

# Framtidens mat - vilka fleråriga grönsaker är nya livsmedel?

Eva Johansson



## Sammanfattning

Fleråriga grönsaker är robusta och motståndskraftiga mot sjukdomar, konkurrerar bra med ogräs och har tidig utveckling på våren. De passar därför särskilt väl i ekologisk odling både yrkesmässigt och till husbehov. De har potential att bli en viktig del av vår matförsörjning och det finns många intressanta arter som skulle kunna tas upp i odling.

Intresset för nya grödor som fleråriga grönsaker är stort men det är en utmaning att veta vilka som är godkända livsmedel. Alla nya livsmedel (novel food) ska granskas och godkännas innan de får säljas för att skydda konsumenter. I populärlitteratur förekommer många förslag på fleråriga grönsaker som nya spännande grödor. För den enskilda husbehovsodlaren kan dessa vara av intresse för privatkonsumtion men för yrkesodlare och mathantverkare gäller att veta vilka arter som får säljas som livsmedel. Fleråriga grönsaker är en heterogen grupp både vad gäller historisk användning och status (novel food eller inte).

Sammanställningen här är baserad på en genomgång av EUs Novel food-katalog, litteraturstudier och kontakt med Livsmedelsverket under 2025.

*Fleråriga grönsaker som har odlats och konsumerats länge, får säljas som livsmedel.*

Kirskål, salladslök, doftlök, kinesisk gräslök, ramslök, fjällkvanne, gode Henriks målla – (blad och skott,) rallarros, cikoria, strandkål, strandsilja, jordmandel, rödmalva, källfräne, surklöver, gulkämpar, ängssyra, krusskräppa, trädgårdssyra, pimpinell (blad), smällglim, korogi

*Fleråriga grönsaker tas inte upp i Novel food-katalogen men har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997, får säljas som livsmedel.*

Luftlök, babingtonlök, strandbeta, flerårig grönkål, sandsenap, libbsticka, fjällsyra, spenatskräppa, sköldsyra, svartrot (rot)

*Fleråriga grönsaker som inte tas upp i Novel food-katalogen och inte heller har konsumerats i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997. De har ätits traditionellt i tredje land (utanför EU). Här krävs en bedömning innan de får säljas som livsmedel.*

Skägglök, sallatsaralia, parkaralia, hässleklocka, vårsköna, ullungloka, daglilja, brunröd daglilja, funkia, spindelstånds, strutbräken, höstrudbeckia, löparfetblad

*Arter som räknas som kosttillskott och inte får säljas som livsmedel*

Läkemalva, spansk körvel, pimpinell. Pimpinell är ett exempel på en art där bladen är godkända livsmedel men rötterna räknas som kosttillskott. Samråd pågår med Livsmedelsverket för spansk körvel.

*Livsmedlet bedöms som nytt i Novel food-katalogen och måste godkännas innan det får säljas som livsmedel.*

Rakkyolök, kärleksört

Baserat på resultatet och målgruppens rangordning gjordes ett urval av prioriterade fleråriga grönsaker som inte tas upp i Novel food-katalogen. Dessa behöver granskas vidare.

*Inget stöd för historisk användning har hittats i litteraturen*

Kaukasisk rankspenat, Gode Henriks målla (frö), svartrot (blad och skott)

*Stöd finns i litteraturen för användning i tredje land*

Ullungloka, funkia, löparfetblad, vårsköna

## Bakgrund

Att odla i perenna system binder kol i marken, minskar jorderosion och ökar odlingens biologiska mångfald vilket är mycket viktiga aspekter i hållbara matsystem (Sollen-Norrlin, Ghaley & Rintoul 2020; Toensmeier, Ferguson & Mehra 2020). I odlingar med fleråriga grönsaker behöver jorden inte störas med bearbetning och sådd varje år. Detta gynnar marklevande organismer och förbättrar jordstrukturen (Helgason, Walley & Germida 2010; Da Silva et al. 2024). Ovan jord gynnas vildbin av varierad blomning och längre blommningstid som ofta förekommer i fleråriga odlingssystem (Knauer, Durrer, Michez, Sentil & Albrecht 2026). En annan viktig aspekt är att fleråriga grödor har tid att utveckla djupa rötter och kan ta upp näringsämnen och vatten från djupare jordlager än ettåriga grödor (Thorup-Kristensen et al. 2020).

