

Maailman makuja

Pienviljelijöiden ruoka maailmalta –
tuttua suomalaistenkin lautasilla

Opettajalle: Lue tämä ensin!

Maailman makuja, paikallisia valintoja

Monet arjessamme päivittäin käyttämistämme tuotteista eivät ole peräisin Suomesta – emme voi kasvattaa täällä kahvipensaita, emmekä viljele kaakaota. Silti kahvi kuuluu suomalaiseen arkeen vahvasti, ja suklaa on monille tuttu herkku. Tämä muistuttaa meitä siitä, että kulutuksemme on sidoksissa globaaleihin tuotantoketjuihin. Siksi on tärkeää ymmärtää, miten valintamme vaikuttavat maailmalla – ja toisaalta, miten maailmalla tapahtuvat muutokset vaikuttavat meihin. Vastuulliset ja kestävät kulutusvalinnat syntyvät tiedosta, ja ne auttavat meitä hahmottamaan roolimme kuluttajina osana globaalia kokonaisuutta.

Materiaalin tavoite:

Auttaa nuoria ymmärtämään ja hahmottamaan globaalin ruokajärjestelmän monimutkaisuus, pienviljelijän rooli siinä, sekä nuorien omien valintojen vaikutukset niin paikallisesti kuin globaalissakin mittakaavassa käyttäen eri case-esimerkkejä ja lyhyitä videoita. Materiaali on kompakti ja pakkaa tiedon mielenkiintoiseen ja helposti lähestyttävään muotoon.

Sisältö - kesto yhteensä noin 15-20 min:

1. Miten olet osa maailman ruokajärjestelmää?
2. Pienviljelijöiden rooli maailmalla – miten se vaikuttaa meihin? ([Video: pienviljelijän terveiset Tansaniasta](#) 3:03min)
3. Millaista on olla pienviljelijä muualla päin maailmaa? (nostoina esim. ilmastonmuutos, ruokaturva, hävikki, naisten asema. Videot [ilmastonmuutoksesta Nepalissa](#) 2:51min ja [pienviljelijän ruokatottumuksista Tansaniassa](#) 1:14min)
4. Kahvi, tee & kaakao
5. Avokado
6. Mausteet ([Video inkivääriviljelijästä: Tansania](#) 1:29min)
7. Mehiläistarhaus ja hunaja ([Video hunajantuotannosta: Tansania](#) 1:46min)
8. Vastuullisten valintojen avulla vaikuttajaksi – Ymmärrä valintojesi vaikutus
9. Kysymyksiä ja tehtäviä

Miten olet osa maailman ruokajärjestelmää?

Maailma lautasella

Kahvi, suklaa, avokadot, mausteet... Monet arjessamme tutut ruoat tulevat toisista maista. Tämä kertoo siitä, että ruokavalintamme liittyvät suoraan maailmanlaajuisiin tuotantoketjuihin. Se miten kulutamme täällä vaikuttaa myös muualla.

Tieto auttaa tekemään parempia valintoja
Kun ymmärrämme, mistä ruoka tulee ja miten se tuotetaan, voimme valita vastuullisemmin – tavalla, joka tukee sekä ihmisten hyvinvointia että ympäristöä.

Me vaikutamme – ja meihin vaikutetaan
Se, mitä ostimme, vaikuttaa viljelijöiden arkeen toisella puolella maapalloa. Samalla esimerkiksi ilmastonmuutos, kuivuus tai hintojen vaihtelut maailmalla vaikuttavat myös siihen, mitä me saamme kaupasta ja mihin hintaan.



Shanti Mahato saa lisätuloja kalankasvatuksesta Nepalissa.



Tiedätkö banaanin ja keitto-banaanin eron?



Monet pienviljelijät viljelevät maata käsin tai härkien avulla ilman koneita. Tämä kuva on Nepalista.

Pienviljelijöiden rooli maailmalla – miten se vaikuttaa meihin?



