



Regler för Äkta varas Ä-märke

Version 2022-06-20



Mat istället för tillsatser.

Äkta vara Sverige
www.aktavara.org
info@aktavara.org
Postadress: Borgmästargatan 12
116 29 Stockholm

Innehåll:

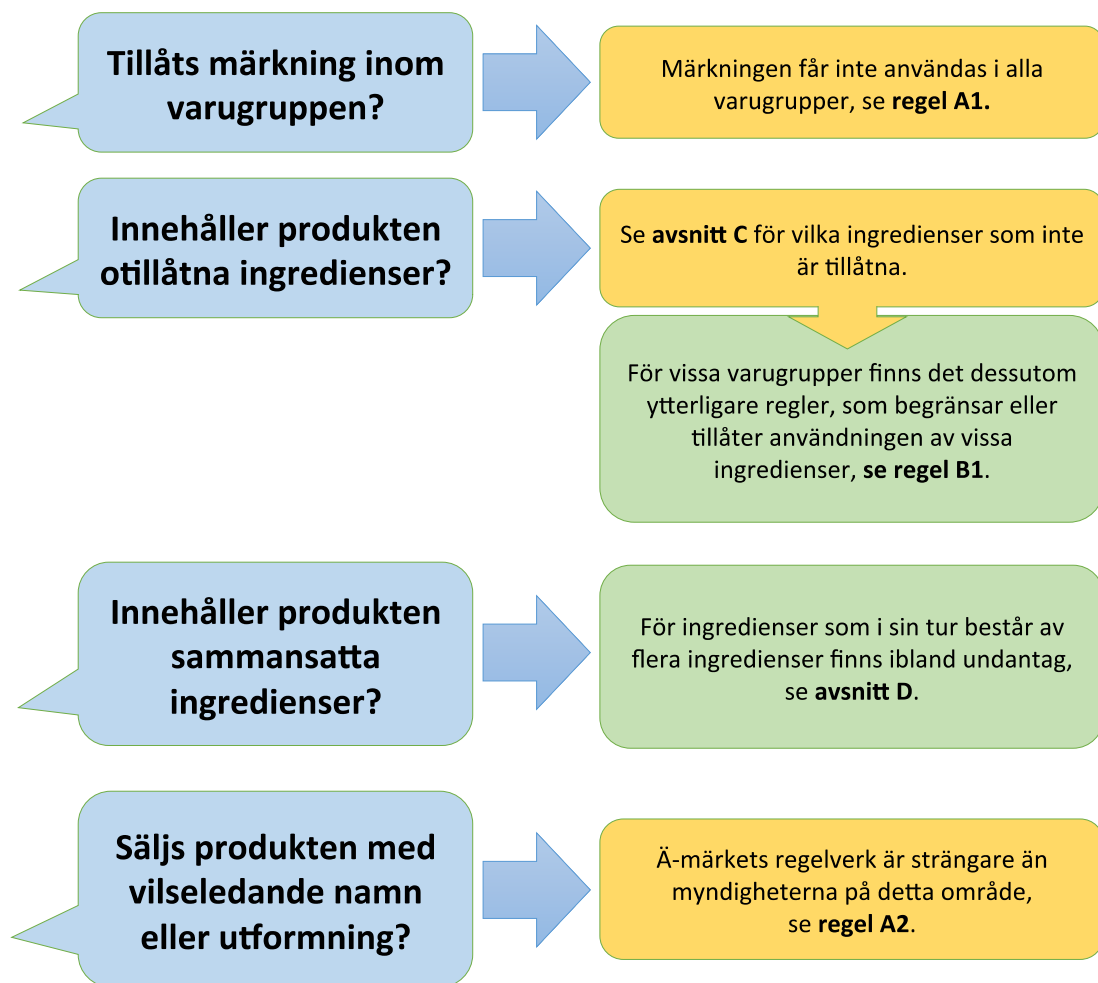
Om reglerna	3
Steg-för-steg – Kan produkten märkas?.....	3
Regelkarta.....	4
A. GRUNDREGLER FÖR PRODUKT	5
1. Varugrupsavgränsning	5
2. Vilseledande innehåll.....	5
B. TILLÄGGSREGLER FÖR PRODUKT.....	5
1. Varugrupspecifika regler.....	5
C. GRUNDREGLER FÖR INGREDIENSER	6
1. Tillsatser.....	6
2. Aromer.....	6
3. Industriella ingredienser	6
4. Berikning.....	7
5. Processhjälpmedel.....	7
6. Livsmedelszymer	7
D. TILLÄGGSREGLER SAMMANSATTA INGREDIENSER	7
1. Generella undantagsregler	7
2. Specifik undantagsregel för drycker med mer än 1,2 vol% alkohol.....	8
BILAGOR	9
Bilaga #1 – Särskilda regler för vissa varugrupper	9
Bilaga #2 – Industriella ingredienser.....	11
Bilaga #3 – Särskilda regler för mjukt bröd	12
Bilaga #4 – Särskilda regler för mjöl	13