Fleråriga grönsaker är robusta och motståndskraftiga mot sjukdomar, konkurrerar bra med ogräs och har tidig utveckling (Weiss, Sjöberg & Larsson 2016; Toensmeier, Ferguson & Mehra 2020). De passar därför särskilt väl i ekologisk odling både yrkesmässigt och till husbehov.

Intresset för nya grödor som fleråriga grönsaker är stort men det är en utmaning att veta vilka som är godkända livsmedel. I populärlitteraturen förekommer många förslag på fleråriga grönsaker som nya spännande grödor. För den enskilda husbehovsodlaren kan dessa vara av intresse för privatkonsumtion men för yrkesodlare och mathantverkare gäller att veta vilka arter som får säljas. Under tidigare projekt med fleråriga grönsaker har frågan om vilka fleråriga grönsaker som är godkända kommit upp ett flertal gånger i samtal och enkätsvar med odlare och plantskolor.

Livsmedel som inte har ätits inom EU i någon större utsträckning före 15 maj 1997 räknas som nya livsmedel. För att skydda folkhälsan ska nya livsmedel riskvärderas och godkännas innan de får säljas (Livsmedelsverket 2024). Status för en antal fleråriga grönsaker (nya livsmedel eller inte) är inte tydligt och allmänt känt och då kan yrkesodlare, fröfirmor, plantskolor, mathantverkare och matförädlare vara tveksamma till att ta in dem i sitt sortiment. I Novel food-katalogen (Directorate-General for Health and Food Safety utan årtal) framgår EU-ländernas gemensamma bedömning av status men det är svårt och tidsödande för enskilda företag att sätta sig in i regelverket kring nya livsmedel.

En genomgång av Novel food-katalogen visar att det finns en antal fleråriga grönsaker som inte står med där. En del av dessa har ätits i större omfattning före 15 maj 1997, andra är traditionella livsmedel från tredje land, kosttillskott eller nya livsmedel.

Målet med projektet är att det ska vara tydligt för ekologiska odlare, plantskolor, fröfirmor och konsumenter vilka fleråriga grönsaker som är godkända livsmedel så att grödorna kan tas upp i ekologisk produktion och bidra till resiliensen i odlingssystemet.

Projektmedel beviljades 2025 av C. F. Lundströms stiftelse till vetenskaplig forskning och sociala ändamål och Flory Gates Stipendiefond. Varmt tack för stödet!

## Metod

En systematisk genomgång av Novel food-katalogen gjordes för att ta reda på vilka fleråriga grönsaker som idag är godkända, vilka som inte är bedömda och vilka som inte får säljas som livsmedel idag.

Fokus har varit på härdiga fleråriga grönsaker som kan odlas i fält och trädgårdar i Sverige. Arter som främst använts som örter eller kryddor ingår inte i projektet och tas inte upp vidare.

För att hitta belägg för konsumtionshistoria har jag sökt i SLUs biblioteksdatatabas, Plants for a Futures databas (Plants For A Future 2026), SKUD/svenskt kulturväxtdatabas (Anon. utan årtal) och i Google Scholar. Söktermer var vetenskapliga namnet och *food* eller *edible*. Jag har även sökt i böcker, rapporter och tidningsartiklar. I litteratursökningen har jag i första hand valt vetenskapliga referenser före annan litteratur. Jag har främst använt källor som hänvisar till användning inom EU.

Resultatet är en sammanställning av över 60 fleråriga grönsaker, med status enligt Nya livsmedelsreglerna och referenser som visar var de konsumeras och odlas samt användning.



Figur 1 Maträtter där fleråriga grönsaker används i smoothie, sallad, torkat bladgrönt, på pizza och som smakrikt grönsakshack. Det finns stor potential att utveckla nya produkter och marknader. Foto A. Sjöberg och E. Johansson.

## Resultat

Jag har sorterat fleråriga grönsaker i sex kategorier enligt status i Novel food-katalogen.

