

Palmový olej

– požehnání, nebo prokletí?

Možná není přehnané říci, že palmový tuk je nejdiskutovanějším ekologickým tématem těchto měsíců, alespoň v oblasti potravin. A to je dobře. Problémy, které nevyjdou na světlo, se těžko řeší. Ale mrzí mne, že většina diskuzí úplně opomíjí některá důležitá fakta. A právě jim se chci ve svém článku věnovat.

Proč se vůbec používá?

Palmový olej je za pokojové teploty tuhý. Z tohoto hlediska patří do stejné skupiny jako máslo, sádlo nebo kokosový olej. Tuhou konzistencí u nich způsobuje vysoký podíl nasycených mastných kyselin. Vlastností tuhých tuků se využívá hlavně při výrobě čokolády, sušenek nebo pečiva, kde se nedají systematicky nahradit tekutými oleji. Tuhé tuky jsou navíc stabilní a dobře odolávají vysokým teplotám. To všechno se v potravinářství vysoce cení. Palmový tuk údajně obsahuje až polovina všech prodávaných potravin.

PALMOVÝ TUK má využití např. v margarínech, cukrovíčkách, zmrzlíně, trvanlivém pečivu, hotových jídlech, kosmetice, čisticích prostředcích, technických olejích, biopalivech (v současnosti se dokonce plánuje jeho použití do leteckého paliva).

Tradičně se jako tuhý tuk používalo máslo, a když bylo třeba smažit, tak sádlo. Přibližně od 70. let začal převládat názor, že živočišné tuky škodí zdraví, zvyšují špatný cholesterol a je třeba nahradit je něčím zdravějším. Živočišné tuky jsou také drahé a ekologicky náročné na „produkcii“ – stačí si uvědomit, že pro jejich získání musíme nejdříve vypěstovat velké množství rostlinné potravy pro nakrmení zvířat. Chov zvířat jako takový je také drahý. Nemluvě o tom, že ještě dražší je chovat zvířata v podmínkách, které respektují jejich základní potřeby, což by mělo být

SEMENO – zdroj palmojádrového oleje (používá se v potravinářství a především ve výrobě mýdel a čisticích prostředků). Kokosový olej se získává z jiného stromu – kokosové palmy (*Cocos nucifera*)



Plod palmy olejné

Foto © Wikipedia

DUŽINA – zdroj palmového oleje (předmět tohoto článku)

samožřejmostí (ovšem kromě ekologického zemědělství zdaleka není).

Náhradou za živočišné tuky se měly stát ztužené tuky vyráběné z běžných tekutých olejů – například slunečnicového, sójového nebo řepkového. Neobsahují cholesterol, jsou levnější, pro jejich produkci je potřeba menších zemědělských ploch. Později se ale ukázalo, že ztužené tuky škodí ještě víc. Na vině jsou transmastné kyseliny, které při ztužování (hydrogenaci) vznikají. Přispívají ke vzniku rakoviny a rozvoji srdečně cévních onemocnění. Palmový tuk se v této situaci jevil jako dobré řešení. Teoreticky jde o velice ekologický produkt. Palma olejná (*Elaeis guineensis*) má výnos v průměru 3,7 tuny oleje na hektar osázené plochy. To je téměř desetkrát víc než v případě sóji, sedmkrát více než u slunečnice a pětkrát více než u řepky. Vyprodukování určitého množství oleje tedy zabere ještě mnohem méně zemědělské plochy. Palma olejná se navíc nesází každoročně a je schopna plodit dostatečně intenzivně

Nasycené tuky a zdraví

Tuhé nasycené tuky se nepovažují za nejzdravější (i když i tento názor se dnes přehodnocuje). Jsou však stále i při vysokých teplotách, a proto se hodí pro tepelnou úpravu, hlavně smažení. Přesto by se měly používat spíš střídavě, stejně tak jako samotné smažení. Na druhé straně spektra jsou tuky s obsahem vícenenasycených mastných kyselin (lněný olej apod.). Prospívají zdraví, ale rychle žluknou a nesmí se zahřívat, jinak by v nich vznikaly škodlivé látky.

ně po dobu asi 25 let. Spotřeba paliv, hnojiv a pesticidů je zhruba třetinová než u produkce jiných olejnin. Proto je palmový olej levný. Je také trvanlivý a v každém přípa-

dě se považuje za méně škodlivý než trans-mastné tuky.

Problémy, otázky a možná řešení

Na devastaci přírody spojenou s produkcí palmového tuku upozornila ve velkém kampaň Greenpeace. Diskuze o tomto problému probíhá intenzivně a na mnoha místech, proto ho jen v kostce shrnu. Palmové plantáže se budují na plochách vzniklých odlesňováním tropických pralesů. Tím dochází k narušování ekosystémů a k drastickému omezování životního prostoru živočichů (orangutanů, tygrů, slonů, nosorožců). Někteří z nich jsou kriticky ohrožení.

