

Konsumentundersökning Mögel i livsmedel 2025

Undersökningen genomförd av Origo Group
April-maj 2025





Innehåll

Sammanfattning	3
Inledning	4
Fakta om mögel	5
Förebygg mögel	7
Resultat	8
Mögel i livsmedel	9
Uppfattningar om mögel i livsmedel	12
Hantering av mögel i livsmedel	14
Hantering av mögliga livsmedel i förpackning	18
Borttagning av mögel	20
Om undersökningen	23

Sammanfattning

Mögel i livsmedel

Knappt 4 av 10 svarar att de alltid slänger mögliga livsmedel. Ungefär 6 av 10 svarar att de försöker skära eller skrapa bort mögel från livsmedel i någon grad. Av dessa svarar mer än hälften att det beror på vilket livsmedel det är. 1 av 4 anger att de gör det om det är lite mögel på livsmedlet. 1 av 5 gör det alltid.

Av de som på något sätt skär bort mögel från livsmedel svarar de flesta att mögel kan bilda hälsoskadliga gifter. 1 av 4 tror att mögel gör maten osmaklig och luktar illa, men att det är ofarligt. 1 av 10 tror att mögel alltid orsakar magsjuka.

Hantering mögliga livsmedel

Det varierar vad konsumenterna gör med mögel på olika typer av livsmedel. Några exempel:

- Knappt 5 av 10 äter inte apelsin eller andra citrusfrukter om de möglat lite grann.
- Drygt 4 av 5 skär eller tar bort möglet och äter resten av hårdost.
- 3 av 5 äter inte mjukt bröd som har möglat.

Inledning

I genomsnitt slängs 16 kilo mat per person och år i svenska hushåll. Fukt och grönsaker, bröd och mejeriprodukter är de livsmedel som kastas mest.

En anledning till att mat slängs är att de är möjliga. Livsmedelsverket har råd till konsumenter för vissa livsmedel där man kan skära bort möglet med marginal och äta upp resten. Men hur är egentligen kännedomen om dessa?

Genom den här undersökningen vill vi ta reda på om konsumenterna slänger möjlig mat eller inte och vilka livsmedel de eventuellt skär bort möglet på och äter resten.

Först ställs en screeningfråga för ta reda på hur många som alltid slänger möjliga livsmedel och hur många som i någon grad skär bort och äter upp resten. Övriga frågor ställdes endast till de som svarat att de i någon grad äter eller tar vara på möjliga livsmedel.

Fakta om mögel

Del 1 av 2

I vissa fall kan möglet tas bort

Du bör inte äta mat som möglat eftersom det kan finnas mögelgifter i den. Mögelgifterna är mer eller mindre skadliga för hälsan. Livsmedelsverkets generella råd att inte äta livsmedel som har möglat.

Men det finns några undantag. På vissa livsmedel kan du ta bort den mögelangripna delen med marginal och äta resten.

Det är också bra att känna till att det inte kan bildas mögel i frysen.

Mat som kan ätas när möglet tagits bort

Citrusfrukter: Skär bort mögel med minst två centimeters marginal.

Förpackning med frukt, bär eller grönsaker: Rensa bort de som har möglat. Övriga går bra att äta.

Hårdost: Skär bort mögel med minst två centimeters marginal.

Nötter och torkad frukt: Sortera bort missfärgade, skruppna och synbart mögliga nötter eller torkade frukter.

Potatis: Skär bort mögel med minst två centimeters marginal.

Sylt och mos: Sylt och mos där man tillsatt minst 500 gram socker per kg bär eller frukt (33 gram socker per 100 gram färdig sylt eller mos) går att äta om du tar bort mögelskiktet med ungefär två centimeters marginal.

Äpplen: Skär bort mögel med minst två centimeters marginal.

Fakta om mögel

Del 2 av 2

Övriga livsmedel: Ät inte mat som möglat

För övriga livsmedel är Livsmedelsverkets råd att inte äta dem om de har möglat.

Några exempel:

- I mjuka och vattniga frukter och grönsaker som till exempel **tomater** och **päron** kan mögelgifter spridas inuti hela frukten eller grönsaken. Då hjälper det inte att skära bort möglet.
- Mögliga **fikon**, **dadlar** och **vindruvor** kan innehålla aflatoxin eller ochratoxin A som är de mest hälsoskadliga mögelgifterna utifrån vad vi vet idag.
- I **bröd** som har möglat kan mögelgifter spridas i hela brödet eftersom mögelsvampen har tunna trådar – hyfer – som lätt kan växa in i brödet.
- Om det har bildats mögel i **saft** kan mögelgifter spridas i hela saftflaskan.

Förebygg mögel

Genom att ta hand om, förvara och tillaga maten rätt kan du förebygga att maten möglar.

Bröd: Dela upp i mindre förpackningar och frys in.

Bär: Korttidsförvara så svalt som möjligt. Långtidsförvara i frys.

Frukt och grönsaker: Se till de inte skadas. Vid skador på skalet kan mögelsvampar få fäste. Det gäller särskilt tunna skal, som på tomater, päron, och nektariner.

Saft: Gör aldrig saft av mögliga bär. Använd rena, gärna upphettade, flaskor och skruva på locket direkt efter påfyllningen. En kombination av socker och konserveringsmedel fördröjer mögelangrepp. Du kan också frysa in saften i mindre portioner.

Sylt och mos: Använd aldrig mögliga bär eller frukter. Frys in sylt eller mos som innehåller mindre än 500 gram socker per kilo bär eller frukt. Det motsvarar 33 gram socker per 100 gram färdig sylt eller mos.

