

Kasi, M. 2018. Camelinan terveysvaikutukset lisäävät sen kysyntää. FutureCrops – Uusia kasvilajeja tuotantoon, tietoa ja elämyksiä kysynnän ja liiketoiminnan tueksi. www.luke.fi/futurecrops 21.3.2018

Camelinan terveysvaikutukset lisäävät sen kysyntää

Marjo Kasi, harjoittelija, Luonnonvarakeskus, 31600 Jokioinen, marjo.kasi@luke.fi

Kuvaus kasvista

Rakkaalla lapsella on monta nimeä. Camelina tunnetaan myös nimellä ruistankio (Camelina sativa), mikä on kasvin virallinen nimi. Lisäksi sitä kutsutaan kitupellavaksi, vaikka se ei ole sukua pellavalle. Ruistankio kuuluu ristikukkaisten kasvien heimoon rypsin ja rapsin tavoin. Se kasvattaa pienet haalean keltaiset kukat, joista muodostuu 4-8mm pituisia lituja, joihin muodostuu 8-16 kellertävää siementä. Kasvupaikan suhteen ruistankio on vaatimaton ja sillä on vähän luontaisia tuholaisia tai kasvitauteja. Rehevästi kasvaessaan sille voi tulla pituutta jopa 120 cm

Mistä kasvi on kotoisin

Ruistankion alkuperä on Keski-Aasiassa, jossa se on ollut merkittävä öljykasvi unikon ja pellavan rinnalla. Sitä on viljelty ainakin pronssi- ja rautakaudella, mutta myöhemmin sen suosio hiipui. Laitilassa tehdyissä vanhan kalmiston kaivauksissa löytyi ruistankion siemeniä ja lituja ja niiden perusteella kasvia on viljelty Suomessa ainakin 575-800 jKr. Tarkkaa tietoa Suomeen tulosta ei kuitenkaan ole. Öljyä on kuitenkin käytetty Skandinaviassa jo Rooman valtakaudelta lähtien aina toiseen maailmansotaan saakka. Yksi tyypillinen leviämistapa kasville on kulkeutuminen muiden kasvilajien joukossa. Esimerkiksi Suomeen ruistankiota on tullut 1900-luvulla muun muassa tuontipellavan joukossa.

Nykyisten lajikkeiden varhaisia muotoja kasvoi myös rikkakasvina pelloilla, kaatopaikoilla, satamissa sekä myllyjen lähistöillä vielä 1900-luvun alussa. Kiinnostus myös tämän kasvin ominaisuuksiin alkoi herätä 1980-luvulla. Erityisen sysäyksen viljelylle antoi Helsingin yliopiston 1990-luvun lopulla tekemät tutkimukset, jonka seurauksena ruistankiota viljeltiin 2000-luvun puolivälissä jopa 5000 hehtaarin alalla. Samoihin aikoihin kasvia alettiin kutsua camelinaksi.

Kasvin ravitsemuksellinen koostumus

Camelinan kuitupitoisuus on 7-11%. Rypsiin verrattuna siinä on paljon hyviä ainesosia:

	camelina	rypsi
	100 g	100 g
gammatokoferolit	66	40
delta-tokoferolit	4	2
alfalinoleenihappo	40	8
linoleenihappo	15	20

Lähde Suomen kasviöljyt

Kasi, M. 2018. Camelinan terveysvaikutukset lisäävät sen kysyntää. FutureCrops – Uusia kasvilajeja tuotantoon, tietoa ja elämyksiä kysynnän ja liiketoiminnan tueksi. www.luke.fi/futurecrops 21.3.2018

Tokoferolit toimivat luontaisina antioksidanteina. Alfa-noleenihappo puolestaan on lähtöaineena yhdisteille, jotka vaikuttavat verenkiertoelimistön ja ruuansulatuskanavan toimintaan. Camelinaöljyssä on runsaasti, 39% Omega-3-rasvahappoja.

Camelinan käyttö

Ensisijaisesti ruustankiossa kiinnostaa siementen sisältämä öljy, joka kestää myös kuumennusta. Sitä voidaan käyttää paistamiseen, leivontaan, ruuanlaittoon, grillaukseen ja marinointiin tai vaikka salaattinkastikkeen pohjana. Se ei menetä juosevuuttaan viileässä jääkaapissa kuten oliiviöljy. Sitä käytetään myös margariinien ainesosana.

Kun öljyä puristetaan, syntyy puristuksessa rouhetta. Camelinina rouhetta voidaan hyödyntää eläinten rehussa samaan tapaan kuin rypsiä. Sitä voidaan käyttää myös ihmisravinnossa sämpylöissä, kakuissa, wokeissa, kekseissä tai ihan sellaisenaan vaikka jugurtin seassa. Camelinassa on runsaasti myös valkuaisainetta (33%) ja siksi öljyn sivutuotteena saadun rouheen proteiinipitoisuus on varsin suuri.

Camelinaöljyä voi käyttää kosmeettisesti sellaisenaan. Se parantaa ihon elastisuutta, lisää kosteutta ja parantaa sävyä. Sitä voi käyttää myös hieronnassa. Hiuksille camelinaöljy antaa kiiltoa ja pehmeyttä.

Suomessa Neste on jalostanut uusiutuvaa lentopolttoainetta. Esimerkiksi kerosiini on valmistettu 100 % camelinaöljystä, jota viedään Osloon 50 % seoksena fossiilisen polttoaineen kanssa.

Lisätietoa käyttötavoista

Janakkalassa toimii [Suomen Kasviöljyt](http://www.suomenkasvioljyt.fi). Heidän toimialaan kuuluu öljykasvien viljely, öljynpuristus, myynti ja markkinointi Suomen alueelle. Heidän pääasiallinen tuotteensa on camelinaöljy, ja sitä on saatavilla sekä vähittäis- että tukkumyyntipakkauksessa.

Lähteet

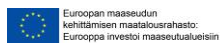
http://www.muuritutkimus.com/arkeologia/Kirkko%20raportti%201.0_pieni%20tiedosto.pdf

http://www.pellervo.fi/kodinpellervo/kp7_10/kp7c_10.htm

<https://www.suomenkasvioljyt.fi/tietoa-camelinaoljysta>

<http://www.camelinaoljy.fi/index.php/miksi-camelinaoljy-on-minulle-hyvaksi.html>

Kasi, M. 2018. Camelinan terveysvaikutukset lisäävät sen kysyntää. FutureCrops – Uusia kasvilajeja tuotantoon, tietoa ja elämyksiä kysynnän ja liiketoiminnan tueksi. www.luke.fi/futurecrops 21.3.2018



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin



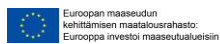
ammattopesta
Livia



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Sarka
SUOMEN
MAATALOUSYHDISSÄ

Kasi, M. 2018. Camelinan terveysvaikutukset lisäävät sen kysyntää. FutureCrops – Uusia kasvilajeja tuotantoon, tietoa ja elämyksiä kysynnän ja liiketoiminnan tueksi. www.luke.fi/futurecrops 21.3.2018



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin



ammattopesta
Livia



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Sarka
SUOMEN
MAATALOUSYHDISSÄ