

## Tre ud af fire giftrester i vores kroppe kommer fra 10 populære fødevarer

**10 fødevarer fra både ind- og udland indeholder flest rester af sprøjtegift. De økologiske varianter af samme varer er ikke sprøjtet.**

19. maj 2017 kl. 11.30

Virker det uoverskueligt, hvilke fødevarer det for alvor batter at købe økologisk, så bliver det lidt lettere nu. Ifølge en beregning foretaget af Danmarks Naturfredningsforening er de største kilder til sprøjtegift i maden nemlig ret enkle at undgå.

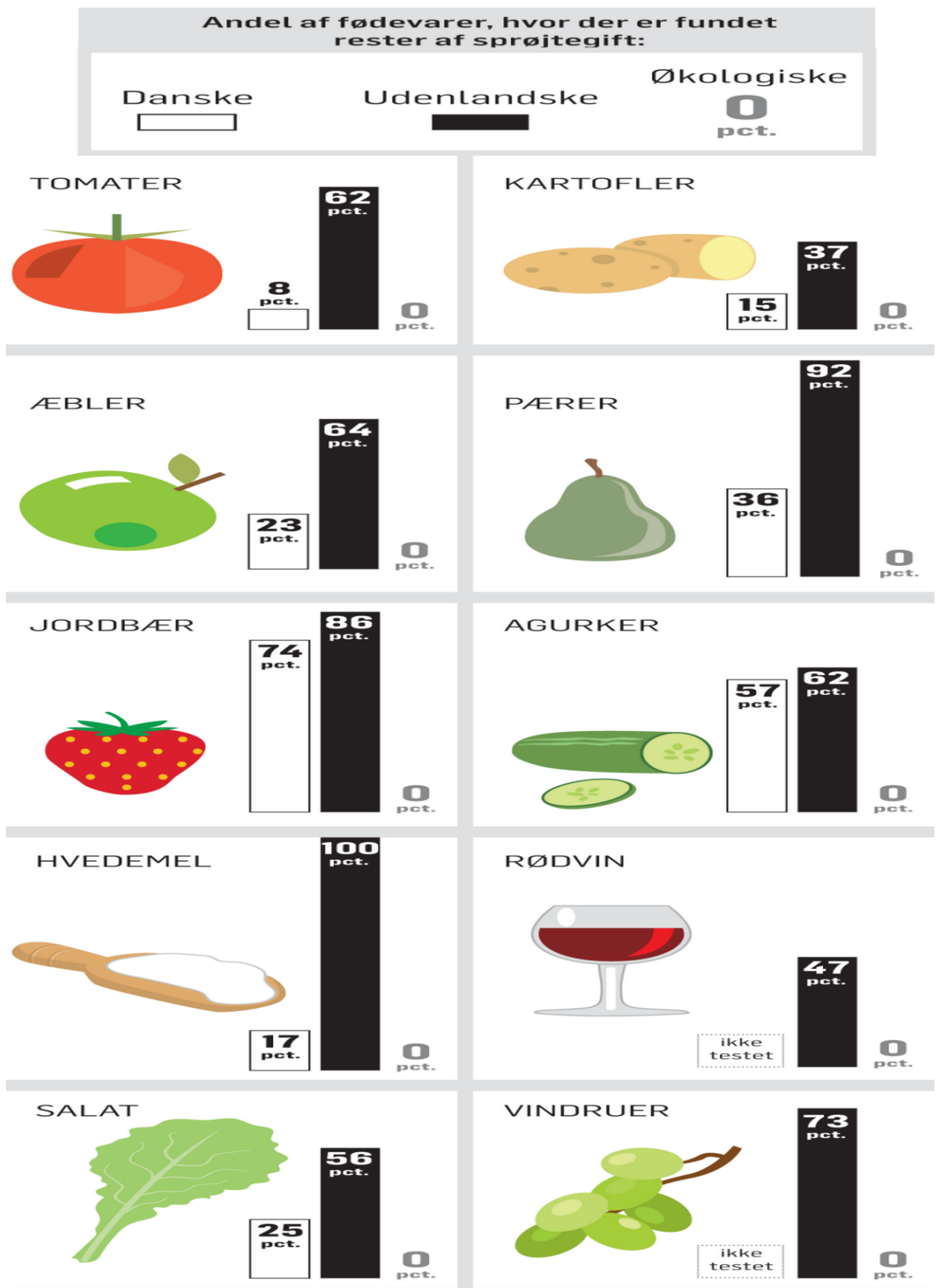
Hele 75 procent af de giftrester, vi har i kroppen, stammer fra bare 10 populære fødevarer: agurker, æbler, vindruer, pærer, salat, jordbær, kartofler, tomater, hvedemel og rødvin.