[Läs mer om Mögliga livsmedel](#)
på Livsmedelsverkets webbplats

Resultat



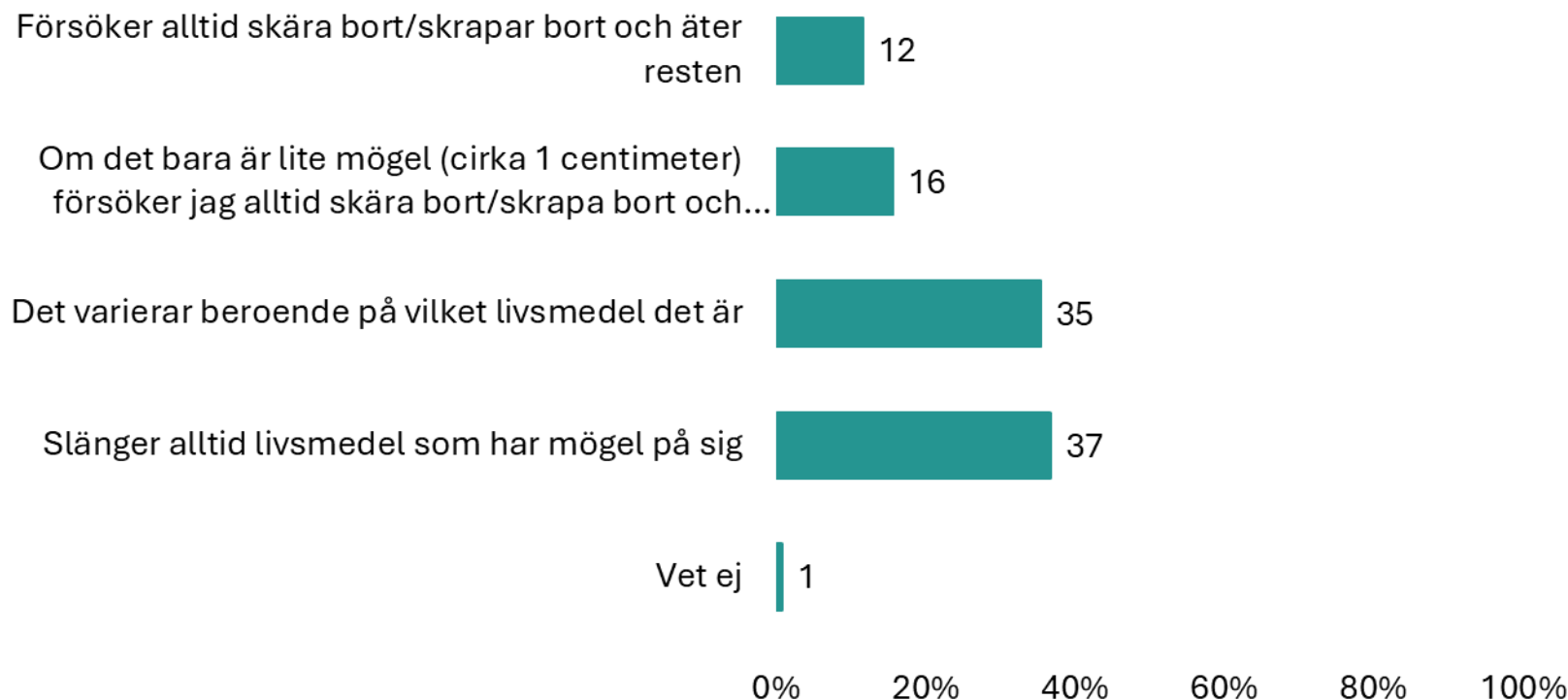
Origo Group

Mögel i livsmedel

Andelen av respondenter, inklusive de som screenats ut, som alltid slänger livsmedel som har mögel på sig är nästan två av fem respondenter (37 procent).

OBS! Svaren på följande sidor baseras på dem som i någon grad hanterar mögliga livsmedel dvs svarat något av de tre översta alternativen på frågan i denna bild.

Vad gör du med frukt, grönsaker, ost, bröd, sylt och andra livsmedel som har möglat lite grann? Max 1 cm ungefär som en tio-krona.



Mögel i livsmedel

Av de som tar bort mögel

Av dem som skär/skrapar bort mögel på livsmedel uppger nästan en av fem respondenter att de alltid försöker skära/skrapa bort mögel på livsmedlet (19 procent).

En av fyra respondenter försöker alltid skära/skrapa bort mögel om det är cirka 1 centimeter (25 procent).

Nästan tre av fem respondenter säger att det varierar beroende på vilket livsmedel det är (57 procent).

Vad gör du med frukt, grönsaker, ost, bröd, sylt och andra livsmedel som har möglat lite grann? Max 1 cm ungefär som en tio-krona.

Försöker alltid skära bort/skrapar bort och äter resten



Om det bara är lite mögel (cirka 1 centimeter) försöker jag alltid skära bort/skrapa bort och äter resten



Det varierar beroende på vilket livsmedel det är



0% 20% 40% 60% 80% 100%

Mögel i livsmedel

Av de som tar bort mögel

Signifikanta skillnader mellan grupper

Äldre respondenter (65-84 år) slänger i signifikant lägre utsträckning alltid livsmedel som har mögel på sig än alla andra åldersgrupper.

Män anger i signifikant högre utsträckning än kvinnor att de alltid försöker skära bort/skrapa bort mögel på livsmedel. Kvinnor anger i signifikant högre utsträckning än män att hur de hanterar mögel på livsmedel varierar beroende på vilken typ av livsmedel det är.

Uppfattningar om mögel i livsmedel

Av de som tar bort mögel

Av dem som skär bort mögel på livsmedel uppger ungefär två av tre respondenter att mögel kan bilda hälsoskadliga gifter (64 procent).

En fjärdedel tror att mögel är ofarligt men luktar och smakar illa (25 procent).

En av tio respondenter tror mögel är hälsoskadligt, men blir ofarlig när maten upphettas (10 procent).