Om reglerna

Reglerna i detta dokument gäller för att få använda föreningen Äkta varas Ä-märke. Bedömningen om en produkt följer reglerna görs av Äkta vara efter att ett avtal om märkning har slutit och en ansökan skickats in för den aktuella produkten. Först efter att ansökan har godkänts får märket börja användas på produkten.

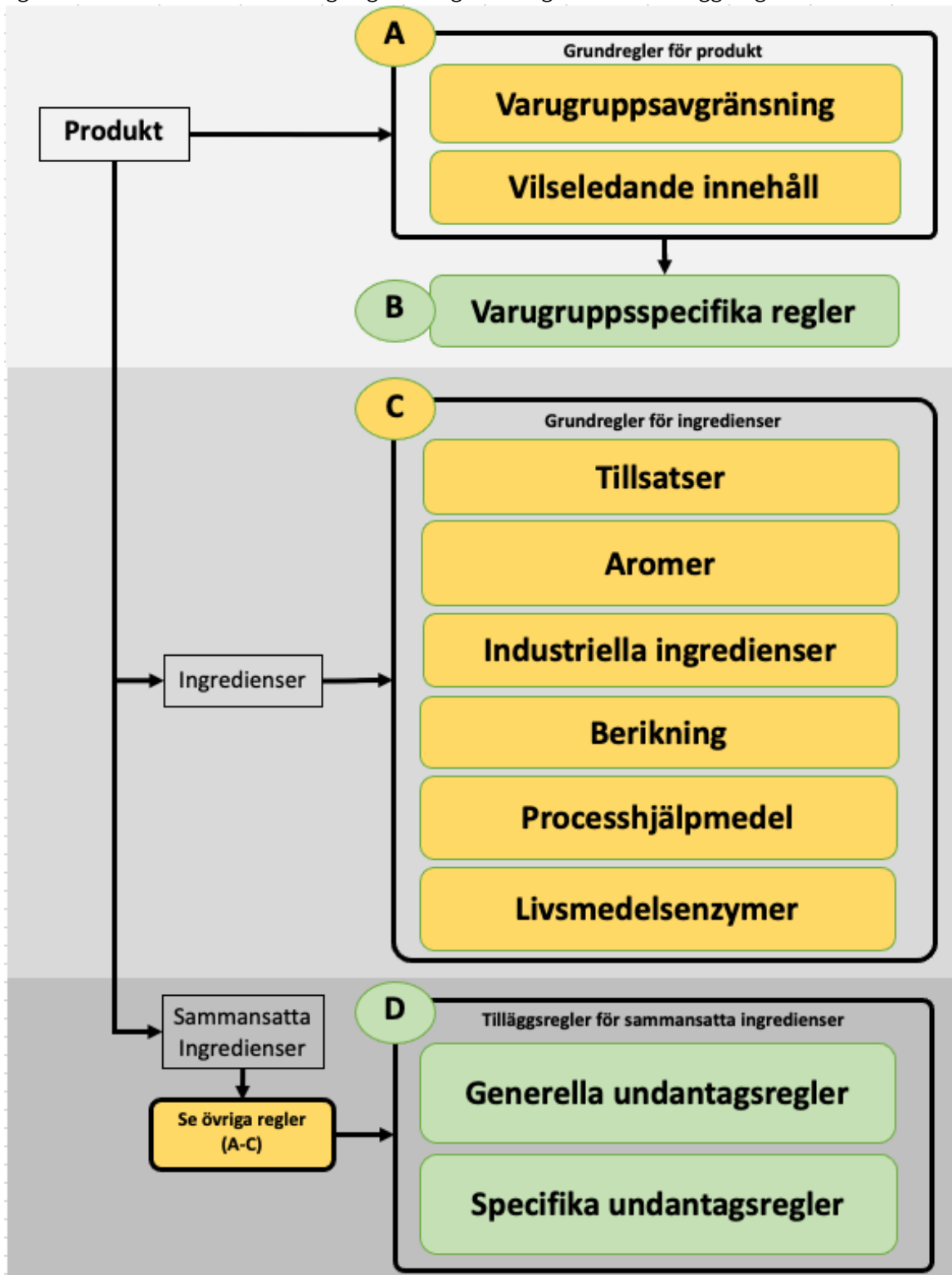
Den senaste versionen av reglerna finns alltid att ladda ner på aktavara.org/regler

