



Framtiden i våre hender  
Mars – 2026

# Politikk for grønn matomstilling

av Ingrid Kleiva Møller

Framtiden i  
våre hender



# Forfatter



**Ingrid Kleiva Møller**  
Fagansvarlig bærekraftig mat  
Framtiden i våre hender  
[ingrid@framtiden.no](mailto:ingrid@framtiden.no)

**Tittel:** Politikk for grønn matomstilling

**Utgivelse:** Mars 2024 (Oppdatert versjon:  
mars 2026)

**Utgiver:** Framtiden i våre hender

**Ansvarlig redaktør:** Ingrid Næss-Holm

**Kvalitetssikrere:** Ingrid Næss-Holm, Embla  
Husby Jørgensen, Markus Lohne Hustad,  
Torje Hausvik Olsen og Lotte Shephard

**Foto:** Knut Neerland (portrettbilder),  
Istockphoto (landskapsbilder)

Rapporten er skrevet som en del av forskningsprosjektet Virkemidler for Omstilling av Matsystemet (VOM), ledet av Cicero senter for klimaforskning og finansiert av Norges forskningsråd, prosjektnummer 319892.

# Innhold

<b>Forord</b> .....	<b>1</b>
<b>1 – Innledning</b> .....	<b>2</b>
<b>2 – Hvorfor trenger vi grønn matomstilling?</b> .....	<b>4</b>
<b>3 – Hvor mye grønt kan vi produsere?</b> .....	<b>10</b>
<b>4 – Barrierer og muligheter</b> .....	<b>12</b>
Dyrke .....	12
Selge .....	16
Spise .....	21
<b>5 – Politikk for grønn matomstilling</b> .....	<b>27</b>
Dyrke .....	26
Selge .....	28
Spise .....	29
<b>6 – Kilder</b> .....	<b>31</b>
<b>7 – Takk</b> .....	<b>33</b>

## Figurer

Figur 1: Gjennomsnittlig selvforsyning 2019–2021 for ulike matvaregrupper, .....	5
Figur 2: Estimert utslippsreduksjon fra ulike tiltak i 2035 målt i kilotonn CO <sub>2</sub> e. ....	7
Figur 3: Bruken av norsk matjord i 2021. ....	13
Figur 4: Andel samlede subsidier etter jordbruksvare i 2023 (%). ....	14
Figur 5: Subsidier per kg vare .....	25

## Tabeller

Tabell 1: Anslag på potensialet for økt matvekstproduksjon i Norge. ....	10
Tabell 2: Eksempler på dagligvarekjedenes eierskap i andre deler av verdikjeden .....	17

# Forord

Hva skal vi spise? Dette enkle spørsmålet stiller vi oss selv flere ganger om dagen, og besvarer det uten å vie det særlig oppmerksomhet. Det er også et eksistensielt spørsmål som åpner opp store dilemmaer innen klima, samfunn og geopolittikk.

Matproduksjon dominerer landarealene våre. Det er en av de største bidragsyterne til klima- og naturkrisen, og den sektoren hvor det jobber flest mennesker globalt. I en tid med mer krig og uro, er matressursene en sentral kilde til konflikt. I tillegg er kosthold en ulikhetsmaskin: Det er en sterk sammenheng mellom hvor sunt du spiser og inntekten din. Det usunne kostholdet som bidrar til sykdom og stjeler gode leveår, rammer oftest de med dårligst råd og lavest utdanning.

Men hva vi spiser kan også være løsningen på en rekke av dagens kriser: Vi kan produsere mat med lavt utslipp, og på en måte som styrker naturmangfoldet. Vi kan gjøre jordbruket rustet mot klimaendringene som kommer, og styrke bøndenes posisjon i møte med en svært mektig matbransje. Vi kan øke vår egen matberedskap, for å ikke okkupere andre lands viktige matjord. I notatet du har foran deg, prøver vi å gjøre nettopp dette: Finne politikken som gir oss en grønn matomstilling.

Et mer plantebasert kosthold i tråd med kostrådene er nødvendig for å nå klimamålene, styrke folkehelsen og heve selvforsyningsgraden – og det gir vi mange argumenter for i dette notatet.

Vi har snakket med mange som kjenner norsk jordbruk godt, og opplevd at det er stor enighet om problembeskrivelsen: For mye kjøtt på tallerkenen og altfor lite frukt, grønnsaker og fullkorn. Tre store dagligvarekjeder som kontrollerer store deler av verdikjeden, med eiere som troner på toppen av inntektslistene, mens bøndene er lønntaperne i det norske samfunnet. Så langt er de fleste enige. Men når det kommer til løsningene, er det like mange meninger som det er personer i rommet. Våre forslag til virkemidler kommer ikke til å løse alle utfordringer matproduksjonen vår står overfor, men vi mener de er et godt grunnlag å bygge videre på.

Vi trenger en større debatt om norsk matproduksjon. En debatt som ikke begrenser seg til spaltene i bransjeblader – og en som ikke gjør at vi graver oss lengre ned i de identitetspolitiske skyttergravene. Vi må også se utover de tradisjonelle sektorene politikken vanligvis opererer i, og finne løsninger på tvers av jordbruks-, helse-, nærings- og klimapolitikken. Maten angår oss alle – og det er ingen grunn til å tro at matproduksjonen vår blir mindre viktig i den tiden vi går inn i, med mer ekstremvær og geopolitisk uro.

Vi håper dette notatet vil være et bidrag til samtalen om hvordan norsk mat kan bli mer bærekraftig, at det blir lest og diskutert, og bidrar til en høyst nødvendig politisk endring i norsk matpolitikk.

God lesning!

Med vennlig hilsen

**Tale Hungnes**

Leder i Framtiden i våre hender

# 1 – Innledning

Hvis vi spiser mer mat fra planteriket, vil det hjelpe oss å øke selvforsyningen, nå klimamålene og styrke folkehelsa.

I landbruksdebatten blir det ofte hevdet at mindre kjøttproduksjon vil bety kroken på døra for norsk jordbruk, og at Norge er et land som ikke egner seg til stort annet enn å dyrke gress til husdyrfôr. Som dette notatet viser, er imidlertid politikk like avgjørende som naturressurser for hva slags mat vi produserer: Norge har mer enn nok areal egnet til å produsere langt flere matvekster enn i dag. For å oppnå dette trengs politiske endringer som gjør det lønnsomt for norske bønder å dyrke planter, og som gjør grøntsektoren mer robust i møte med både konkurrerende importvarer og sterk markedsrett. Politikken må slutte å stimulere til store volum av husdyrprodukter, løsrevet fra ressursgrunnlaget vårt. I tillegg må det bli lettere å velge sunn og bærekraftig mat.

I dette notatet ser vi på norsk matproduksjon slik den er i dag, og drøfter hva som står i veien for å øke forbruk og produksjon av mat fra planteriket. Til slutt foreslår vi politiske virkemidler for å komme dit.

Her er fire sentrale konklusjoner fra notatet:

## **Vi kan doble grøntproduksjonen og øke selvforsyningen**

På grunn av stor fôrimpport produseres det større volum kjøtt, melk og oppdrettsfisk enn det vi i Norge har grunnlag til å fø på egne ressurser. Dette er usolidarisk fordi vi beslaglegger mye av andre befolknings matjord. Vi importerer rundt halvparten av dyrefôret og over halvparten av grønnsakene og frukten vi spiser. Dersom vi skal øke selvforsyningen, må vi derfor dyrke mer planter i Norge<sup>1</sup>. Potensialet for en slik økning er heldigvis stort: I Norge kan vi mer enn doble produksjonen av frukt og grønt<sup>2</sup> og øke matkornproduksjonen vesentlig.<sup>3</sup>

## **Et mer plantebasert kosthold er avgjørende for å stanse natur- og klimakrisen**

Miljødirektoratets klimautredninger viser at det å følge norske kostråd ved å spise mindre rødt kjøtt og mer grønnsaker, frukt, bær og korn, er klimatilaket med aller størst klimaeffekt, på tvers av sektorer. Det gir også store positive effekter for norsk natur, fordi plantemat gir langt mer avling per dekar og krever færre naturressurser og forårsaker mindre nedbygging av natur<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Regjeringen.no (2024): [Meld. St. 11 \(2023-2024\) - Strategi for auka sjølvforsyning](#)

<sup>2</sup> NIBIO, 2025: [Nye "trivselskart" for norske grønsaker](#)

<sup>3</sup> Bakken, A. K. & Mittenzwei, K. [Produksjonspotensial i jordbruket og nasjonal sjølvforsyning med mat. Utredning for Klimautvalget 2050. 84 \(2023\).](#)

Mittenzwei, K., Milford, A. B. & Grønlund, A. [Status og potensial for økt produksjon og forbruk av vegetabiliske matvarer i Norge. \(2017\).](#)

Mittenzwei, K. & van Oort, B. [Hvordan øke selvforsyningsgraden i norsk jordbruk? \(2022\)](#)

<sup>4</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatilak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)

## Høyt kjøttforbruk gir store helsekostnader

Ifølge kostrådene bør vi ikke spise mer enn 350 gram rødt og bearbeidet kjøtt i uka, og spise minst 5–8 porsjoner frukt og grønt daglig<sup>5</sup>. Hvis rådene også skulle tatt hensyn til miljømessig bærekraft, burde vi ifølge kostrådsutredningen spise «vesentlig mindre» kjøtt enn det. 60 prosent av befolkningen spiste i 2025 mer rødt kjøtt enn kostrådene anbefaler.<sup>6</sup> Samtidig var det kun 14 prosent av befolkningen som spiste nok frukt og grønnsaker. Dette har en stor samfunnskostnad: I 2016 konkluderte Helsedirektoratet med at staten kan spare minst 154 milliarder i året på at befolkningen i snitt følger kostrådene<sup>7</sup>.

## Bondeinntekten må styrkes

I en tid hvor klima- og naturkrise vil gjøre det mer krevende å produsere mat, og hvor krig og konflikt dytter matsikkerhet høyere opp på agendaen, er det spesielt viktig å styrke bondeøkonomien. Jordbruket står i en inntekts- og gjeldskrise. Da kan det være krevende å innfri krav til lavere klimautslipp, høyere dyrevelferd og bærekraft.

Den norske bonden har en nøkkelrolle i arbeidet med å nå klima- og naturmålene våre. Ikke bare er det nødvendig å kutte utslippene i jordbruket<sup>8</sup>, men jordbruket er også den næringen som vil oppleve klimaendringene hardest og vil ha størst behov for tilpasning. Dersom matproduksjonen vår skal klare omstillingen til lavutslippssamfunnet, trengs en ny retning i jordbrukspolitikken, som sikrer et bondeinntektsløft og gjør den grønne omstillingen mindre risikofylt for bonden.

Vi konkluderer notatet med en liste med 23 virkemidler som skal bidra til en omstilling av hvordan vi dyrker, selger og spiser maten vår.

---

<sup>5</sup> Nordisk ministerråd, 2023: [Nordic Nutrition Recommendations](#)

<sup>6</sup> Helsedirektoratet, 2025 [Utviklingen i norsk kosthold](#)

<sup>7</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippssbaner mot 2050](#)

<sup>8</sup> Klimautvalget 2050. [Omstilling til lavutslipp. Veivalg for klimapolitikken mot 2050. \(2023\).](#)

# 2 – Hvorfor trenger vi grønn matomstilling?

## Mer grønt- og kornproduksjon gir økt selvforsyning

Å produsere mer av sin egen mat kan være nødvendig, både av beredskapshensyn og med tanke på ressursfordelingen globalt. I en tid med et mer uforutsigbart og urolig verdensbilde, kan vi ikke lenger belage oss på lange og sårbare globale verdikjeder. I tillegg har selvforsyning et viktig rettferdighetsaspekt: Dersom vi i de rikeste landene belager oss på å importere maten vår, beslaglegger vi viktig matjord i andre land, og kan bidra til matusikkerhet og sult i landene vi kjøper mat fra – eller fra andre som heller bør ha tilgang på denne maten.

Å øke selvforsyningen i Norge krever mer grønt- og kornproduksjon. Det er konklusjonen til en stortingsmelding fra 2024 om hvordan Norge kan øke sin selvforsyning<sup>9</sup> til 50 prosent. Samtidig sier landbruksforskningen at hvis vi endrer jordbruksproduksjonen i tråd med kostrådene, vil selvforsyningen gå opp<sup>10</sup>.

I 2023 var Norge omtrent 39 prosent selvforsynt hvis man korrigerer for importen av fôr til husdyra.<sup>11</sup> Dette fordeler seg veldig ulikt på ulike matvaregrupper: Vi er nesten fullstendig selvforsynt med animalske produkter som kjøtt, egg og meierivarer, men importerer store deler av fôret til husdyra, spesielt de dyra som ikke går på beite, som kylling og svin. I tillegg har vi ofte overskuddslagre med kjøtt<sup>12</sup> som ikke har blitt solgt. Vi er derimot mindre selvforsynte med frukt, grønt, bær og matkorn.<sup>13</sup>

Graden av selvforsyning vil variere fra år til år avhengig av blant annet værforhold. Derfor er det hensiktsmessig å se på et gjennomsnitt for flere år. En sammenstilling av de tre årene 2019–2021 viser at vi er rundt 91 prosent selvforsynt med kjøtt, men bare 75 prosent om vi korrigerer for fôrimport. For matkorn ligger selvforsyningsgraden på 30 prosent, for grønnsaker på 48 prosent, og kun 6 prosent på frukt og bær.<sup>14</sup>

Det er dermed tydelig at en økning i selvforsyningen i Norge må komme fra å øke produksjonen av matvekster, i tillegg til å produsere mer av husdyrfôret selv. Særlig matkornet spiller en sentral rolle dersom vi skal øke selvforsyningsgraden, fordi vi spiser mye korn i Norge<sup>15</sup>. Økt selvforsyning krever altså økt planteproduksjon, og jo større andel som spises direkte av mennesker, desto mer effektivt.

