

Nøglehullet gør det enkelt at spise sundere

Et nyt ernæringsmærke skal gøre det meget mere enkelt for forbrugere og madprofessionelle at finde de ernæringsrigtige fødevarer med mange kostfibre og med mindre indhold af fedt, mættet fedt, sukker og salt.

Hvad enten vi køber ind til hjemmet eller til offentlige køkkener, vil fødevarer mærket med Nøglehullet være værd at gå efter. Kun fødevarer, der bidrager til en sund kost, kan blive Nøglehulsmærket.

Af Trine Grønlund Nielsen, erfaringsfaglige medarbejder, Fødevestyrelsen

Det nye ernæringsmærke Nøglehullet er et konkret og handlingsorienteret supplement til den generelle ernæringsoplysning og de 8 officielle kostråd. Det vil derfor kunne indgå direkte i undervisningen - såvel i forhold til de fødevarer, der bliver brugt i madlavningen, som oplysning om den vejledning Nøglehullet er i indkøbssituationen.

Krav til salt, sukker, fedt og fiber

Forbrugerne har i de senere år kunnet se Nøglehullet på flere svenske fødevarer i dagligvarebutikkerne. Ordningen blev nemlig indført som en frivillig ordning i Sverige allerede i 1989, og i dag er det et meget udbredt, kendt og brugt symbol.



Det nye nøglehulsmærke.

Om alt går vel vil Nøglehulsmærket blive godkendt i EU i løbet af foråret 2009 som en ny nordisk ordning, hvorfor også norske og danske fødevarereproducenter vil kunne benytte mærket.

Kravene er dog blevet skrappe - fx er kravene til indhold af sukker og salt skærpet for nogle fødevarergrupper. Kravene til færdigretter er også blevet skærpet, ligesom det sunde fiskefedt bliver bedre tilgodeset. De nye kriterier indeholder som noget nyt et minimumskrav til indholdet af fuldkorn i brød, og kornprodukter, olier og flydende margariner bliver en helt ny kategori, og færdigsmurte baguetter/wraps/smørrebrød er nu også en produktgruppe, der kan få mærket.

Vi får altså en fælles nordisk mærkningsordning i Sverige, Norge og Danmark, der er baseret på fælles kriterier til fordel for både forbrugere, industri og handel. Forbrugere vil dog tidligst til efteråret kunne møde mange varer med Nøglehulsmærket, da det tager tid at implementere ordningen.

Mærkets udseende

Nøglehulsmærket blev udviklet i Sverige, og dets udseende er en kombination af kostcirklen på toppen og kostpyramiden i bunden, der sat sammen viser et nøglehul. Cirklen og pyramiden var meget brugte pædagogiske værktøjer og derfor kendt af befolkningen, og Nøglehullet kunne derfor samtidig være bærer af budskaberne om at spise varieret og ikke lige meget af de forskellige fødevarergrupper.

Rundt om Nøglehullet blev farven grøn, som når trafiklyset viser 'gå' eller 'kør'. Dette for at signalere adgang, give retning og vise vej, hvilket netop er Nøglehullets opgave for forbrugere, der ønsker at spise sundere. Det er et positivt ernæringsmærke.

Grøn er også håbets farve: det er fortsat op til forbrugerne at sammensætte en varieret kost - vores håb er, at forbrugerne og de madprofessionelle med Nøglehullet i højere grad også får dette gjort.

Følg med i Nøglehullets vej til danskerne på www.altomkost.dk/nøglehullet