



Kalaa ainakin kahdesti viikossa

Kala ja kauppa seminaari
1.9.2026 Tampere

Malin Lönnroth
Pro Kala



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala



Pro Kala on kalan asialla

- Yleishyödyllinen yhdistys ja kalan asialla vuodesta 1994
- Jäsenistö kattaa koko kalan ketjun vedestä ruokapöytään: ammattikalastajia, kalankasvattajia, kalanjalostajia ja -kauppiaita sekä elinkeinokalatalouden järjestöjä.
- Toiminnan tavoitteena saada lisää kalaa suomalaisten lautasille...
- ... ja vaikuttavuutta koko kalaelintarvikeketjulle.

www.prokala.fi



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala



Kala maistuu hyvälle – ja 3 muuta syytä syödä kalaa

- Suuret terveystvaikutukset
- Pieni hiilijalanjälki
- Pienet ympäristövaikutukset
 - kalastus myös poistaa ravinteita

Virallinen suositus:
kalaa on hyvä syödä 2-3 kertaa
viikossa, eri kalalajeja vaihdellen



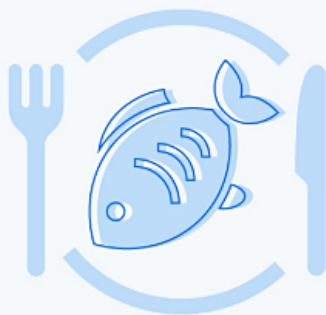
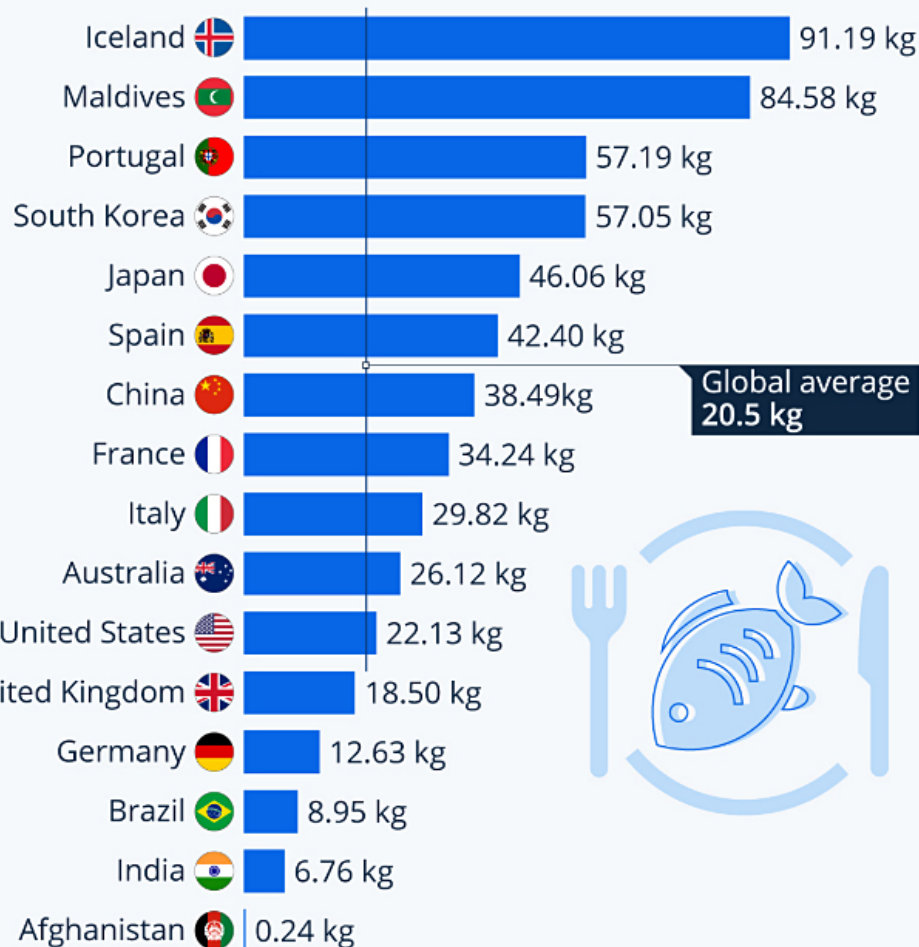
Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala

Where Fish Is (Rarely) on the Menu

Estimated per capita consumption of fish and seafood in selected countries in 2019*



