

Matfusk och ekomyter, Kulturmagasinet okt. 2016

David Appelgren berättade att han blev intresserad av odling trots att han var stadsbarn. Familjen flyttade ut på landet och köpte 1 ha jordbruksmark. Där odlar de nu vad de behöver. Eftersom han ville dela med sig av sin erfarenhet började han med "Matfusket" på facebook som idag har runt 1,5 miljon läsare i veckan.

David vill avslöja fusket med maten. Han kräver ren mat. Åter igen hör vi att det är vi konsumenterna som kan påverka genom att göra våra val när vi handlar. När försäljningen minskar med 5 % av en produkt börjar producenten reagera.

ILSI är den organisation vars experter ger kostråd till Livsmedelsverket. Experterna kommer från Nestlé, Procter & Gamble, Dupont, Monsanto Company, Arla, CocaCola m.fl. och från den akademiska världen.

Maten vi äter vet vi mycket lite om. Vi vet inte hur den framställs och mycket lite om hur den påverkar oss. Hälften av oss får någon gång i livet cancer. Varför? Läkarna tror att var tredje drabbad får det av maten.

Några exempel på fakta om maten vi äter:

- Brasiliens odlingar av soja på f.d. regnskogsområden går till största delen till djurfoder. Före skörd sprutas bönerna med ogräsmedlet Round up och Paraquat för att torka. Bönerna importerar vi till djurfoder men skulle själva istället kunna odla åkerbönan. Det är LRF emot. Varför?
- Citronsyra, E 330, framställs av GMO-majs och svartmögelsvamp därifrån fälls sedan citronsyran ut med bensen.
- Den färdigrivna osten utgör endast 50 % i påsen.
- I de norska laxodlingarna utfodras fisken med flamskyddspreparerad pellets, pesticider (bekämpningsmedel) sprutas över odlingskassarna och färgämnen tillsätts för att få köttet rött.
- I te har så många som tjugo pesticider hittats. I grönt te har inga bekämpningsmedel kunnat påvisats.
- Svarta oliver är färgade medan de bruna är ok.
- I torra livsmedel tillsätts klumpförebyggande medel, syntetiskt framställda ferrocyanider som anses vara ofarliga i mindre mängder.

Bakteriefloras sammansättning i tarmen är viktig. Bakterierna ger de första signalerna till immunförsvaret att allt inte står rätt till. Floran tar också hand

om skadliga ämnen. Dessutom skickas signaler från tarmen till hjärnan med hjälp av serotonin- och dopaminproduktion som ger välbefinnande respektive lyckorus.

Syrade grönsaker, syrade med havssalt, ger en bra tarmflora. För att inte störa floran kanske det är mycket bättre att välja ekologiska produkter. Att ekologiska odlingar "räcker långt" finns exempel på. På Kuba har ekologiska odlingar mättat befolkningen i många decennier. I Rysslands datjor odlas 90 % av grönsakerna till invånarna.

Vill vi inte alla ha vår mat utan tillsatser och rester av besprutningar?

Hippokrates sa redan för 2300 år sedan att all sjukdom börjar i magen.

Lisbeth Jakobsson