Nejcennější dřevu je po vykácení pralesa odvezeno k prodeji a poté se plocha vypaluje. Tím vznikají další škody – uvolňování velkého množství CO₂, riziko rozšíření požárů... Palma olejná pochází ze západní Afriky, ale dnes se velká většina palmového oleje produkuje v Malajsii a Indonésii. Právě těchto dvou zemí se zmíněné ekologické problémy nejvíce týkají.

Několik čísel

- 85 % palmového oleje pochází z Indonésie a Malajsie.
- Zdejší palmové plantáže představují 5,5 % světové plochy využívané na produkci olejnin a vyprodukují 33 % světového objemu jedlých olejů.
- Hlavními konzumenty palmového tuku jsou Indie (15 %), Indonésie (14 %), Čína (12 %) a EU (11 %).
- 15 % palmového tuku je vyprodukováno udržitelným způsobem (certifikace RSPO).

Díky kampani Greenpeace vznikl velký tlak ze strany veřejnosti a některé významné potravinářské firmy omezily používání palmového oleje ve svých produktech. Ale pouhé odmítání palmového oleje, bez snahy přistupovat k celému problému komplexně, je krátkozraké řešení.

Odhady uvádějí, že oproti roku 2010 vzroste spotřeba palmového tuku do roku 2030 dvojnásobně a do roku 2050 trojnásobně. Hlavní problém spočívá v tom, že nás lidí je příliš mnoho. Sebelepší a sebeekologičtější produkt začne znamenat ekologickou zátěž, pokud ho chcete vyrábět příliš



Palma olejná s srsy plodů – jeden nezralý, jeden těsně před sklizní.

Foto © Wikipedia

mnoho a příliš intenzivně (přečtěte si i článek o sóje na předchozí straně). Jsme také rozmazlení. Stovky a tisíce kilometrů regálů plných všemožných produktů – opravdu to všechno potřebujeme? Očekávaný růst spotřeby palmového tuku je pak odůvodněný jednoduše tím, že si stále více lidí bude „moci dopřát“ životní úroveň a spotřebu, kde je vzorem ta naše.

Věřím, že nemá smysl soustředit veškerou pozornost na jednu určitou surovinu nebo jednu konkrétní oblast. Problém se pak snadno jen přesune jinam. Pokud se obyvatelé Indonésie a Malajsie nebudou moci živit produkcí palmového tuku (v současné době jde asi o 4,5 milionu lidí), budou hledat obživu jinde, nebo budou chudnout. Deštné pralesy jsou ničeny z více důvodů – kvůli pěstování potravin pro člověka, krmiv pro hospodářská zvířata, kvůli palmovému tuku, kvůli dřevu a papíru (např. amazonské pralesy se intenzivně odlesňovaly a stále odlesňují kvůli pěstování krmiva pro hospodářská zvířata chovaná v západním světě). Plundrujeme půdu, v nedůstojných podmínkách chováme miliardy zvířat.

Jediné, co podle mě má smysl, je naučit se **rozumně a ohleduplně hospodařit. Podporovat všechny, i chudší země, aby přešly na ekologické zemědělství**, které je šetrné k životnímu prostředí a trvale udržitelné.

Potravinářský průmysl zatím nemá za palmový tuk náhradu, která by se dala získávat ekologičtěji. Jiné olejnate plodiny jsou náročnější na rozsah obdělávané plochy, ekologická zátěž by tedy byla ještě vyšší než dnes (navíc je tu zmíněný problém tuhých tuků vs. tekutých olejů). Vrátit

se zpátky k máslu je ekonomicky nereálné a nejméně ekologické ze všeho (jen pastviny zabírají asi 3,5 miliardy hektarů, což je přibližně dvakrát tolik, než kolik představuje obdělávaná orná půda).

Domnívám se proto, že totální bojkot palmového oleje může mít neočekávaně vážné důsledky na životní prostředí i naše zdraví. Palmu olejnou přitom jde pěstovat ohleduplně a udržitelným způsobem. Pak jde o jeden z neekologičtějších jedlých olejů vůbec. Palmový tuk v biokvalitě existuje již dlouho a v biopotravínách se běžně používá. Už od roku 2004 existuje i systém, který certifikuje udržitelně získávaný palmový tuk – RSPO (Roundtable on Sustainable Palm Oil, www.rspo.org). Nyní se už nějakou dobu mluví o tom, že by na základě pravidel RSPO měl vzniknout nový systém, který kontrolu posune ještě dál. Výsledkem je POIG (The Palm Oil Innovation Group) – skupina, mezi jejíž iniciátory patří neziskové organizace jako Greenpeace a World Wildlife Fund. Stanovy POIG se v současné době formulují.

Bio a RSPO je také jediný palmový tuk, který používáme při výrobě některých našich produktů. Dále se snažíme iniciovat, aby stejné standardy aplikovaly i firmy, jejichž produkty dovážíme a distribuujeme. Můžeme vás však ubezpečit, že minimálně biokvalita je samozřejmostí vždy.

Vážení čtenáři a zákazníci, pomozte nám postupovat tak, abychom my i vy cítili, že se jedná o smysluplné řešení, nikoli řešení na efekt.

Otakar Jiránek

zakladatel a ředitel Country Life



Palmová plantáž

Foto © Wikipedia