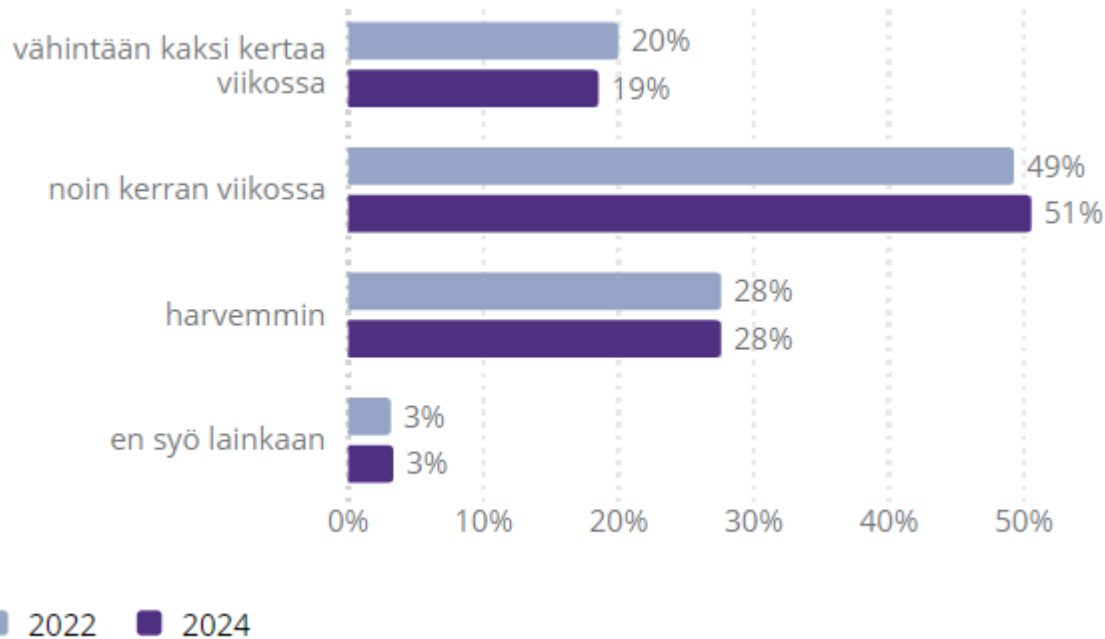
Me suomalaiset syömme paljon kalaa, vai syömmekö?

- Noin 14 kiloa/vuosi
- Noin 1,7 kala-annosta viikossa
- Kotimaisen kalan osuus kulutuksesta on noin 28 %.
- Hallituksen virallinen tavoite on **lisätä kalan käyttöä kotimaisen kalan avulla** (kotimaisen kalan edistämishjelma)

Kalan käytön lisääminen hyödyttää terveyttä, ympäristöä ja kansantaloutta

* estimates based on per capita food supply, not adjusted for food waste
Source: UN Food and Agriculture Organization

Tavoitteisiin on vielä matkaa



70%
syö kalaa
vähintään noin
kerran viikossa

Kysely: kalan paikka suomalaisessa ruokapöydässä 2024
(n=1003)

- Tutkimusten mukaan suomalaiset haluavat syödä enemmän kotimaista kalaa
- Kala mielletään terveelliseksi ja tärkeäksi osaksi ruokavaliota
- Kalaa suositetaan erityisesti sen ravitsemuksellisten etujen takia