Nästan en av tio tror att mögel alltid orsakar magsjuka (9 procent).

Lite mer än en tiondel anger att de inte vet (11 procent).

Vilka av följande påståenden stämmer med din uppfattning?



Uppfattningar om mögel i livsmedel

Av de som tar bort mögel

Signifikanta skillnader mellan grupper

Det finns signifikanta skillnader mellan män och kvinnors uppfattning om mögel i livsmedel. Kvinnor är i högre utsträckning än män av uppfattningen att mögel kan bilda gifter som är hälsoskadliga, medan män i signifikant högre utsträckning tror att mögel är ofarligt, men luktar och smakar illa samt att mögel alltid orsakar magsjuka.

Bland unga respondenter (18-34 år) så syns en signifikant högre skillnad gentemot de äldre åldersgrupperna (50-64 år och 65-84 år) i uppfattningen om att mögel kan bilda gifter och att mögel alltid orsakar magsjuka. Även de i åldersgruppen 35-49 år har en signifikant högre uppfattning om att mögel alltid orsakar magsjuka.

Tittar man på utbildning, så har respondenter med 2-årig gymnasieutbildning en signifikant lägre andel respondenter som är av uppfattningen att mögel kan bilda gifter som är hälsoskadliga än andra utbildningsgrupper.

Respondenter med folk- eller grundskoleutbildning har en signifikant högre andel som anger att de inte vet.

Hantering av mögel i livsmedel (1 av 3)

Av de som tar bort mögel

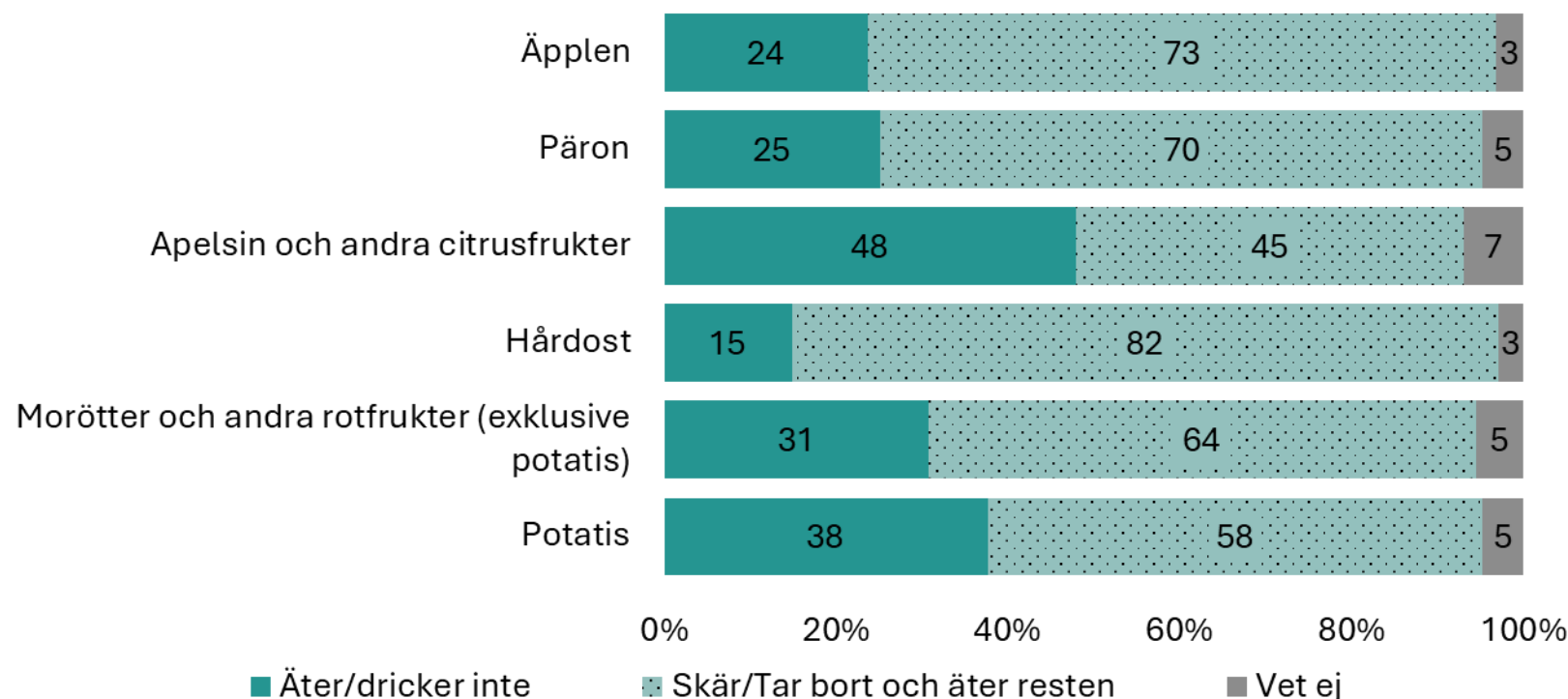
Nästan hälften av respondenterna äter inte apelsin eller andra citrusfrukter om de möglat lite grann (48 procent).

Fler än fyra av fem respondenter skär/tar bort och äter resten av hårdost (82 procent).

Sju av tio skär/tar bort och äter äpplen (73 procent) och päron (70 procent) om de möglat lite grann.

Tre av tio äter inte morötter och andra rotfrukter (31 procent). För potatis stiger andelen till nästan två av fem (38 procent).

Hur hanterar du följande livsmedel om de möglat lite grann (möglet är max ca 1 cm)?



