras, Peru och Kenya. När temperaturerna ökar och extrema väderhändelser blir vanligare till följd av klimatförändringarna kommer den känsliga kaffeodlingen att påverkas allvarligt. I alla de största kaffeproducerande länderna kommer förutsättningar för kaffeodling minska fram till år 2050.

Vid produktion av kaffe rostas och mals kaffebönorna. När man gör snabbkaffe spraytorkas det rostade, malda och bryggda kaffet vid höga temperaturer eller frystorkas vid låga temperaturer och lågt tryck. Snabbkaffe tillverkas vanligtvis inte i Sverige.

2019 var den svenska kaffekonsumtionen 7,8 kg per person och år. Det placerar Sverige i topp tio över länder vars invånare som dricker mest kaffe.

I Sverige är det vanligare att dricka sitt kaffe i hemmet och på arbetet än på caféer och restauranger. Det innebär att detaljhandeln har mer än 70 % av den svenska kaffemarknaden.

Kaffebryggning med droppfilter är det vanligaste sättet att göra sitt kaffe på. 2018 utgjorde snabbkaffe cirka 4 % av marknaden i detaljhandeln och kaffekapslar bara 1 %.





2019 VAR DEN SVENSKA KAFFEKONSUMTIONEN 7,8 KG PER PERSON OCH ÅR. DET PLACERAR SVERIGE I TOPP TIO ÖVER LÄNDER VARS INVÅNARE SOM DRICKER MEST KAFFE.

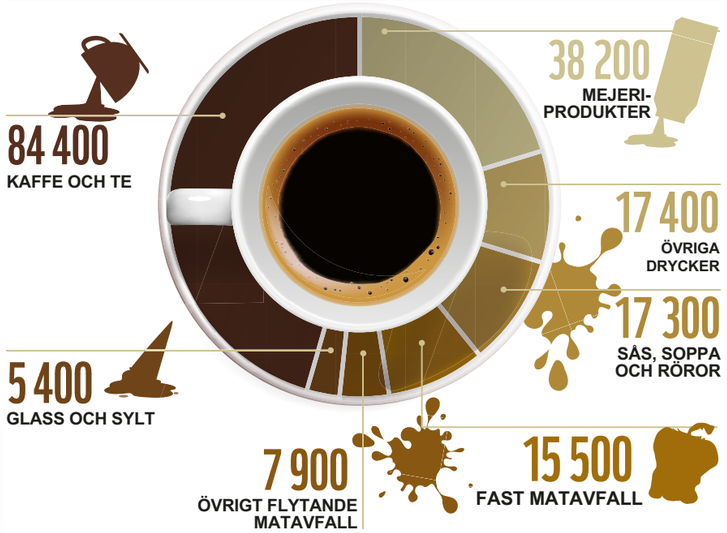
I en genomgång av ett stort antal livsmedels miljöpåverkan kan kaffets påverkan vid en första anblick uppfattas som liten eftersom kaffe i Vegoguiden presenteras per liter. Men växthusgasutsläppen av en kopp kaffe skapar faktiskt lika mycket utsläpp som 1 kg rotfrukter.

I en vetenskaplig analys av svensk matkonsumtion, stack kaffet ut som ett av de livsmedlen med hög miljöpåverkan (lustgasutsläpp, markanvändning, kvävetillförsel och utsläpp av ammoniak). Den höga totala miljöpåverkan av kaffe i Sverige beror till stor del på de stora mängderna kaffe som konsumeras. Kaffe är en av de produkter vi konsumerar som har störst negativ påverkan på den biologiska mångfalden. Tillsammans med te och kakao är kaffe det livsmedel som mest bidrar till utrotning av andra arter i jämförelse med andra livsmedel.

Av all den mat som slängs i diskhon utgör kaffe och te 45 %. Det innebär att totalt 84 400 ton kaffe och te eller cirka 8 liter kaffe/te per person slängs bort varje år. Att slösa kaffe eller te ökar miljöpåverkan genom att ökad produktion krävs.

© Brandline

Mat och dryck till avloppet från hushåll 2020 [ton]



▲Den mesta mat och dryck som hälls ut i avloppet är i flytande form och därmed opraktisk att samla in på annat sätt. Men även små mängder fast avfall hälldes ut. Undersökningen handlade bara om onödigt livsmedelsavfall, därför är oundvikligt livsmedelsaavfall som spad och lag från inläggningar inte med i figuren.

