



Köttguiden

- kloka val för miljö och djur

Världsnaturfonden WWF arbetar för att säkra en rättvis tillgång till hälsosam mat för alla inom gränserna för en planet. Det innebär mat som är hållbart producerad och rättvist fördelad. Du kan bidra genom att göra kloka matval som tar hänsyn till naturen, klimatet och djurens välfärd.

Den ökande konsumtionen av kött, och det sätt som många köttdjur föds upp på, är en av vår tids stora utmaningar. Globalt bidrar köttkonsumtionen till minskad biologisk mångfald, ökade utsläpp av klimatgaser och ökad användning av bekämpningsmedel. Vill du veta mer om våra bedömningar och avvägningar? Allt underlag finns att läsa på www.se/kottguiden



Rött = Undvik

Påverkan på planeten är alldeles för hög



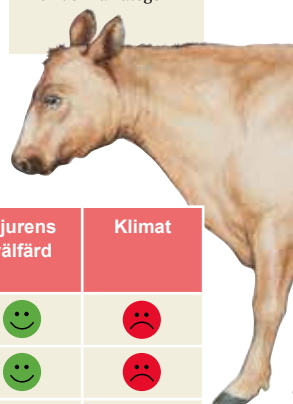
Gult = Var försiktig

Utmaningar finns inom miljö och/eller djurens välfärd



Grönt = Åt måttligt

Om du äter kött, välj ur denna kategori



Nötkött

TYP AV NÖTKÖTT	Biologisk mångfald	Bekämpningsmedel	Djurens välfärd	Klimat
Svenskt KRAV-certifierat naturbeteskött	😊	😊	😊	😞
KRAV-certifierat nötkött	😊	😊	😊	😞
Svenskt certifierat naturbeteskött	😊	😊	😊	😞
Svenskt EU-ekologiskt nötkött	😊	😊	😊	😞
Importerat EU-ekologiskt nötkött	😊	😊	😞	😞
Klimatcertifierat nötkött	😊	😊	😊	😞
Sigillcertifierat nötkött	😊	😊	😊	😞
Svenskt nötkött	😊	😊	😊	😞
Sydamerikanskt nötkött	😞	😊	😊	😞
Nordamerikanskt nötkött	😞	😊	😞	😞
Irländskt nötkött	😞	😊	😞	😞
Tyskt och östeuropeiskt nötkött	😞	😊	😞	😞

Griskött



TYP AV GRISKÖTT	Biologisk mångfald	Bekämpningsmedel	Djurens välfärd	Klimat
KRAV-certifierat griskött	😊	😊	😊	😊
EU-ekologiskt griskött	😊	😊	😊	😊
Klimatcertifierat griskött	😊	😞	😊	😊
Sigillcertifierat griskött	😊	😞	😊	😊
Svenskt griskött	😊	😞	😊	😊
Danskt griskött	😞	😞	😞	😊
Tyskt griskött	😞	😞	😞	😊

Lammkött



TYP AV LAMMKÖTT	Biologisk mångfald	Bekämpningsmedel	Djurens välfärd	Klimat
KRAV-certifierat lammkött	😊	😊	😊	😞
EU-ekologiskt lammkött	😊	😊	😊	😞
Klimatcertifierat lammkött	😊	😊	😊	😞
Sigillcertifierat lammkött	😊	😊	😊	😞
Svenskt lammkött	😊	😊	😊	😞
Nyzeeländskt lammkött	😊	😊	😊	😞
Irländskt lammkött	😞	😊	😞	😞

Kyckling och ägg



TYP AV KYCKLING	Biologisk mångfald	Bekämpningsmedel	Djurens välfärd	Klimat
Svenskt KRAV-certifierat kycklingkött	☹️	😊	😊	😊
EU-ekologiskt kycklingkött	☹️	😊	☹️	😊
Sigillcertifierat kycklingkött	☹️	😞	☹️	😊
Svenskt kycklingkött	☹️	😞	☹️	😊
Importerat kycklingkött	😞	😞	😞	😊

TYP AV ÄGG				
Svenska KRAV-certifierade ägg	☹️	😊	😊	😊
EU-ekologiska ägg	☹️	😊	☹️	😊
Svenska ägg	☹️	☹️	☹️	😊
Finska ägg	☹️	☹️	☹️	😊
Danska ägg	☹️	☹️	😞	😊

Viltkött

TYP AV VILTKÖTT	Biologisk mångfald	Bekämpningsmedel	Djurens välfärd	Klimat
Älg, rådjur, vildsvin och hjort	😊	😊	😊	😊



Renkött bedöms inte i 2015 års Köttguide, inte heller djurslag som till exempel kanin, häst, kalkon eller struts. I takt med att kunskapen och marknaden utvecklas kommer Köttguiden att ta med fler djurslag i kommande uppdateringar.

Alternativ till kött

OLIKA ALTERNATIV TILL KÖTT	Biologisk mångfald	Bekämpningsmedel	Djurens välfärd	Klimat
Ekologiska baljväxter	😊	😊	—	😊
Baljväxter	😊	😐	—	😊
KRAV-certifierad eller svensk EU-ekologisk ost	😐	😊	😊	😐
Importerad EU-ekologisk ost	😐	😊	😞	😐
Klimatcertifierad ost	😐	😐	😊	😐
Sigillcertifierad ost	😐	😐	😊	😐
Svensk ost	😐	😐	😊	😐
Quorn	😐	😐	😐	😊
Dansk ost	😞	😐	😞	😐
Holländsk ost	😞	😐	😞	😐
Tysk ost	😞	😐	😞	😐