Hantering av mögel i livsmedel (2 av 3)

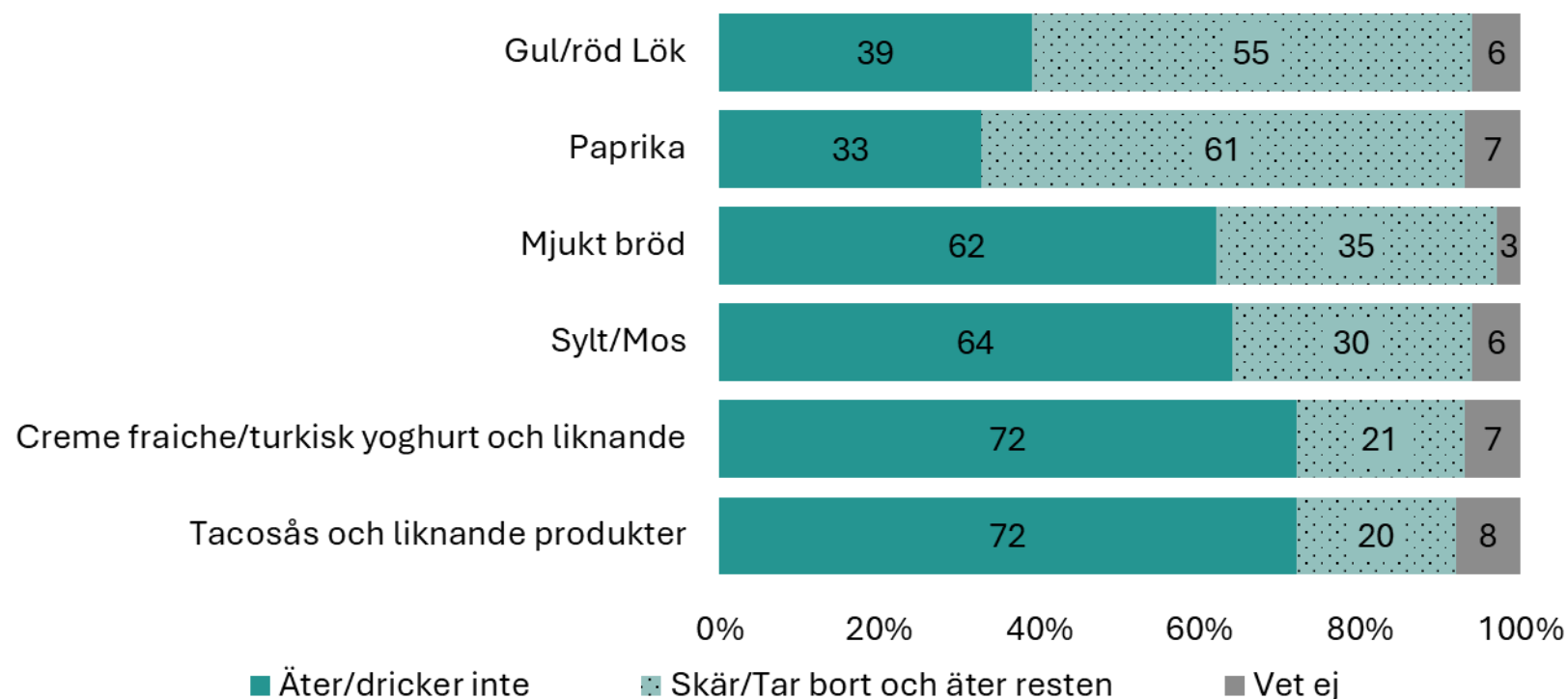
Av de som tar bort mögel

Sju av tio äter/dricker inte creme fraiche/turkisk yoghurt och liknande eller tacosås och liknande produkter om de möglat lite grann (72 procent).

Mer än hälften skär/tar bort möglet och äter resten av lök (55 procent), medan tre av fem gör detsamma med paprika (61 procent).

Tre av fem äter inte mjukt bröd (62 procent) eller sylt/mos (64 procent) om det är lite möjligt.

Hur hanterar du följande livsmedel om de möglat lite grann (möglet är max ca 1 cm)?



Hantering av mögel i livsmedel (3 av 3)

