

# Luonnosta makuja ravintolaan – luonnontuotteiden kaupallinen käyttö ja toimiva toimitusketju

13.3.2025



# Ohjelma

**13.00** Tervetuloa! **Marja Hannula**, Metsäkeskus, Luonnontuotteita pohjoisesta -hanke

**13.10** Luonnontuotteet tukkuun – kuinka se onnistuu, avainasiakaspäällikkö **Annina Ruotsalainen** ja kenttämyyntipäällikkö **Jokke Tuulaniemi**, Kasvishovi/Palvelutukku Pohjoinen

**13.35** Luonnontuotteiden ravintoarvot ja kaupallinen käyttö ravintolassa, **Mervi Tiermas**, Oulun Maa- ja kotitalousnaiset

**14.00 Tuottaja-ravintolatreffit:**

- Maistelua ja tutustumista yrittäjien tuotteisiin, luonnontuotepohjaisiin elintarvikkeisiin, jalosteisiin ja raaka-aineisiin
- Verkostoituminen ja jatkoaskeleista keskusteleminen

**15.00** Tilaisuus päättyy





# Hanketiedot

**Hankeaika:** 1.8.2024–30.8.2026

**Toiminta-alue:** Pohjois-Pohjanmaa ja Lappi

**Hallinnoija:** Metsäkeskus

**Osatoteuttajat:** Oulun Maa- ja kotitalousnaiset/ProAgria Pohjois-Suomi, Oulun 4H-yhdistys ja Rovaniemen 4H-yhdistys

**Rahoitus:** Euroopan maaseuturahasto

**Hankkeen sivut:**

[www.metsakeskus.fi/fi/hankkeet/luonnontuotteita-pohjoisesta](http://www.metsakeskus.fi/fi/hankkeet/luonnontuotteita-pohjoisesta)



# Hankkeen tavoitteet

- luonnontuotealan yhteistyön ja verkostoitumisen lisääminen
- luonnontuotteiden keruuketjujen teknologinen ja kulttuurinen kehittäminen hankealueella painopistealueena yritykset ja ammattikeittiöt
- omavaraisuuden ja huoltovarmuuden lisääminen keräilykulttuurin kautta painopistealueena nuoret ja perheet
- luonnontuotealan toimijoiden ja yrittäjien toimintamahdollisuuksien sekä keskinäisen tiedonvaihdon lisääminen sekä
- tukkutoiminnan selvittäminen Pohjois-Pohjanmaan alueella.



Metsäkeskus



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET

ProAgria

4H



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus



Euroopan unionin  
osarahoittama

# Ajankohtaista



- Ravintola, vastaa luonnontuotekyselyyn ja auta meitä luomaan alueellisia keruuverkostoja  
Pohjois-Suomeen: [tästä kyselyyn](#)
- Tulossa tapahtumia, tilaisuuksia ja pilotteja
- Villiyrттikarkelot la 7.6.2025, Oulu



Metsäkeskus



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET

ProAgria

4H



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus



European unionin  
osarahoittama

# Luonnontuotteet tukkuun – kuinka se onnistuu

avainasiakaspäällikkö Annina Ruotsalainen ja  
kenttämyyntipäällikkö Jokke Tuulaniemi,  
Kasvishovi/Palvelutukku Pohjoinen





# Luonnontuotteiden ravintoarvot ja kaupallinen käyttö ravintolassa

Mervi Tiermas, Oulun Maa- ja kotitalousnaiset,  
Luonnontuotteita pohjoisesta -hanke



Euroopan unionin  
osarahoittama



# MAA- JA KOTITALOUSNAISET

Olemme valtakunnallinen ja kansainvälisesti linkittynyt asiantuntijajärjestö, jonka toiminnan keskiössä on

- ruoka- ja ravitsemusosaamisen vahvistaminen
- maiseman- ja luonnonhoidon kehittäminen
- yrittäjyyden tukeminen
- järjestötoiminta ja yhteisöllisyyden vahvistaminen.

Toiminnallamme rakennamme kestävää, osaavaa ja osallistavaa yhteiskuntaa.

Tarkastelemme asioita suomalaisen maaseudun näkökulmasta kaupunkeja unohtamatta.

# Luonnontuotteiden käyttötavat

- **elintarvike**
- **ravintolisä**
- **yrttitee** = tuoreesta tai kuivatusta kasvista tai kasvin osasta vesiutolla valmistettu haudutettu juoma, jota käytetään teen/kahvin tapaan.
- **mauste** = tuore tai kuivattu kasvi tai sen osa, jota käytetään pienissä määrin (enintään muutama % tuotteen painosta tai tilavuudesta), ja jota lisätään ruokaan antamaan makua.
- **annoskoriste** = syötävä kasvi tai sen osa, jolla viimeistellään annokset, leivonnaiset tms.

Arktiset Aromit: [Luonnonvaraisten kasvien elintarvikekäyttö](#)

Ruokavirasto: [Suomalaisten luonnonvaraisten kasvien elintarvikekäyttö](#)



# Mikä on uuselintarvike?

- Turvallisen elintarvikekäytön arviointi käyttöhistorian perusteella
- Tiedetäänkö kasvia ja kasvinosaa käytetyn elintarvikkeena EU:n alueella merkitsevässä määrin ennen vuotta 1997?
- Jos ei, voi kyseessä olla uuselintarvike
- Huomioi suunnitellessa uusia tuotteita ja luonnontuotteita jatkojalostaessa

Uuselintarvikkeista on säädetty Euroopan komission asetuksessa (EU) 2015/2283.