Steg-för-steg – Kan produkten märkas?



Regelkarta

Bilden nedan visar på vilken nivå olika regler finns. Vissa på produktnivå andra på ingrediensnivå. I gult visas de områden som utgör grundreglerna. I grönt visas tilläggsreglerna.



A. GRUNDREGLER FÖR PRODUKT

1. Varugrupsavgränsning

REGEL:

Endast produkter som uppfyller följande villkor kan märkas:

1. Är livsmedel.
2. Är förädlade.
3. Ingår i en varugrupp där det finns produkter som inte klarar våra regler.

Kommentar: Märkningen baseras på sammansatta produkter inom varugrupper där konsumenten behöver hjälp att välja. Därför märker vi inte oförädlade råvaror som exempelvis gurka eller fläskfilé, samt inom varugrupper där det inte förekommer tillsatser, aromer, industriella ingredienser och annat som reglerna förbjuder.

2. Vilseledande innehåll

REGEL:

Produkter som har en vilseledande beteckning/namn eller säljs med vilseledande marknadsföring kan inte märkas.

Kommentar: Eftersom märkningen syftar till att hjälpa konsumenten tillåts inte att produkten säljs med vilseledande beteckning/marknadsföring, som en pesto genovese gjord med rapsolja istället för olivolja. Inte heller att produkten har låg halt av karaktärgivande ingrediens(er), som en kantarellsås med 0,5% kantarell.

B. TILLÄGGSREGLER FÖR PRODUKT

1. Varugruppspecifika regler

REGEL:

Se regler för respektive varugrupp i bilaga #1 nedan.

C. GRUNDREGLER FÖR INGREDIENSER

1. Tillsatser

REGEL:

De ämnen som räknas som tillsatser (E-nr) enligt EU:s tillsatsförordning tillåts inte. Undantagna är bakpulver (E341, E450, E500, E501 och E503) och icke-amiderat fruktpektin, även benämnt E440(i,) och då endast i sådana livsmedel/ingredienser som normalt/traditionellt innehåller dessa.

Kommentar: Tillsatser tillsätts för en specifik teknisk funktion – ofta som utfyllnad eller för att sminka upp undermåliga råvaror. De konsumeras dessutom normalt inte för sig, säljs vanligen inte heller i livsmedelsbutiker och ingår dessutom inte i vanliga kokboksrecept. Av dessa skäl tillåts de inte i Ä-märkta produkter. Vi gör dock undantag för bakpulver i bakverk och icke-amiderat fruktpektin i sylter då de flesta konsumenter accepterar dessa som traditionella.

2. Aromer

REGEL:

1. Tillsatta aromer tillåts inte. Dock tillåts extrakt där smaken till 100% kommer från den, till konsumenten, angivna källan.
2. Rökaromer tillåts inte.
3. Salmiak tillåts i konfektyr och dessertprodukter, förutsatt att dessa säljs som saltlakrits, salmiak eller liknande. Sådana produkter får även ingå som ingredienser i produkter i andra varugrupper, förutsatt att det framgår att produkten är smaksatt med dito.

Kommentar: Utgångspunkten är att produkter ska få sin smak från de tillsatta råvarorna. Ibland kan det av olika skäl vara befogat att man istället tillsätter ett extrakt av råvaran. Vi tillåter inte syntetiska aromer eller naturliga aromer som tillverkats från andra råvaror än den för konsumenten uppgivna.