Av de som tar bort mögel

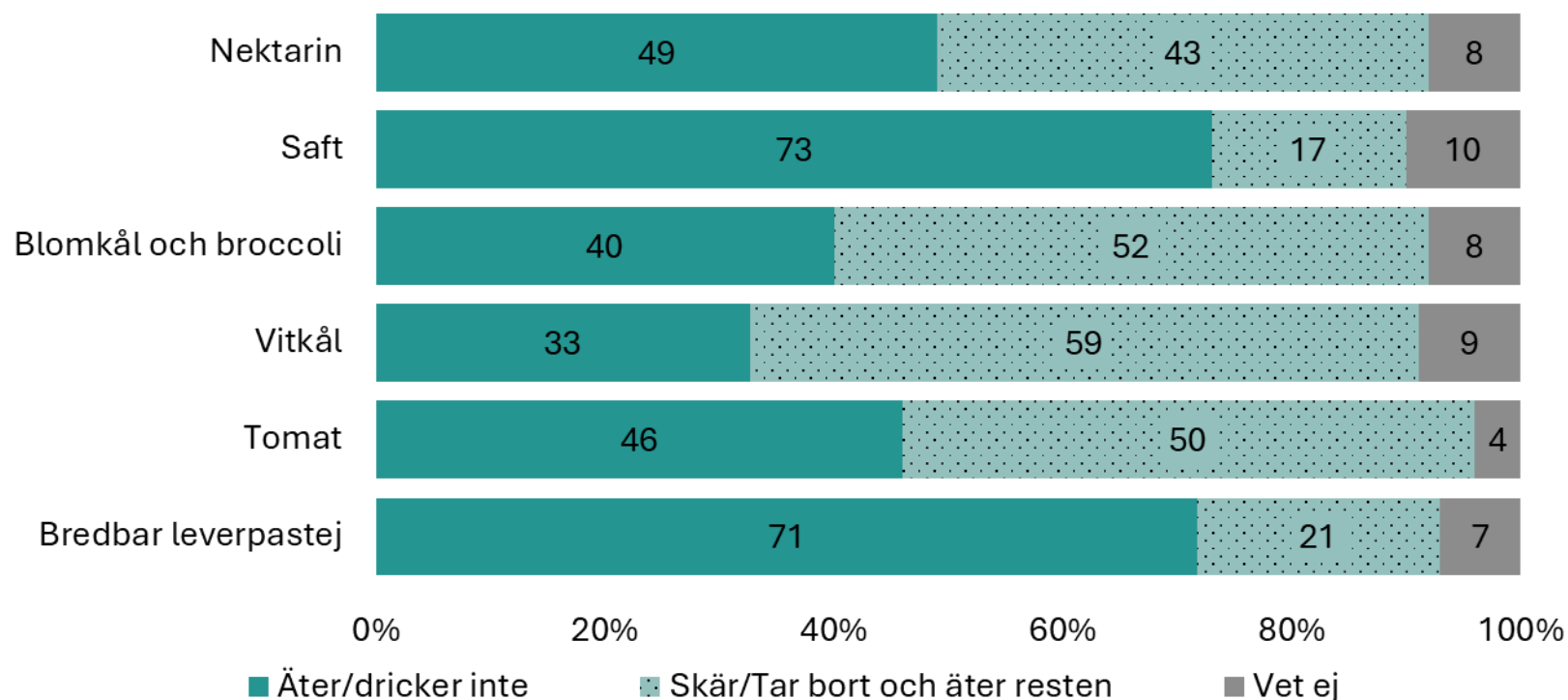
En av fem respondenter skär/tar bort möglet och äter resten när det gäller bredbar leverpastej (21 procent).

Nästan hälften äter inte nektarin (49 procent) eller tomat (46 procent) om de möglat lite grann.

En tredjedel anger att de inte äter vitkål (33 procent). Två av fem äter inte möjlig blomkål eller broccoli (40 procent).

Nästan tre av fyra respondenter dricker inte saft om det möglat lite grann (73 procent).

Hur hanterar du följande livsmedel om de möglat lite grann (möglet är max ca 1 cm)?



Hantering av mögel i livsmedel

Av de som tar bort mögel

Signifikanta skillnader mellan grupper

Inga signifikanta skillnader syns mellan könen, förutom hos morötter och andra rotfrukter, där kvinnor skär/tar bort möglet i signifikant högre utsträckning än män.

Det finns däremot ganska många signifikanta skillnader mellan åldersgrupperna. Framförallt mellan yngre och äldre.

Yngre anger i signifikant högre utsträckning att de inte äter frukt som möglat lite grann (så som äpplen, päron, nektariner, apelsin och andra citrusfrukter), många grönsaker (blomkål/broccoli, vitkål, paprika), rotfrukter, sylt/mos och hårdost jämfört med äldre respondenter (framförallt de i 65-84 års ålder).

Respondenter med lägre utbildning skär/tar bort och äter hårdost i signifikant högre utsträckning än respondenter med högskole- eller universitetsutbildning. Respondenter med 3-4-årig gymnasieutbildning äter i lägre utsträckning creme fraiche/turkisk yoghurt, tacosås samt blomkål/broccoli, vitkål och tomat jämfört med dem med en högskole-universitetsutbildning

Inga signifikanta skillnader syns mellan olika inkomstnivåer, förutom mjukt bröd där låginkomsthushåll skär/tar bort och äter resten i signifikant högre utsträckning än hushåll med en medelhög inkomst.