<sup>9</sup> Regjeringen.no (2024): [Meld. St. 11 \(2023-2024\) - Strategi for auka sjølvforsyning](#)

<sup>10</sup> Ruralis (2026): [Scenarioanalyse av norsk jordbruk i 2050](#)

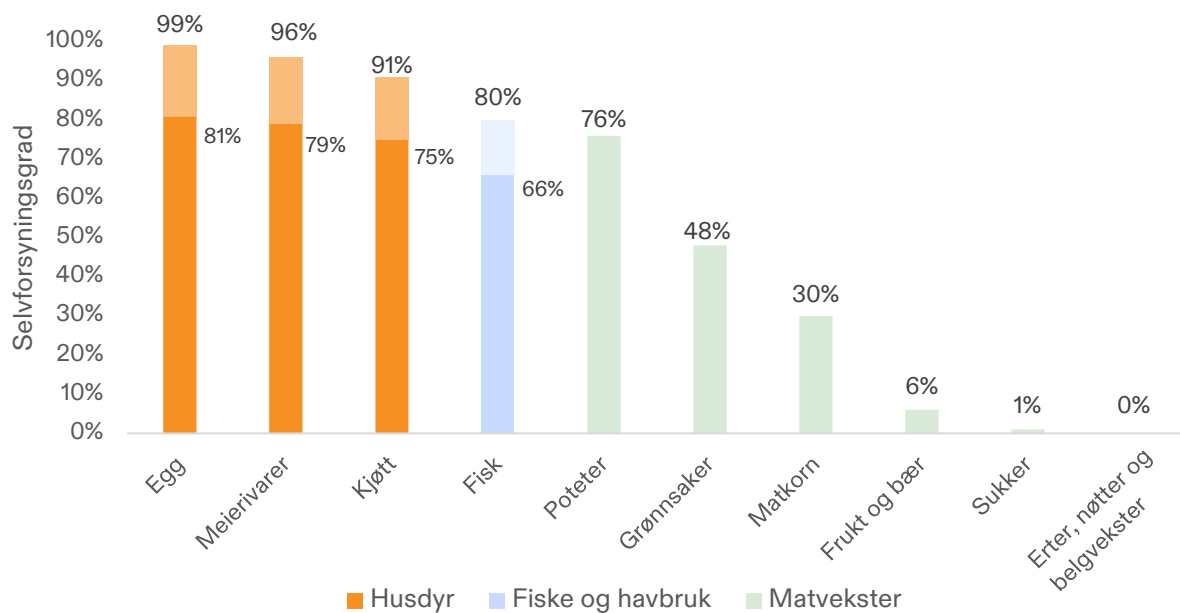
<sup>11</sup> NIBIO (2023): [Norsk selvforsyning av matvarer – status og potensial](#)

<sup>12</sup> TV2, (2023): [Bugner over av kjøtt](#)

<sup>13</sup> NIBIO (2023): [Norsk selvforsyning av matvarer – status og potensial](#)

<sup>14</sup> NIBIO (2023): [Norsk selvforsyning av matvarer – status og potensial](#)

<sup>15</sup> NIBIO (2023): [Norsk selvforsyning av matvarer – status og potensial](#)



Figur 1: Gjennomsnittlig selvforsyning 2019–2021 for ulike matvaregrupper, med den lavere førkorrigerede selvforsyningsgraden for animalske varer.

Å bli hundre prosent selvforsynt ville innebære å gi slipp på mange matvarer som er vanlig i norsk kosthold, som sjokolade, kaffe, te, tropisk frukt og sukker. Det er derfor ikke en naturlig målsetting. Men en kraftig økning fra dagens lave nivå, kan være ønskelig for å bedre matberedskapen. Det er mulig å øke selvforsyningen til rundt femti prosent, uten radikale endringer i kostholdet, fordi vi kan dyrke langt flere matvekster i Norge.<sup>16</sup>

Vi kan legge om kosthold og produksjon i tråd med kostrådene og samtidig øke selvforsyningen<sup>17</sup>. Samtidig sier flere analyser at å legge om produksjonen i tråd med kostrådene, kan ha negative konsekvenser for sysselsettingen i jordbruket<sup>18</sup>. Det er blant annet fordi korn- og grøntproduksjonen som skal erstatte noe av husdyrproduksjonen, ofte er basert på storskala drift med større grad av automatisering og færre helårsansatte. Skal vi forhindre at sysselsettingen går mye ned, vil det kreve at jordbrukstilskuddene stimulerer til en omstilling til mer planteproduksjon og samtidig at dyreholdet blir mer ekstensivt. Dette innebærer at fôret i større grad er basert på norske beiteressurser, og at dyrene i stedet for å stå mye på bås, går mer på utmarksbeite<sup>19</sup>.

Å øke selvforsyningsgraden til femti prosent kan

- **Gjøre oss mindre sårbare for kriser eller klimaendringer**, fordi vi, ifølge FNs klimapanel, vil være mindre avhengige av dagens lange, globale matleverandørkjeder, og i mindre grad legger beslag på andre lands matjord<sup>20</sup>.
- **Øke antallet arbeidsplasser i norsk jordbruk og matproduksjon.**

<sup>16</sup> NIBIO, 2023 [Produksjonspotensialet i norsk jordbruk](#)

<sup>17</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)

<sup>18</sup> Ruralis (2026): [Scenarioanalyse av norsk jordbruk i 2050](#)

Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)

<sup>19</sup> Ruralis, 2021 [Økonomiske virkemidler i norsk jordbruk for å oppnå lavere utslipp av klimagasser, stabil matproduksjon og jordbruk i hele landet](#)

<sup>20</sup> IPCC, 2020 [SRCCL Chapter 5](#)

- **Forkorte verdikjeden mellom produsent og konsument.** Dette kan ha heldige utslag for forbrukernes innsyn i og forståelse for matproduksjon og for prisen bonden får for varene sine.
- **Redusere transportbehovet,** som vil kunne redusere klimaavtrykket til maten.

### Store klimakutt ved å produsere mer grønt og mindre kjøtt

Dersom vi spiser mer mat fra planteriket og mindre kjøtt vil det kunne redusere de globale klimagassutslippene betraktelig. Husdyrproduksjon – det vil si kjøtt, egg, meieri og andre animalske produkter – står for så mye som 57 prosent av alle klimautslipp fra matproduksjon på verdensbasis, som er dobbelt så mye som utslippene fra planteproduksjon.<sup>21</sup> Kjøttproduksjon står for rundt 90 prosent av utslippene fra norsk matproduksjon.<sup>22</sup>

Jordbruket som sektor står i en særstilling når det gjelder å kutte utslipp. Mens resten av samfunnet skal halvere utslippene innen 2030 og jobbe mot netto null utslipp i 2050, vil det være umulig å kutte alle utslipp fra jordbruket. Det er fordi mange av utslippene er såkalt biogene utslipp fra planter og jord. Disse inngår i det naturlige karbonkretsløpet, i motsetning til fossile utslipp, som kommer fra forbrenning av fossile energikilder som olje, gass og kull. Matjorda er en stor kilde til utslipp, men også opptak av de ulike klimagassene.

Nettopp derfor har jordbruket lavere utslippskrav enn de andre sektorene. Men det er fortsatt stort behov for omstilling i jordbruket. Ifølge jordbrukets klimaavtale skal sektoren kutte rundt 15 prosent av utslippene innen 2030<sup>23</sup>, et mål Riksrevisjonen mener den ikke vil nå med dagens virkemiddelbruk.<sup>24</sup> I tillegg viser Klimautvalget 2050 at vi ikke kommer utenom en omlegging av kostholdet dersom vi skal nå nasjonale klimamål.<sup>25</sup> Det å følge kostrådene er det norske klimatiltaket med aller største klimaeffekt, på tvers av alle sektorer.<sup>26</sup>

Sammenligner vi effekten av endret kosthold med andre klimatiltak i sektoren, så gir endret kosthold tolv ganger så stor effekt som alle de andre gårdstiltakene samlet. Endret kosthold gir også 30 ganger større effekt enn et annet grep som har fått mye omtale, nemlig bruk av metanhemmere i fôret til kyrne.<sup>27</sup>

---

<sup>21</sup> Xu, X. et al., 2021. [Global greenhouse gas emissions from animal-based foods are twice those of plant-based foods.](#)

<sup>22</sup> CICERO, 2019 [Klimagassutslipp fra norsk mat](#)

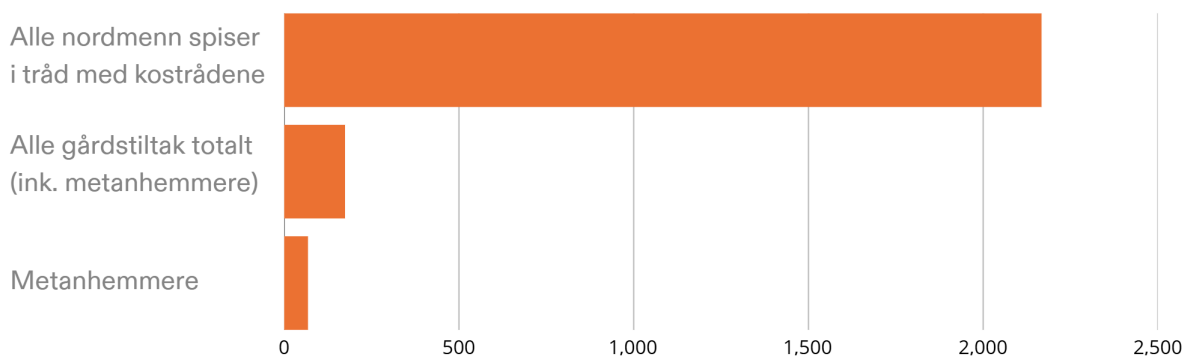
<sup>23</sup> Regjeringen.no (2024): [Klimastatus for jordbruket](#)

<sup>24</sup> Riksrevisjonen (2025): [Reduksjon av klimagassutslipp fra jordbruket](#)

<sup>25</sup> Klimautvalget 2050. [Omstilling til lavutslipp. Veivalg for klimapolitikken mot 2050](#) (2023).

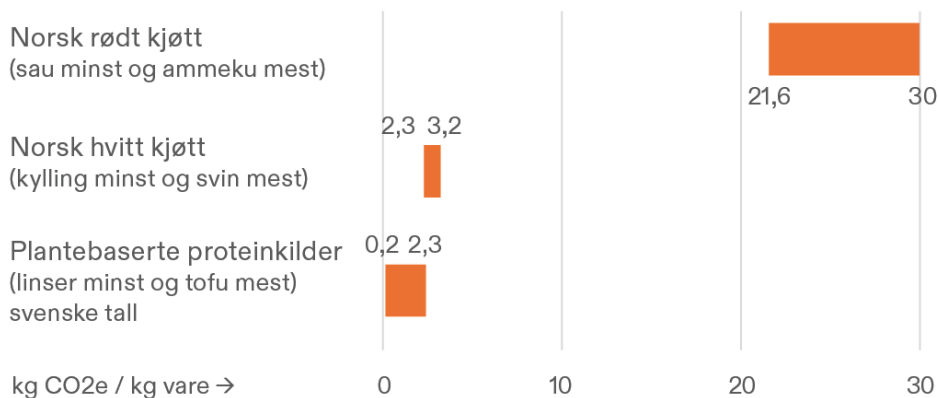
<sup>26</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)

<sup>27</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)



Figur 2: Estimert utslippsreduksjon fra ulike tiltak i 2035 målt i kilotonn CO<sub>2</sub>e.

Hvis vi ser nærmere på utslipp fra enkeltråvarer, blir forskjellen mellom animalsk og plantebasert mat enda tydeligere: Mens norsk rødt kjøtt slipper ut mellom 21,6–30 kg CO<sub>2</sub>-ekvivalenter (CO<sub>2</sub>e) per kg mat<sup>28</sup> har proteinkilder fra planter, som erter, linser og tofu et klimagassutslipp på 0,2–3 kg CO<sub>2</sub>e per kg mat.<sup>29</sup> Det vil si at proteinholdige planter slipper ut rundt en tiendedel av det rødt kjøtt gjør per kilo råvare. Denne forskjellen er så stor at om vi heller måler på næringsstoffer, som utslipp per kilo protein, så har plantebaserte proteinkilder langt lavere utslipp enn rødt kjøtt.<sup>30</sup>



Figur 3: Spennet i klimautslipp fra norsk kjøtt og plantebaserte proteinkilder

Det er store forskjeller i utslippsintensitet<sup>31</sup> på ulike matvarer innen kategoriene kjøtt og grønt – for eksempel i utslippene fra ris (som er høyere enn fra bygg), eller fra storfe (som er høyere enn fra kylling). Det finnes også variasjoner avhengig av hvordan maten produseres. Her er det spesielt avgjørende hva slags innsatsfaktorer som trengs i produksjonen, som hvor mye – og hva slags – fôr,

<sup>28</sup> Nortura, 2023 [Livsløpsanalyser NORSUS på oppdrag av Nortura](#)

<sup>29</sup> Sveriges lantbruksuniversitet, 2020 [Environmental impact of plant-based foods](#)

<sup>30</sup> British Nutrition Foundation, 2024. [Protein](#)

<sup>31</sup> Utslippsintensitet er mengden klimagassutslipp per enhet produsert, ofte oppgitt i kilo CO<sub>2</sub>-ekvivalenter (CO<sub>2</sub>e) per kilo vare. For eksempel er [utslippene fra norsk svinekjøtt omtrent 5,4 kg CO<sub>2</sub>e/kg mens belgvekster har 1,2 kg CO<sub>2</sub>e/kg](#). Svinekjøtt er her derfor mer utslippsintensivt enn belgfrukter.

vann og gjødsel som brukes, om produksjonen bidrar til arealbruksendringer og hvorvidt produksjon er på friland eller inne i energikrevende driftsbygg.

Det vil være krevende å erstatte alt norsk kjøtt med tilsvarende norske planteproteiner (som erter, bønner og linser), fordi vi ikke har nok areal til å produsere like mye planteproteiner som kjøtt. Men de fleste planter inneholder også proteiner, om enn i noe lavere konsentrasjon enn kjøtt. Helsemyndighetenes kostholdsundersøkelser viser også at de fleste nordmenn får i seg mer enn nok proteiner, så dermed kan vi la mindre proteinholdige planteråvarer erstatte noe av kjøttet<sup>32</sup>. Det innebærer å spise mer grønnsaker, nøtter, villfisk, grove kornprodukter, og en moderat mengde meieriprodukter.

### **Positive natureffekter av mer grønt og mindre kjøtt**

Miljømessig bærekraft handler om mer enn kun klimautslipp – det handler også om påvirkningen på natur og artsmangfold.

Naturpanelet (IPBES) peker på at industriell husdyrproduksjon er en av de viktigste årsakene til tap av biologisk mangfold globalt<sup>33</sup>, i stor grad fordi hele tretti prosent av verdens nyttbare landareal brukes til beite og fôrdyrking. Dermed legger kjøttproduksjonen beslag på mye areal og medfører mye nedbygging av natur<sup>34</sup>. I et naturperspektiv er kampen om knappe arealer helt sentral. Mer nedbygging av natur til matproduksjon eller veibygging betyr færre leveområder for ville planter, dyr og insekter – og færre naturlige karbonlagre.

Det er naturlig at en så sentral næring som matproduksjon opptar store arealer globalt. Men når planteproduksjon gir opptil ti ganger så mye energi per dekar som kjøttproduksjon<sup>35</sup>, er det ineffektiv arealbruk å bruke mesteparten av matjorda til kjøttproduksjon. Dersom vi produserer mer plantebasert mat og mindre animalsk, vil vi trenge mindre areal til matproduksjonen som helhet.<sup>36</sup> Dette vil gjøre det mulig å bevare mer uberørt natur og gjenopprette naturområder som har vært ødelagt av annen bruk. Mer naturskog og representativt vern av økosystemer vil kunne styrke det biologiske mangfoldet.