### Vad betyder statussymbolerna i Novel food-katalogen?

- Grön bock anger att livsmedlet inte är nytt. Livsmedel med denna status får släppas på marknaden i EU.
- Rött kryss anger att livsmedlet har bedömts som nytt, oftast för att bevis för konsumtionshistoria saknas. Livsmedel som har denna status får bara släppas på marknaden i EU om det finns upptaget i unionsförteckningen över godkända nya livsmedel.
- Bokstäverna FS (food supplement) anger att livsmedlet historiskt har konsumerats som kosttillskott, men att inga bevis finns för konsumtion i andra livsmedel. Livsmedel som har denna status får bara släppas på marknaden i EU som kosttillskott. Om de ska ingå i andra livsmedel räknas de som nya och måste godkännas först.

Figur 2. Novel food statussymboler. Livsmedelsverket 2024.

De första två kategorierna *Fleråriga grönsaker som inte är nya livsmedel* och *Fleråriga grönsaker som inte tas upp i Novel food-katalogen och har ätits som mat i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997* listar arter som har ätits som mat i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997. Dessa är inte nya livsmedel och kan säljas.

Kategori *traditionella livsmedel från tredje land* innefattar fleråriga grönsaker där jag funnit belägg för användning utanför EU. Fleråriga grönsaker som är traditionella livsmedel från tredje land (utanför EU) kräver godkännande av EFSA (European Food Safety Authority).

I Livsmedelsverkets kontrollwiki står: Livsmedel som klassificeras som *kosttillskott* status får bara släppas på marknaden i EU som kosttillskott. Kosttillskott är livsmedel som är koncentrerade källor av näringsämnen eller andra ämnen med näringsmässig eller fysiologisk verkan. Syftet med kosttillskott är att komplettera normal kost. Om de ska ingå i andra livsmedel räknas de som nya och måste godkännas först. (Livsmedelsverket 2024) Läs mer: <https://kontrollwiki.livsmedelsverket.se/artikel/811/kontroll-av-nya-livsmedel>

Sist finns en handfull arter som har bedömts som *nya livsmedel* samt *konsumtion av ny växtdel* (till exempel blad där roten är det vanliga livsmedelet, frö där blad och skott är godkända livsmedel).

I sammanställningen står vetenskapligt växtnamn och namn på svenska, aktuell status i Novel food-katalogen, mitt förslag på bedömning (underart, har ätits som mat i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997, konsumeras traditionellt i tredje land) och referenser som stödjer min bedömning. Vetenskapliga referenser står med början i kolumn F i sammanställningen och referenser från annan litteratur i kolumner längre till höger. Sammanställningen bifogas som Bilaga 1.

Referenserna kan användas av målgruppen för att fatta beslut om vilka fleråriga grönsaker dom vill producera och sälja och vilka som kan vara bättre att avvakta med.

Rubrikerna nedan motsvarar informationen i sammanställningen.

### Fleråriga grönsaker som inte nya livsmedel

Detta är fleråriga grönsaker som har odlats och konsumerats länge. De står med i Novel food-katalogen som icke nytt livsmedel då de har ätits i större utsträckning före 15 maj 1997.

Tabell 1 Fleråriga grönsaker som inte är nya livsmedel

<b>Vetenskapligt namn</b>	<b>Svenska</b>
<i>Aegopodium podagraria</i> L.	Kirskål
<i>Allium fistulosum</i> L.	Salladslök
<i>Allium ramosum</i> L.	Doftlök
<i>Allium tuberosum</i> Spreng.	Kinesisk gräslök
<i>Allium ursinum</i> L.	Ramslök
<i>Angelica archangelica</i> L.	Fjällkvanne
<i>Blitum bonus-henricus</i> (L.) Rchb. / <i>Chenopodium bonus-henricus</i>	Gode Henriks målla/Lungrot - blad och skott
<i>Chamaenerion angustifolium</i> (L.) Scop. / <i>Epilobium angustifolium</i>	Mjölkört/rallarros - blad och skott
<i>Cichorium intybus</i> L.	Cikoria
<i>Crambe maritima</i> L.	Strandkål
<i>Crithmum maritimum</i> L.	Strandsilja - blad och skott
<i>Cyperus esculentus</i> L.	Jordmandel
<i>Malva sylvestris</i> L.	Rödmalva
<i>Nasturtium officinale</i> R.Br.	Källfräne
<i>Oxalis acetosella</i> L.	Surklöver, harsyra
<i>Plantago maritima</i> L.	Gulkämpar
<i>Rumex acetosa</i> L. syn <i>Rumex rugosus</i>	Ängssyra
<i>Rumex crispus</i> L.	Krusskräppa
<i>Rumex rugosus</i> Campd.	Trädgårdssyra
<i>Sanguisorba minor</i> Scop.	Pimpinell - blad
<i>Silene vulgaris</i> (Moench) Garcke	Smällglim
<i>Stachys affinis</i> Bunge	Korogi

## Fleråriga grönsaker som har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997

Dessa fleråriga grönsaker tas inte upp i Novel food-katalogen men har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997.