Hantering av möjliga livsmedel i förpackning

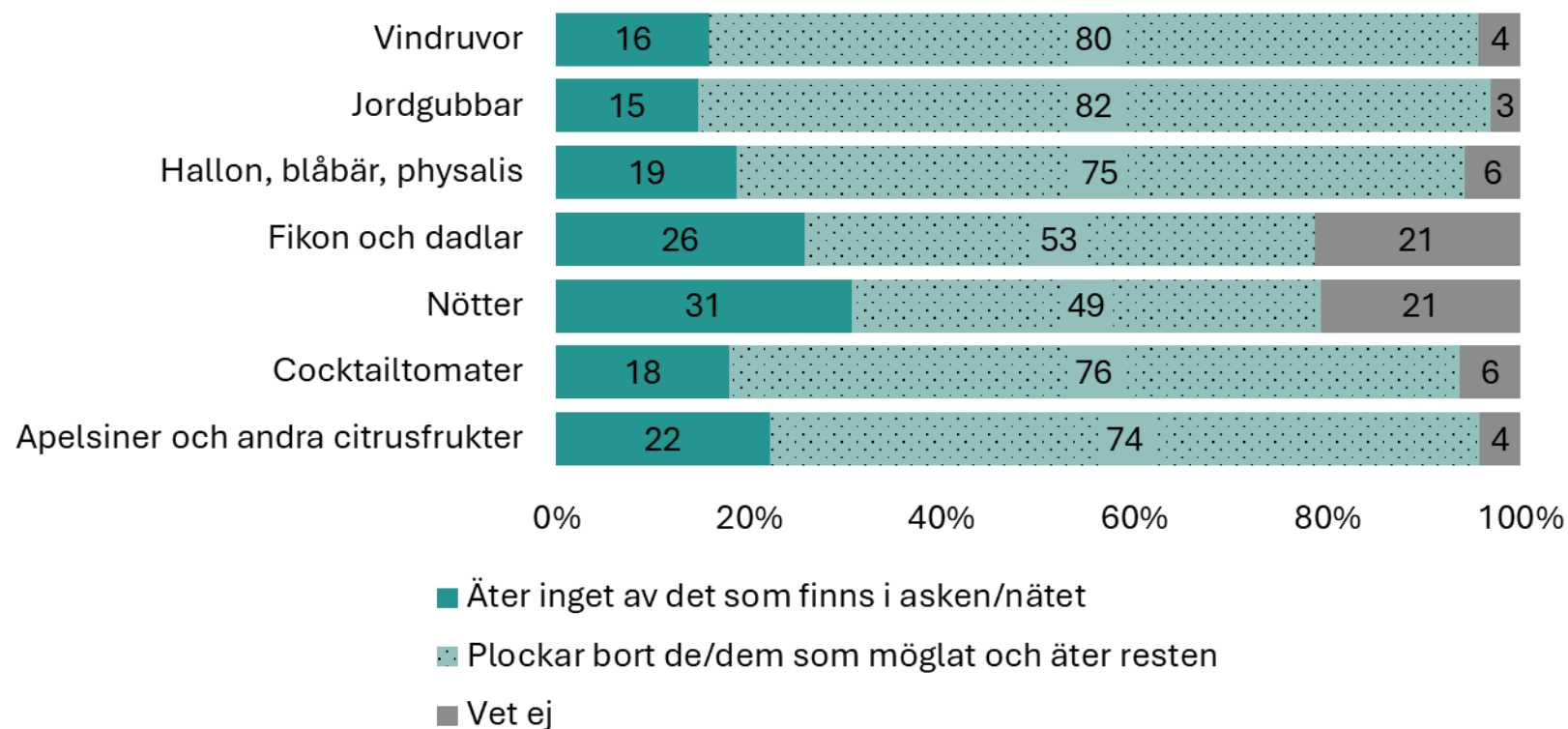
Av de som tar bort mögel

Tre av fyra respondenter plockar bort de/dem som möglat och äter resten när det gäller hallon, blåbär, physalis (75 procent), cocktailtomater (76 procent), apelsiner och andra citrusfrukter (74 procent).

Fyra av fem respondenter plockar bort de/dem som möglat hos vindruvor (80 procent) och jordgubbar (82 procent).

Hälften gör detsamma för fikon och dadlar (53 procent) samt nötter (49 procent).

Vad gör du med följande livsmedel om någon/några i förpackningen har möglat?



Hantering av möjliga livsmedel i förpackning

Av de som tar bort mögel

Signifikanta skillnader mellan grupper

Män äter inget av vindruvor, jordgubbar, apelsin och andra citrusfrukter samt hallon, blåbär och physalis i signifikant högre utsträckning än kvinnor om någonting möglat i asken/nätet.

Det finns flera signifikanta skillnader mellan åldersgrupperna. Framförallt de yngre äter inget av det som finns i asken/nätet i högre utsträckning, jämfört med de äldre respondenterna (signifikanta skillnader i alla kategorier, förutom nötter).

Äldre plockar i signifikant högre utsträckning jämfört med yngre bort de/dem som möglat och äter resten i flera av livsmedlen.

Respondenter med hög inkomst plockar bort de som möglat och äter resten i signifikant högre utsträckning än respondenter med medel inkomst när det gäller apelsiner och andra citrusfrukter, medan de med medel och medelhög inkomst inte äter något i signifikant större utsträckning än hög inkomst gällande nötter.

Detta är även sant för respondenter med medelhög inkomst gentemot hög inkomst när det gäller jordgubbar.

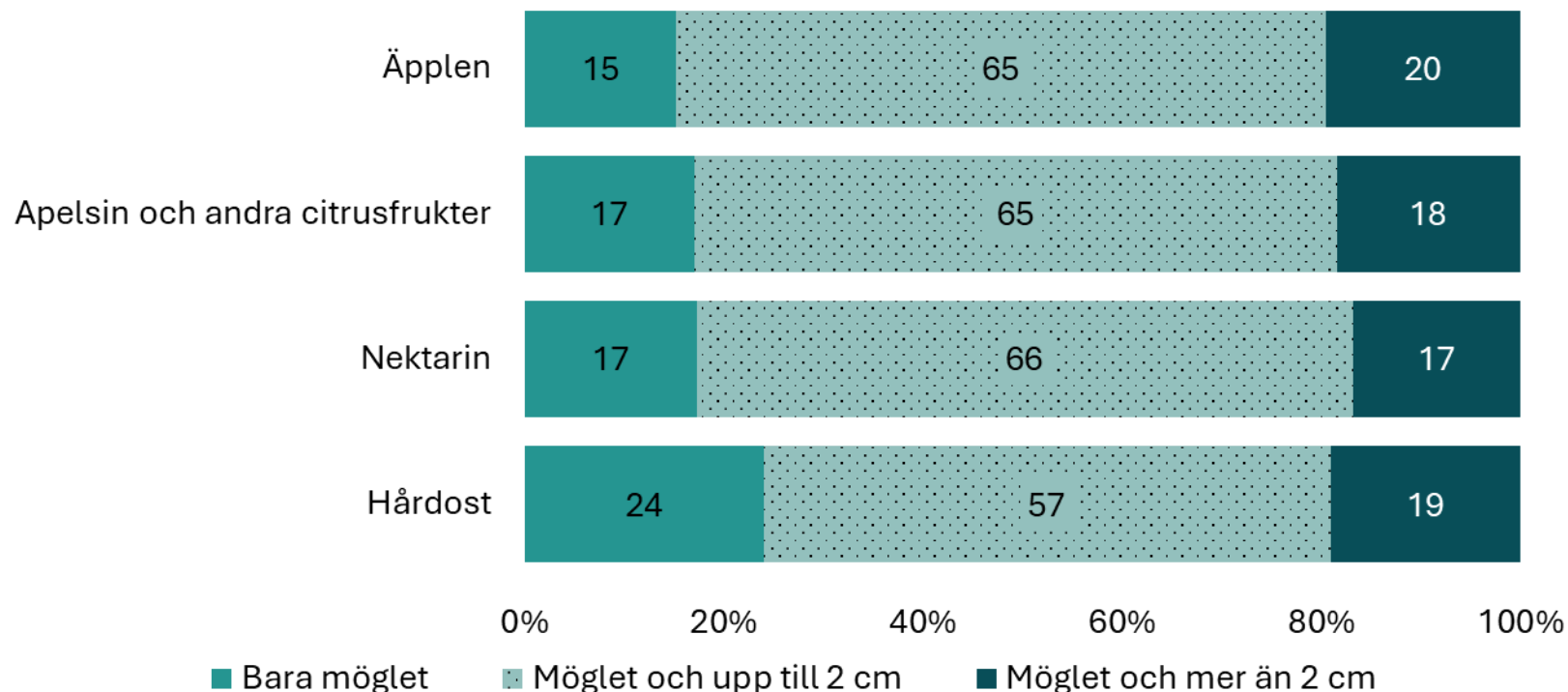
Borttagning av mögel (1 av 2)