Ekstensivt husdyrhold, hvor dyrene går ute på beite, har skapt gode forhold for enkelte plante- og insektsarter og et særegent biologisk mangfold. Det såkalte kulturlandskapet – tradisjonelle beitemarker og slåttmarker hvor det ikke gjødsles med mineralgjødsel – er artsrike områder<sup>37</sup>. Hvis disse områdene ikke beites ned, vil det gi færre leveområder for enkelte rødlistede arter. Samtidig kan det å tilbakeføre noe av dette arealet til vill natur gi gode levevilkår for andre arter og andre naturtyper.

En intensivering av kjøttproduksjonen de siste tiårene har ført til færre, større gårder og at husdyrene våre i stedet for å gå ute og beite, står mer på bås og spiser kraftfôr<sup>38</sup>. Kraftfôret bidrar

---

<sup>32</sup> Helsedirektoratet, 2025 [Utviklingen i norsk kosthold](#)

<sup>33</sup> IPBES, 2019 [Global Assessment Report on Biodiversity](#)

<sup>34</sup> FAO, 2019 [The impact of livestock on biodiversity](#)

<sup>35</sup> Vangelsten, Bjørn Vidar 2018 [Mot et bærekraftig norsk matsystem](#)

<sup>36</sup> Chatham House, 2021 [Food system impacts on biodiversity loss](#)

<sup>37</sup> Sabima.no 2023 [Kulturlandskap](#)

<sup>38</sup> NIBIO, 2021 [Beitedyras geografi](#)

også til et annet miljøproblem utenfor Norges grenser, da det inneholder brasiliansk soya, som medvirker til avskoging i regnskogene, med påfølgende store klimagassutslipp og artstap<sup>39</sup>.

Det vil derfor være bra for natur og biologisk mangfold om det blir produsert mer planter og mindre kjøtt, samtidig som husdyrene går mer ute og beiter på kystlynghei, på setrer og ellers på utmark og eksisterende kulturlandskap med rikt artsmangfold. Vi mener mer utetid for dyrene er god dyrevelferd, og dessuten god ressursutnyttelse siden vi er et land med store eksisterende utmarksbeiteområder.<sup>40</sup>

Totalt vil en reduksjon i kjøttproduksjonen og tilsvarende økning i grøntproduksjonen ha en stor positiv effekt på norsk natur, ifølge Miljødirektoratet.<sup>41</sup>

Dersom vi skal øke grøntproduksjonen, er det desto mer viktig at driftsmetoden er bærekraftig.<sup>42</sup> Miljødirektoratet påpeker at det finnes en risiko for at økt grøntproduksjon vil forsterke noen av de eksisterende miljøproblemene i jordbruket. Særlig er det en risiko for at økt bruk av sprøytegifter fra grøntproduksjon vil ha negativ effekt på artsmangfoldet, og at nitrogenavrenning fra mineralgjødning forurenses vannkilder og naturen rundt. Dette kan motvirkes ved å legge om til mer økologisk produksjon.

I økologisk matproduksjon brukes ikke sprøytegifter eller mineralgjødning. På økologiske gårder er det dokumentert høyere artsmangfold,<sup>43</sup> bedre vannkvalitet og bedre jordhelse.<sup>44</sup> Bruk av økologiske metoder vil bidra til mer robuste økosystemer og mindre miljøskade i jordbruksarealene. Økt grøntproduksjon bør derfor ses i sammenheng med økt økologisk produksjon og bruk av mer miljøvennlige driftsmetoder,<sup>45</sup> som økt vekstskifte og dyrking av fangvekster<sup>46</sup> som begrenser næringsavrenning.

---

<sup>39</sup> Framtiden i våre hender, 2021 [Soya i norsk fôr](#)

<sup>40</sup> NIBIO, 2021 [Arealrekneskap i utmark](#)

<sup>41</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)

<sup>42</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)

<sup>43</sup> Thünen, 2019 [Leistung des ökologischen Landbaus](#)

<sup>44</sup> Boschiero, M. m.fl. 2023. [Comparison of organic and conventional cropping systems: A systematic review of life cycle assessment studies](#)

<sup>45</sup> Chatham House, 2021 [Food system impacts on biodiversity loss](#)

Nordisk Ministerråd, 2017: [Future Nordic Diets](#)

UK Centre for Ecology and Hydrology, 2023 [Appetite for Change](#)

<sup>46</sup> NIBIO 2020 [Fangvekster som klimatiltak i Norge](#)

# 3 – Hvor mye grønt kan vi produsere?

Vi kan mangedoble produksjonen av matvekster i Norge sammenlignet med i dag, med langt større avlinger av matkorn, poteter og grønnsaker, samt en betydelig økning av belgvekster, frukt og bær. Vi har både areal og klimatiske forhold som egner seg til å produsere langt mer av disse matvekstene.

Det finnes mange ulike anslag på hvor mye grønt vi kan produsere. Én rapport konkluderer med at vi har areal og naturressurser til å øke avlingene av potet og grønnsaker med 5-6 ganger<sup>47</sup>. Dette ville gjort oss mer enn selvforsynte på flere matvekster, også dersom vi hadde fulgt kostrådene ved å spise mer grønt og mindre animalsk enn vi gjør i dag. Matvekster er alle plantene vi produserer til menneskemat (i motsetning til fôrvekster, som er maten til dyrene). I dette notatet undersøker vi en mer nøktern økning, nemlig en dobling av produksjonen av grønt og matkorn, som beskrevet av forskningsinstituttet NIBIO<sup>48</sup>.

Norge har særlig gode forutsetninger for å dyrke og lagre mye potet, gulrot, rotgrønnsaker, løkvekster og kålplanter. Frukt og bær som epler, jordbær og bringebær har vi også særs gode forhold for. I tillegg kan vi øke avlingene av matkorn og belgvekster som erter og bønner.

## Produksjonspotensial for matvekster

<i>Matkorn</i>	minst 70 prosent høyere
<i>Belgvekster (som erter og bønner)</i>	3,9 ganger høyere
<i>Poteter og grønnsaker</i>	5 til 6 ganger høyere

Tabell 1: Anslag på potensialet for økt matvekstproduksjon i Norge.

Når det gjelder matkorn og belgvekster har vi i dag over en millioner dekar egnede arealer<sup>49</sup>, utover de 2,9 millionene dekar som brukes til dette i dag. Majoriteten av disse egnede arealene brukes i dag til å dyrke grøvfôr til husdyr. For matkorn har Norge en målsetning om å være nitti prosent selvforsynt innen 2030<sup>50</sup>. Dette er mulig – og vil kreve en økning på rundt sytti prosent, ifølge et notat fra AgriAnalyse<sup>51</sup>.

<sup>47</sup> NIBIO, 2017 [Status og potensial for økt produksjon og forbruk av vegetabiliske matvarer](#)

<sup>48</sup> NIBIO, 2020. [Overgang fra rødt kjøtt til vegetabilsk og fisk](#)

<sup>49</sup> NIBIO, 2023 [Produksjonspotensial i jordbruket](#)

<sup>50</sup> Regjeringen.no 2022 [Mer norsk mathvete](#)

<sup>51</sup> AgriAnalyse, 2022 [Økt norskandel av matkorn](#)

Ikke alt dette mulige matkornarealet vil gi kornavlinger som oppfyller dagens høye kvalitetskrav i matindustrien, men disse kravene er det også mulig å endre. I dag produseres det nemlig store mengder matkorn i Norge som blir brukt til dyrefôr. Det er fordi de ikke oppfyller bakeindustriens strenge krav til proteininnhold, falltall og classesammensetning. Kun det kornet som gir optimale bakeegenskaper for bakeindustrien blir godkjent som matkorn. Det er uheldig siden vi har mange andre bruksområder til kornet enn ferdigbakevarer. Det er stort potensiale for å spise mer av det kornet vi allerede produserer (som i dag går til dyrefôr), faktisk nok til å dekke årsbehovet for korn til 4,2 millioner mennesker.<sup>52</sup>

Norge har også potensiale til å firedoble produksjonen av belgvekster – som erter og bønner.<sup>53</sup> Økt produksjon av belgvekster kan øke avlingene i et vekstskifte totalt fordi belgvekster øker nitrogeninnholdet i jorda, som gjør jorda mer fruktbar og kan bidra til høyere avling av andre vekster. Studier viser for eksempel gode muligheter for høyere avling av vårhvete i et vekstskifte med belgvekster.<sup>54</sup>

Et nytt kartgrunnlag fra NIBIO<sup>55</sup> fra 2025 viser hvor i landet vi har arealer som egner seg til enkelte typer grønnsaksproduksjon. Her ser vi at mye areal som i dag benyttes til korn- eller gressproduksjon, også er egnet til grønnsaker.

Grøntsektoren kjennetegnes av høy verdiskapning per dekar når bonden først har fått en leveringsavtale med dagligvarekjedene.<sup>56</sup> Grøntsektoren bruker kun 2,5 prosent av jordbruksarealet i Norge, men står for 18,2 prosent av verdiskapningen i jordbruket. Den henter også 91 prosent av inntektene sine i markedet.<sup>57</sup> Samtidig mottar grønntsektoren langt mindre av tilskuddene, og det er stor risiko for avlingstap som ikke kompenseres.

Det er store muligheter for å produsere mer matvekster i Norge – og slik både kutte utslipp, styrke folkehelsen og øke selvforsyningen. Men det trengs politiske insentiver for å få dobling av grøntproduksjonen til å bli en vintersak for norske bønder.

---

<sup>52</sup> Green House, 2022. [Underutnyttede matressurser på menyen](#)

<sup>53</sup> Nationen, 2023. [Kan vi få bønner fra norske bønder](#)

Veggeland, F. et al, 2023- [Muligheter og barrierer for økt anvendelse av norske belgvekster](#)

<sup>54</sup> Partnerskapet for norsk matkorn, 2023 [Markedet for norsk matkorn](#)

<sup>55</sup> NIBIO 2025: [Nye "trivselskart" for norske grønnsaker](#)

<sup>56</sup> Grøntutvalget, 2020. [Grøntsektoren mot 2035](#)

<sup>57</sup> Gartnerhallen 2023, møte med Mari Engh og Gunn Sørum 22.11.23

# 4 – Barrierer og muligheter

## Dyrke

Norge er et langstrakt land med store naturressurser til havs og på land, og relativt få innbyggere. Vi er også et land med høye fjell og dype fjorder, som i jordbruksammenheng betyr at det er mye steinete og bratt terreng som det er krevende å dyrke mat på. Dette er bakgrunnen for myten om at Norge er et «grasland», som først og fremst egner seg til å ha beitende husdyr og ikke matvekster. Dette forsterkes ved at jordbrukspolitikken de siste tiårene har satset tungt på at norsk jordbruk skal ha færre, større gårder, med en høy grad av automatisering som krever store, flate arealer. Disse store, flate arealene har vi begrenset av – og mange av disse arealene samsvarer med de områdene i Norge som er tettest bebygget, og hvor det er sterk konkurranse om arealene.

Som med alle myter, finnes det altså en kjerne av sannhet i myten om gresslandet: Det stemmer for eksempel at vi har store jordbruksareal som egner seg best til beite eller til å produsere gress til fôr. Samtidig har vi rikelig med god matjord som egner seg til et stort utvalg matvekster. Mye av dette er på Østlandet, Jæren og i Trøndelag, men over hele landet finnes det muligheter for grøntproduksjon. Som vi så i forrige kapittel, har vi mye tilgjengelig areal til å produsere mer korn, grønnsaker, belgvekster, nøtter, bær og frukt. Dette er mat vi blir anbefalt å spise mer av i årene som kommer, og som kan skape et større marked for norske bønder.

Det er ikke overalt i Norge det lønner seg med stordrift, monokultur og industrielt landbruk. I mange kupertede områder langs kysten og i fjellet vil det fungere bedre med mindre gårdsbruk der matproduksjonen er mer variert. Med en blanding av store og små bruk, kan vi ha et levende landbruk i hele landet med matvekster der vi har forholdene til det, og husdyr der jorden er for karrig eller terrenget for bratt.

### Mesteparten av matjorda og tilskuddene går til husdyr

Norge har rundt ti millioner dekar (daa) matjord<sup>58</sup> som er i drift. Det tilsvarer 10 000 kvadratkilometer eller nesten sytti ganger Oslo by<sup>59</sup>. Dette er omtrent 1,8 dekar per innbygger, som ikke er veldig høyt i verdensammenheng, men omtrent det samme som Tyskland og langt mer enn et land som Nederland, som er en stor eksportør av grønnsaker i Europa<sup>60</sup>.

Bruken av dette jordbruksarealet fordeler seg i 2021 slik:

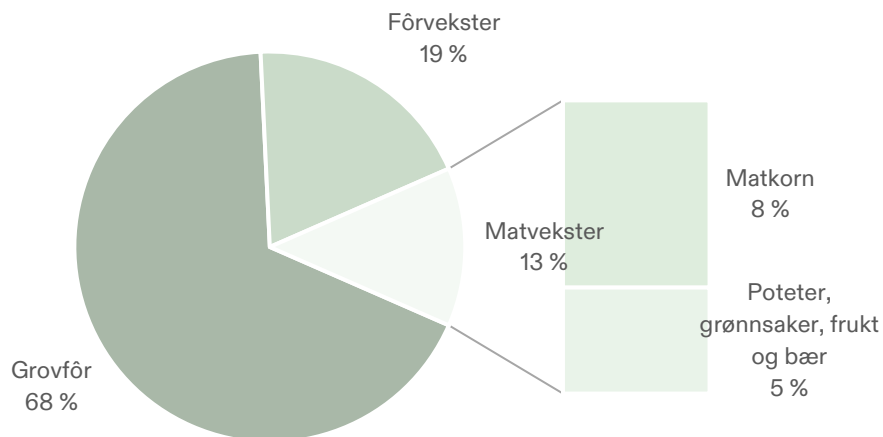
- 68 prosent brukes til grovfôr (gress til husdyrfôr)
- 19 prosent brukes til fôrvekster (bygg og havre til husdyrfôr)

<sup>58</sup> Ruralis, 2022 [Hvordan øke selvforsyningsgraden i norsk jordbruk](#)

<sup>59</sup> Store norsk leksikon, 2023 [Oslo – byutvikling og areal](#)

<sup>60</sup> Our world in data, 2023 [Agricultural land per capita](#)

→ 13 prosent brukes til matvekster (planter til menneskelig konsum: Korn, grønnsaker, frukt og bær. Av dette er omtrent 8 prosent matkorn og 5 prosent potet, grønnsaker, frukt og bær<sup>61</sup>)



Figur 3: Bruken av norsk matjord i 2021.

Nesten ni tideler (87 prosent) av matjorden vår brukes altså til husdyr og husdyrfôr. Knappe 13 prosent av arealet brukes til det vi mennesker spiser direkte.

