

Det här är en fråga som många självhushållningsintresserade funderat över. Det är väldigt mycket som spelar in. En viktig faktor är förstås hur mycket man äter av just det man vill vara självförsörjande på. Äter man väldigt lite grönsaker så går det förstås inte åt så stor yta för att bli självförsörjande på just grönsaker. Andra saker som spelar in är:

- Hur intensivt man odlar. I ett litet trädgårdsland med odlingsbäddar kan växterna stå tätt, få gödselvatten och gräsklipp och på andra sätt bli optimalt ompysslade. Det kan då ge betydligt mer skörd per kvadratmeter än när man odlar på ett fält med långa rader. Samtidigt får man kanske mindre skörd per satsad arbetstimme.
- Växtzon, jordmån och andra lokala förutsättningar.
- För den totala ytan spelar det också in vilken blandning av grödor man väljer eftersom vissa ger betydligt mer per kvadratmeter.

(Här fokuserar vi på hur stort "grönsaksland" man behöver göra i ordning. Vi bör även ha en text om hur mycket total yta man behöver, dvs inkl spannmål, oljeväxter, bete, foder osv osv För blandkostar, vegetarian resp vegan. Den som vill påbörja en sådan text kan kontakta [petter@alternativ.nu](mailto:petter@alternativ.nu) och få några gamla men bra artiklar från Åter i ämnet, att använda som studiematerial)

I denna tabell kan vi lista olika grönsaker, uppskattade hektarskörd, rekommenderat årsintag och beräknat ytbehov för självförsörjaren. Man får naturligtvis ta hänsyn till att siffrorna inte stämmer med den egna skörden eller konsumtionen, men det kan ge en liten fingervisning. Bäst är nog att lägga på 20-30% för missväxt etc.

Här är ett utmärkt arbete av Jenny Helsing: <http://www.diva-portal.org/smash/get...FULLTEXT01.pdf>

Fint om någon kunde sammanfatta det och föra in uppgifter i tabellen:

Gröda	Avkastning	Årsbehov per person (kg)	Odlingsyta per person (m2)	Kommentar
Potatis	25 ton/ha	85	50	Egentligen blir det 34 m2, men här är tillägg för spill och egen produktion av sättpotatis
Morötter				
Kålrot				
Rödbeta				
Lök				
Majs				
Vitkål				
Broccoli				




Detta äter medelsvenson på ett år:

84 kilo kött per person och år  
28,5 kilo hel fisk, mest lax, räkor och sill eller strömming.  
8-9 kilo kyckling  
200 ägg  
18 kilo ost  
111 liter mjölk  
1,6 kilo smör  
80 kilo spannmål  
45 kilo socker  
55 kilo potatis  
10 kilo tomater  
4,3 kilo gurka  
10 kilo morötter  
6,9 kilo lök  
5,7 kilo sallat och kål  
1,3 kilo purjo  
1,1 kilo blomkål  
16,1 kilo citrusfrukter  
15,8 kilo äpplen  
1,5 kilo jordgubbar + andra bär