

## Ät inte grön potatis

**Från år 2023 till 2024 utförs ett samordnat kontrollprojekt av glykoalkaloider i potatis i Sverige. På Åland utförs inget liknande projekt och ÅMHHM önskar öka medvetenheten om glykoalkaloider i samhället.**

Solanin och chakonin är färglösa glykoalkaloider som förekommer naturligt i potatis. De fungerar som växtens försvar mot angrepp och bildas i högre grad då växten utsätts för stress. Solanin kan bildas under odling vid extrema väderförhållanden, insektsskador och exponering för solljus. Halten av solanin kan öka även efter skörd, i butik och hemma. Symptomen vid intag av solanin är till exempel kräkningar, diarré, illamående och ont i magen men även allvarligare symtom och till och med dödsfall har rapporterats.

En tumregel för att undvika solanin är att kasta bort eller kraftigt beskära gröna potatisar. Det gröna är helt ofarligt, det är klorofyll som bildas när potatisen utsätts för solljus. Däremot är förekomsten av klorofyll ett tecken på att solaninhalten kan vara hög och potatisen ska kasseras om den är genomgående grön. Halten av solanin är högst i och precis under skalet, att skala en potatis kan sänka halten av glykoalkaloider med uppemot 25 – 75 %. Därför ska potatis som är tänkt till barn under ett år skalas.

Mer information om glykoalkaloider i potatis finns på både finska och svenska livsmedelsverkets hemsidor.

För Ålands miljö- och hälsoskyddsmyndighet

Erica Danielsson

Sektionschef