Tabell 2 Fleråriga grönsaker som inte tas upp i Novel food-katalogen och har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997

Vetenskapligt namn	Svenska	Kommentar
<i>Allium × proliferum</i>	Luftlök	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997. <i>Livsmedelsverket</i> : Vid en snabb sökning av dessa växter på nätet så verkar de finnas gott om information om dem och många som säljer fröer för att du ska kunna odla och äta dem. Mejl 30 juni 2025
<i>Allium ampeloprasum</i> var. <i>babingtonii</i> (Borrer)	Babingtonlök	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997, underart till <i>Allium ampeloprasum</i> .
<i>Beta vulgaris</i> ssp. <i>maritima</i> syn <i>Beta maritima</i> (L.) Arcangeli.	Strandbeta	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997
<i>Brassica oleracea</i> var. <i>ramosa</i>	Flerårig grönkål	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997
<i>Diplotaxis tenuifolia</i> (L.) DC.	Sandsenap	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997. <i>Livsmedelsverket</i> : Vid en snabb sökning av dessa växter på nätet så verkar de finnas gott om information om dem och många som säljer fröer för att du ska kunna odla och äta dem. Mejl 30 juni 2025
<i>Levisticum officinale</i> W.D.J.Koch	Libbsticka	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997
<i>Oxyria digyna</i> (L.) Hill	Fjällsyra	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997. <i>Livsmedelsverket</i> : Vid en snabb sökning av dessa växter på nätet så verkar de finnas gott om information om dem och många som säljer fröer för att du ska kunna odla och äta dem. Mejl 30 juni 2025

<i>Rumex patientia</i> L.	Spenatskräppa	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997. <i>Livsmedelsverket</i> : Vid en snabb sökning av dessa växter på nätet så verkar de finnas gott om information om dem och många som säljer fröer för att du ska kunna odla och äta dem. Mejl 30 juni 2025
<i>Rumex scutatus</i> L.	Sköldsyra	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997
<i>Scorzonera hispanica</i> L. syn. <i>Pseudopodospermum hispanicum</i> (L.) Zaika	Svartrot - rot	Tas inte upp i Novel foods catalogue har ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997

### *Fleråriga grönsaker som är traditionella livsmedel från tredje land*

Detta är fleråriga grönsaker som tas inte upp i Novel food-katalogen och inte heller har konsumerats i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997. De har ätits traditionellt i tredje land (utanför EU). Här krävs en bedömning innan de får säljas.

Livsmedelsverket skriver: Livsmedel som är nya i EU kan ha ätits i stor omfattning i länder utanför EU, så kallade tredjeländer. Sådana nya livsmedel definieras i artikel 3.2 c i förordning (EU) 2015/2283 som traditionella livsmedel från tredjeland. En långvarig konsumtion av ett livsmedel från tredjeland utan effekter på befolkningens hälsa kan användas som bevis för att livsmedlet är säkert om det har varit en del av den vanliga kosthållningen för ett stort antal människor. Gränsen för långvarig konsumtion har man satt till 25 år, se artikel 3.2 b i förordning (EU) 2015/2283. (Livsmedelsverket 2026)

Läs mer: <https://kontrollwiki.livsmedelsverket.se/artikel/695/nya-livsmedel#tio-livsmedelskategorier>

Tabell 3 Fleråriga grönsaker som är traditionella livsmedel från tredje land

<b>Vetenskapligt namn</b>	<b>Svenska</b>
<i>Allium hirtifolium</i> syn. <i>Allium stipitatum</i> Regel.	Skägglök
<i>Aralia cordata</i> Thunb.	Sallatsaralia
<i>Aralia elata</i> (Miq.) Seem.	Parkaralia
<i>Campanula latifolia</i> L.	Hässleklocka
<i>Claytonia sibirica</i> L.	Vårsköna
<i>Dystaenia takeshimana</i> (Nakai) Kitag.	Ullungloka
<i>Hemerocallis</i> sp.	Daglilja
<i>Hosta</i> spp. Tratt.	Funkia
<i>Ligularia fischerii</i> (Ledeb.) Turcz.	Spindelstånds
<i>Matteuccia struthiopteris</i> (L.) Tod.	Strutbräken
<i>Rudbeckia laciniata</i> L.	Höstrudbeckia
<i>Sedum sarmentosum</i> Bunge	Löparfetblad

### Kosttillskott

FS (food supplement) betyder att livsmedlet historiskt har konsumerats som kosttillskott, men att det inte finns belägg för konsumtion i andra livsmedel.

