



DORDIS TIPS

til å handle meir norsk mat

Hei, eg heter Dordi Lerum – og eg er “norsketerianar”!

Dordis tips til å velje norsk mat:

- 1 Les det med lita skrift bakpå vara
- 2 Sjå alltid etter Nyt Norge
- 3 Bruk råvarar i sesong

Dordi Lerum er svært oppteken av norsk matproduksjon – so opptatt at ho i år har som nyttårsforsett å berre ete norsk mat. Her deler ho sine beste tips med oss for å handle meir norsk mat.



Norsk mat – den beste beredskapan!



Det er ikkje eitt fett kva du kjøper i butikken

Vala du tek medverkar til at vi som land blir meir sjølvforsynte og har betre beredskap.

Dei siste åra har synt oss at Noreg som land er sårbart. Pandemien førte til stengte grenser, og krig i Ukraina og Midt-Austen set forsyningslinjene på prøve. Vi blir mindre sårbare når vi produserer mykje av maten vår sjølv.

På små og store gardsbruk over heile landet produserer bønder mat. Når vi held hjula i gang, er dette det beste utgangspunktet for å styrke norsk mattryggleik og beredskap. Vi bønder er også ein ressurs når ting skjer – anten det er brann, flaum eller ras. Vi er til stades.

Det er vi som produserer maten. Det du kan gjøre som forbruker, er å velje norsk mat i butikken. Vi vil gjøre det lett for deg å ta bevisste valg!

Takk for at du vel norsk når du kan, og takk for at du støttar den norske bonden!

39%

av maten vår er produsert i Noreg*

I Noreg produserer vi berre 39% av maten vår sjølv, noko som gjer oss dårligst i verda. Norges Bondelag vil helst ha ei sjølvforsyningsgrad på 50%. Det er fullt mogleg for oss å produsere – dersom folk ønsker det.

Norske bønder må selje varene sine i marknaden på lik linje som andre produsentar. Skal vi få opp sjølvforsyninga i Noreg er vi difor avhengig av at norske forbrukarar vel norske råvarar i butikken kvar dag.

*sjølvforsyningsgrad korrigert for fôrimport, henta frå NIBIO



Sjå baksida for praktisk hugseliste for å handle meir norsk mat!