Av de som tar bort mögel och äter resten

Frukt (äpplen, apelsin och andra citrusfrukter samt nektariner) behandlas ungefär på samma sätt totalt sett av respondenterna: cirka två tredjedelar tar bort möglet och upp till två centimeter (65-66 procent), en femtedel tar bort mer än två centimeter (17-20 procent) och cirka en av sex tar bara bort möglet (15-17 procent).

En fjärdedel av respondenter tar bara bort möglet på hårdost (24 procent), medan nästan en femtedel tar bort möglet och mer än två centimeter (19 procent).

**Du svarade att du skär/tar bort eventuellt mögel och äter resten.
Ungefär hur mycket skär/tar du bort för nedanstående livsmedel?**



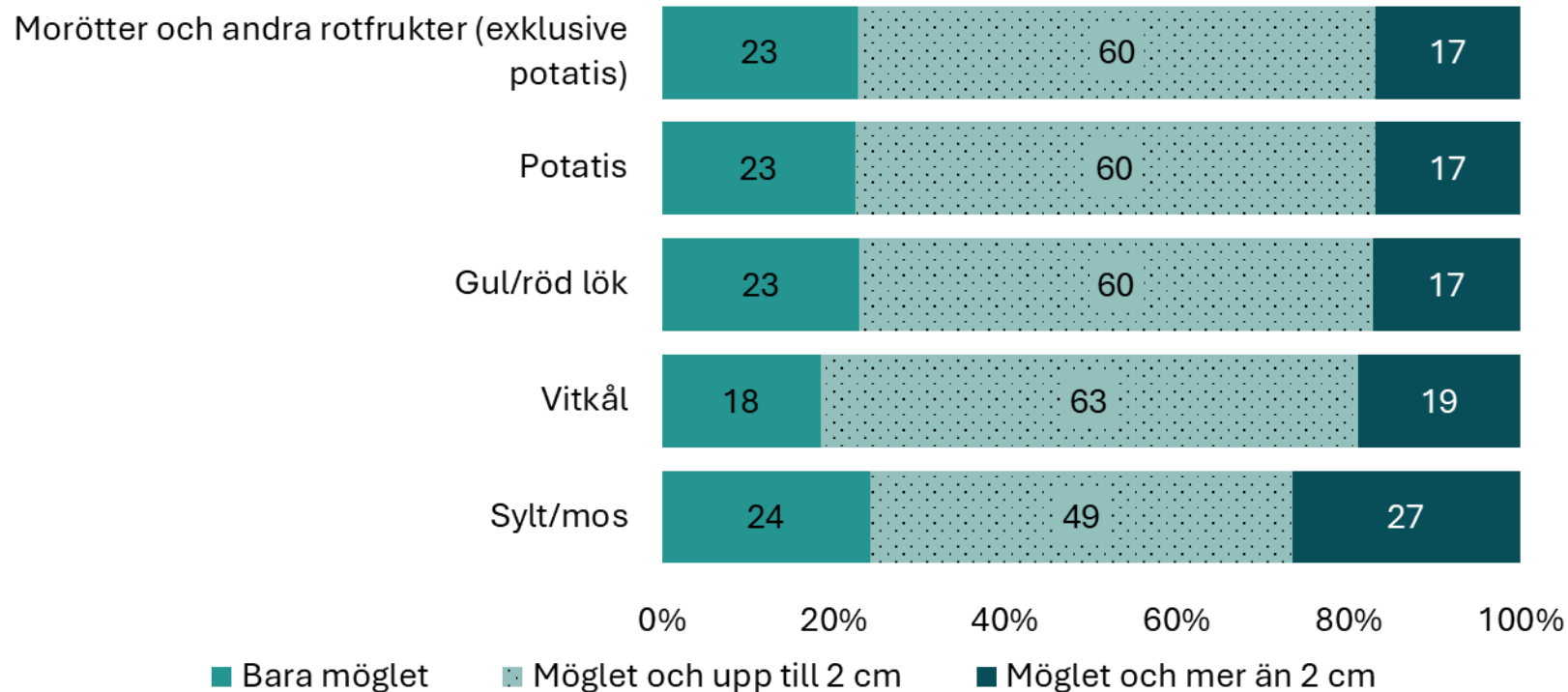
Borttagning av mögel (2 av 2)

Av de som tar bort mögel och äter resten

Grönsaker behandlas också generellt på samma sätt av respondenterna: knappt en fjärdedel tar bara bort möglet på rotfrukter, potatis och lök (23 procent), medan cirka en femtedel gör det på vitkål (18 procent). Tre av fem skär bort möglet och upp till två centimeter på grönsaker (60-63 procent) och lite mindre än en av fyra tar bort mer än två centimeter (17-19 procent).