I Livsmedelsverkets kontrollwiki står det: Kosttillskott konsumeras på ett annat sätt, i annan omfattning, och av delvis andra anledningar än övriga livsmedel och därför är konsumtionsmönstren inte jämförbara med andra livsmedel. Livsmedel som före den 15 maj 1997 bara har använts i kosttillskott är därför nya om de avses användas i övriga livsmedel. (Livsmedelsverket 2024)

Läs mer: <https://kontrollwiki.livsmedelsverket.se/artikel/695/nya-livsmedel#tio-livsmedelskategorier>

Arter som räknas som kosttillskott och inte får säljas som livsmedel är läkemaalva (*Althaea officinalis*) och spansk körvel (*Myrrhis odorata*). Pimpinell (*Sanguisorba minor*) tas med som exempel på en art där bladen är godkända livsmedel men rötterna räknas som kosttillskott.

Tabell 4 Fleråriga grönsaker som räknas som kosttillskott

<b>Vetenskapligt namn</b>	<b>Svenska</b>
<i>Althaea officinalis</i> L.	Läkemaalva
<i>Myrrhis odorata</i> (L.) Scop.	Spansk körvel
<i>Sanguisorba minor</i> Scop.	Pimpinell - rötter

Jag har skickat in en samrådsbegäran till Livsmedelsverket (februari 2026) för spansk körvel då jag under projektets gång fått kontakt med Eric de Vahl (genbankskurator, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning, SLU) som har tagit fram historiska belägg för att den historiskt ätits som grönsak i Sverige.

### Fleråriga grönsaker som är nya livsmedel

Livsmedlet har bedömts som nytt i Novel food-katalogen (Directorate-General for Health and Food Safety utan årtal). Dessa måste godkännas innan de får säljas.

Tabell 5 Fleråriga grönsaker som är nya livsmedel

<b>Vetenskapligt namn</b>	<b>Svenska</b>
<i>Allium chinense</i>	Rakkyolök
<i>Sedum telephium</i> L.	Kärleksört

### Fleråriga grönsaker med konsumtion av ny växtedel

Detta är grönsaker där en del av växten som inte ätits tidigare kanske kan ätas. Denna användning tas inte upp i Novel food-katalogen då växtdelen inte har konsumerats i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997 och bevis för konsumtionshistoria saknas.

För dessa bör en riskbedömning av EFSA (European Food Safety Authority) göras innan företag släpper dem på marknaden.

Tabell 6 Fleråriga grönsaker med konsumtion av ny växtedel

Vetenskapligt namn	Svenska	Kommentar
<i>Scorzonera hispanica</i> L. syn. <i>Pseudopodospermum hispanicum</i> (L.) Zaika	Svartrot - blad	Tas inte upp i Novel foods catalogue - blad har inte ätits i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997
<i>Blitum bonus-henricus</i> / <i>Chenopodium bonus-henricus</i>	Gode Henriks målla - frö	Tas inte upp i Novel foods catalogue - frö har inte ätits som mat i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997

### Prioriterade fleråriga grönsaker

Baserat på litteraturstudien gjorde jag ett urval fleråriga grönsaker som inte tas upp i Novel food-katalogen och skickade till målgruppen (yrkesodlare, fröfirmor, plantskolor, mathantverkare och matförädlare). Beslut om vilka grönsaker att gå vidare med baseras på svar från målgruppen.