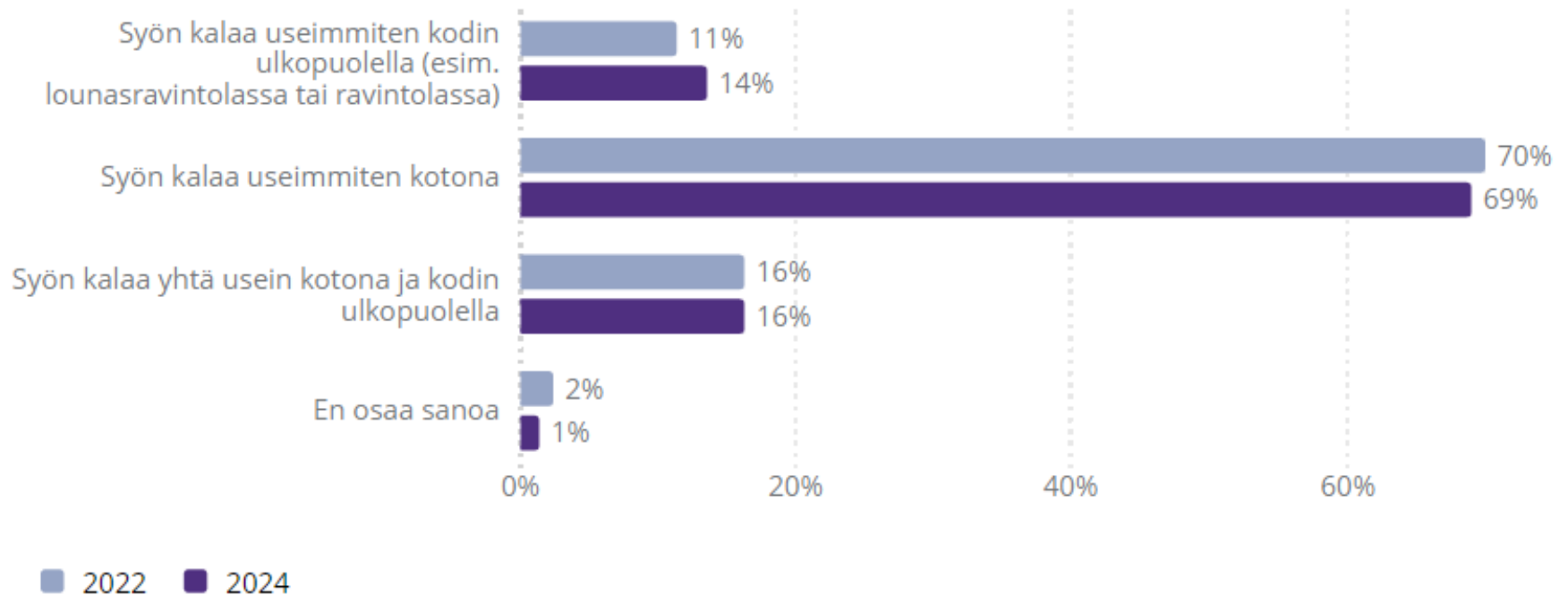


Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala

Kalaa syödään useimmiten kotona



Kysely: kalan paikka suomalaisessa ruokapöydässä 2024
(n=1003)



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala



Kala joukkoruokailussa

- Julkiset ja suurtalouskeittiöt vaikuttavat isosti ruokailutottumuksiin
- Suurtalouskeittiöiden rooli on ratkaiseva, jotta suosituksiin ja tavoitteisiin päästään
- Julkiset keittiöt tarjoavat **383 miljoonaa ruoka-annosta vuodessa** (Lähde: Kuntaliitto).

Joukkoruokailun merkitys on suuri. Moni suomalainen syö päivän ainoan lämpimän aterian koulussa tai työpaikalla.



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala



Haasteet julkisessa ruokailussa

- Raaka-aineen hinta
- Raaka-aineen saatavuus
- Raaka-aine ei ole helppokäyttöisessä muodossa



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala



Ratkaisuja haetaan ...

EMKVR-rahoitteisissa kalatalouden Innovaatio-ohjelmissa paneudutaan ratkaisuihin, muun muassa: reseptiikkaa, säilyvyys, laatu, kalan maku ja rakenne.

Kalan markkinoinnin ja laadun kehittämisohjelma 2026-2028



**Euroopan unionin
osarahoittama**



Pro Kala



Uusi kalatuotekatalogi

- Kokoa ammattikeittiöille sopivat kalatuotteet yhteen paikkaan
- Helpottaa tuotteiden löytämistä, vertailua ja yhteydenottoa yrityksiin
- Sisältää keskeiset tuotetiedot: alkuperä, valmistusmaa, ravintosisältö, allergeenit sekä pyynti-/tuotantotapa
- Tavoitteena lisätä kalan käyttöä ammattikeittiöissä
- Toimii myös **kohtaamispaikkana ruokapalvelujen ja kala-alan yritysten välillä** – vuoropuhelu voi synnyttää uusia, paremmin tarpeisiin sopivia tuotteita
- Katalogia päivitetään 2 kertaa vuodessa ja sitä täydennetään resepteillä ja käyttövinkeillä.



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala

Tule mukaan viettämään kalakeittopäivää kanssamme 2.2.2027!

- Kalakeittopäivän ideana on saada ihmiset nauttimaan kalakeittoa työpaikoilla, kotona ja ravintoloissa.
- Kalakeittopäivä täyttää 10 vuotta

[#kalakeittopäivä](#)

www.prokala.fi/kalakeittopaiva/



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala



Parasta evästä

17 februari kl. 17:15 · 🌐

Kalasta saa valmistettua helposti herkkuja, jotka maistuvat koko perheelle. 🍷 🍔 🥗

Nämä kalaisat tortillat, rieskat, pitaleivät ja burgerit sopivat mainiosti hiihtoloman ulkoilupäivien eväiksi ja välipaloiksi.

Hyödynnä valmiita kalapihvejä, säilykkeitä ja savukalaa, lisää mukaan kasviksia ja haluamaasi kastiketta - ja valmista tuli!



Seuraa meitä somessa!

Sidosryhmä- ja ammattilaisviestintä

- LinkedIn: Pro Kala

Kuluttajille inspiraatiota

- Instagram: Pro Kala
- Facebook: Pro Kala
- Youtube: Vedestä ruokapöytään



Euroopan unionin
osarahoittama



Pro Kala



Kiitos!



**Euroopan unionin
osarahoittama**



Pro Kala