

## Selvitys öljyhampun lehtimassan hyödyntämisestä elintarvikkeena

9.10.2017

Anneli Salonen, [anneli.salonen@uef.fi](mailto:anneli.salonen@uef.fi)

Itä-Suomen yliopisto

Mahdollisuuksia jatkojalostukseen hanke

### Öljyhampun viljely Suomessa

- Suomen olosuhteisiin kehitetty oma hampullajike, Finola, <http://finola.fi/>
- Tässä lajikkeessa THC-pitoisuus on alle 0.2 %, jos näytteet otetaan oikeaan aikaan
- Öljyhampun viljely saa viljelytukea koko EU:n alueella vuodesta 2013 lähtien.
- Hampunsiemenestä löytyvät kaikki ihmiselle välttämättömät amino- ja rasvahapot.
- Rasvahapoista 80 prosenttia on monityydyttymättömiä. Hampuöljyn omega-6- ja omega-3-rasvahappojen suhde on 2:1, eli sama kuin terveessä ihmiskudoksessa. Öljyssä on myös ravinnosta harvemmin löytyvää, mutta tärkeää gammalinoleenihappoa eli GLA:ta sekä stearidonihappoa.
- Hampuöljyssä on myös paljon E-vitamiinia sekä laadukasta proteiinia, joka imeytyy hyvin
- Lähde: finola.fi

### Mihin hampua voi käyttää

- Ihmisten ravinnoksi
  - siementä
  - kuorittua siementä
  - öljyä
  - kuorirouhetta
  - proteiinijauhetta
  - erilaiset proteiinituotteet
  - olut
  - pasta
  - hampumaito
  - leipomotuotteet
  - nuoret lehdet salaattissa
- Eläinten rehuksi, etenkin öljyn puristuksessa jäävät kakut, esim. <http://www.martanhamppu.fi/>
- Kosmetiikassa
  - Hamppurasvaa
  - Shampoota
  - Hoitoainetta
  - huulirasvat
  - lääkerasvat
  - hoitoaineet
- kuituhampua rakennusmateriaalina, köysissä, paperiksi, erilaisia koruja, kuidun palasina, jne.
- Hampun lehdet ja siemenet ovat syötäviä

- Siemeniä voidaan syödä kuorineen, kuorittuna tai idätettynä.
- Siemenistä voidaan puristaa syötävää öljyä tai niistä voidaan tehdä maitoa
- Kirpeistä lehdistä voidaan tehdä teetä
- Siemenen kuori on mineraalirikasta ja sillä voidaan parantaa ummetusta
- Raaka hampuproteiinijauho käy smootheisiin, kakkuihin ja aamiaismuroihin
- Hampun siemenissä on paljon ravintoaineita ml. kaikki välttämättömät aminohapot.
- Lähde:<http://rawedibleplants.blogspot.fi/2014/12/hemp-cannabisativa.html>
- Onko hamppu hyväksi sinulle:  
[https://bodyecology.com/articles/hemp\\_nutty\\_food\\_source\\_good\\_for\\_you.php](https://bodyecology.com/articles/hemp_nutty_food_source_good_for_you.php)
- Hampun käytöstä yleisesti: <https://en.wikipedia.org/wiki/Hemp>
- Hamppu on sukua kannabikselle. Siinä on kuitenkin vain pieni määrä tetrahydrocannabinol-nimistä (THC) huumaavaa ainetta. Suomessa ja EU:ssa ylärajaa syötävän hampun THC määrälle ei ole asetettu, mutta yleisesti rajana pidetään 0.2 %:a. Kanadassa raja on säädetty 0.3 %:iin. Hampussa on CBD-nimistä cannabioidia enemmän kuin kannabiksessa. Se vähentää THC:n psyykoaktiivisia vaikutuksia
- Hampun ja kannabiksen eroja: <https://www.leafscience.com/2014/09/16/5-differences-hemp-marijuana/>
- Hampun yhdisteistä:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4740396/>
- Siemenille ja öljylle hyväksytty elintarvikekäyttö (Ainakin BELFRIT listalla)
- Evirasta tiedustelu hampun lehtien uuselintarvikestatuksesta 20.10.2017

Vastaus 30.11.2017

Anneli hei

Oheisen linkin alta Eviran sivulta löytyy tietoa elintarvikkeiden statuksen selvittämiseksi.

Uuselintarvikekatalogista esimerkiksi (Novel Food catalogue) löytyy Cannabis sativa.

<https://www.evira.fi/elintarvikkeet/valmistus-ja-myynti/yhteiset-koostumusvaatimukset/uuselintarvikkeet/uuselintarvikestatuksen-selvittaminen/>

**Ystävällisin terveisin | Med vänlig hälsning | Best regards from**

**Päivi Levänti**

Ylitarkastaja, ETM | Överinspektör, MLV | Senior Officer, M.Sc. (Dairy Science)

Elintarviketurvallisuusvirasto Evira | Livsmedelssäkerhetsverket Evira | Finnish Food Safety Authority

Evira

Elintarvikkeiden koostumusjaosto |Sektionen för livsmedlens sammansättning |Food Composition Section  
Mustialankatu 3, FI-00790 Helsinki, Finland

tel. + 358 29 530 4295, gsm + 358 50 434 2203  
vaihde | växel | exchange +358 29530 0400  
paivi.levanti [at] evira.fi

<https://www.evira.fi/elintarvikkeet/valmistus-ja-myynti/yhteiset-koostumusvaatimukset/uuselintarvikkeet/uuselintarvikestatuksen-selvittaminen/>  
<https://www.evira.fi/elintarvikkeet/valmistus-ja-myynti/yhteiset-koostumusvaatimukset/uuselintarvikkeet/uuselintarvikestatuksen-selvittaminen/komission-uuselintarvikeluettelo/>