Maailman ruokaturvan tukipilari

Pienviljelijät tuottavat suuren osan maailman ruoasta, erityisesti kehittyvissä maissa, ja ovat keskeisiä ruokaturvan varmistamisessa.

Kuka on pienviljelijä?

Pienviljelijällä tarkoitetaan viljelijää, joka viljelee pääosin alle 10 hehtaarin aluetta, käyttää pääasiallisesti perhetyövoimaa ja tuottaa osan ruoastaan omaan kulutukseen. Vaikka termiä ei juuri käytetä enää Suomessa, maailmanlaajuisesti – erityisesti globaalissa etelässä, pienviljelijät ovat keskeisessä asemassa: noin **475** miljoonaa viljelijää viljelee alle 2 hehtaarin maita, kattaen silti noin **12 %** maailman maatalousmaasta.

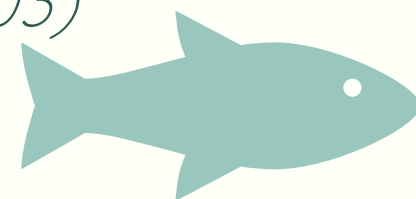
[Video: Pienviljelijän terveiset Tansaniasta \(3:03\)](#)

Haavoittuvassa asemassa

Monet pienviljelijät kamppailevat ilmastonmuutoksen, markkinaesteiden ja rahoituksen puutteen kanssa – nämä vaikeuttavat kestävästä toimeentulosta.

Muutosvoima

Pienviljelijöiden tukeminen koulutuksella ja reiluilla markkinoilla vie kohti kestävästä kehitystä ja köyhyyden vähentämistä.



Huruma Mgaya toimii paikallisen viljelijäryhmän johtajana ja viljelee mm bataattia ja perunaa Tansaniassa.



Nepalissa karppikalojen viljely lammikoissa parantaa perheiden ravitsemusta ja toimeentuloa.

Tiesitkö?

Pienviljelijät
tuottavat
70-80%
maailman
ruoasta!

Millaista on olla pienviljelijä muualla päin maailmaa?

Mitä ruokaa syödään siellä, missä se myös viljellään?

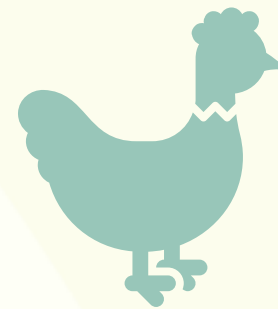
[Katso lyhyt video Tansaniasta](#) (1:14).

Mitä haasteita pienviljelijöillä on?

- Ilmastonmuutos tekee viljelystä vaikeampaa – kuivuus, tulvat ja uudet tuholaiset uhkaavat satoa.
 - [Katso lyhyt video pienviljelijöistä ja ilmastonmuutoksesta Nepalissa](#) (2:51)
- Monet viljelijät elävät köyhyydessä, vaikka tekevät ruokamme eteen paljon työtä.
- Kaikilla ei ole riittävästi ruokaa, vaikka ruokaa tuotetaan tarpeeksi.
- Osa sadosta menee hukkaan jo ennen kuin se päätyy lautaselle.
- Naiset tekevät usein suurimman osan työstä, mutta saavat harvoin päättää asioista tai saada tuloja itselleen.

Kun viljelijöitä tuetaan oikeudenmukaisesti, koko ruokaketju toimii paremmin – ja myös kuluttajat hyötyvät.

Seuraavaksi tutustumme eri tuttuihin tuonti-tuotteisiin ja niiden tuotantoon!



Perunaviljelyä Tansanian Njombessa. Varastorakennus auttaa viljelijöitä saamaan paremman hinnan perunoistaan. Kuvat: Jenny Öhman - FFD



Tiesitkö?

Myös Tansaniassa tuotetaan ja syödään paljon perunaa!

Peruna on hieno kasvi, jonka ilmastovaikutukset tuotettua kiloa kohden on yksi pienimmistä, sekä sato yksi suurimmista.

Kahvi, tee & kaakao

Kahvi, tee ja kaakao – mistä ne tulevat?