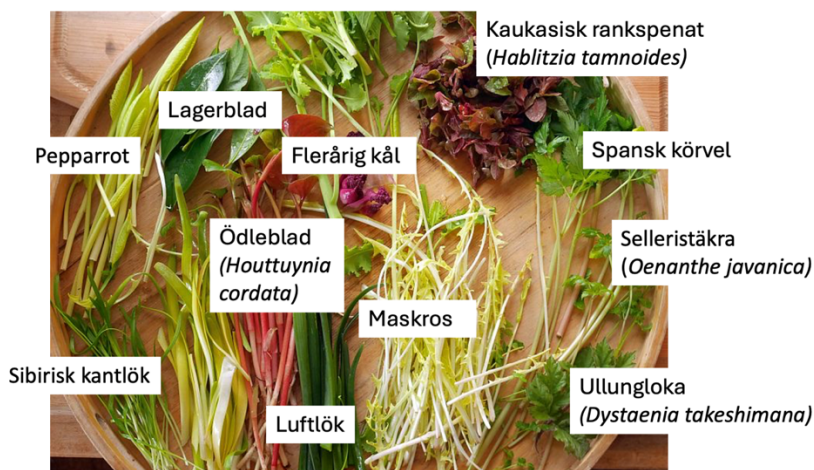
Nästa steg var en fråga till Livsmedelsverket gällande historisk konsumtion av de prioriterade arterna eftersom bevis på det bland medlemsstater skulle tyda på att grönsakerna var godkända. En lista på de prioriterade arterna skickades till Livsmedelsverket (bilaga 2).

Livsmedelsverket ställde i hösten 2025 frågan till andra medlemsstater om de känner till historisk konsumtion av de prioriterade arterna i sina länder. Livsmedelsverkets handläggare skriver i mejl *Tyvärre har vi inte fått så många svar från dem – det finns helt enkelt inte så mycket information. Däremot har andra medlemsstater också uppmärksammat intresset för perenna växter, och fått en hel del frågor om den historiska konsumtionen av dem. Spanien har fått förfrågningar om hundratals arter och 10 officiella samrådsbegäranden.* (Astrid Walles-Granberg 2025)

Baserat på den information jag fått fram och Livsmedelsverkets svar har jag sorterat de prioriterade arterna i två kategorier – de utan stöd för historisk användning i litteraturen och de med stöd i litteraturen för användning i tredje land. Dessa arter behöver troligtvis bedömas av EFSA innan de kan säljas inom EU.

1. Inget stöd för historisk användning har hittats i litteraturen  
Kaukasisk rankspenat, *Hablitzia tamnoides* – blad och skott  
Gode Henriks målla, *Blitum bonus-henricus* – frö  
Svartrot, *Scorzonera hispanica* – blad och skott

2. Stöd finns i litteraturen för användning i tredje land  
 Ullungloka, *Dystaenia takeshimana* – blad och skott  
 Funkia, *Hosta sp.* – blad och skott  
 Löparfetblad, *Sedum sarmentosum* – blad och skott  
 Vårsköna, *Claytonia sibirica* – blad och skott



Figur 3 Stephen Bastows skörd i april av fleråriga grönsaker från rötter som förvarats mörkt och frostfritt. Han odlar och äter många grönsaker som klassas som nya livsmedel. Foto S. Barstow.

## Diskussion

Intresset för fleråriga grönsaker är stort både i landet och i andra medlemsstater i EU. Fröfirmor, plantskolor och mathantverkare säljer fleråriga grönsaker. Responsen på Livsmedelsverkets fråga visade att andra medlemsstater också uppmärksammat intresset för perenna växter och fått många förfrågningar om dem.

Spontana mejlkommentarer från målgruppen under 2025 - *Vilket fantastiskt initiativ. Tack! Sååå bra att du gör detta. Tack för möjligheten att påverka. Det blir spännande att följa projektet. Vilket fint arbete!! Toppen att du gör det här! Tack!*

Sökningen i Novel food-katalogen gav ett något oväntat resultat med godkända arter som t ex rallarros (*Chamaenerion angustifolium*), korogi (*Stachys affinis*), jordmandel (*Cyperus esculentus*) och smällglim (*Silene vulgaris*). Att en flerårig grönsak inte anses vara ett nytt livsmedel betyder alltså inte att arten är vanligt förekommande i handeln, att den odlas i större omfattning eller i ett större geografiskt område.

Att en art inte står med i Novel food-katalogen betyder inte heller att den är ett nytt livsmedel som måste godkännas. Fjällsyra (*Rumex patientia*), libbsticka (*Levisticum officinale*) och sockerrot (*Sium sisarum*) tas inte upp i Novel foods catalogue men har ätits som mat i större omfattning inom EU före den 15 maj 1997.

