

Metsäsienten hyötykäyttö

Sadonkorjuumarkkinat 21.9.2013, Haapavesi

Marika Laurila, MTT Ruukki, Sienestä on moneksi –hanke



POHJOIS-POHJANMAA

Council of Oulu Region



Sieneistys on löytöretkeilyä

- Suomessa noin 6000 tunnettua sienilajia
 - syötäväksi käytetään noin 100 lajia
 - kauppasieniksi suositeltavia ruokasieniä 28 (Evira)
 - värjäyssieniä yleisesti käytettäviä noin 20 lajia



Terveellistä lähiruokaa

Sienten keskimääräinen koostumus

Sienten koostumus	Tuore (%)	Kuivattu (%)
Vesi	90	
Proteiini	2,5	25 <i>herkkutatti!</i>
Hiilihydraatit	6	60
Rasva	0,5	5
Kivennäisaineet	1	10

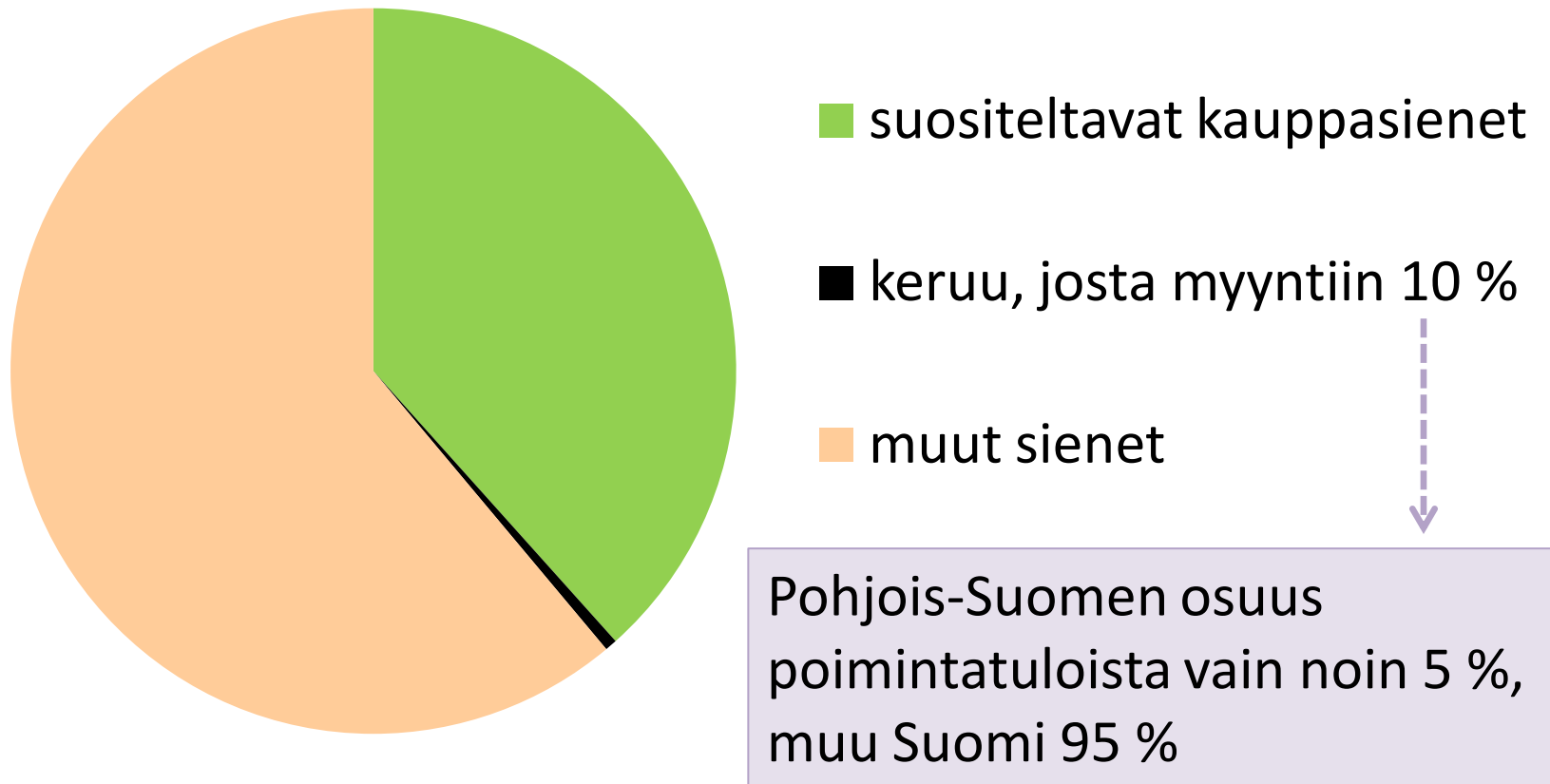
+ B-vitamiineja monipuolisesti

+ D-vitamiinia runsaasti erityisesti suppilo- ja keltavahverossa

Lähteet: - Sienimetsästä markkinoille -kirja (2013),
- Arktiset Aromit ry - www.arctic-flavours.fi

Sienisadon hyödyntäminen

Suomen sienisato 1500-2000 milj. kg



Lähteet: Sienimetsästä markkinoille –kirja (2013), Marsi –raportti (2013)

Ostajatahoja lähiseuduilla

- Ravintola Pikkuveli Oy, Ylivieska
 - ostaa eri metsäsienilajeja, poimijakoulutus vaatimuksena
- Sienestä Oy, Vaala
 - ostolajeja mm. haapa-, kangas- ja karvarousku, herkkuja kangastatti, suppilo- ja keltavahvero, korvasieni, lampaankääpä, tuoksuvalmuska (matsutake)
- Dalla Valle Oy, Ber-Ex Oy: herkkutatti
- Lajivarmuus ja laatu, ostajan vaatimukset!

poimijakoulutukset ← sienineuvojat ← keruutuotetarkastajat

Turus toril



Alueen sieniosaajia

- Päivi Herrala, Haapaveden Marttayhdistys
 - Annikka Kujala, keruutuotetarkastaja, luonnontuotekouluttaja, Nivala, <http://villiyrtti.fi/>
 - Maija Ojalehto, sienineuvoja, Maa- ja kotitalousnaiset, Piippola
 - Tuomo Vähäsarja, sienineuvoja, Nivala
-
- Toini Kumpulainen, keruutuotetarkastaja, Kiuruvesi (HerbaCentria -hanke)
 - Oulun Sieniseura

Kiitos!