- Suurin osa maailman kahvista ja teestä viljellään pienillä perhetiloilla Etelä- ja Keski-Amerikassa, Afrikassa ja Aasiassa.
- Suomeen tuleva kahvi tuodaan usein Brasiliasta, Keski-Amerikasta ja Itä-Afrikasta - se paahdetaan ja pakataan täällä.
- Noin 75 % maailman kaakaosta tulee Länsi-Afrikasta, erityisesti Ghanasta ja Norsunluurannikolta.

Miten nämä tuotteet valmistuvat?

- Ennen kuin kahvi, tee ja kaakao päätyvät meidän kuppiin tai suklaaseen, ne viljellään, poimitaan, fermentoidaan, kuivataan, lajitellaan, kuljetetaan ja lopulta valmistetaan valmiiksi tuotteiksi.

Miksi vastuullisuus on tärkeää?

- Vastuullisissa tuotteissa huomioidaan viljelijöiden toimeentulo, hyvinvointi ja ympäristö.
- Monet kahvi-, tee- ja suklaatuotteet kantavat sertifikaatteja, jotka varmistavat eettisen tuotannon. Pienpaahtimot tekevät usein suoraan yhteistyötä viljelijöiden kanssa - tämä tuo heille paremman tulon.
- Tuottajajärjestöt tukevat viljelijöitä reiluun viljelyyn, ilmastokestävyyteen ja parempaan toimeentuloon.



Vaikka kahvin hinta Suomessa nousee, pienviljelijät - kuten kenialainen Theretina Mwiti - eivät välttämättä hyödy siitä. Vain pieni osa rahoista päätyy heidän kukkaroonsa. [Lue lisää Ylen artikkelista \(4/2025\)](#)

Tiesitkö?

1 kahvikupillisen tuotantoon (7g kahvijauhetta) tarvitaan 140 litraa vettä!



Teeviljelmä Tansaniassa.

Kaakaopuu kasvaa trooppisissa oloissa, ja hedelmän siemenistä tehdään kaakaota.

Kypsät kahvinmarjat ovat punaisia. Kuvat: Tiina Huvio, Jenny Öhman - FFD



Avokado



Avokado on alun perin Keski-Amerikasta kotoisin oleva hedelmä, jonka suosio on kasvanut Suomessa paljon viime vuosina.



Missä avokadoa viljellään?

Nykyään avokadoa viljellään ympäri maailmaa. Suurimmat tuottajamaat ovat Meksiko, Kolumbia ja Peru. Suomeen avokadot kulkevat usein Alankomaiden kautta, mutta ne on viljelty pääosin Brasiliassa, Perussa ja Espanjassa. Pienempiä määriä tuodaan myös Israelin, Etelä-Afrikan, Kolumbian ja Meksikon viljelmiltä.

Avokado - vihreä kulta maailmalta

Avokadon suosion takia moni viljelijä on vaihtanut kahvin tai papujen viljelyn avokadoon, ja sitä kutsutaankin paikoitellen vihreäksi kullaksi (tosin eri merkityksessä kuin meillä Suomessa, missä 'vihreä kulta' tarkoittaa metsiä).



Tansanian ylängöillä Ronika ja Batwel kasvattavat avokadoa pelkällä sadevedellä, ilman keinokastelua.

Kuvat: Jenny Öhman - FFD

Paljonko vettä avokado tarvitsee?

1 kg avokadoja tuottamiseen kuluu keskimäärin 600–800 litraa vettä. Kuivilla alueilla tarve voi olla jopa kaksinkertainen.

Kaikki viljely ei kuitenkaan rasita vesivaroja samalla tavalla – esimerkiksi Kenian ja Tansanian ylängöillä avokadoja viljellään sadevedellä ilman keinokastelua.

Miten voit kuluttajana vaikuttaa?