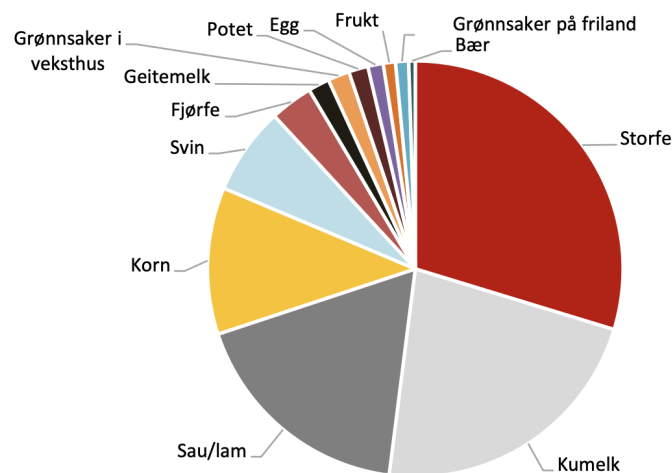
Det er en tydelig sammenheng mellom hva som får mest tilskudd, og hva som produseres. Siden prisen bønder får i markedet er langt lavere enn produksjonskostnadene, er de helt avhengige av å følge jordbrukstilskuddene for å få økonomien til å gå rundt<sup>62</sup>. Derfor er jordbrukstilskuddene et svært viktig verktøy for å produsere mer av den maten vi som samfunn ønsker at befolkningen skal spise mer av.

I dag er det lite som stimulerer til en økning i produksjonen av matkorn, frukt og grønt: Hele 83 prosent av jordbrukstilskuddene går til husdyrproduksjon.<sup>63</sup> Av dette går aller mest til produksjon av storfe, melk og lam. Kun 17 prosent av subsidiene går til produksjon av matvekster som matkorn, grønnsaker, frukt og bær. Av disse går mest til korn, som mottar 11 prosent av de totale subsidiene. Grønnsaksproduksjon mottar under tre prosent av de samlede jordbruksubsidiene. Dersom vi skal ha ambisjoner om å produsere mer frukt og grønt, bør også mer av tilskuddene gå til dette.

<sup>61</sup> SSB, 2023 [Stabilt jordbruksareal](#)

<sup>62</sup> Lie, Svenn Arne og Løkeland-Stai, Espen, 2019 [Mellom bakkar og kjøttberg](#)

<sup>63</sup> Klaus Mittenzwei, Ruralis 2025: [Subsidier i norsk jordbruk](#)



Figur 4: Andel samlede subsidier etter jordbruksvare i 2023 (%)

### Effektiviseringskrav har skapt bærekraftsproblemer

Litt forenklet kan vi si at norsk landbruk gjennomgikk en radikal endring i tiden etter andre verdenskrig. Tidligere hadde vi hovedsakelig dyr på beite i marginale og bratte områder. Disse dyrene gjorde gresset de spiste om til kjøtt og melk. I tillegg bidro beitedyrene til å vedlikeholde kulturlandskapet, og skapte et rikt biologisk mangfold i disse naturtypene.

Fra 1950-tallet av ble det et uttalt politisk mål å gjøre jordbruket mer effektivt, blant annet fordi det var et ønske om å frigjøre arbeidskraft fra jordbruket og inn i industrien<sup>64</sup>. For å øke produksjonen måtte mindre effektive bruk legges ned for å bane vei for færre, større gårder. Ett av tiltakene for å effektivisere produksjonen var å gi dyra mer energitett diett i form av kraftfôr. Kraftfôret ga dyra raskere tilvekst og høyere melkeytelse. Men når kjøttproduksjonen ble effektivisert ved å gi dyra stadig mer kraftfôr, ble man avhengig av å bruke store arealer med god matjord til å produsere korn til kraftfôret. For å effektivisere produksjonen ytterligere, begynte en storstilt import av svært proteinholdige fôrvekster – nemlig soya – til kraftfôret. Så i tillegg til å beslaglegge stadig større andeler av den norske matjorda, krevde kjøttproduksjonen vår nå også store arealer i blant annet Brasil, som produserte soya på bekostning av den artsrike regnskogen.<sup>65</sup>

Storfe, geit og sau går fortsatt på beite deler av året, men kraftfôr utgjør likevel en sentral andel av fôret til dyra.<sup>66</sup> Kraftfôr utgjør halvparten av fôret til melkekyr, og kylling og svin lever nesten utelukkende av kraftfôr, selv om også disse dyra kunne gått noe mer ute på beite. Det finnes både frilandsgris og beitehøns i Norge, men de tilhører unntakene: Rundt 99% av alle norske svin og nesten 100% av alle norske kyllinger tilbringer hele sine liv innendørs i store produksjonshaller<sup>67</sup>.

Kjøttproduksjonen er stadig mer løsrevet fra ressursgrunnlaget vårt – og dette er mye på grunn av den politikken som føres, hvor store produksjoner premieres. I tillegg bruker staten nærmere 2

<sup>64</sup> Helle, Siri, 2015 [Skal landet gro att? Korleis berge norsk jordbruk](#)

<sup>65</sup> Regnskogfondet.no, 2024 [Problemet med soya](#)

<sup>66</sup> Animalia, 2023 [Fôrråvarer til husdyr](#)

<sup>67</sup> Nortura, 2022 [Dyrevelferd på gården](#)

Dyrevernsalliansen, 2017 [Dyrevelferd i norsk svineproduksjon](#)

milliarder årlig på å skrive ned prisen på korn<sup>68</sup>, slik at norsk korn skal være konkurransedyktig – med den konsekvens at også kraftfôret selges for en langt lavere pris enn det produksjonen koster. Sammenlignet med det billige kraftfôret blir det dyrt å ha dyrene på beite eller fôre med gress, spesielt fordi disse driftsformene er mer arbeidskrevende.

Effektiviseringspolitikken fra denne tida var nettopp effektiv: Matproduksjonen har gått kraftig opp, men samtidig har også tre av fire gårdsbruk blitt lagt ned på under to generasjoner. Dette har også skapt en rekke problemer:

- **Mindre beitebruk:** Beiteressursene våre står stadig mer ubrukt, mens god matjord både i Norge og i land som Brasil beslaglegges for å produsere fôringredienser til husdyra.
- **Overproduksjon og prisfall:** Det enorme vektleggingen på effektivisering og volum har ført til at vi stadig har overproduksjon av kjøtt og husdyrprodukter. Overproduksjon er et problem i seg selv fordi det kan føre til matsvinn, men også fordi det har gitt store prisfall for bøndene. Stor økning i produksjonen, kombinert med et stadig mektigere dagligvareledd som importerer selv når norske varer er tilgjengelige, har ført til at bonden får stadig mindre igjen for varene de produserer: Prisen på maten i butikken går oppover i takt med vår kjøpekraft, mens prisen bonden får for varene har stått relativt stille siden 80-tallet<sup>69</sup>.
- **Gjeldskrise og nedleggelse av gårder:** Jordbrukspolitikken gir mange insentiver til å øke produksjonen. Skal man få støtte til å oppgradere driftsbygg eller modernisere utstyr, ligger det ofte krav om at man samtidig må utvide produksjonen, som igjen gir behov for større investeringer. Denne typen ordninger, som for eksempel Investerings- og bedriftsutviklingsmidlene (IBU) som Innovasjon Norge deler ut, har ført til at mange bønder ser seg nødt til å øke antallet dyr for å kvalifisere til støtte, og samtidig påtar seg større gjeld ved at driftsbygg o.l. må være enda større. Slik bygges det gårder som ikke er i tråd med naturressursene de rår over, og man gjør seg mer avhengig av å kjøpe fôr og andre innsatsfaktorer. Insentivene til økt produksjon har vært en driver for gjeldskrisa blant norske bønder, og fører samtidig til at mange av de som ikke har råd til å utvide, legger ned gårdsdriften. I snitt blir én norsk gård lagt ned hver dag<sup>70</sup>.

## Inntektskrise i jordbruket

Norsk jordbruk står nå i en eksistensiell krise: Lønnsomheten er rekordlav og svært mange har høy gjeld. Mange bønder forteller om beinhardt arbeidspress og at det oppleves som de forventes å produsere mat av ren idealisme. Mesteparten av inntektene fra matproduksjonen havner hos andre enn bøndene, nemlig hos aktørene i dagligvareleddet, og bondens inntekt er i stor grad koblet til tilskuddene den får, ikke markedsinntektene.

I 2021 førte denne krisen til at en gruppe bønder startet Bondeopprøret, en bevegelse som krevde en anstendig inntekt for den norske bonden og en mer rettferdig fordeling av verdiene for salg av mat. Ifølge en NOU om inntektene i jordbruket<sup>71</sup> ligger den reelle timelønna til en norsk bonde på godt under 100 kr/timen – som er mindre enn minstelønna til en avløser<sup>72</sup>, og milevis unna

<sup>68</sup> Lie, Svenn Arne og Løkeland-Stai, Espen 2019 [Mellom bakkar og kjøttberg](#)

<sup>69</sup> Lie, Svenn Arne og Løkeland-Stai, Espen, 2013 [En nasjon av kjøttthuer](#)

<sup>70</sup> Forskning.no, 2023 [Ett gårdsbruk er lagt ned hver dag](#)

<sup>71</sup> NOU 2022:14 [Inntekter i jordbruket](#) Her er timelønn regnet ut fra timetall for normalårsverk, inkludert avkastning på investert kapital og avsetning til pensjon

<sup>72</sup> arbeidstilsynet.no, 2024 [Minstelønn](#)

lønnsnivået ellers i Norge. Bondeopprøret fikk stor oppslutning og mye spalteplass i mediene, og førte i 2024 til at Stortinget vedtok en plan for opptrapping av bondeinntekten.

Det er tydelig at det trengs et generelt inntektsløft for norske bønder dersom vi skal gi bøndene bedre arbeidsvilkår og sikre at folk faktisk vil bli bønder også i fremtiden. Prisen bonden får for varene sine må økes, og da trenger vi en bedre maktfordeling mellom bøndene og de tre dagligvareaktørene som setter premissene for salget av mat. Samtidig er det en sentral barriere at over 90 prosent av tilskuddene og arealet går til husdyrproduksjon. Da trengs det nye virkemidler og at tilskuddene vris mer i retning av grøntproduksjon.

## Selge

For å forstå utfordringene i norsk jordbruk, må vi se på hva som skjer i verdikjeden mellom bøndene og forbrukerne. Norsk jordbruk er en høyst politisk styrt næring med mange, små aktører. Resten av verdikjeden er på sin side svært markedsstyrt og preget av få, store aktører med utstrakt makt over hele verdikjeden.

Det finnes nærmere 37 000 gårder i Norge<sup>73</sup>, men bare en håndfull grossister og kun tre store dagligvarekjeder som eier over 90 prosent av totalomsetningen i dagligvareleddet<sup>74</sup>: Coop, Reitan (Rema 1000), og NorgesGruppen (Kiwi, Meny, Spar, Joker og Nærbutikken). Disse tre paraplykjedene er involvert i både matproduksjon, distribusjon og salg.

Det er stor grad av vertikal integrasjon i det norske matsystemet, altså at et konsern eier eller kontrollerer store deler av verdikjeden. Spesielt har de tre dagligvarekjedene enorm makt. Disse konsernene setter betingelsene for hva slags råvarepriser bøndene får, hvem som får innpass i markedet og i hvor stor grad vi skal ha norske eller importerte råvarer i butikkene. I tabell 3 fremkommer noen eksempler på hvor store deler av verdikjeden de tre dagligvarekonsernene eier.

<i>Verdikjedeledd</i>	<i>Selskap</i>	<i>Eier</i>
<i>Grossistleddet</i>	Bama	NorgesGruppen og Reitan
	ASKO	NorgesGruppen
	Nordgrønt	Coop (eksklusiv distributør)
<i>Kiosk- og kaféleddet</i>	Narvesen	Reitan
	7-Eleven	Reitan
	UnoX	Reitan
	Deli de Luca	NorgesGruppen
	MIX	NorgesGruppen
	Jafs	NorgesGruppen
	Kaffebrenneriet	NorgesGruppen (deleier)
<i>Matprodusenter<sup>75</sup></i>	Norsk kylling	Reitan
	Stange kylling	Reitan (eksklusiv distributør)
	Spekeloftet	Reitan (deleier)
	Kolonihagen	Reitan (deleier)
	Bakehuset	NorgesGruppen
	Matbørsen	NorgesGruppen
	Grøstad Gris	NorgesGruppen
	Mesterbakeren	Reitan (eksklusiv distributør)
	Nordfjord kjøtt	Reitan (eksklusiv distributør)

Tabell 2: Eksempler på dagligvarekjedenes eierskap i andre deler av verdikjeden

Maktkonsentrasjonen i dagligvareleddet har vært gjenstand for mye politisk debatt gjennom de siste tiårene. I 2011 kom utredningen «Mat, makt og avmakt»<sup>76</sup>, som påpekte at den sterke maktkonsentrasjonen gjorde det umulig å få innsyn i hvordan prissettingen i verdikjeden fungerer. Dermed er det svært vanskelig å avdekke dårlig handelsskikk, prissamarbeid eller maktmisbruk.

Et tiår senere må man konstatere at konkurransesituasjonen har blitt enda verre, da vi har fått én paraplykjede mindre etter at ICA Norge ble kjøpt opp av Coop i 2015. Det har også vært mange tilfeller av at dagligvarekjedene kjøper opp små og store produsenter eller inngår eksklusive leveringsavtaler.

<sup>73</sup> SSB, 2026 [Fakta om jordbruk](#)

<sup>74</sup> dagligvarehandelen.no, 2023 [Dagligvarefasiten 2023](#)

<sup>75</sup> Menon Economics, 2022 [Hvem produserer dagligvarekjedenes egne merkevarer?](#)

<sup>76</sup> NOU 2011:4 [Mat, makt og avmakt](#)

Det er derfor et sterkt behov for bedre regulering, sterkere alternative salgskanaler, eller flere aktører inn i dette markedet, samt å styrke bonden i møte med et svært konsolidert butikk- og grossistledd.

### Vanskelig å få markedsadgang for grøntprodusenter

Det finnes en rekke instanser i jordbruket som lager markedsprognoser, planlegger produksjon og i noen tilfeller fordeler kvoter for hvor mye bøndene kan produsere. Dette er for å sikre at jordbruket produserer riktig mengde mat, slik at forbrukerne får det de etterspør, samtidig som det ikke blir overproduksjon som fører til lavere priser til bøndene (samt matsvinn). Her har de tradisjonelle samvirkene – Nortura, Felleskjøpet og Tine – sentrale roller som markedsregulatorer<sup>77</sup>.