Nya arter förs in i Novel food-katalogen kontinuerligt. Gode Henriks mälla (*Blitum bonus-henricus* blad), strandsilja (*Crithmum maritimum*) och rödmalva (*Malva sylvestris*) är fleråriga grönsaker som har ätits länge och förts in i Novel food-katalogen som godkända livsmedel under 2025 och 2026.

Kaukasisk rankspenat (*Hablitia tamnoides*), Gode Henriks målla - frö (*Blitum bonus-henricus*) och svartrot - blad och skott (*Scorzonera hispanica*) är arter där en bedömning av EFSA troligtvis behövs då inget stöd för historisk användning har hittats i litteraturen.

Daglilja (*Hemerocallis citrina*), sallatsaralia (*Aralia cordata*), ullungloka (*Dystaenia takesimana*), funkia (*Hosta sp.*) och löparfetblad (*Sedum sarmentosum*) är exempel på arter som konsumeras i större omfattning i Kina, Japan och/eller Korea som traditionella livsmedel men som inte tas upp i Novel food-katalogen. Arter i kategorin traditionella livsmedel där jag bara funnit enstaka belegg för konsumtion t ex höstrudbeckia (*Rudbeckia laciniata*) och hässleklocka (*Campanula latifolia*). De som konsumerats i större utsträckning bör kunna godkännas av EFSA enligt tredjelandsreglerna.

Sammanfattningsvis är fleråriga grönsaker en heterogen grupp både vad gäller historisk användning och status som nya livsmedel. De har potential att bli en viktig del av vår matförsörjning och det finns många intressanta arter som skulle kunna godkännas som livsmedel.

Jag har sökt medel för att fortsätta arbetet 2026 med de fleråriga grönsaker som målgruppen har identifierat som prioriterade arter.

## Källor

- Anon. (utan årtal). *Svensk Kulturväxtdatabas*. <https://skud-app.blomsterlandet.se/search> [2025-09-10].
- Astrid Walles-Granberg (2025). Sv: Perenna växter - NF?
- Da Silva, C. S. R. D. A., Da Silva Araújo, E., Costa, L. S., De Araújo, S. N., Da Silva Junior, J. B., Ziviani, M. M., Da Silva, M. S. R. D. A., Guerra, J. G. M., Espindola, J. A. A. & Pinheiro, E. F. M. (2024). No-till system organic vegetable production under green manure: effect on yield and soil properties. *Organic Agriculture*, 14(2), ss. 231–244, doi:10.1007/s13165-024-00460-x.
- Directorate-General for Health and Food Safety (utan årtal). *EU Novel Food status Catalogue /Food and Feed Information Portal Database Version 5.6.0*. <https://ec.europa.eu/food/food-feed-portal/screen/novel-food-catalogue/search> [2025-10-30].
- Helgason, B. L., Walley, F. L. & Germida, J. J. (2010). No-till soil management increases microbial biomass and alters community profiles in soil aggregates. *Applied Soil Ecology*, 46(3), ss. 390–397, doi:10.1016/j.apsoil.2010.10.002.
- Knauer, A., Durrer, C., Michez, D., Sentil, A. & Albrecht, M. (2026). Synergistic enhancement of wild bee abundance at the landscape scale through multiple types of agri-environmental interventions. *Agriculture, Ecosystems & Environment*, 401, s. 110281, doi:10.1016/j.agee.2026.110281.
- Livsmedelsverket (2024). *Kontrollwiki/Nya livsmedel*. Nya livsmedel. <https://kontrollwiki.livsmedelsverket.se/artikel/695/nya-livsmedel> [2025-05-10].
- Livsmedelsverket (2026). *Nya livsmedel - att tänka på för företag*. <https://www.livsmedelsverket.se/foretagande-regler-kontroll/regler-for-livsmedelsforetag/nya-livsmedel-foretag/>.
- Plants For A Future (2026). *Database Plant Search Page*. <https://pfaf.org/user/> [2025-06-10].
- Sollen-Norrlin, M., Ghaley, B. B. & Rintoul, N. L. J. (2020). Agroforestry Benefits and Challenges for Adoption in Europe and Beyond. *Sustainability*, 12(17), s. 7001, doi:10.3390/su12177001.