Kun syöt avokadoa tai muita kaukaa tuotavia hedelmiä, on hyvä pohtia, missä ja miten ne on kasvatettu. Jos valitset sesongin mukaisia tuotteita, niiden kasvattamiseen on todennäköisesti käytetty vähemmän kasteluvettä. Joillain alueilla avokado kasvaa jopa pelkällä sadevedellä - ilmastonmuutoksen takia vesi voi kuitenkin olla paikoin niukkaa, joten vastuulliset valinnat ovat tärkeitä.

- Katso lisää - [Ylen uutinen \(11/2024\): Kenian avokadovientibuumi - viljely onnistuu sadevedellä ja tuo viljelijöille parempia tuloja.](#)

Mausteet

Mausteiden käyttö on helppo ja nopea tapa lisätä annokseen makua ja lisäpotkua. Suomalaiset ovatkin ahkeria käyttämään mausteita, joista yleisimmät ovat mustapippuri, suola, paprikajauhe ja kaneli. Myös valmiit mausteseokset ovat nostaneet suosiotaan.



Mausteiden matka pienviljelmistä keittiöön

Vanilja, mustapippuri, kaneli ja inkivääri ja moni muu mauste kasvavat kaukana – usein pienviljelijöiden pelloilla ja metsissä. Mausteiden viljely voi tarjota tuloja köyhillä alueilla ja parantaa perheiden elämää.

Mausteita viljellään hajanaisesti eri maissa, pienillä tiloilla. Tämä tekee mausteiden jäljitettävyydestä haastavaa eli voi olla vaikea tietää, missä ja miten mausteet on tuotettu.

Pienviljelijät vastaavat jopa 90% maailman maustetuotannosta.



Tuottajajärjestöt tukevat viljelijöitä

Tuottajajärjestöt auttavat pienviljelijöitä koulutuksella, parempien hintojen neuvottelemisessa ja vastuullisten sertifikaattien hankkimisessa. Niiden tukeminen edistää kestävästä kehitystä ja takaa viljelijälle reilumman korvauksen.



Inkiväärin viljely tuo tuloja Samwelille Tansaniassa
– [katso video hänen tarinastaan!](#) (1:29)

Tiesitkö, että musta-, valko- ja viherpippuri ovat kaikki pippurin hedelmiä eri kypsyysasteisina?



Chilejä kuivumassa auringossa Nepalissa.



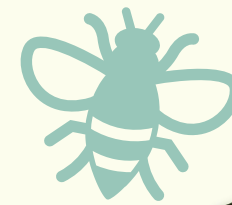
Vaniljanviljelyä Ecuadorissa.
Kuvat: Tiina Huvio, Jenny Öhman - FFD

Mehiläistarhaus ja hunaja



Mehiläistarhaus tuo lisätuloja ja turvaa

Mehiläistarhaus on monelle pienviljelijälle tärkeä lisätulon lähde muun maatalouden ja metsänhoidon rinnalla. Hunajaa ja mehiläisvahaa voi myydä, ja niistä voidaan valmistaa monenlaisia tuotteita. Hunajantuotanto sopii myös esimerkiksi vammaisille viljelijöille tai syrjäisillä alueilla asuville.



Pölyttäjät pitävät luonnon toiminnassa

Mehiläiset pölyttävät viljelykasveja ja ylläpitävät luonnon monimuotoisuutta. Ilman niitä monet ruuat voisivat kadota lautasiltamme.

Esimerkkejä maailmalta: Vietnam ja Tansania

- **Vietnam:** Quang Ngain maakunnassa viljelijäperhe yhdistää riisiviljelyn, kanat, akaasiapuut ja mehiläiset. Akaasian kukat tuottavat siitepölyä hunajalle, mehiläiset pölyttävät kasveja ja kanat syövät maasta hyönteisiä. Malli tuo lisätuloja ja toimii kestäväenä kokonaisuutena.
- **Tansania:** Mehiläistarhaus tarjoaa tuloja myös nuorille – [katso video tansanialaisesta hunajatuottajasta!](#) (1:46)



1. Vietnamilainen Tran Thi Lan Chinh on aloittanut hunajatuotannon. 2. Juuri kerätyt vahakennot ovat täynnä hunajaa. 3. Perinteinen mehiläispesä puun rungosta Tansaniassa. 4. Rapati Chaudhary toimii nepalilaisessa lehtilautasyrityksessä tuotantovastaavana. Kuvat: Jenny Öhman – FFD, Quang Ngai Cooperative Alliance

Vinkki!