Källa: Livsmedelsavfall i Sverige 2020 (naturvardsverket.se)



VEGOGUIDENS BEDÖMNING

- Kaffe eko
- Kaffe Rainforest Alliance
- Kaffe

I VEGOGUIDEN BEDÖMS KAFFE per liter drickfärdigt kaffe, det är alltså en ganska stor del vatten som bedöms vilket gör att bedömningen faller väldigt mycket bättre ut än om rent kaffe hade bedömts. Med tanke på de stora mängder kaffe vi dricker i Sverige, och mängderna vi slänger, så är det ett av de livsmedel vi får i oss som har allra störst miljöpåverkan.

Rainforest Alliance har flera krav för att stötta ökad biologisk mångfald i kaffeodlingarna, vilket är jättebra. Dock får kemiska bekämpningsmedel användas vilket gör att bedömningen inte kommer upp på grönt ljus – men det är långt bättre än konventionellt odlat kaffe! Bekämpningsmedlen i kaffeodlingen kan ha stor negativ påverkan på den lokala biologiska mångfalden – så det är bra att välja ekologiskt kaffe!



© Pexels / Pixabay

TE

Te kan göras av många sorters torkade blad och örter, till exempel rooibos och mate. Men i Vegoguiden är det enbart bladen från tebusken *(Camellia sinensis)* som bedöms. Te kommer ursprungligen från sydvästra Kina och trivs i ett varmt fuktigt klimat i lätt sura jordar. Numera odlas te vanligtvis i monokulturer på stora ägor eller av småbruk som bildar kooperativ. De största teproducerande länderna är Kina (40 % av världens produktion), Indien (23 %), Kenya (9 %) och Sri Lanka (7 %).

Svart te är helt jäst, oolong-te är semi-fermenterat eller delvis oxiderat medan grönt te är icke-jäst och innehåller mer antioxidanter.

Sverige ligger ganska långt ned på listan över tedrickande länder. I genomsnitt dricker vi en kopp te (200 ml) per dag och person.

Te som odlas i monokulturer på stora plantager utgör ett allvarligt hot mot den lokala biologiska mångfalden.

Te påverkas av klimatförändringarna genom ökade temperaturer, extrema väderhändelser, skadedjur och sjukdomar.



- Te eko
- Te Rainforest Alliance
- Te

I VEGOGUIDEN BEDÖMS TE per liter drickfärdigt te, det är alltså en ganska stor del vatten som bedöms vilket gör att bedömningen faller väldigt mycket bättre ut än om rent te hade bedömts. Te kan ha stor negativ påverkan på den biologiska mångfalden i odlingarna vilket gör att det är klokt att välja ekologiskt te.



© Pexels / Pixabay

KAKAO



Theobroma cacao är en växt som ursprungligen kommer från Sydamerika. Den odlas främst vid ekvatorn, och trivs i höga temperaturer med relativt konstant nederbörd. I frukterna finns det 20–60 frön inbäddade i fruktköttet och dessa frön kallas kakaobönor.

Sju länder står för 85 % av den globala produktionen av kakaobönor (Elfenbens-kusten, Ghana, Ecuador, Kamerun, Nigeria, Indonesien och Brasilien). Det mesta av bearbetningen sker i regioner där kakaobönor inte odlas, som Europa och USA.

Konsumtionen av kakaopulver i Sverige var år 2019, 0,3 kg per person. Varje år konsumeras dessutom 2,5 kg kakaodryckspulver, drickfärdiga chokladdrycker och chokladsåser och 15,5 kg choklad och konfektyr per person i Sverige.

Vatten- och markföroreningar kan vara omfattande i modern kakoproduktion vilket visas i en litteraturöversikt av kakaoproduktion i Ghana. Det finns ett högt miljötryck per kilo kakao, vilket leder till en hög påverkan av dessa livsmedel relativt sin andel i den svenska kosten. Kakao är ett av de livsmedel i nordisk konsumtion som driver att arter utrotas där den odlas.

Klimatförändringar förväntas leda till förändrade förhållanden i flera områden där kakao odlas. Särskilt Västafrika kan komma att påverkas allvarligt vilket innebär att kakao i framtiden kan bli en bristvara.

- **Kakao eko**
- **Kakao Rainforest Alliance**
- **Kakao**

I VEGOGUIDEN BEDÖMS KAKAO per kilo kakaopulver enligt samma kriterier och gränser som baljväxter, vegokött, nötter och frön.