I grøntsektoren er det ingen markedsregulator, etter at Gartnerhallen i år 2000 mistet denne rollen. Gartnerhallen er nå en produsentorganisasjon som representerer rundt 1000 grøntprodusenter og samarbeider med Bama om distribusjon av varene til sine medlemmer til NorgesGruppen og Rema. Coop har sitt eget grossistledd, Nordgrønt. Dette er i praksis de to eneste veiene inn til norsk dagligvare: Gjennom Gartnerhallen/Bama eller Nordgrønt.

Den største forskjellen mellom markedsregulatorene og Gartnerhallen, er at markedsregulatorene har mottaksplikt, og dermed er pliktig å ta imot alt bøndene produserer av varer. En melk- eller kjøttprodusent har dermed en garanti for å få levert alt hen produserer til markedsregulatorene Nortura og Tine. Gartnerhallen kan kun planlegge hvordan medlemmene deres skal få omsetning for det de produserer.

Ifølge spørreundersøkelser ønsker 45 prosent av Gartnerhallens medlemmer å produsere mer enn de får levere.<sup>78</sup> I tillegg oppgir 14 prosent av norske bønder at de kunne tenke seg å legge om fra produksjon av fôr eller husdyrhold til å produsere matvekster.<sup>79</sup> Det er derfor stor vilje til å produsere mer grønt blant bøndene, så lenge man får avtaler om å kunne levere varene. Likevel har ikke Gartnerhallen tatt inn nye grøntprodusenter på flere år, noe som antagelig henger sammen med at dagligvarekjedene ikke kan gi noen garantier for hvor mye de vil kjøpe.

Gartnerhallen inngår årlige intensjonsavtaler mellom bøndene som er medlem i Gartnerhallen og Bama. Men i motsetning til bøndene som leverer til et samvirke med mottaksplikt, gir disse intensjonsavtalene bare kjøperen (grossist/dagligvare) en kjøpsrett, men ikke en kjøpsplikt<sup>80</sup>. Og det jordbruket ikke kan planlegge for, er hvor store mengder importvarer dagligvarekjedene velger å ta inn.

Norsk dagligvare er en næring preget av sterkt lavprisfokus. Med uforpliktende intensjonsavtaler, er det mulig for dagligvarekjedene å spontant prioritere et billig parti importvarer, mens bonden i mange tilfeller ikke har lov til å selge varene til noen andre.<sup>81</sup> Dette skaper stor usikkerhet for grøntprodusentene, og i mange tilfeller matsvinn. I tillegg bidrar det til at det blir færre og større grøntprodusenter, fordi små aktører ikke får leveringsavtaler med grossistene.<sup>82</sup>

Bøndene forteller om stor usikkerhet i møte med de dagligvareeide grossistene, og at det ikke er uvanlig at de ikke får levert varene sine på tross av inngåtte intensjonsavtaler. Blant annet oppgir

<sup>77</sup> landbruksdirektoratet.no, 2024 [Markedsregulatorer](#)

<sup>78</sup> Grøntutvalget, 2020 [Grøntsektoren mot 2035](#)

<sup>79</sup> Miljødirektoratet, 2022 [Klimakur](#)

<sup>80</sup> Grøntutvalget, 2020 [Grøntsektoren mot 2035](#)

<sup>81</sup> Nationen.no, 2023 [Bonden taper skjønnhetskonkurransen](#)

<sup>82</sup> Rurals, 2013 [Kontraksproduksjon i jordbruket](#)

bøndene at dagligvarekjedene regelmessig avviser varer på grunn av rigide krav til utseende og størrelse – eller at bøndene blir tilbudt dårligere pris enn avtalt når de skal levere.<sup>83</sup>

I tillegg til mottaksplikten, er det noen vesentlige forskjeller mellom vilkårene for bønder som selger animalske produkter og de som selger grønt: Mens produsenter av kjøtt, melk og egg har sterke samvirkeordninger, markedsbalanseringstiltak, mottaksplikt og sterkt tollvern året rundt, har grøntsektoren en langt svakere markedsregulering, færre tilskuddsordninger og kun sesongbasert tollvern.

På tross av disse ordningene, så vi i forrige delkapittel at også kjøttprodusentene sliter med lav inntjening og høy risiko. Det er dermed ikke sagt at man får mer grøntproduksjon ved å kopiere disse ordningene til grøntsektoren. Det kan likevel være nyttig å se på om noen av disse ordningene burde blitt utvidet til grøntsektoren, slik at man kan redusere forskjellen i økonomisk risiko mellom husdyrproduksjon og matvekster vi har i dag.

Grøntsektoren er sterkt utsatt for konkurransen fra importvarer og ikke minst dårlig handelsskikk. Ifølge en rapport fra Grøntutvalget, betyr fraværet av reguleringer at den «enkelte produsent tar en større del av markedsrisikoen enn i resten av norsk jordbruk»<sup>84</sup>. Selv om grøntproduksjon teoretisk sett kan gi langt høyere inntekter per dekar enn husdyrproduksjon, er altså risikoen for å ikke få solgt varene såpass høy at mange vegrer seg for å gå over til denne typen produksjon.

Som vi så over, ønsker mange bønder å produsere grønt, men opplever å ikke få leveringsavtaler med de store grossistene. Da kan de ikke selge til noen av de store dagligvarekjedene. En rapport fra NIBIO konkluderer derfor med at den største barrieren for økt grøntproduksjon er mangel på leveringsavtale<sup>85</sup>.

### Økning i ulike direktesalgskanaler

Fordi mange småskalaprodusenter har opplevd problemer med å få varene sine på markedet har flere begynt å selge varene sine direkte til forbrukerne. De siste tiårene har vi fått en økning i nye markedskanaler, med REKO-ringer, andelsgårder, markedshager og gårdsbutikker<sup>86</sup>. Dette er forretningsmodeller hvor bonden sitter igjen med en større andel av salgsprisen, og ikke minst har mer råderett over det de selger. Det krever at bonden har tid og evne til å stå for distribusjon og salg selv. Til gjengjeld blir det mulig for bonden å selge maten til en pris som dekker reelle kostnader for matproduksjonen. Direktesalget bidrar til viktig kompetanseheving hos forbrukeren, som knytter nærmere kontakt med sine lokale bønder og kan lære om hvordan maten vår produseres. Særlig REKO-ringene har fått mye oppmerksomhet – her kan man via en facebookside bestille råvarer fra sine lokale bønder og henter dem på et fast tidspunkt. I dag er over 500 000 nordmenn medlem i en REKO-ring<sup>87</sup>.

---

<sup>83</sup> nationen.no, 2023 [Takk og lov for at jeg ikke leverer til Bama mer](#)  
nrk.no, 2023 [Fikk ikke selge 60 tonn poteter](#)  
nettavisen.no, 2023 [I heftig plommebråk med butikkgigant – Vi er sviktet!](#)  
nettavisen.no, 2025: [Frøydís \(45\) fikk priskutt – Et slag i trynet!](#)

<sup>84</sup> Grøntutvalget, 2020 [Grøntsektoren mot 2035](#)

<sup>85</sup> NIBIO, 2017 [Status og potensial for økt produksjon av vegetabilske matvarer i Norge](#)

<sup>86</sup> framtiden.no, 2020 [Kjøp mer fra din lokale bonde!](#)

<sup>87</sup> facebook.com, 2023 [REKO-RINGEN NORGE](#)

Mange av produsentene som selger direkte har markedshager. Dette er småskala grønnsaksproduksjon for salg direkte til forbruker, butikk eller restaurant. Andelsgårder er en annen form for direktesalg, der folk kjøper en andel av produksjonen på forhånd, og ofte bidrar med noen dugnadsøkter i løpet av året. Disse formene for direktesalg har vært i sterk vekst de siste årene, og de fleste markedshagene produserer mat på arealer under to dekar som i de fleste tilfeller tidligere har vært brukt til gressproduksjon eller ligget brakk<sup>88</sup>.

Markedshagene er kjennetegnet ved at de dyrker et mangfold ulike grønnsaker på små arealer. Ofte brukes det lokale ressurser til gjødsling, og håndredskaper i stedet for motoriserte hjelpemidler som traktor. Mange som starter markedshage er folk som er nye i næringen, og markedshagene sørger dermed for nyrekruttering til et yrke som ellers sliter med lav rekruttering. Årsomsetningen til mange markedshager er langt høyere enn ellers i jordbruket, og mange markedshagedyrkere oppgir å være svært fornøyd med avling og salg. Fordi arealene de dyrker på er små, mottar de svært lite eller ikke noe produksjonstilskudd. Det er ukjent hvor mange markedshager som finnes i Norge, men i 2021 svarte rundt 150 markedshageinnehavere på en spørreundersøkelse<sup>89</sup>, og det er registrert i underkant av 100 andelsgårder<sup>90</sup>.

Det er begrenset hvor stor andel av matproduksjonen markedshager og andelsgårder kan utgjøre, siden det krever bønder som har tid og kapasitet til å selge varene sine direkte – og i tillegg en kundegruppe som ikke velger det enkleste alternativet ved å gå på nærmeste dagligvarebutikk. Samtidig viser disse markedshagene at det er mulig å få brukt små arealer effektivt til sunn og bærekraftig matproduksjon, uten behov for mange innsatsfaktorer – og med god inntjening. Det kan derfor utgjøre et godt supplement til øvrig grøntproduksjon i Norge.

### **Svakt tollvern på grønt**

Fordi Norge er et høykostnadsland, er det vanskelig å se for seg at våre jordbruksprodukter kan konkurrere med utenlandske råvarer på pris. Norske råvarer er derfor avhengig av et godt importvern for å ikke bli utkonkurrert av importvarer. Også her er det store forskjeller på tollvernet mellom kjøtt og animalske produkter som egg og meieri – og matvekster som grønnsaker, frukt og bær.

Tollvernet på norske matvarer reguleres av WTO-avtalen fra 1995<sup>91</sup>, EØS-avtalen og andre bilaterale handelsavtaler. Kjøtt, egg, melk og korn ofte blir definert som «ryggraden i norsk jordbruk»<sup>92</sup> og det er her vi finner de høyeste tollsatsene. Dette tollvernet er i all hovedsak likt gjennom året.

Mange planteprodukter har generelt lavere tollsats, og tollvernet er begrenset til perioder med «norsk sesong». For eksempel er det toll på import av epler i perioden mai–november<sup>93</sup>, men ikke ellers i året. Det innebærer ofte at man finner norske epler i butikk i nøyaktig den perioden tollvernet gjelder, selv om det er mulig å ha norske epler tilgjengelig større deler av året. Lengden på vekstsesongen og hvilke vekster som er inkludert i tollvernet er basert på hvordan norsk landbruk så ut for nesten 30 år siden da WTO-avtalen ble forhandlet, og reflekterer ikke mangfoldet av alt vi dyrker i dag og hvordan teknologiutvikling innen både produksjon og lagring har ført til lengre sesonger der ferske norske produkter er tilgjengelige.

---

<sup>88</sup> NIBIO, 2021 [Markedshager i Norge](#)

<sup>89</sup> NIBIO, 2021 [Markedshager i Norge](#)

<sup>90</sup> andelslandbruk.no 2023 [Kart](#)

<sup>91</sup> regjeringen.no, 2020 [Importvernet for jordbruksvarer](#)

<sup>92</sup> ntb.no, 2023 [Importvernet – bedre enn sitt rykte](#)

<sup>93</sup> [tolltariffen.no, 2024](#)

Råvarer vi tradisjonelt ikke har produsert i Norge, har ingen tollbeskyttelse. Dette er naturlig når det er varer vi ikke kan produsere i Norge, som kaffe, appelsiner og ris. Men det er også mange eksempler på matvekster vi kan dyrke enten på friland eller i veksthus som står uten importvern, og som det derfor er vanskelig å få lønnsomhet i å produsere i Norge: Paprika, squash, belgvekster, nøtter og sopp har for eksempel ingen tollbeskyttelse.

Det enkleste grepet for å styrke tollvernet for frukt og grønt er å utnytte handlingsrommet i WTO-avtalen ved å gå over fra kronetoll til prosenttoll. Dagens tollsatser oppgis i kroner og har ikke blitt oppjustert selv om prisveksten siden vi inngikk WTO-avtalen i 1995 er på nesten 100 prosent<sup>94</sup>. I WTO-avtalen er det rom for å gå over til prosenttoll uten å reforhandle avtalen, som kan gi betraktelig bedre tollvern på utvalgte matvekster fordi det følger prisveksten ellers i samfunnet.

Det ble gjennomført en overgang til prosenttoll på issalat, knollselleri, rødbeter og kålrot i fra 2023, og på potet fra 2024. Rundt innføringen ble det hevdet at endringen ville slå negativt ut på prisen til forbruker - med opptil hundre kroner kiloen. I ettertid har disse spådommene vist seg å ikke slå til og selvforsyningen på potet har gått opp med ti prosent etter innføringen av prosenttoll.<sup>95</sup>

Slik matmarkedet er i dag, får bonden en svært liten andel av verdiene som skapes. Mens eierne av de tre store dagligvarekjedene i en årrekke har tronet på toppen av inntektslistene, er bøndene lønnstaperne i det norske samfunnet. Skal vi få et mer bærekraftig matsystem og øke grøntproduksjonen, må bonden sitte igjen med mer av verdiskapingen og ha flere rettigheter i møte med et svært konsolidert salgslodd. Dersom bondens inntekt skal heves til samme nivå som resten av samfunnet, må bonden kunne hente mer av inntektene sine i markedet.

Det trengs en bedre regulering av butikk- og grossistledet for å sikre mer rettferdig fordeling av inntektene og en mer transparent handelspraksis. Bonden må sitte igjen med mer av fortjenesten i matmarkedet, og få en mer forutsigbar arbeidshverdag med trygge leveringsavtaler. Dersom vi skal øke grøntproduksjonen, må vi gjøre noe med konkurransesituasjonen i salget av mat.

## Spise

Nordmenn har tilnærmet doblet kjøttforbruket siden 1959.<sup>96</sup> Den største veksten har vært innen hvitt kjøtt<sup>97</sup>. Vi spiser også mer rødt kjøtt enn de offisielle kostrådene anbefaler: Rundt 60 prosent av befolkningen spiste i 2025 mer rødt og bearbeidet kjøtt enn kostrådene anbefaler.<sup>98</sup> Lenge gikk også forbruket av frukt og grønt nedover – noe som sannsynligvis henger sammen med at den store mengden kjøtt på tallerkenen, fortrenger det andre vi skal spise.

Det siste tiåret har pilene derimot begynt å peke i riktig retning, og siden 2016 har kjøttforbruket vårt begynt å gå nedover.<sup>99</sup> Forbruket vårt av frukt og grønt har også gått i riktig retning de siste

---

<sup>94</sup> ssb.no, 2024 [Priskalkulator](#)

<sup>95</sup> Nationen (2025): [Advarte om poteter til 100 kroner kiloen – slik gikk det](#)

<sup>96</sup> Animalia, 2023 [Kjøttets tilstand](#)

<sup>97</sup> Hvitt kjøtt regnes her som kylling, mens rødt kjøtt er storfe, svin, sau og geit.