Kun ostat hunajaa, tarkista missä se on tuotettu – suosi lähituotettua ja reilusti valmistettua hunajaa. Se tukee viljelijöitä ja tekee hyvää myös luonnolle.



[Mistä tietää, että hunaja on oikeasti hunajaa? - Ylen artikkeli aitoudesta ja alkuperästä](#) (10/2024)

Metsästä saa tuloja myös ilman puiden kaatamista – esimerkiksi hunajasta, mausteista, lääkekasveista ja lehdistä.

Näitä kutsutaan NTFP-tuotteiksi (non-timber forest products).

Vastuullisten valintojen avulla vaikuttajaksi!



Omilla valinnoilla on väliä!

Jos lähellä tuotettua ei ole saatavilla, valitse reilusti ja vastuullisesti tuotettuja tuotteita – näin tuet viljelijöitä ja ympäristöä.

- **Osta tuotteita, jotka takaavat tuottajalle paremman hinnan ja paremmat työolot** - tähän on eri keinoja: mm. mahdollisimman suorat yhteydet tuottajiin, selkeästi jäljitettävissä olevia tuotteita (esim. pienpaahtimot – kahvi).
- **Vältä ruokahävikkiä:** syö vain sen verran kuin tarvitset ja keksi uusia tapoja käyttää ylijäämät.
 - Suomessa kotitalouksien hävikki on noin 25 kiloa henkilöä kohden. Voit myös tehdä hävikistä hyvikin, keksimällä uusia reseptejä tai keinoja valmistaa hävikistä ruokaa.
- **Keskustele ruuantuotannosta** kotona, koulussa ja vapaa-ajalla.
 - Kun puhumme ruoasta ja sen tuotannosta, teemme pienviljelijöiden työn näkyväksi ja lisäämme ymmärrystä siitä, mistä ruoka tulee.

Kun tiedät, mistä ruokasi tulee ja miten se on tuotettu, voit myös valita vastuullisesti – tehden hyvää sekä ihmisille että maapallolle.

Tiesitkö?

Sosiaalisella medially on myös vaikutus globaaleihin tuotantoketjuihin.

Esimerkiksi keväällä 2025 viraaliksi Tiktok-hitiksi noussut Dubai-suklaa aiheutti maailmanlaajuisen pistaasipulan, joka nosti sen hintaa roimasti.

([Lue HS:n artikkeli](#) 4/2025)



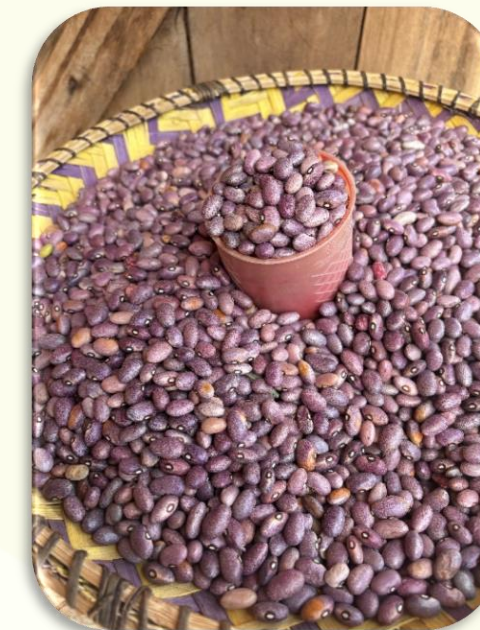
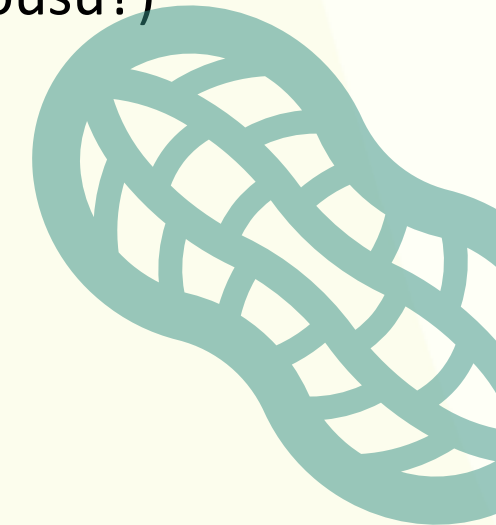
Nais-pienviljelijäryhmä Tansaniassa. Kuva: Jenny Öhman - FFD