3. Industriella ingredienser

REGEL:

"Industriella ingredienser" tillåts inte, se lista i bilaga #2.

Kommentar: Det finns många ingredienser i livsmedelsprodukter som normalt inte går att köpa i vanliga butiker, men som inte heller klassas som tillsatser. Ofta har de dock en teknisk funktion som liknar den hos tillsatser. I vårt regelverk kallas de för "industriella ingredienser" och är inte tillåtna.

4. Berikning

REGEL:

1. Tillsättning av vitaminer, mineraler och andra näringsämnen tillåts inte.
2. Jod tillåts dock i salt när detta ingår som ingrediens, förutom i saltprodukter och kryddblandningar.

Kommentar: Näringsrik mat är bra, men i Ä-märkta produkter ska näringen komma från råvarorna. Nästan alltid när berikning av livsmedel görs så är det för att näringsämnena försvunnit i tillverkningsprocessen – eller för att de aldrig funnits där.

5. Processhjälpmiddel

REGEL:

Alla processhjälpmiddel är tillåtna förutom om särskilda regler finns i tilläggsreglerna.

Kommentar: Processhjälpmiddel är ämnen som tillsätts i livsmedel för att underlätta processen och där de inte förväntas finnas kvar i slutprodukten (annat än mikroskopiska mängder). Processhjälpmiddel behöver inte (men får) enligt gällande regler i Sverige deklarerats på förpackningen. Eftersom det handlar om väldigt små mängder och eftersom de inte behöver deklarerats så tillåter Äkta vara dem normalt.

Notera att dessa ibland skrivs ut i ingrediensförteckningen, trots att det inte behövs, t.ex. kalciumklorid i ost och nigari i tofu.

6. Livsmedelsenzym

REGEL:

1. Alla livsmedelsenzym är tillåtna förutom om särskilda regler finns i tilläggsreglerna.
2. För laktasenzym gäller: Om livsmedlet är en mejeridominerad produkt (t.ex. mjölk, grädde, filmjölk, ost, glass eller liknande) så måste det på produktens framsida framgå att produkten är laktosfri.

D. TILLÄGGSREGLER SAMMANSATTA INGREDIENSER

Dessa tilläggsregler gäller utöver övriga regler och kan därmed upphäva vissa av dessa.

1. Generella undantagsregler

Definitioner:

Slutprodukt = Produkten som ska märkas.

Komponent = Ingrediens i *slutprodukten*.

Ämne = Tillsats, "industriell ingrediens", aromämne, berikningsmedel eller processhjälpmiddel som ingår i *komponenten*.

REGEL:

I två fall kan Ämnen som är otillåtna enligt övriga regler (A-C) undantagsvis tillåtas:

1. *Slutprodukten* kan godkännas om samtliga dessa villkor bedöms vara uppfyllda:
 - a. Om *Komponent* i *Slutprodukt* inte är dominerande.
 - b. Om *Ämnet* inte har viktig funktion i *Slutprodukten*.
 - c. Om godkänt *Komponent*-alternativ inte rimligen går att få tag i.
 - d. Om *Ämnet* inte är mycket ifrågasatt (tex azofärg, E621 etc).
 - e. Om antal *Ämnen* i *Komponent* är få, normalt en max två.
2. *Slutprodukten* kan även godkännas om
 - a. *Ämnet* är en tillsats och inte behöver deklarerats enligt gällande lagstiftning enligt EU:s regler om överföringsprincipen (EG nr 1333/2008), förutsatt att:
 - b. *Komponent* i *Slutprodukt* inte är dominerande och att
 - c. Äkta vara inte specificerat varugrups-specifika regler för *Slutprodukten*.

Exempel på tillåtna fall:

- En laktosfri svampsoppa (*slutprodukt*) som innehåller grädde (*komponent*) med karragenan (*ämne*).
- En färdigrätt (*slutprodukt*) som innehåller äppeljuice (*komponent*) vilken i sin tur innehåller tillsatt askorbinsyra (*ämne*).

2. Specifik undantagsregel för drycker med mer än 1,2 vol% alkohol

REGEL:

Tillsvidare kan alkoholdrycker, som ingrediens, undantas från övriga regler under följande villkor:

1. Innehållet i drycken inte rimligen går att fastställa.
2. Drycken endast utgör en mindre del av slutprodukten.

Kommentar: I nuläget är det svårt att veta vad alkoholdrycker innehåller, eftersom det inom EU saknas tvingande regler om ingrediensförteckningar, därför är de tills vidare undantagna från övriga regler.

