

Soijatuotteita

Tofu
Tempeh
Edamame-pavut
Soijarouhe
Soijasaukaleet
Soijamaito



SOIJA

FIKSU VALINTA KEHOLLE JA PLANEETALLE

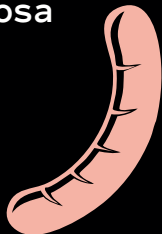
Tiesitkö tätä?

Soijan syömisellä ei ole
havaittu vaikutusta
testosteronin tai
estrogeenin tuotantoon.



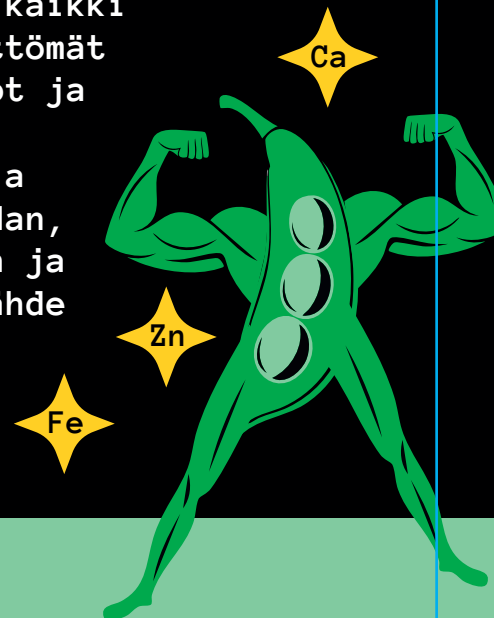
VASTUULLINEN VALINTA

- Elintarvikesoija on jäljitettävä ja vastuullinen vaihtoehto.
- Suomessa myytävä elintarvikesoija ei ole sademetsäsoijaa
- Alkuperä pääosin Euroopassa, pieni osa Kanadassa
- GMO-soija liittyy pääasiassa eläinrehukäyttöön



HYVÄKSI KEHOLLE

- Soija tukee hyvinvointia monipuolisena kasviproteiinina.
- Sisältää kaikki välttämättömät aminohapot ja runsaasti proteiinia
- Hyvä raudan, kalsiumin ja sinkin lähde



PAREMPI PLANEETALLE

- Soija on yksi ilmastoystävällisimmistä proteiininlähteistä.

Naudanliha
n.15kg
CO₂/kg

vs.

Soija
n.1kg
CO₂/kg

- Suurin osa soijan ympäristövaikutuksista syntyy rehukäytössä
- Suora käyttö ruoaksi vähentää päästöjä merkittävästi



ilmastoruoka.fi