Tiedon voimin kohti herkullisia ja vastuullisia valintoja –
nautitaan!

Kysymyksiä & tehtäviä



1. **Sinne missä pippuri kasvaa...** mutta missä se oikeasti kasvaa? Selvitä, missä esimerkiksi mustapippuri kasvaa – ja missä sitä viljellään eniten. Montako eri pippuria tunnet? Tutki, tulevatko samasta vai eri kasveista.
2. **Mihin ruokatrendeihin olet törmännyt somessa?** Esimerkiksi TikTokin Dubai-suklaa nousi hetkessä suosituksi – miksi? Millaisia vaikutuksia tällaisilla trendeillä voi olla siihen, mitä ihmiset haluavat ostaa ja syödä? Voiko some vaikuttaa myös siihen, mistä päin maailmaa ruokaa ostetaan – ja miten se vaikuttaa viljelijöihin?
3. **Mitä haasteita ilmastonmuutos aiheuttaa pienviljelijöille?** [Katso video Nepalista](#) (2:51) ja pohdi miten tämä voi vaikuttaa globaalisti (esim. markkinavaihteluita) ja miten se voi näkyä myös suomalaisten arjessa (esim. kahvin ja suklaan hinnannousu?)
4. **Tutki kaappeja, hyllyjä ja jääkaappiasi kotona** – mitä tuotteita löydät ja mistä ne tulee? Miten voit arvioida tuotteen vastuullisuuden? Mitä tietoa löydät tuotteen alkuperämaasta ja tuottajasta?
5. **Miten paljon vettä tarvittiinkaan 1 kahvikupillisen kahvin tuotantoon?** Millä tavalla voimme Suomessa vaikuttaa kahvi-pienviljelijöiden elämään? Mieti eri vaihtoehtoja...
6. [Katso video pienviljelijän elämästä Tansaniassa](#) (3:03) – mitä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia keksit suomalaisten ja tansanialaisten välillä?
7. **Banaani vai keittobanaani?** Ota selvää eroista! Entä missä keittobanaania syödään päivittäin? Oletko itse kokeillut?



Kuvat: Jenny Öhman - FFD

Banaani vai keittobanaani? Kuvassa molempia. Maapähkinää - myynnissä ja pellolla. Puhvelinmaidon myynti tuo Sharmilalle lisätuloja. Papuja ja kanoja – tärkeitä tulonlähteitä pienviljelijöille.

Maailman makuja

Luentomateriaalit ovat tuotettu 6/2025 Kokkaa kotimaista 2025-lisämateriaalina, osana Food and Forest Development Finland - FFD:n projektia "Muutoksen makupalat" EU:n osarahoittamassa Connect for Global Change -hankkeessa. Materiaalit ovat FFD:n tuottamia eivätkä edusta EU:n näkemyksiä.

Sisältö: Anna Ahdekivi ja Jenny Öhman - FFD
Graafinen suunnittelu: Jenny Öhman - FFD

Tutustu FFD:n työhön : www.ffd.fi



**Euroopan unionin
osarahoittama**



MTK

SLC

Svenska
lantbruksproducenternas
centralförbund



Pellervo

ProAgria

