



**Kahvi  
1 kg**

**VAI**



**Naudanliha  
1kg**



**SUOMEN<sup>1859</sup>  
LÄHETYSSEURA**



## Kahvi 1 kg

Kasvihuonepäästöt  
**3,00 kg CO<sub>2</sub>e**

Vesijalanjälki  
**1 120 l**

Kahvia juodaan Suomessa eniten koko maailmassa, eli noin 10 kiloa henkeä kohden. Vuodessa päästöt kiloa kohden ovat keskimäärin 3 kg CO<sub>2</sub>e, johon lisätään vielä valmistuksesta syntyvät päästöt. Kaksi kuppia päivässä aiheuttaa vuoden aikana yli 300 kg CO<sub>2</sub>e eli 1 300 km autolla. Kannattaa siis keittää vain sen verran kuin juo, unohtaa take away kupit ja sammuttaa keitin kun kahvi on valmista.

*Lähteet: Röös 2014: Mat-klimat-listan; BBC*



## Naudanliha 1 kg

Kasvihuonepäästöt  
**15,00 kg CO<sub>2</sub>e**

Vesijalanjälki  
**15 000 l**

Naudanliha on sekasyöjän ruokavalion suurin päästöjen aiheuttaja. Se johtuu lehmän ruoansulatuksen tuottamista metaanipäästöistä ja suuresta rehunkulutuksesta. Suomalainen syö keskimäärin naudanlihaa 19 kg vuodessa, ja lihakiloa kohden päästöjä syntyy 15-40 kg. Vuodessa naudanlihan syönti siis aiheuttaa 280-500 kg CO<sub>2</sub>e verran päästöjä. Samanlaisen määrän saa aikaiseksi ajamalla 3700 kilometriä autolla. Hiilijalanjälki pienenee jättämällä ruokavaliosta pois naudanlihan ja korvaamalla se esimerkiksi palkokasveilla tai suomalaisella nyhtökauralla.

*Lähteet: SYKE; Röös 2014: Mat-klimat-listan;  
Luonnonvarakeskus*

