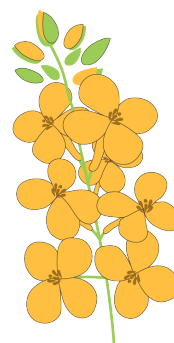


Framtidens mat



Framtidens mat på land

1. Varför är det mer effektivt om människor äter rapsfrön istället för att mata kor med rapsfrön för att sedan äta kon?
2. Vilka är fördelarna och vilka är utmaningarna med att använda växtbaserade proteinkällor som hampa och raps jämfört med traditionella proteinkällor som kött och mejeriprodukter?
3. Hur påverkar klimatförändringarna den globala matproduktionen och tillgången på mat?
4. Vad kan samhället/restauranger/individerna göra för att minska miljöpåverkan från jordbruket och livsmedelsproduktionen?

Begrepp	Förklaring
Nötkött	Kött från ko.
Fullvärdigt protein	Protein som innehåller alla de aminosyror (byggstenar) vi människor behöver få i oss via maten.
Vegetabilier	Växtbaserade produkter.
Anti-nutrient	Ämnen i livsmedel som gör att vi inte kan ta upp näringen ordentligt.
Hampa	Samma växt som cannabis, men utan narkotiska ämnen.

Alternativa proteinkällor

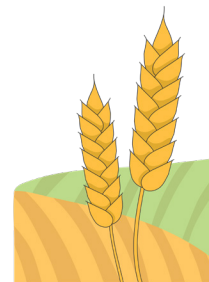
1. Varför äter vi inte insekter i Sverige? Skulle du kunna tänka dig att äta insekter? Varför?
2. Vad får dig att vilja testa ny mat?
3. Vilka är fördelarna och utmaningarna med att använda alternativa proteinkällor som insekter, jämfört med traditionella proteinkällor som kött och mejeriprodukter?
4. Hur kan användningen av alternativa proteinkällor bidra till att minska klimatpåverkan och resursanvändningen inom livsmedelsproduktionen?
5. Hur kan alternativa proteinkällor bli mer accepterat och populärt bland vanliga konsumenterna och inom matindustrin?



Begrepp	Förklaring
Husmanskost	Traditionell mat som görs på traditionella ingredienser.
Aptitlig	Ett ord som beskriver att mat verkar god.
Gastronomi	Läran om sambandet mellan mat, kultur och tradition.

Flerårigt vete

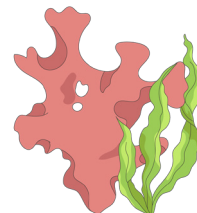
1. Vilka fördelar och vilka nackdelar finns det med att odla ettåriga grödor?
2. Vilka fördelar finns det med att odla fleråriga grödor? Hur påverkar det marken och klimatet?
3. Vilka nackdelar eller utmaningar finns det med att odla flerårigt vete?



Begrepp	Förklaring
Sädesslag	Olika sorters gräs där vi människor äter fröna, till exempel vete och råg.
Perenna växter	Växter som lever i flera år, till skillnad från ettåriga växter som måste sås om varje år.
Surdeg	Bröd som bakas utan jäst, istället är det goda bakterier i mjölet som hjälper degen att jäsa.
Avkastning	Hur stor skörd man får.
Förädling	Avel på växter utifrån önskade egenskaper, t.ex. att de ska tåla kyla bättre.

Framtidens havsmat

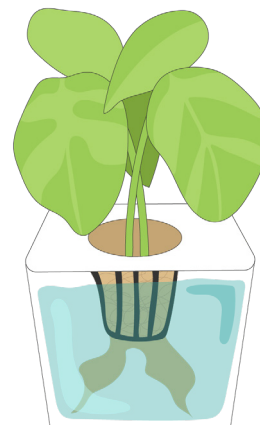
1. Har du ätit alger någon gång? Om inte, skulle du kunna tänka dig att äta alger? Varför?/Varför inte?
2. Vilka fördelar och utmaningar ser du med att bygga större havsodlingar för att lösa den ökande efterfrågan på mat i världen?
3. Hur kan havsodlingar skydda ekosystem nära kusten?
4. Vilka miljömässiga konsekvenser kan en snabb utbyggnad av havsodlingar få, och hur kan dessa hanteras på ett hållbart sätt?



Begrepp	Förklaring
Utfiskning	Människor fiskar så mycket att många arter hotas av utrotning.
Tång	Vardagligt namn för olika typer av brunalger och rödalger, ser ut som växter och använder sig av fotosyntes, men de är bara avlägsna släktingar till växterna.
Tillsatsämnen, E-nummer	Läggs till i livsmedel för att t.ex. ge bättre konsistens eller längre hållbarhet. Har olika E-nummer som förkortning.
Umami	Den femte grundsmaken som brukar beskrivas som "fyllig sälta". Finns i bl.a. fisk, kött, lagrad ost, svamp och sojasås.
Metan (CH ₄)	Växthusgas som håller kvar 34 gånger mer värme än CO ₂ .
Koloniträdgård Kolonilott	Ett stycke mark som delats in i mindre delar, kolonilotter, som hyrs ut till personer som odlar där.
Bestånd	Population, hur många det finns av en art inom ett visst område.

Kretsloppsodling

1. Vad är fördelarna med aquaponisk odling jämfört med markbaserad odling och hur kan det bidra till ökad hållbarhet i livsmedelskedjan?
2. Vilka utmaningar och hinder finns det gällande hydroponisk odling i större skala? Vilka lösningar finns det?
3. Hur kan aquaponisk odling bidra till att lösa problemet med begränsad markyta?
4. Vilka är fördelarna och nackdelarna med fiskodling jämfört med traditionellt fiske?
5. Hur kan fiskodlingar göras mer hållbara?
6. Många av de fiskar vi äter i Sverige är rovdjur. Hur påverkar det deras klimatavtryck? Tips: tänk på energipyramiden.



Begrepp	Förklaring
Självförsörjning	Att odla och jaga sin egen mat så att man inte är beroende av att köpa mat i butik.
Aquaponisk odling	Ett system där vattnet från en fiskodling används för att gödsla en grönsaksodling som samtidigt renar vattnet. På så sätt går näringen runt i ett kretslopp.
Kretslopp	Alla näringsämnen återanvänds istället för att gå till spillo, t.ex. avföring blir gödsel istället för att rinna ut i vattendrag och orsaka övergödning.
Ackumulering	När miljögifter blir mer koncentrerade högre upp i näringskedjan. Detta kallas även anrikning.
Biomassa	Massan (~vikten) av levande organismer inom ett område.
Mikrob	Ett annat ord för mikroorganism, organismer som är så små att de inte kan ses utan mikroskop