# Esimerkkejä: elintarvike

Kuva: Arktiset Aromit

- koivunmahla
- maitohorsman verso
- mesimarja
- Nokkonen (vuoden 2025 luonnontuote!)
  - huom. siemenet vain ravintolisät, yrttitee, mauste
- mustaherukan lehdet ja marjat
- ruiskaunokin kukat
- vuohenputki (nuoret lehdet ja versot)
- voikukka (koko kasvi)



# Esimerkkejä: elintarvike

Kuva: Arktiset Aromit

- Suositellut ruokasienet, yli 20 kpl esim.
  - herkkutatit
  - suppilovahvero
  - lampaankääpä (vuoden 2025 luonnontuote!)
  - monet rouskut
  - kantarelli
  - mustatorvisieni



[Ruokavirasto: suositellut ruokasienet](#) (ent. kauppasieniluettelo)

# Esimerkkejä: mauste

Kuva: Luontoportti

- pihlajan lehdet, silmut, kukat
  - marjat elintarvike
  - (vuoden 2025 luonnontuote!)
- siankärsämö



# Esimerkkejä: annoskoriste

Kuva: Luontoportti

- maitohorsman kukka
- keto-orvokki
- koivunlehdet ja silmut
- käenkaali eli ketunleipä (lehdet)



# Esimerkki: mesiangervo

Kuva: Luontoportti

- lehdet ja kukinnot ravintolisissä ja yrttiteenä
- Huom! Sisältää salisylaattia, joka voi aiheuttaa allergisia oireita.
- Tulkinnan mukaan mesiangervon kukkauutetta voi käyttää esim. kuohujuomissa, vrt. alkoholinkaltaiset juomat.



# Luonnontuotteiden ravintoarvot

- [www.fineli.fi](http://www.fineli.fi): tietoja elintarvikkeiden ravintoainekoostumuksista
- Valmiiksi koottuja tietoja: Arktiset Aromit, [Yrtit](#) ja [Sienet](#)

## Villiyrtit:

- kuidun lähteitä ja runsaskuituisia
- vitamiineja, kivennäis- ja hivenaineita

## Ruokasienet:

- hyviä kuidun lähteitä, vähän hiilihydraatteja ja energiaa
- Sisältää kuitua, vitamiineja, kivennäis- ja hivenaineita
- Osa lajeista sisältää enemmän trehaloosia = sienisokeri, jonka pilkkomiseksi tarvittavaa entsyymiä on osalla suolistossa vähemmän. Voi aiheuttaa laktoosi-intoleranssin kaltaisia oireita.

# Esimerkki: ravintoarvot

- metsämustikka vrt pensasmustikka / bilberry & blueberry  
[www.arcticbilberry.fi/](http://www.arcticbilberry.fi/) Tietoa eri kielillä!
- Samoin puolukasta: [www.arcticingonberry.fi/](http://www.arcticingonberry.fi/)
- C-vitamiini (päivittäinen saantisuositus on 75 mg)
  - kuusenkerkkä (67mg/100 g)
  - maitohorsman versot (103 mg/100g)
  - mustaherukan lehti (209 mg / 100 g)
- D-vitamiini: suppilovahvero (15,4 µg/100 g)
- Rauta: Kangastatti (10 mg/100 g)





# Villiyrttikarkelot la 7.6.2025, Åströminpuisto, Oulu

- koko perheen tapahtuma, jossa luontoala laajasti esillä
- tietoa, tekemistä ja työnäytöksiä, musiikkia ja muuta ohjelmaa – myös englanniksi!
- myyntikanava yrittäjille
  - luonnontuotteista jalostettuja elintarvikkeita, kosmetiikkaa ja muita tuotteita
  - luontopalveluita
- Yli 20 näytteilleasettajaa, satoja kävijöitä, kasvaa edelleen
- Järjestää Pohjois-Pohjanmaan Luontoalan yrittäjät ry (PoPoLu) yhteistyötahojen kanssa, kuten Metsäkeskus, 4H-yhdistykset, Oulun kulttuurisäätiö, Oulun Maa- ja kotitalousnaiset
- [Näytteilleasettajien ilmoittautuminen](#) 30.4. saakka
- Seuraa somessa: Facebook: Pohjois-Pohjanmaan Luontoalan yrittäjät, Instagram: Villiyrttikarkelot

Kuva: Iina Tauriainen



Metsäkeskus



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET

ProAgria

4H



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus



Euroopan unionin  
osarahoittama



Kuva: Iina Tauriainen

# Ravintolayhteistyö

Ravintola, tarjoaisitko luonnontuotepohjaisen maistiais- tai ruoka-annoksen, drinkin tai mocktailin tapahtumapäivänä tai samalla viikolla Villiyrttikarkeloiden aikaan?

Verkostomme ja järjestäjätiimimme tarjoaa

- luonnontuoteraaka-aineita ja apua hankintaan
- tavoitteenamme monikanavainen näkyvyys
  - vaikuttajamarkkinointi
  - mediatiedotteet etu- ja jälkikäteen
  - somemarkkinointi useassa kanavassa paikallisesti että valtakunnallisesti
  - julisteita, pöytäständejä → visuaalista infoa luonnontuotteista. Samalla vinkkaus Villiyrttikarkeloista.
  - Oulu2026 kulttuuripääkaupunkivuosi



Metsäkeskus



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus



Euroopan unionin  
osarahoittama



**Kiitos ja  
tapaamisiin  
karkeloilla!**

# Seuraavaksi: tuottajatreffit!



Metsäkeskus



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET

ProAgria

4H



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus



Euroopan unionin  
osarahoittama