BILAGOR

Bilaga #1 – Särskilda regler för vissa varugrupper

För vissa varugrupper har vi särskilda regler, utöver det som anges i de generella reglerna.

Kyl/frys

Nr	Varugrupp	Regel
138	Bröd (frost)	Se särskilda regler för mjukt bröd i bilaga #3.
33	Juice, must och smoothie	Juice från koncentrat är inte tillåtet.
66, 39, 18, 111	Ostar (dessert, färsk, hård, matlagning)	Mikrobiellt ystenzym som har framställts med hjälp av genmodifierade organismer (bl a FPC, <i>Fermentation produced chymosin</i>) tillåts inte.
53	Färdigmat (kyld eller frost)	<p>Dispens att använda äggpulver kan ges för produkter där man har uteslutit en i produkttypen normalt förekommande och tekniskt viktig annan ingrediens och där detta tydligt framgår i marknadsföringen. Färskt ägg får dock inte vara en traditionell eller särskilt förväntad ingrediens i produkttypen, utgöra en stor del av innehållet eller lyftas fram särskilt i marknadsföringen. Bedömning görs från fall till fall.</p> <p>Dispens att använda fiber i färdigmat kan undantagsvis ges för produkter under följande förutsättningar: Att fibern används främst för att bevara råvarans naturligt förekommande fukt, att fiberråvaran vanligtvis används vid tillagning av produkten med en liknande funktion, och att fibern inte har framställts genom en kemisk process.</p>

Rumstemp konserver

Nr	Varugrupp	Regel
143	Cider	Tillsatts av vatten, aromämnen eller socker tillåts ej.
67	Fiskkonserver	Namnet <i>sardiner</i> tillåts endast på produkter av fiskarten <i>Sardina pilchardus</i> .
136	Juice, must och smoothie	Juice från koncentrat är inte tillåtet.
26	Kokosmjölk	Om benämningar som "extra krämig" eller motsvarande används, måste den ha minst 18% fetthalt.

2	Sylt, marmelad och gelé	Lägsta tillåtna bär- eller frukthalt är 45%, vilket motsvarar den standard som gäller för produkter märka <i>extra</i> i (LIVSFS 2003:17). Dock kan undantag göras om råvaran är utpräglat stark eller syrlig eller om ytterligare smagivare (t ex nötter, kryddor eller sprit) används. För rårörda lingon gäller minst 60% lingon och max 10% vatten. Icke-amiderat fruktpektin tillåts, dock ej i rårörda lingon.
105	Öl	Tillsats av majs och ris tillåts inte. Ingrediensdeklaration krävs på förpackningen, trots att undantag görs i EU:s regler.

Rumstemp övriga (inkl torra)

Nr	Varugrupp	Regel
96	Vinäger	Som balsamvinäger eller balsamico kan endast produkter som uppfyller kraven för någon av EU:s skyddade beteckningar <i>Aceto Balsamico di Modena (PGI/IGP)</i> samt <i>Aceto Balsamico Tradizionale (PDO/DOP)</i> märkas.
41, 119	Bröd (mjukt, sött)	Se särskilda regler för mjukt bröd i bilaga #3.
5	Choklad	Helmjörkpulver tillåts i mjörkchoklad (eller liknande), eftersom vattnet ändå måste tas bort ur chokladen under tillverkningen.
106	Kex/kakor/skorpor (söta)	Bakpulver tillåts i denna varugrupp, se regel C1.
113	Kryddblandningar, saltblandningar och salt	Tillsatt jod tillåts inte.
128	Mjöl	Se särskilda regler för mjöl i bilaga #4.
4	Nöt- och fröpastor	Tillsatts av fett tillåts inte utöver ej härdad olja av den nöt/frö som används som ingrediens.
92	Oljor och fetter	Endast smaksatta oljor kan märkas.
155	Utflyktsmat för friluftsliv	Torkade råvaror, som normalt inte säljs i torkad form, kan godkännas i denna varugrupp under följande villkor: (1) produkten måste vara särskilt framtagen för utflykter och friluftsliv, där produktens vikt är viktig, och (2) vara tänkt att användas i matlagning under enklare former.
98	Torkad frukt, bär och grönsaker	Inga andra grönsaker än soltorkade tomater kan märkas.