CERTIFIERINGAR



Syftet med certifieringar för livsmedel är att åstadkomma förändringar i produktionen, till exempel genom att minska de negativa effekterna på biologisk mångfald eller minimera användningen av bekämpningsmedel.

Enbart certifiering är ingen garanti för att den biologiska mångfalden bevaras, men det kan vara ett sätt att uppmuntra innovationer samt sprida fungerande lösningar vidare.

EU-EKOLOGISK PRODUKTION

Ingen användning av konstgödsel eller bekämpningsmedel i produktionen.

KRAV

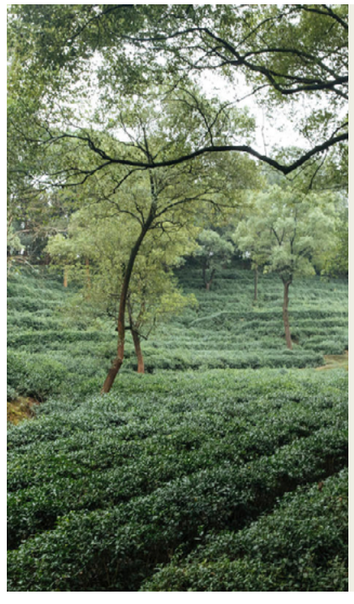
Alla EU-ekologiska kriterier gäller och det finns ytterligare regler för minskad påverkan på miljön och ökat socialt ansvar. Kaffe och kakao får inte odlas i särskilt viktiga ekosystem.

RAINFOREST ALLIANCE

Certifieringen fokuserar på skydd av vattendrag, skogar och biologisk mångfald samt mänskliga rättigheter och försörjning för jordbrukare och människor på landsbygden.

FAIRTRADE

Fairtradecertifieringen innehåller miljömässiga, sociala och ekonomiska kriterier, inklusive ett minimipris på kaffe för att skydda kaffebönder mot volatila priser på kaffemarknaden.



© Audra Melton / The Coca-Cola Company / WWF

SKOGSJORDBRUK

Skogsjordbruk är ett system av vegetation, grödor och/eller djur där skogslik växtlighet är integrerad med syfte att skapa ekonomisk eller ekologisk nytta vid till exempel livsmedelsproduktion. I ett skogsjordbruk varierar typen av vegetation över tid och platser skiftas, vilket gör dessa system mångsidiga och komplexa.

Odling i skogsjordbruk är det traditionella sättet att odla kaffe, te och kakao. Jämfört med monokulturer och moderna jordbruksmetoder i full sol verkar odling i skogsjordbruk vara förknippat med högre biologisk mångfald och i vissa fall högre avkastning.

Traditionell odling av te i skogsjordbruk har ersatts av terassodling i monokulturer i till exempel Kina. Denna odlingsform är nu helt dominerande över hela världen.

Den stora påverkan på den biologiska mångfaldens av livsmedelsproduktion i tropiska regioner drivs av global efterfrågan. Sammanfattningsvis har vår konsumtion av kaffe, te och kakao i Sverige miljöpåverkan där dessa grödor odlas.

KLIMATPÅVERKAN PER KOPP

I bedömningen av klimatpåverkan per kopp dryck, har te lägst påverkan, följt av snabbkaffe, på grund av den lilla mängden kaffe som krävs för att göra en kopp.

För att producera ett kilo snabbkaffepulver behövs mer gröna kaffebönor än att producera ett kilo malet kaffe för bryggning. Den högre andelen gröna bönor och de extra energikostnaderna för torkprocessen av snabbkaffe resulterar i en högre klimatpåverkan av snabbkaffe per kilo pulver. Men när snabbkaffe tillreds används en mindre mängd snabbkaffe för att göra en kopp kaffe eftersom snabbkaffepulvret löses i vattnet utan spill, medan det malda kaffet lämnar ett stort avfall i form av kaffesump när kaffe bryggs. Därför är snabbkaffets klimatpåverkan fortfarande mindre än för bryggkaffe, per kopp.

Även för att göra en espresso används en mindre mängd kaffe, men för den stora latten används en dubbel espresso.

