



Kotimaiset metsämarjat -luonnonvoimaa!

Suomesta löytyy 37 syötäväksi kelpavaa luonnonmarjalajia, kenen hyvänsä poimittavaksi.

Luonnonmarjoja poimitaan kymmeniä miljoonia kiloja joka vuosi. Väitteet siitä, että suomalaiset eivät poimisi marjoja voidaan unohtaa. Vaikka teollisuuden käyttöön päätyvä marja onkin enimmäkseen ulkomaalaisten ammattilaisten poimimaa, yli kolme miljoonaa suomalaista poimii luonnonmarjoja vähintään yhden kerran vuodessa - joka vuosi. Tästä huolimatta sadosta päätyy ihmisen käyttöön alle 10 prosenttia.

Valtaosa marjasaaliista koostuu kolmesta marjasta - mustikasta, puolukasta ja suomuuraimesta eli hillasta. Vähemmän hyödynnettyjä marjoja ovat mm. juolukka, karpalo, variksenmarja ja villivadelma. Suomalainen marjakulttuuri on ainutlaatuinen ilmiö ainakin läntisessä Euroopassa. Esimerkiksi naapurissamme Ruotsissa marjoja poimivan väestön osuus jää 20 prosenttiin.



Enemmistö suomalaisista nauttii marjastuksesta asuinpaikasta, koulutuksesta ja tuloista riippumatta



Kotimainen villimustikka on täyttä tavaraa verrattuna vaikkapa ulkomaalaiseen pensasmustikkaan.



Kaksi kourallista marjaa - puolikas viinilasia - on suositeltava päiväannos.

Marjastuksen monet vaiheet

- Luonnonmarjoja on Suomessa hyödynnetty aina. Ruokana niitä tosin pidettiin pitkään vähäarvoisena "linnunruokana".
- Kaupallista arvoa luonnonmarjoilla alkoi olla 1800 - luvun lopulla, kun niitä alettiin käyttää elintarviketeollisuudessa.
- Valittelu alihyödynnetyistä marjaresurssista ovat vanhaa perua. Turun lehti vuonna 1889: "... jos lapset ja vanhat olisivat niitä ottaneet poimiakseen, ettei niin suunnattomat paljoudet olisi jääneet metsiin mätänemään".
- Vapaa marjastusoikeus ei ollut itsestäänselvyys ennen vuotta 1920. Tuolloin korkein oikeus vahvisti, että marjojen poimiminen toisen maalta ei ole rangaistuksenalainen teko.
- Ylivoimaisesti suosituin marja aina 1970 - luvulle saakka oli puolukka. Kotipakastimien yleistyttyä mustikan suosio ohitti puolukan.
- Ulkomaiset poimijat ilmestyivät suomalaisiin metsiin 2000 - luvun alussa. Valtaosa poimitusta marjasta päättyy kuitenkin edelleen suomalaisten pakastimiin.

Miksi marjaan?

- Luonnonmarjat ovat peräisin puhtaasta suomalaisesta luonnosta. Luonnonmarjoja ei kastella, lannoiteta eikä torjunta-aineita käytetä. Ulkomaalaiselle tämä itsestäänselvyys voi olla yllätys.
- Luonnonmarjat ovat ilmaisia. Kuka hyvänsä voi poimia marjoja jokamiehenoikeuden nojalla, maanomistuksesta riippumatta. Jokamiehenoikeuden ulkopuolella ovat ainoastaan pihapiirit ja luonnonsuojelualueet.
- Marjat ovat terveellisiä. Ravintosuosituksen mukaan marjoja ja hedelmiä tulisi nauttia neljänneskilo joka päivä.
- Luonnonmarjat osana ruokavaliota on kestävä valinta. Marjojen jättämä hiili- ja vesijalanjälki on olematon, etenkin jos ne poimitaan lähimetsästä.
- Marjojen poiminta on mainiota luontoliikuntaa. Stressi helpottaa, verenpaine laskee ja mieliala kohenee samalla kun marjasangot täyttyvät.

Luonnonmarjat ja marjastus on olennainen osa suomalaisuutta. Meillä suomalaisilla on vapaa pääsy metsiin, sen antimien äärelle. Ollaan ylpeitä tästä mahdollisuudesta ja käytetään sitä aktiivisesti.

<http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022101461959>



Co-funded by
the European Union