Bilaga #2 – Industriella ingredienser

Denna bilaga är en förteckning över ingredienser, som inte är tillsatser, men som Äkta vara ändå generellt inte tillåter. Nya ingredienser kan tillkomma.

Industriell ingrediens	Kommentar
Fibrer Potatisfiber, bambufiber, sockerbetsfiber, inulin, oligofruktos, fruktan, polyfruktos eller liknande.	Se undantag: Varugrupp Färdigmat (kyld eller fryst) [nr 53].
Gluten	Tillsatt gluten som konsistensmedel tillåts inte.
Vissa sötningsmedel, annat än tillsatser Glukos-fruktosirap, fruktos-glukosirap, glukos/glukosirap, dextros, fruktos (fruktsocker).	Glukos/glukosirap tillåts dock i konfektyr, inkl konfektyrliknande produkter, samt i produkter som i sin tur innehåller sådana konfektyr-produkter.
Dextriner	
Proteiner Mjölprotein, ärtprotein, sojaprotein eller liknande.	
Jästextrakt och näringsjäst	
Ostpulver	
Mjölkpulver	Se undantag: Varugrupp Choklad [nr 5] och Utflyktsmat för friluftsliv [nr 155] i bilaga #1.
Gräddpulver	Se undantag: Varugrupp Utflyktsmat för friluftsliv [nr 155] i bilaga #1.
Äggpulver	Se undantag: Varugrupp Färdigmat (kyld eller fryst) [nr 53] och Utflyktsmat för friluftsliv [nr 155] i bilaga #1.
Agavesirap framställd med hjälp av tillsatta enzymer eller kemikalier	
Palmolja	

Bilaga #3 – Särskilda regler för mjukt bröd

Dessa utbyggda regler gäller utöver grundreglerna.

Omfattning	De utbyggda reglerna omfattar endast mjukt bröd – såväl matbröd som kaffebröd. Knäckebröd, kex, skorpor, mjuka och hårda kakor omfattas <u>inte</u> av dessa utbyggda regler.
Ingredienser	Brödet eller mjölet får inte innehålla tillsatt gluten, industriella/rena enzymer (t.ex. amylas) eller syror (t.ex. askorbinsyra) eller andra mjölbehandlingsmedel, även om dessa skulle betraktas som processhjälpmedel.
Ingrediens istället för tillsats	Enzymatisk kornmalt och nyponmjöl tillåts förutsatt att de deklarerar som ingrediens.
Hävningsmedel	Alla hävningsmedel som traditionellt används i brödsorten är tillåtna. Om brödet rubriceras som surdegsbröd (eller andra synonyma beteckningar t.ex. Levain), ska det huvudsakliga hävningsmedlet vara surdeg. Endast en begränsad mängd jäst får användas som komplement. Tillverkare som använder jäst i surdegsbröd måste förklara mängdförhållande och jästtider.
Mixer	Brödet får inte tillverkas av brödmixer eller industriellt surdegspulver.
Processteknik	Inga industriella höghastighetsblandare, mikrovågsugnar eller vakuumbehandling får användas under bakningen. Om brödet rubriceras som "handknådat" får inga maskiner användas för knådning.
Ugn	Om brödet rubriceras som stenugnsbakat eller vedugnbakat ska brödet bakas hela gräddningen i stenugn respektive vedugn.
Deklaration/presentation	Allt bröd, inklusive det som säljs över disk, ska redovisa ingredienser. Ungefärlig jästid bör också redovisas. Kunden ska kunna ta del av denna information själv utan att fråga efter den, t.ex. på förpackning, skylt eller lista.

Bilaga #4 – Särskilda regler för mjöl

Dessa utbyggda regler gäller utöver grundreglerna.

Malning	På förpackningen ska de framgå vilken malningsteknik som använts. Siktning är tillåtet.
Tillsatser	Mjölet får bara innehålla malda delarna av sädeskornen. Mjölet får inte innehålla tillsatt gluten eller mjölbehandlingsmedel (t.ex. amylas, askorbinsyra).

*** SLUT DOKUMENT ***