<sup>98</sup> Helsedirektoratet, 2025 [Utviklingen i norsk kosthold](#)

<sup>99</sup> Animalia, 2023 [Kjøttets tilstand](#)

årene.<sup>100</sup> Stadig flere oppgir at de ønsker å spise mindre kjøtt.<sup>101</sup> Det er likevel et stykke igjen til nordmenn flest spiser i tråd med kostrådene. I dette kapittelet ser vi nærmere på noen av faktorene som påvirker matvalgene våre.

## Ernæringsforskningen anbefaler mer grønt

I 2024 kom det nye, norske kostråd, basert på arbeidet til en nordisk ekspertgruppe (NNR)<sup>102</sup> nedsatt av Nordisk ministerråd. NNR konkluderte med at dersom vi skal ta hensyn til både helse og miljømessig bærekraft, bør kjøttforbruket være «vesentlig lavere» enn 350 gr i uka. I arbeidet med NNR ble også matens miljømessige bærekraft vurdert, og ekspertene konkluderte med at rådene for sunn og for bærekraftig mat i stor grad trekker i samme retning.

Våre naboland Danmark, Sverige og Finland har tatt inn miljømessig bærekraft i sine kostrådsanbefalinger, som har medført at anbefalingene for hvor mye kjøtt man skal spise, er lavere enn dersom man kun ser på ernæring.<sup>103</sup> I Norge besluttet helsemyndighetene at miljømessig bærekraft ikke skal være en del av kostrådene, men at de kun skal gjenspeile hensyn til helse.

Dagens kostråd anbefaler at vi spiser *maks* 350 gram rødt eller bearbeidet kjøtt i uka. Det betyr altså at det går helt fint å spise mindre kjøtt enn 350 gr i uka, men vi bør ikke spise mer. Det er fordi å spise mye kjøtt er forbundet med økt risiko for en rekke sykdommer og færre gode leveår. I tillegg tar kjøttet opp plassen til det vi anbefales å spise mer av, nemlig frukt, grønnsaker, grove kornprodukter og fisk. Kun 14 prosent av befolkningen spiser anbefalt mengde frukt og grønt.<sup>104</sup>

Nordmenn spiser i dag i snitt 480 gram kjøtt i uka. Å spise i tråd med nye kostrådene vil likevel være gjenkjennelig for de fleste: Maks 350 gr rødt eller bearbeidet kjøtt betyr at man kan spise 2–3 middager med kjøtt i uka samt noe kjøttpålegg. Dermed kan man spise et variert kosthold med både kjøtt, melk og ost, i tillegg til større andeler villfisk, grønnsaker, korn, nøtter, frukt og bær. Kjøttmengden vil ligge omtrent på samme nivå som nordmenn flest spiste på 70-tallet.<sup>105</sup>

Men vi er lengre unna å nå målet om å spise 5-8 porsjoner frukt og grønt daglig, slik kostrådene anbefaler. 8 porsjoner tilsvarer rundt 800 gram frukt og grønnsaker. Hele 83 prosent av norske kvinner og 88 prosent av mennene spiser mindre frukt og grønnsaker enn det kostrådene anbefaler.<sup>106</sup>

I tillegg er kostholdet vårt sterkt preget av hvilken sosioøkonomisk bakgrunn du har: Nordmenn med høy utdanning spiser markant sunnere enn de med lav utdanning. En beregning fra 2023 viste med all tydelighet at det er strukturelle årsaker til sosial skjevhet i kosthold. Da måtte norske barnefamilier i snitt bruke 21,3 % av sin disponible inntekt for å ha et kosthold i tråd med kostrådene, mens familiene med lavest inntekt måtte bruke hele 39 % for å ha råd til å spise som kostrådene

---

<sup>100</sup> Helsedirektoratet, 2025 [Utviklingen i norsk kosthold](#)

<sup>101</sup> Nationen, 2024 [Gilde vil ha debatt om fordelene ved å spise kjøtt](#)

<sup>102</sup> Nordisk ministerråd, 2023 [Nordic Nutrition Recommendations 2023](#)

<sup>103</sup> CICERO, 2023 [Virkemidler for klimatiltak i jordbruket i andre land](#)

<sup>104</sup> Helsedirektoratet, 2025 [Utviklingen i norsk kosthold](#)

<sup>105</sup> Nr.no (2026): [Hva om vi hadde spist sånn som vi gjorde før?](#)

<sup>106</sup> Helsedirektoratet (2024): [NORKOST 4](#)

anbefaler.<sup>107</sup> At de med høy inntekt spiser sunnere enn de med lavere inntekt viser at dette ikke er et individuelt ansvar, men krever politiske løsninger.

Samtidig har de usunne matvanene våre en stor samfunnskostnad: Dersom vi fulgte kostrådene ved å spise mindre kjøtt og mer grønt og korn, ville helseeffekten være verdt over 154 milliarder kroner årlig.<sup>108</sup> Det er verdien av mindre helseutgifter til kostholdsrelaterte sykdommer, mindre sykefravær og flere gode leveår.

## Kjøttreklame

Kjøttforbruket i Norge har som nevnt doblet seg siden 1959. Utviklingen er ikke unik i verdenssammenheng. Den globale kjøttproduksjonen er tredoblet de siste femti årene.<sup>109</sup> Grunnen er sammensatt, men i Norge har politikken lagt til rette for og noen ganger direkte oppfordret til økt kjøttforbruk: Det enorme volumfokuset i jordbrukspolitikken har ført til stor økning i mengden kjøtt produsert, som har ført til at vi de siste sytti årene jevnlig har hatt overskuddslagre av kjøtt.<sup>110</sup>

For å få bukt med et eventuelt overskudd av kjøtt, opprettet staten allerede i 1936 en omsetningsavgift som skulle betales av bøndene. Disse midlene, som forvaltes av Omsetningsfondet, skulle brukes til å få oss til å spise mer kjøtt, melk, ost og smør, blant annet gjennom markedsføring og ved å subsidiere ned prisen på kjøtt ved overskudd. Omsetningsfondet forvalter over 400 millioner årlig,<sup>111</sup> som altså brukes på markedsregulering, reklame og tiltak for å få økt omsetning for norsk kjøtt.

For eksempel hadde vi enorme overskudd av ulike kjøttyper på tidlig 2020-tall. Da ble omsetningsavgiften økt, noe som gjorde at norske bønder satt igjen med mindre penger for arbeidet med å produsere kjøttet. Inntektene fra omsetningsavgiften ble blant annet brukt til å gi dagligvareleddet sterk rabatt på kjøttet for å få bukt med overskuddet. Kjøttet kunne deretter selges på billigsalg, og ga insentiver til at vi kjøpte mer av den maten vi allerede spiser for mye av. Slik taper både bøndene og forbrukerne på dagens politikk.

Det mest kjente tiltaket omsetningsavgiften finansierer, er Opplysningskontoret for egg og kjøtt, ofte omtalt som Matprat. Dette markedsføringsorganet mottar rundt 79 millioner av disse omsetningsmidlene årlig. Det har som oppgave å øke det generelle forbruket av animalske produkter. Til sammenligning mottar stiftelsen Opplysningskontoret for frukt og grønt rundt 19 millioner fra staten til å promotere mer frukt og grønt over helsebudsjettet. Altså brukes det mellom opplysningskontorene fire ganger så mye penger på å promotere det vi burde spise mindre av for helsen og for klimaet enn det brukes på å promotere det vi burde spise mer av.

## Tidlig forming av matvanene våre

Matvaner vi danner i barndommen er gjerne med oss gjennom hele livet. Opplysningskontoret for kjøtt oppgir i sine årsrapporter at de de siste tiårene derfor har vært mest opptatt av å påvirke nettopp matvanene til barn og unge. De har blant annet utviklet undervisningsmaterieil til

<sup>107</sup> Folkehelseinstituttet (2023): [Lavinntektsfamilier i Norge må bruke 39% av inntekten sin for å spise sunt](#)

<sup>108</sup> Miljødirektoratet, 2026. [Klimatiltak i Norge 2026: Veivalg og utslippsbaner mot 2050](#)

<sup>109</sup> ourworldindata.no, 2023 [Meat and dairy production](#)

<sup>110</sup> Helle, Siri, 2015 [Skal landet gro att – korleis berge norsk jordbruk](#)

<sup>111</sup> Landbruksdirektoratet, 2022 [Årsmelding omsetningsrådet 2022](#)

helsestasjoner, tilbudt gratis «kjøttfaglig undervisning» til kokkeskoler og ernæringsforskere på universitetene, gitt ut et gratis læreverk i Mat og helse-faget og utviklet oppskriftssider som Matprat.no og matstart.no<sup>112</sup> som ble brukt i stort omfang av lærere og elever i grunnskolen.

I 2014 oppga opplysningskontoret at 98 prosent av alle norske skoleelever og 70 prosent av alle ungdomsskoleelever benyttet seg av Opplysningskontorets kokebok samt det digitale læringsverktøyet Matopedia i mat- og helseundervisningen.<sup>113</sup> Disse læreverkene ble jevnlig kritisert for ikke å tilby nøytral kostholdsinformasjon og for å ha oppskrifter som er tungt vektet med kjøtt.<sup>114</sup> At norske skoler bruker lærebøker fra en næringsaktør med kommersielle interesser, kan være et brudd på forbudet mot reklame i skolen.<sup>115</sup> I 2024 valgte Matprat å legge ned Matopedia<sup>116</sup>.

I tillegg viser undersøkelser at lærere i mat og helse-faget ofte mangler relevant kompetanse innen kosthold og ernæring.<sup>117</sup> Kombinasjonen lærere uten egnet fagkompetanse og kommersielle lærebøker, gjør at man kan sette spørsmålstegn ved om barnas gis forskningsbasert og nøytral informasjon om mat som gjør dem i stand til å ta gode og sunne matvalg.

### Sunnhetsforvirring og villedende priser

På tross av forskerne innen klima, helse og selvforsyning er enige, og tydelig peker på at mer mat fra planteriket er løsningen, har det offentlige ordskiftet rundt dette vært preget av myter og misoppfatninger. Dette skyldes til dels at selv om fagpersonene er enige, er ikke politikerne det. Senest våren 2023 inviterte to sentrale Senterparti-politikere avisen Dagbladet med seg på biffmiddag og uttalte at «Kjøttfri middag er ikke middag».<sup>118</sup> I artikkelen sår de tvil om klima- og helseeffekten av å spise mindre kjøtt og bidrar til forvirring rundt hva som egentlig er bærekraftig.

Debatten rundt nye kostråd i 2022-24 var også dominert av at de med særinteresser i næringen har forsøkt å undergrave den omfattende forskningslitteraturen på kjøttproduksjonens klima- og helseeffekt.<sup>119</sup> Resultatet er at mange nordmenn er usikre på hva som egentlig er bærekraftig og sunn mat, selv om forskningen her er svært tydelig.<sup>120</sup>

I tillegg til at både politikere og næringsaktører bidrar til å spre forvirring rundt hva slags mat som er sunn, bidrar matprisene til å gjøre sunne matvalg vanskelige: Nedskrivningen av kornprisen og andre subsidieordninger til husdyrbønder gir oss kunstig billig kjøtt. I et år med fulle overskuddslagre vil omsetningsrådet ha bidratt med ekstra markedsmidler til kjøttreklame og til å subsidiere ned prisen. Opplysningskontoret for egg og kjøtt bruker 79 millioner i året på å reklamere for kjøtt. I tillegg bruker dagligvarekjedene ofte kjøtt som lokkevarer, ved å selge det til svært lave kampanjepriser

---

<sup>112</sup> Lykke, Karen og Bjørkdahl, Kristian, 2023 [Hva vi spiser når vi spiser kjøtt](#)

<sup>113</sup> Lykke, Karen og Bjørkdahl, Kristian, [Hva vi spiser når vi spiser kjøtt](#)

<sup>114</sup> aftenposten.no, 2023 [Kjøttbransjen må ut av skolepensum](#)

vg.no, 2012 [Matprat og tullprat](#)

<sup>115</sup> Nationen.no (2023): [Reagerer på at Matprat får lage lærebøker](#)

<sup>116</sup> Matprat.no (2025): [Matopedia](#)

<sup>117</sup> aftenposten.no, 2021 [Utdanningsnivå blant mat og helse-lærere i Norge er urovekkende lavt](#)

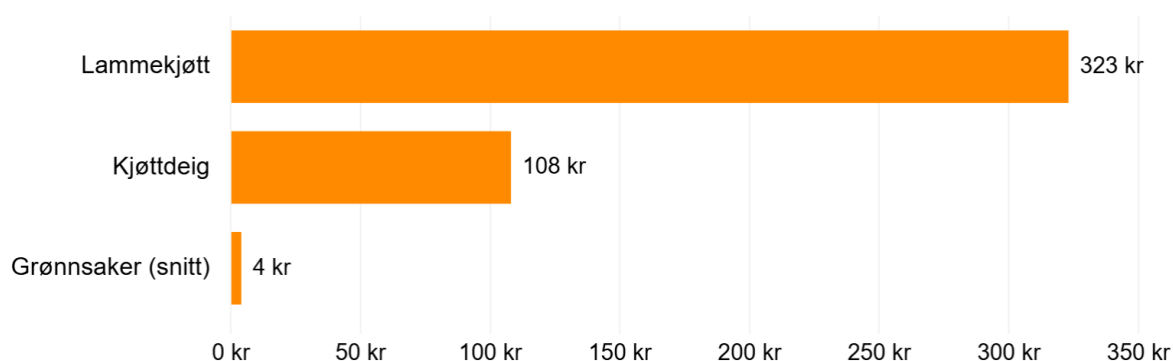
<sup>118</sup> dagbladet.no, 2023 - [Kjøttfri middag er ikke middag](#)

<sup>119</sup> Morgenbladet, 2023 [Kostråd: – Mange av kritikerne har særinteresser tilknyttet kjøttindustrien](#)

<sup>120</sup> Forskeren.no (2022): [Flertallet av nordmenn tror fagpersoner er uenige om hva som er sunt. Det stemmer ikke.](#)

eller med tap.<sup>121</sup> Dette tapet dekkes inn ved å øke prisene på andre matvarer, for eksempel den sunne maten, som dermed blir dyrere.<sup>122</sup>

I tillegg til å påvirke hva bøndene velger å produsere, vil subsidiene påvirke prissettingen i markedet. Når du kjøper en kilo kjøttdeig på butikken, er den subsidiert med 108 kroner, og en kilo lammekjøtt er subsidiert med hele 323 kroner. Samtidig er en kilo grønnsaker i snitt subsidiert med rundt fire kroner.<sup>123</sup> Dette betyr at kjøttdeigen og lammekjøttet kan selges til kunstig lave priser i butikken, noe som igjen bidrar til at vi kjøper mer kjøttdeig og mindre grønnsaker. Slik blir det dyrere å velge den sunne maten, og vi spiser mer av den maten som gir høyest sykdomsrisiko og høyest klimaavtrykk.