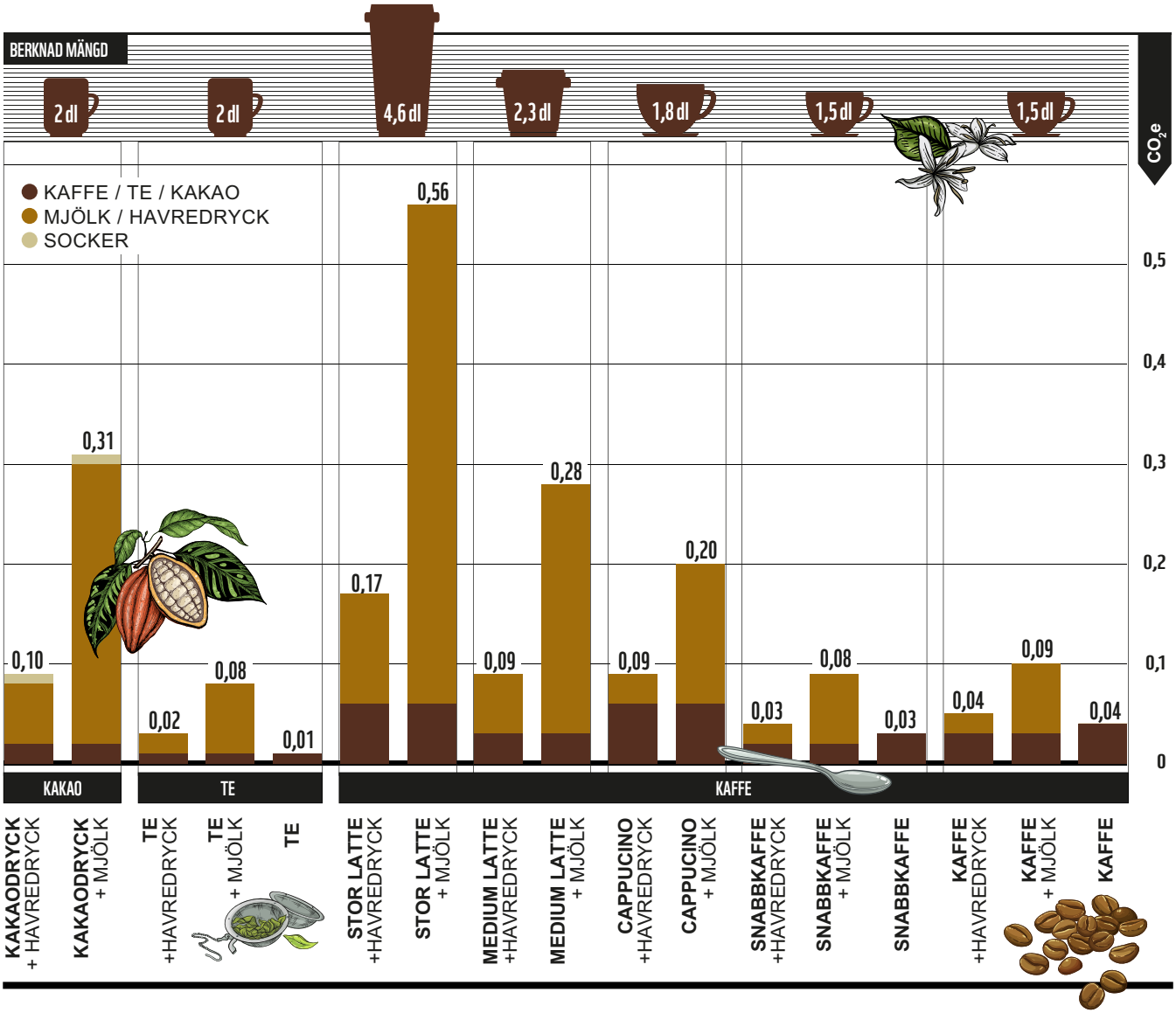
De olika scenarierna för kaffedrickande visar en tydligt högre klimatpåverkan när mjölk tillsätts. Klimatpåverkan blir lägre när en växtbaserad dryck använts, till exempel havredryck. Detsamma gällde för te, men med mindre effekter eftersom tekoppen antas innehålla mindre mjölk eller havredryck.



KAFFEDRICKANDE VISAR EN TYDLIGT HÖGRE KLIMATPÅVERKAN NÄR MJÖLK TILLSÄTTS.

Klimatpåverkan vid typisk konsumtion av kaffe, te eller kakaodryck med olika mängd mjölk/havredryck. Socker ingår endast i kakaodrycken. ▼

© Brandline



Källa: SLU:s rapport: Eneroth et.al. (2022) Environmental impact of coffee, tea and cocoa – data collection for a consumer guide for plant-based foods, Swedish University of Agricultural Sciences