

Kas eelistada mahetoitu?

Üha rohkem inimesi vastab selle küsimusele jaatavalt – vaatamata majanduslikult keerulisele ajale. Seda tõdeti mahetoitu ja -tootmist tutvustaval seminaril, mis peeti Tallinnas varsti avatavas mahetoidurestoranis Kukeke.

Merit Mikk Ökoloogiliste Tehnoloogiate Keskusest tõdes, et mahe- toodete turg maailmas kasvab ja ka Eestis suureneb huvi mahetoode- te vastu kiiresti. Kõige sagedamini eelistavad inimesed mahetoitu ter- vislikel põhjustel – mõni lihtsalt hin- dab puhast ja tervislikku toitu, kuid on ka neid, kellele tavatooted ei sobi allergia tõttu. Mure keskkonna pä- rast on ostuotsuse tegemisel tagasi- hoidlikumal kohal.

Igäüks, kes ostab Eestis mahetoi- tu, esitab endale peagi küsimuse, miks peab see olema nii kallis. Mõ- ningane hinnavahe oleks mõistetav, kuid Eestis võivad mahepõllunduse tooted maksta tavapõllunduse oma- dest poes ligi kaks korda rohkem.

Merit Miku sõnul tuleneb pea- mine põhjus sellest, et Eesti mahe- toit valmib väiketootmises, palju on käsitsitööd. Jääb ära mastaabiefekt, mis suurtootmise puhul võimaldab langetada hinda.

Pestitsiidid toidulaul

Mahepõllumajanduses on lubatud kasutada vaid orgaanilisi väetisi: komposti, sõnnikut, haljasväetisi. Liblikõieliste taimi kasvatades seo- takse mulda lämmastikku.

Ka on mahepõllunduses keela- tud sünteetilised taimekaitsevahen- did ehk pestitsiidid, tavapõllumajan- duses kasutatakse neid sageli ka liht- salt profülaktilisel kaalutlusel, ilma et neid oleks otseselt vaja. Selle taga- järjel jääb aga nii inimeste söögi kui ka loomasööda sisse taimekaitseva- hendite jääke, mida on mõnikord ka rohkem, kui normid lubavad.

Eesti Maaülikooli Mahekesku- se juhataja Sirli Pehme tõdes, et inimesed kalduvad arvama, nagu oleks kogu toit, mis kaupluses müü- gil, kontrollitud ning seega liigsetest pestitsiidijääkidest kindlasti puhas. Nii see aga pole – keegi ei jõua kont- rollida kõiki partisiidid.

Läbiviidud seirete käigus on pes- titsiidide jääke leitud. Eestimaise toodangu puhul on nende kogus siiski jäänud normide piiresse. Näi- teks 2009. aastal tehtud seire käigus leiti pestitsiidide jääke kodumaistel toiduainetel kuni 18% proovidest.

Importkaubast olid jäägid sees 70% proovidest ja 7% proovides ületas jääkide kogus piirnorme.

Näiteks Hispaania spargelkapsas oli jääkaineid neli korda üle piir- normi. Saastatuks osutus ka Poola maasikas.

2007.–2008. aastal osutusid saastatud toiduaineteks pirn, must pipar, tomat, viinamari, sidrun, õun, mandariin aprikoos, nektariin, spinat, kurk, lillkapsas.

2008. aastal Euroopa supermar- ketites läbiviidud uuring tu- vastas 99% viinamar- jadest pestitsiidi- jääke.



Mahetoitu tunneb ära märgi järgi.

SVEN ARBET



Ka jäätis võib olla mahe – kui see on tehtud mahepiimast.

Sirli Pehme lisas, et kuna analüü- sitakse tervet vilja, aitab mõne pu- hul sissesöödavate jääkainete kogus vähendada see, kui vili ära koo- rida. Kindlasti ei soovita ta aga riivi- da toidu hulka näiteks sidruni koort või tarvitada toiduks apelsini koort.

Arvesse peab võtma sedagi, et normid on arvatud keskmise täis- kasvanu kohta – lastele võib sama kogus olla juba liig. Rangemad nor- mid kehtivad ainult beebitoidudele.

GMODE mõju teadmata

Omaette rühm, millest mahe- toit prii, on GMOd – geneetilisel muundatud organismid. Nende mõju kohta inimese tervisele ei osa- ta veel selget vastust anda, sest pi- kaajalist mõju pole uuritud. MTÜ Ethical Links juhatause liige Nast- ja Pertsjonok tõdes, et tõenäoliselt

TASUB TEADA

Maitsetugevdajad põhjustavad rasvumist

- Mitmed toiduainete tootjad on hakanud oma toodetest välja jätma sünteetilisi lõhna- ja maitsetugevdajaid (E620–E640), ja õigesti teevad, sest nendega on alates 1950. aastatest maailmas tehtud hulk uuringuid ning paljud neist on tõestanud nende ainete kahjulikku mõju.
- Maitsetugevdajaid on kasutatud laborihiirtel näiteks rasvumise teki- tamiseks, et siis testida nende peal ülekaalulisuse vastaseid ravimeid. Samuti on maitse- ja lõhnatugevdajatega kutsutud esile diabeeti, et testida diabeediravimeid.
- Uuringute tõestatud kõrvalmõjud: söögiisu tõus, rasvumine, ainevahe- tushäired, käitumis- ja õppimishäired, diabeedirisk.