Figur 5: Subsidiert per kg vare

Dersom prisen på kjøtt hadde reflektert de reelle kostnadene av å produsere den, kunne bonden fått en mer rettferdig pris for sitt arbeid og det ville blitt lettere for flere å velge den sunne plantematen.

Klimautvalget 2050 konkluderer med at dagligvarekjedene har stor påvirkning på hva kundene handler, og sannsynligvis bidrar til økt kjøttforbruk ved at prisen på kjøtt holdes kunstig lav.<sup>124</sup> Andre studier viser også at dagligvarekjedene har gode muligheter til å påvirke matvarene våre, ved hjelp av pris, smart hylleplassering og annen adferdspåvirkning.<sup>125</sup> Men det kan kreve politiske krav for å få dagligvarekjedene til å prioritere dette.

I dag brukes det mye tid og penger på å påvirke matvanene våre. Skal vi lykkes med å få befolkningen til å spise sunnere og mer bærekraftig, må vi bruke både prisinsentiver, ha mindre kjøttreklame og generelt øke kunnskapen om mat i befolkningen.<sup>126</sup>

### En handlingsplan for kostrådene

Forskningen innen kosthold, klima og selvforsyning peker i samme retning, nemlig mot å spise mindre animalsk og mer plantebasert mat. Vårt naboland Danmark lanserte derfor i 2023 en

<sup>121</sup> vg.no, 2015 [Dagligvarekjedene bruker hundrevis av millioner](#)

<sup>122</sup> nrk.no, 2015 [Vil ha forbud mot å selge kjøtt med tap](#)

<sup>123</sup> Klaus Mittenzwei, Ruralis 2025: [Subsidiert i norsk jordbruk](#)

<sup>124</sup> [Klimautvalget 2050](#), 2023

<sup>125</sup> NMBU, 2023 [Mapping the digital climate nudges in Nordic online groceries](#)

<sup>126</sup> OsloMet, Forbruksforskningsinstituttet SIFO (2024): [Kjøttpriser og kjøttreklamers effekt på forbruk](#)

visjonær handlingsplan for plantebasert mat.<sup>127</sup> Landbruksminister Jacob Jensen åpner rapporten med følgende ord:

*Plantebasert mat er fremtiden. Det hersker ingen tvil om at hvis vi vil redusere klimaavtrykket til landbruket, må vi alle sammen – i tråd med de offisielle kostråd – spise mer plantebasert.*

Han legger til at OECD, FAO og EU-kommisjonen alle spår at etterspørselen etter plantebasert mat vil stige, og at det danske samfunnet ikke bare skal følge denne utviklingen, men være med på å drive den framover.

For å gjøre det lettere for den norske befolkningen til å følge kostrådene, kunne vi sett til en tilsvarende handlingsplan som i Danmark. Den viser nemlig hvordan kostrådene skal følges opp med for eksempel prisinsentiver, offentlige innkjøpskrav, informasjonskampanjer og en omstilling av jordbruket. Slik vil det bli enklere for nordmenn å velge mer bærekraftig mat – og norske bønder og matprodusenter kan være med på å utvikle markedet i bærekraftig retning, i stedet for å bli skadelidende når kostholdet i befolkningen endrer seg.

For å sikre befolkningen sunn og bærekraftig mat, krever det at politikerne ser opp fra sine sektorbaserte skillelinjer: Vi må se på hele verdikjeden for mat, og finne slagkraftige virkemidler fra jordbruks-, helse-, nærings- og klimapolitikken. I neste kapittel omtales virkemidlene vi mener trengs for å sikre en slik omstilling.

---

<sup>127</sup> Ministeriet for fødevarer, landbrug og fiskeri, 2023 [Handlingsplan for plantebaserede fødevarer](#)

# 5 – Politikk for grønn matomstilling

Det trengs en politikk for grønn matomstilling i Norge som gjør det lettere for oss å velge sunn og bærekraftig mat. Det krever at vi også gjør det lønnsomt og mindre risikofyllt for norske bønder å produsere mer grønt.

En helhetlig tilnærming som ser produksjon og forbruk i sammenheng er nødvendig for å lykkes. I tillegg må det være samsvar mellom klima, helse og selvforsyning. Vi har snakket med en rekke aktører i den norske matbransjen, fra jord til bord, og utarbeidet en liste med politiske virkemidler som vil ta oss i retning av en grønn matomstilling. Listen er ikke uttømmende, men er ment for å vise hvilken retning vi bør gå i. Vi har delt den opp i tre bolker:

## Dyrke

- Tiltak for å heve bondeinntekten
- Økte målpriser på grønt
- Produksjonstilskudd til flere matvekster
- Økte og mer målrettede arealtilskudd til de minste aktørene
- Økt pristilskudd til økologisk frukt og grønt
- Bondeide felleslagre og -pakkerier
- Økt erstatning ved produksjonssvikt for grønt
- Mindre nedskrivning av kornprisen til kraftfôr og mer utmarksbeite
- Soyaavgift
- Innrette IBU-midlene til grønn omstilling og bruk av jord

## Selge

- Bedre konkurransesituasjonen i dagligvareledet
- Styrke tollvernet
- Etablere et plantefond
- Handlingsplan for mer plantebasert mat

## Spise

- Offentlige måltider i tråd med kostrådene
- Skolefrukt og skolemat
- Styrke mat og helse-faget
- Sunn skatteveksling
- Forby salg av kjøtt med tap
- Endre omsetningsavgiften på kjøtt
- Opplysningskontor for kostrådene
- Klimamerking av mat
- Forby reklame for utslippsintensive varer

# Dyrke

## Tiltak for å heve bondeinntekten

Jordbruket står i en inntektskrise og bøndene får en stadig mindre andel av salgsinntektene fra norsk mat. Ifølge en NOU om inntektene i jordbruket ligger den reelle timelønna til en norsk bonde på godt under 100 kr/timen<sup>128</sup> – som er mindre enn minstelønna til en avløser, og langt unna lønnsnivået ellers i Norge. Vi trenger en plan for hvordan bondeinntekten skal heves til samme nivå som andre yrker i samfunnet, og hvordan bonden skal hente mer av inntektene sine fra markedet. Dette er en forutsetning for å bevare en norsk matproduksjon.

## Økte målpriser på grønt

Målpriser er en gjennomsnittlig, øvre prisgrense for hva enkelte, sentrale jordbruksvarer kan koste. Dersom prisen over tid ligger over målprisen, blir tollvernet midlertidig satt ned for å sikre lavere pris i markedet. I grøntsektoren har målprisene lenge hengt etter prisveksten i markedet, noe som fører til kunstig lav inntekt for bonden og økt import. Derfor mener vi at målprisene på grønt bør oppjusteres årlig, for å minst gjenspeile kostnadsveksten i næringen og prisutviklingen for øvrig.

## Produksjonstilskudd til flere matvekster

Produksjonstilskudd gis til de mest tradisjonelle matvekstene, men det er mange matvekster det er gode vilkår for å produsere i Norge som ikke mottar tilskudd. Vi ønsker at det skal bli mer gunstig å produsere flere typer matvekster og foreslår en å utvide produksjonstilskuddene til flere aktuelle vekster, som f.eks. paprika, auberginer og squash.

## Økte og mer målrettede arealtilskudd til de minste aktørene

Dagens arealtilskudd baseres på en lite finmasket soneinndeling, der disse sonene avgjør hva man kan få tilskudd til å produsere. Med moderne, digitalisert kartgrunnlag kan tilskuddene spisses ut fra helningsgrad, teigstørrelser og andre vekstforhold på de enkelte områdene. Slik kan man gi mer målrettede tilskudd til å dyrke matvekster på egnede områder også utenfor kjerneområdene av norsk grønnsaks- og matkornproduksjon.

For å stimulere til økt grøntproduksjon også på små- og mellomstore bruk bør det innføres høyere og differensierte arealtilskudd for de første ti dekanene, eller et eget markedshagetilskudd. Samtidig må bunnfradraget for å kvalifisere til tilskudd settes lavere. Slik kan man øke tilfanget av aktører som ønsker å drifte for eksempel markedshager til salg direkte til forbruker, for eksempel på Bondens marked, REKO-ring eller andelsbruk.

## Økt pristilskudd til økologisk frukt og grønt

Bruk av sprøytegifter, næringsavrenning og artstap er et stort miljøproblem innen grøntproduksjon. Økologisk produksjon har dokumentert positiv effekt på biologisk mangfold, vannkvalitet og jordhelse. Likevel er kun 1,7 % av norsk grøntproduksjon økologisk. Regjeringen har satt som mål at minst 10% av maten som produseres i Norge skal være økologisk innen 2032. For å sikre økonomien

---

<sup>128</sup> Regjeringen.no (2024): [Meld. St. 11](#)

til økobøndene i et sårbart marked, må pristilskuddet for økologisk frukt- og grøntproduksjon økes betraktelig.

### **Bondeeide felleslagre og –pakkerier**

Det er krevende for små grøntprodusenter å få tilgang til dagligvaremarkedet fordi de store kjedene prioriterer få, store produsenter for å gjøre logistikken enklere. For fruktprodusenter finnes det tilskudd til å opprette bondeeide felleslagre og –pakkerier som samler de små aktørene og gjør det mulig for dem å selge til dagligvarekjedene. Å gi tilskudd til felleslagre kan også gjøre det mulig for bøndene å kjøpe lagringsutstyr som gir norske råvarer en lengre sesong. I tillegg kan økt samarbeid mellom bønder i samme område gi fordeler som mindre matsvinn, deling av utstyr, bedre samarbeidsmiljø og økt deling av fôr- og gjødselsressurser mellom bøndene. Vi ønsker at ordningen utvides til hele grøntsektoren.

### **Økt erstatning ved produksjonssvikt for grønt**

Jordbruket har allerede begynt å merke utfordringene ved at klimaet er i endring. Grøntproduksjon på friland er spesielt utsatt for brå værendringer og ekstremvær. At bøndene selv må bære en stor del av den økonomiske risikoen er et sentralt hinder for at flere skal ønske å drive med dette. Derfor bør erstatningssatsene for produksjonssvikt i matvekstavlinger økes, for å reflektere de høyere produksjonskostnadene sammenlignet med fôrvekster.

### **Mindre nedskrivning av kornprisen til kraftfôr og mer utmarksbeite**

Med mer planter i kosten, trenger vi også færre husdyr. Det gjør det mulig å realisere en mindre intensiv kjøttproduksjon med færre dyr per gård, som går mer på utmarksbeite og spiser grovfôr heller enn kraftfôr. Da får vi i tillegg utnyttet mer av egne beiteressurser og beslaglegger mindre matjord i andre land for å produsere soya og andre kraftfôringredienser. I dag brukes betydelige jordbrukssubsidier – opp mot 2 milliarder – på å sikre en konkurransedyktig kornpris og dermed også billigere kraftfôr. Da blir bruk av beiteressurser og gress relativt dyrere. Vi mener vi må flytte midler fra nedskrivning av kornprisen og bruke noen av midlene på å stimulere til lokalprodusert fôr og utmarksbeite.

### **Soyaavgift**

Vår store etterspørsel etter soya til husdyr- og fiskefôr bidrar til miljødeleggelse, blant annet ved å legge et enormt press på regnskogsområder i Brasil. Det er høy risiko for at vi slik bidrar til avskoging med store klimagassutslipp og artstap som følger. I jordbruket finnes det soyafrie fôrblandinger, men disse er dyre sammenlignet med de som inneholder soya. Det er oppdrettsnæringen som står bak den største andelen soyaimport til Norge, men her finnes det ikke soyafrie alternativer.

Samtidig finnes det flere mer bærekraftige fôrråvarer som er på utviklingsstadiet og som trenger starthjelp for å bli konkurransedyktige. Det er derfor stort behov for virkemidler som gjør det mindre lukrativt å velge fôrblandinger med soya. Vi mener det bør innføres en avgift på soya og at inntektene fra denne avgiften bør brukes på å stimulere til bruk av norske fôrressurser.

### **Innrette IBU-midlene til grønn omstilling og bruk av jord**

For å få støtte til å oppgradere driftsbygg eller modernisere utstyr i jordbruket, ligger det vanligvis krav om at man samtidig må utvide produksjonen, som igjen gir behov for større investeringer.

Denne typen ordninger, som for eksempel Investerings- og bedriftsutviklingsmidlene (IBU) som Innovasjon Norge deler ut, har ført til at mange bønder ser seg nødt til å øke antallet dyr for å kvalifisere til støtte, og samtidig påtar seg større gjeld ved at driftsbygg o.l. må være enda større. Samtidig gis det hovedsakelig støtte til opprusting av driftsbygninger, og lite til konkrete agronomiske tiltak som grøfting, drenering og bærekraftig bruk av jord. IBU-midlene bør innrettes mer mot bruk av jord, som grøfting, drenering, bruk av vekstskifte og praksiser som øker karbonopptaket i jorda.

I tillegg kan det opprettes egne omstillingsmidler for norske bønder, slik at de som ønsker å legge om til matvekstproduksjon kan få omskolering og investeringsmidler. Det bør også stilles strengere krav til investeringsplan for bonden slik at man unngår at bønder sitter igjen med en stor gjeld som de ikke klarer å betjene – og for å unngå at kjøttprodusenter får flere husdyr enn de kan fø på det ressursgrunnlaget de har tilgjengelig.

## Selge

### Bedre konkurransesituasjonen i dagligvareleddet

Tre aktører dominerer salget av mat i Norge, og eier både dagligvareleddet, grossistleddet og til dels leverandørleddet. Dette er et stort hinder for å gi markedstilgang til norske bønder og skaper til dels urimelige handelsvilkår. For å bedre konkurransesituasjonen og bidra til en mer rettferdig fordeling av omsetningen i matsystemet, må Konkurranseloven og tilstøtende lovverk styrkes for å gi bedre innsyn iblant annet prisdannelse og eierskapsstrukturer i matbransjen, åpne opp grossistleddet og begrense krysssubsidierting, hylleprising og villedende bruk av merkevarer. Dette må utredes for å peke på hvilke tiltak som vil være mest effektive for å få bukt med den ugunstige maktkonsentrasjonen.

### Styrke tollvernet

For å øke grøntproduksjon i Norge og gi bonden en mer forutsigbar markedsadgang, er det viktig med tollbeskyttelse av norsk frukt og grønt. Alle matvekster bør derfor omfattes av prosenttoll, for eksempel epler og løk som vi har gode forutsetninger for å dyrke i Norge. Samtidig bør det legges inn en forsikring om at prosenttollen ikke kan bli lavere enn det kronetollen ville ha vært.

