



Kråkbär är ett bortglömt bär här i Sverige. Marie-Charlotte Nilsson föreläste om kråkbärens biologi för deltagarna i en nystartad Menycirkel.

Kråkbär – ett missförstått bär

Får det lov att vara ett kråkbär? Nja, i Sverige är det inte många som plockar de näringsrika kråkbären. Men i Norrland tror man på kråkbär som en framtida konsumentprodukt.

TEXT: ANNA-KARIN HALLGREN

Kråkbär är det bortglömda bäret. Styvmoderligt behandlat i skuggan av smakrika blåbär, lingon och hjortron. Och det är inte smaken som lockar den Menycirkel som nu fördjupar sina kunskaper om kråkbär. Tvärtom. Kråkbär är fadda och lite beska i smaken, en del skulle kanske till och med säga att de smakande illa. Det är innehållet som lockar.

Det finns knappt 20 arter av kråkbär i världen och de som växer här i norr är svarta. Båret innehåller färgämnet antocyanin, som är en polyfenol med goda hälsoegenskaper. Forskningsrön tyder på att antocyaniner verkar antiinflammatoriskt och påverkar synen, hjärnan samt hjärta och kärl. Antocyaniner finns i blå och

röda bär, exempelvis blåbär, men ännu rikligare i kråkbär.

I Sveriges skogar produceras ca 250 000 ton blåbär och vi plockar ungefär 10 000 ton. Mängden kråkbär i skogarna är inte känd, men kan uppskattas till 100 000 ton.

– Bären tas knappast till vara idag, men när det är dåligt med blåbär och lingon, kan det bli aktuellt att titta närmare på kråkbären, berättar Roger Uddstål på SIK i Umeå, som är processledare för den nystartade Menycirkeln om kråkbär.

Forskningsprojekt om bär

Det här är den tredje cirkeln med bär i fokus som han startar. De övriga var ”Bioaktiva komponenter i bär” (se *LiF nr 8/07*) och ”Ökad förädling av skogsbär i Boden”. Dessa cirklar har mynnat ut i forsknings- och utvecklingsprojektet ”Bioteknik – bär”, vars syfte är att utveckla tillvaratagandet och förädlingen av skogsbär.

Målsättningen är att befintliga och nya bärföretag ska satsa på innovativ och kunskapsdriven företagsutveckling baserad på norrländska skogsbär. Man vill också stimulera den regionala bär-forskningen.

– Vi har gott om råvaran och exporterar den istället för att förädla den på hemmaplan, säger Roger Uddstål.

Utomlands är intresset stort för våra skogsbär och forskningsprojektet har utvecklat en kontakt med Shitzouka-universitetet i Japan, där man nu genomför kemiska studier på kråkbär och andra norrländska bär som inte är så utforskade.

– Vi har också varit med på Health Ingredients-mässan i Japan några gånger. Där märker vi att vi måste bli mycket mer professionella. Se bara på Kanada och Finland, som har färdiga produkter att sälja.

I Finland är kråkbär betydligt mer populära än vad de är i Sverige. Där gör man sylt, drycker och marmelader.

Medvetna konsumenter

I Japan framställs blåbärsextrakt som hälsoprodukter och med tanke på att kråkbären, framför allt de som växer i Norrland, innehåller ännu mer antocyaniner, talar allt för att kråkbär kan gå en lysande framtid till mötes.

– Pulver och piller är kanske inte rätt för den svenska marknaden, men man kan ju blanda det i livsmedel och få nyttigare mat. Konsumenterna idag är intresserade av hälsa och belagd vetenskap, säger Roger Uddstål.

Menycirkeln om kråkbär finansieras av Gröna Navet via anslag från Länsstyrelsen. Deltagarna kommer mestadels från olika bärföretag och vill lära sig mer om hur kråkbäret kan utnyttjas. De utformar cirkeln själva och processledaren Roger Uddstål bjuder in olika ämnesexperter till träffarna.

Vid första träffen fick deltagarna lära sig mer om kråkbärets biologi av Marie-Charlotte Nilsson, som är professor i skogs-förnyring vid SLU, Sveriges lantbruksuniversitet, och har disputerat på just kråkbär. Sedan blir det bl a processteknik och produktutveckling.

– Jag tror vi behöver olika typer av nyttiga bärprodukter. Det är dyrt att köpa frysta blåbär för hundra kronor kilot. Vi behöver hitta bättre sätt för konsumenterna att få i sig de nyttiga antocyaninerna, säger Roger Uddstål. ■