Beregningen baserer sig på en rapport fra DTU Fødevareinstituttet og Fødevarestyrelsens pesticidkontrol, der viser, at langt de fleste konventionelt dyrkede fødevarer stadig indeholder rester af sprøjtegift, når de når ud i supermarkederne til forbrugerne.

Omkring 2 procent af det testede grønt og frugt overskrider endda maksimalgrænseværdierne for, hvor mange sprøjtemiddelrester der må være i madvarer.

# De 10 mest sprøjtede fødevarer

Grafik: Jens Herskind



**Note:** Rødvind og vindruer findes ikke i danske versioner, fordi de kun dyrkes begrænset herhjemme  
**Kilde:** Fødevestyretsen, DTU Fødeveste-institutet og Danmarks Naturfredningsforening

Hellere dansk end udenlandsk

Ønsker man at undgå sprøjtemidler helt, er det oplagte valg at købe økologisk i stedet for konventionelt. I stikprøverne af de økologiske fødevarer er der ikke fundet overtrædelser af økologireglerne i hverken de danske eller udenlandske varer, mens der er fundet sprøjtemidler i samtlige de konventionelle varegrupper uanset oprindelsesland.

Både dansk og udenlandsk konventionelt dyrket frugt og grønt indeholder rester af sprøjtemidler. Men for samtlige 10 mest sprøjtede fødevarer gælder det, at de udenlandske ikke alene oftere indeholder giftrester, men også flere forskellige gifte end de danske. Varer fra lande uden for EU indeholder oftere flere sprøjtegifte end varer dyrket i Europa.

I tomater er der for eksempel fundet 3 forskellige sprøjtemidler i de danske, mens der er op til 19 forskellige sprøjtemidler i de udenlandske. Den absolutte topscorer i den sammenhæng er vindruer. I dem er der fundet op til 30 forskellige sprøjtemidler i hele 73 procent af stikprøverne.

Hvedemel er en af de varer, hvor oprindelseslandet har stor betydning. Alle prøver af konventionelt hvedemel fra udlandet indeholder giftrester, mens de kun optræder i 17 procent af det danskproducerede hvedemel.

Der er ikke fundet giftrester i økologisk hvedemel fra hverken ind- eller udland.

Forbudte giftstoffer fra udlandet

Enkelte varer er vanskelige at finde i en danskproduceret version. Det gælder for eksempel rødvin, hvor der i den konventionelle er fundet giftrester i næsten halvdelen af vinene, mens tallet er 0, når det kommer til økologisk vin.

Som led i en kampagne for 'et sprøjtefrit Danmark' har Danmarks Naturfredningsforening testet 5 familier for rester af sprøjtegift i urinen og testet dem igen efter 2 uger, hvor de udelukkende har levet af økologiske fødevarer.

Før ugerne med økologi var der sprøjtegift i 51 procent af prøverne. Efter 14 dages økologi var tallet ifølge foreningen nede på 23 procent.

Familierne udskilte hovedsagelig sprøjtegifte glyphosat og clorpyrifos. Sidstnævnte er ulovligt at anvende i Danmark, men danske forbrugere indtager alligevel stoffet via frugt og grønt dyrket i udlandet.

Fødevarestyrelsen har undersøgt 2.585 prøver for rester af pesticider og understreger i sin konklusion, at resultaterne ikke giver grund til bekymring for sundheden, og at det fortsat anbefales at spise 600 gram grønt og frugt om dagen – uanset om det er økologisk dyrket eller ej.