### Etablere plantefond

Norge bør innføre et plantefond, etter modell av Danmarks «Fondet for Plantebaserte Fødevarer». Der settes det av 75 millioner danske kroner årlig. Fondet skal blant annet støtte utviklingsaktiviteter som artsutvikling, dyrking, salg- og eksportarbeid, samarbeid på tvers av verdikjedene, samt utdanning og vitenskapsformidling. Halvparten av det danske fondet øremerkes til plantebaserte økologiske matvarer. Vi mener denne øremerkingen også burde innføres for et eventuelt tilsvarende norsk fond.

### Handlingsplan for mer plantebasert mat

Hvis vi skal spise mer plantebasert i tråd med kostrådene, må også det norske jordbruket produsere mer av denne maten. Vi trenger en konkret handlingsplan for hvordan vi skal øke både forbruk og produksjon av plantebasert mat gjennom hele verdikjeden, etter modell fra den danske «Handlingsplan for plantebaserede fødevarer».

## Spise

### Offentlige måltider i tråd med kostrådene

Det offentlige kjøper årlig matvarer for om lag 4,6 milliarder kroner. De offentlige måltidene kan bli et viktig redskap for å endre matvaner, og kan bidra til et større og mer forutsigbart marked for norske bønder. Det bør stilles tydelige krav til innkjøpene på sykehjem, barnehager, offentlige kantiner og skoler som sikrer måltider med mer grønt, mer lokal og mer økologisk mat. I tillegg til å øke markedet for norske grønnsaker, kan dette bidra til å normalisere bærekraftig og sunn mat hos store deler av befolkningen. Spesielt viktig er barnehager og skoler, siden vi vet at matvaner vi former i barndommen kan vare livet ut.

### Skolefrukt og skolemat

Matvaner dannes i ung alder og det er sterk sammenheng mellom kosthold og sosioøkonomisk bakgrunn. Ved å innføre gratis skolefrukt, sikres alle elever tilbud om minst “en om dagen”. I dag finnes det tilbud om skolefrukt i en foreldrefinansiert ordning. Ordningen bør utvides til å gi alle skoleelever gratis frukt. Det bør også på sikt innføres gratis skolemat, slik at alle elever sikres ett sunt måltid om dagen.

### Styrke mat og helse-faget

Matvaner dannes tidlig og praktisk kompetanse innen matlaging er sentralt for å skape gode matvaner gjennom livet. Likevel er Mat og helse-faget med færrest timer i grunnskolen. Det er også påvist at lærere i mat og helse-faget ofte mangler relevant kompetanse innen bærekraftig mat. Timeantallet må økes, slik at barn får tilstrekkelig kunnskap om og ferdigheter til å lage sunn og bærekraftig mat. Det bør også satses på flere skolehager for å gi elevene inspirasjon og praktisk kunnskap om matproduksjon.

### Sunn skatteveksling

Prisinsentiver kan være et effektivt virkemiddel for å få oss til å spise sunnere. Ved å øke avgifter på usunn mat og bruke provenyet til å kutte tilsvarende for sunne råvarer, får flere råd til å spise sunt. Dette kan bøte på at dagens kostholdsvaner i stor grad følger sosiale skillelinjer, hvor de med dårligst råd også er de som i minst grad følger kostrådene.

### Forby salg av kjøtt med tap

Kjøtt selges ofte til redusert pris eller med tap, for å lokke kundene inn i butikken. Omsetningstapet dekkes ved å skru opp prisene på andre varer, som kan ramme grønnsaker og andre sunne matvarer. Salg av alkohol i butikk er regulert for å hindre at alkohol selges til redusert pris. En

tilsvarende ordning bør innføres for kjøtt.

### **Endre omsetningsavgiften på kjøtt**

Omsetningsavgiften er ment å sørge for omsetning for varene kjøttprodusentene produserer. Men når den brukes til å subsidiere ned prisen på kjøtt og fremme økt forbruk av kjøttprodukter i et land hvor det spises mer kjøtt enn kostrådene anbefaler, bør man se på innretningen av avgiften slik at den ikke motarbeider andre samfunnsformål, som å spise sunnere og mer bærekraftig. Avgiften bør reduseres, og mandatet endres slik at midlene kun brukes til å utjevne prisforskjeller ulike deler av landet.

### **Opplysningskontor for kostrådene**

Omsetningsavgiften finansierer også Opplysningskontoret for egg og kjøtt – bedre kjent som MatPrat. Dette reklameorganet bidrar til å påvirke kostholdsvanene våre i motsatt retning av det som er sunt og bærekraftig. Vi mener derfor dette bør legges ned – og erstattes av et felles opplysningskontor som jobber for oppfyllelsen av kostrådene, som finansieres over helsebudsjettet, ikke via omsetningsavgiften bøndene betaler. Dette organet bør jobbe for å øke befolkningens kompetanse på hva som er sunn og bærekraftig mat.

### **Klimamerking av mat**

Vi vet at mange ønsker å spise mer bærekraftig, men er usikker på hva det innebærer. Det trengs tydelig informasjon fra det offentlige og der hvor vi handler mat. Klimamerking vil kunne synliggjøre forskjellen på plantebasert og animalsk mat, og gjøre det lettere for oss å velge sunn og bærekraftig mat.

### **Forby reklame for utslippsintensive varer**

Vi eksponeres for enorme mengder reklame som oppfordrer til økt forbruk – på nett, i sosiale medier, i øvrige medier og i det offentlige rom. Det er forbudt å reklamere for tobakk og alkohol på grunn av den store risikoen for helseskader ved å innta disse produktene. På samme måte bør markedsføring av varer og tjenester som bidrar særskilt til miljø- og klimakrise reguleres. Her vil det være naturlig å starte med fossile produkter- og tjenester, men det bør også ses på om det bør innføres restriksjoner på markedsføring av rødt kjøtt.

# 6 – Kilder

Animalia: [Kjøttets tilstand 2025 \(2025\)](#)

Animalia.no: [Fôrråvarer til husdyr \(2023\)](#)

Arnoldussen, Arnold et al: [Økt matproduksjon på norske arealer \(Agri Analyse, 2014\)](#)

Aune-Lundberg, Linda: [Beitedyras geografi \(NIBIO, 2021\)](#)

Bakken, A.K. & Mittenzwei, K.:

[Produksjonspotensial i jordbruket og nasjonal selvforsyning med mat. Utredning for Klimautvalget 2050 \(NIBIO, 2023\)](#)

Bondelaget: [Landbrukspolitikk – et opplæringshefte fra Norges bondelag \(2020\)](#)

Bøe, Frederik et al: [Fangvekst som klimatiltak \(NIBIO, 2020\)](#)

Dagligvarehandelen.no: [Dagligvarefasiten 2023 \(2023\)](#)

FAO: [Livestock and climate change \(2016\)](#)

Helle, Siri: [Skal landet gro att \(Samlaget, 2015\)](#)

Helle, Siri: [Matmakt på butikken \(Samlaget, 2018\)](#)

Helsedirektoratet/Nordisk ministerråd: [Nordic Nutrition Recommendations 2023 \(2023\)](#).

Helsedirektoratet: [Utvikling i norsk kosthold 2025 \(2025\)](#)

Helsedirektoratet: [Norkost 4 \(2024\)](#)

IPBES: [Global Assessment Report on Biodiversity and Ecosystem Services \(2022\)](#)

IPBES/FAO: [The impact of livestock on biodiversity \(2019\)](#)

IPCC: [Special Report on Climate Change and Land \(2019\)](#)

Landbruksdirektoratet/Grøntutvalget: [Grøntsektoren mot 2035 \(2020\)](#)

Landbruksdirektoratet: [Årsmelding omsetningsrådet 2022 \(2023\)](#)

Lie, Svenn Arne og Løkeland-Stai, Espen: [En nasjon av kjøttthuer. Ni myter og en løgn om norsk jordbrukspolitikk \(Manifest, 2013\)](#)

Lie, Svenn Arne og Løkeland-Stai, Espen: [Mellom bakkar og kjøttberg \(Manifest, 2019\)](#)

Lykke, Karen og Bjørkdahl, Kristian: [Hva vi spiser når vi spiser kjøtt \(Res Publica 2023\)](#).

Milford, Anna et al: [Markedshager i Norge – utfordringer og muligheter med småskala grønnsaksproduksjon for direktesalg \(NIBIO, 2021\)](#)

Miljødirektoratet: [Klimatiltak i Norge 2026 – Veivalg og utslippsbaner mot 2050 \(2026\)](#)

Miljødirektoratet: [Klimakur 2030 \(2020\)](#)

Ministeriet for fødevarer, landbruk og fiskeri: [Handlingsplan for plantebaserte fødevarer \(2023\)](#)

Mo, Veera: [Soya i norsk fôr \(Framtiden i våre hender, 2021\)](#)

Mittenzwei, Klaus: [Subsidier i norsk jordbruk \(Ruralis 2025\)](#)

Mittenzwei, Klaus: [Økonomiske virkemidler i norsk jordbruk for å oppnå lavere utslipp av klimagasser, redusert kjøttforbruk, stabil matproduksjon og jordbruk i hele landet \(Ruralis, 2021\)](#)

Mittenzwei, K., Milford, A. B. & Grønland, A.: [Status og potensial for økt produksjon og forbruk av vegetabiliske matvarer i Norge \(NIBIO, 2017\)](#).

Mittenzwei, Klaus et al: [Klimakur 2030: Overgang fra rødt kjøtt til vegetabilsk og fisk \(NIBIO, 2020\)](#)

- Mittenzwei, Klaus et al: [Hvordan øke selvforsyningen i Norge](#) (Ruralis, CICERO, 2022)
- Mittenzwei, Klaus et al: [Scenarioanalyse av norsk jordbruk i 2050](#) (Ruralis, 2026)
- Nibio.no: [Potensial for grønnsaksdyrking](#) (2022)
- Nordnorsk landbruksråd: [Handlingsplan for grøntproduksjon i Nord-Norge 2024-2027](#) (2023)
- Nordisk Ministerråd: [Future Nordic Diets](#) (2017)
- NOU: Klimautvalget 2050: [Omstilling til lavutslipp. Veivalg for klimapolitikken mot 2050](#) (2023)
- NOU: Matkjedeutvalget: [Mat, makt og avmakt](#) (2011)
- Opplysningskontoret for frukt og grønt: [Forbruk av frukt og grønt](#) (2023).
- Regjeringen.no: [Statsbudsjettet 2024](#) (2023).
- Regjeringen.no:  
<https://www.regjeringen.no/no/tema/mat-fiske-og-landbruk/jordbruk/innsikt/handel-med-jordbruksprodukter/importvernet-for-jordbruksvarer/id2364459/>
- Rekdal, Yngve: [Arealrekneskap i utmark](#) (2021)
- Sabima.no: [Kulturlandskapet](#) (2022)
- Samfunnsøkonomisk analyse: [Effekter av prisregulerende virkemidler rettet mot mat](#) (2019)
- Sciencedirect.no: [Environmental Impact Assessment Review, Volum 102](#) (2023)
- Serikstad, Grete Lene: [Økologisk drift gir lavere miljøpåvirkning](#) (agropub.no, 2023)
- Skogli, Erland et al: [EMV og aktørene i dagligvarekjedene](#) (Menon Economics, 2022)
- SSB: [Fakta om jordbruk](#) (2025)
- Röös, Elin et al: [Environmental impact of plant-based foods](#) (Sveriges lantbruksuniversitet, 2020)
- Svennerud, Mads et al: [Norsk selvforsyning av matvarer – status og potensial](#) (NIBIO og AgriAnalyse, 2023)
- Sørum, Gunn: [Økt norskandel på frukt og grønt er god matberedskap](#) (gartnerhallen.no, 2022)
- Tolltariffen.no: [Vegetabiliske produkter](#) (2023)
- Leip, Adrian et al: [Appetite for Change](#) (UK Centre for Ecology and Hydrology, 2023)
- Benton, Tim et al: [Food System Impacts On Biodiversity Loss](#) (UNEP, Chatham House, 2022).
- Vangelsten, Bjørn: [Mot et bærekraftig norsk matsystem](#) (Nord Universitet, 2017)
- van Oort, Bob et al: [Virkemidler for klimatiltak i jordbruket i andre land](#) (CICERO, 2023)
- van Oort, Bob: [Klimagassutslipp fra norsk mat](#) (CICERO, 2019)
- Vik, Frøydis et al: [Differences in formal education in home economics teachers](#) (International Society for Teacher Education: 2020)
- Zero: [ZERO 2030: Slik når vi klimamålene](#) (2023)*

# 7 – Takk

I arbeidet med dette notatet har vi snakket med mange i og utenfor jordbruket, som har bidratt med verdifull innsikt og innspill til hva som skal til for å øke grøntproduksjonen i Norge. Det er viktig å påpeke at de vi har snakket med, ikke nødvendigvis deler alle konklusjoner og anbefalinger i dette notatet. Takk for alle som har hjulpet oss på veien med å øke vår forståelse av norsk matproduksjon!

Anna Birgitte Milford, forsker ved NIBIO

Vilde Lavoll, seniorrådgiver i Miljødirektoratet

Klaus Mittenzwei, forsker ved Ruralis

Bob van Oort, forsker ved CICERO

Hildegunn Gjengedal, seniorrådgiver i Bondelaget

Sigrun Pettersborg, næringspolitisk sjef i Bondelaget

Egil Chr Hoen, 1.nestleder i Bondelaget

Randi Ledaal Gjertsen, daglig leder i Bondens marked

Alexandra Devik, prosjektavdelingsleder i Økologisk Norge

Kari Marte Sjøvik, leder i Økologisk Norge

Mari Jensen Aas, prosjektleder Klimamat i Økologisk Norge

Markus Lohne Hustad, tidligere leder Økologisk Norge

Sissel Hansen, forsker ved NORSØK

Grete Lene Serikstad, forsker ved NORSØK

Anders Hørte, bonde på Hørte gård

Erik Røed, bonde Herfra gårdsmat og forfatter

Thomas Cottis, høgskolelektor ved Høgskolen i Innlandet

Kjersti Hoff, tidligere leder i Småbrukarlaget

Guttorm Rebnes, direktør for Opplysningskontor for frukt og grønt

Mari Engh, rådgiver i Gartnerhallen

Gunn Sørnum, organisasjonssjef i Gartnerhallen

Anders Norstad, forfatter og tidl. generalsekretær i Småbrukarlaget

Alexander Schjøll, forsker ved Oslomet

Karen Lykke, professor ved Senter for utvikling og miljø (UiO)

Arnt Steffensen, leder for Kost- og ernæringsforbundet

Roger Lockertsen, bonde ved Nordvoll økologiske gard

Tor Jacob Solberg, leder Småbrukarlaget

Hanne-Lene Dahlgren, påvirker og forfatter

Ove Kenneth Nodland, advokatfullmektig,  
Inventura

Margit Fausko, rådgiver i Green House

Christopher Sjuve, Gartnerforbundet