Ungefär hälften tar bort möglet och upp till två centimeter av sylt/mos, medan ungefär var fjärde bara tar bort möglet (24 procent) samt möglet och mer än två centimeter (27 procent).

**Du svarade att du skär/tar bort eventuellt mögel och äter resten.
Ungefär hur mycket skär/tar du bort för nedanstående livsmedel?**



Borttagning av mögel

Av de som tar bort mögel och äter resten

Signifikanta skillnader mellan grupper

Av de respondenter som skär/tar bort mögel och äter resten, så finns det ett par signifikanta skillnader mellan olika grupper.

Män tar bara bort möglet på äpplen och tar bort möglet och upp till två centimeter på hårdost i signifikant högre utsträckning än kvinnor - medan kvinnor tar bort möglet och upp till två centimeter i signifikant högre utsträckning än män när det gäller vitkål, nektarin, morötter och andra rotfrukter samt hårdost.

Äldre respondenter (65-84 år) tar i signifikant högre utsträckning bara bort möglet på hårdost än de yngsta respondenterna (18-34 år) och de mellan 50-64 år.

Respondenter mellan 35-49 år tar i signifikant större utsträckning bort möglet och mer än två centimeter på apelsin och andra citrusfrukter än respondenter mellan 50-64 år.

Högskole-/universitetsutbildade tar i högre andel än respondenter med 2-årig gymnasieutbildning bort möglet och mer än två centimeter på hårdost, potatis och vitkål.

Låginkomstrespondenter tar bara bort möglet på morötter och andra rotfrukter samt möglet och upp till två centimeter på sylt/mos i signifikant större andel än de med hög inkomst. Medan de med hög inkomst tar bort möglet och mer än två centimeter i högre utsträckning än de med låg inkomst.

Om undersökningen



Om undersökningen

Del 1 av 5

Undersökningen har genomförts under perioden 30 april till 15 maj 2024 av Origo Group.

Enkäten har besvarats via panel, där e-post skickats ut till målgruppen (konsumenter, 18 år och äldre, som inte alltid slänger livsmedel som har mögel på sig) innehållande en beskrivning av undersökningen och en länk till enkäten. Insamling har pågått tills man uppnått ett representativt urval baserat på kön, ålder och geografisk tillhörighet.

Totalt antal svar: 1 044 (1 665 inkl. respondenter som inte tillhörde målgruppen).

Läs mer om Origo Group på www.origogroup.com.

Kontaktperson på Livsmedelsverket: Karin Fritz
Projektledare på Origo: Peter Linsér

Om undersökningen

Del 2 av 5

Datainsamling

Undersökningen har genomförts med hjälp av en Webbpanel (CINT). Det är samma metod och panel som använts i tidigare undersökningar som utförts i samarbete med Livsmedelsverket.

Anledningen till att välja webbpanel är att paneler visat sig vara en tillförlitlig, snabb och kostnadseffektiv metod i undersökningar som riktar sig till allmänheten. Tester har också visat att blandrekryterade paneler (CINT) ger en lika hög svars kvalitet som slumpmässigt rekryterade paneler.

I dagsläget finns i Sverige ca 500 000 medlemmar i över 50 paneler i Cint Opion Hub, och Origo Groups egen panel är en av dem. Alla paneler i Cints teknik följer ESOMARs rekommendationer för marknadsundersökningar online.

Medlemmarna kan själva välja när och hur ofta de vill svara på enkäter men minst tio dagar ska förflyta innan en person återigen kan bli inbjuden att delta i en ny undersökning.

För att säkerställa ett representativt urval har Origo Group valt att stratifiera undersökningen med hänsyn tagen till kön, ålder och geografisk spridning. För deltagande från olika grupper se tabeller nedan.

Målgrupper och urval

För att säkerställa ett representativt svarsunderlag har undersökningen stratifierats med hänsyn till kön och ålder samt geografisk spridning.

I tabellen till höger visas hur svaren fördelar sig på ålder och kön jämfört med folkmängden.

Målgrupper	Antal svar	Andel svar	Andel i Sveriges befolkning 18-84 år 2024
Man, 18-34 år	213	28%	28%
Man, 35-49 år	194	25%	25%
Man, 50-64 år	195	25%	24%
Man, 65-85 år	168	22%	23%
Totalt	770	100%	100%
Kvinna, 18-34 år	223	25%	27%
Kvinna, 35-49 år	232	26%	25%
Kvinna, 50-64 år	242	27%	24%
Kvinna, 65-85 år	198	22%	25%
Totalt	895	100%	100%

Om undersökningen

Geografiska områden

I tabellen till höger visas hur svaren fördelar sig på områden jämfört med folkmängden.

Geografiska områden	Antal svar	Andel svar	Andel i Sveriges befolkning 18-80 år 2024
1) Stockholm	359	22%	23%
2) Östra Mellansverige	277	17%	17%
3) Småland med öarna	130	8%	8%
4) Sydsverige	245	15%	15%
5) Västsverige	335	20%	20%
6) Norra Mellansverige	147	9%	8%
7) Mellersta Norrland	59	4%	4%
8) Övre Norrland	106	6%	5%
Totalt (exkl. okänt område)	1 658	100%	100%



Signifikanstest

Nollhypotesen vid signifikanstesten är att det inte finns några skillnader mellan grupperna. Om resultatet avviker tillräckligt mycket från resultatet mellan grupperna förkastas nollhypotesen. När nollhypotesen förkastas är skillnaden signifikant, vilket innebär att resultaten är statistiskt säkerställda och inte beror på slumpen.

Signifikansnivån har fastställts till 5 procent, vilket innebär risken att förkasta en sann nollhypotes.

Tester som används:

- z-test vid jämförelser mellan grupper