- Thorup-Kristensen, K., Halberg, N., Nicolaisen, M., Olesen, J. E., Crews, T. E., Hinsinger, P., Kirkegaard, J., Pierret, A. & Dresbøll, D. B. (2020). Digging Deeper for Agricultural Resources, the Value of Deep Rooting. *Trends in Plant Science*, 25(4), ss. 406–417, doi:10.1016/j.tplants.2019.12.007.
- Toensmeier, E., Ferguson, R. & Mehra, M. (2020). Perennial vegetables: A neglected resource for biodiversity, carbon sequestration, and nutrition. *PLOS ONE*, 15(7), s. e0234611, doi:10.1371/journal.pone.0234611.
- Weiss, P., Sjöberg, A. & Larsson, D. (2016). *Fleråriga grönsaker: Upptäck, odla, njut*. 1. upplagan. Stjärnsund: Hälsingbo Skogsträdgård.

## Bilagor

### Bilaga 1

Sammanställning Framtidens mat mars 2026.xlsx

Bifogas.

### Bilaga 2.

#### Underlag för prioriterade fleråriga grönsaker

Fleråriga grönsaker som inte togs upp i Novel food-katalogen vid projektets början. Denna lista har skickats till målgruppen som underlag för beslut om vilka grönsaker att gå vidare med i samrådsbegäran och i nästa steg i projektet.

<b>Vetenskapligt namn</b>	<b>Svenskt namn</b>	<b>Kommentar</b>
<i>Allium hirtifolium</i> syn. <i>Allium stipitatum</i> <i>Regel</i> .	Skägglök	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Allium senescens</i>	Bredbladig kantlök	Används som grönsak enligt Svensk kulturväxtdatabas.
<i>Aralia cordata</i>	Sallatsaralia	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Aralia elata</i>	Parkaralia	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Asphodeline lutea</i> (L.) <i>Rchb</i>	Junkerlilja	Referenser finns för traditionell konsumtion inom EU.
<i>Blitum bonus-henricus</i> syn. <i>Chenopodium bonus-henricus</i> fruit	Gode Henriks målla/Lungrot - frö	<i>Nytt livsmedel</i>
<i>Blitum bonus-henricus</i> syn. <i>Chenopodium bonus-henricus</i> leaves	Gode Henriks målla/Lungrot blad	Togs in i EU Novel Food status Catalogue i augusti 2025 som livsmedel (blad)
<i>Campanula latifolia</i>	Hässleklocka	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Centranthus ruber</i>	Pipört	Referenser finns för traditionell konsumtion inom EU.
<i>Claytonia sibirica</i>	Vårsköna	Nytt livsmedel
<i>Crithmum maritimum</i> (leaves, stems and tender shoots)	Strandsilja	Togs in i EU Novel Food status Catalogue i januari 2026 som livsmedel (blad, skott och stjälkar)

<i>Dystaenia takesimana</i> (Nakai)	Ullungloka	Referenser finns för traditionell konsumtion utanför EU.
<i>Hablitia tamnoides</i>	Kaukasisk rankspenat	Nytt livsmedel
<i>Hemerocallis citrina</i> Baroni.	Daglilja	Referenser finns för traditionell konsumtion utanför EU.
<i>Hemerocallis fulva</i> 'Flore pleno'	Brunröd daglilja	Referenser finns för traditionell konsumtion utanför EU.
<i>Hosta spp.</i>	Funkia	Referenser finns för traditionell konsumtion utanför EU.
<i>Ligularia fischerii</i>	Spindelstånds	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Matteuccia struthiopteris</i>	Strutbräken	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Mertensia maritima</i>	Ostronört	Finns idag på marknaden inom EU
<i>Plantago coronopus</i>	Strandkämpar	Referenser finns för traditionell konsumtion inom EU.
<i>Plantago lanceolata</i>	Svartkämpar	Referenser finns för traditionell konsumtion inom EU.
<i>Rudbeckia laciniata</i>	Höstrudbeckia	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Scorzonera hispanica</i>	Svartrot - blad	Nytt livsmedel
<i>Sedum sarmentosum</i>	Löparfetblad	Referenser finns för konsumtion utanför EU.
<i>Smyrnum olusatrum</i>	Alexanderloka	Referenser finns för traditionell konsumtion inom EU.
<i>Tripolium pannonicum</i>	Strandaster	Referenser finns för traditionell konsumtion inom EU.