



Kylling

Hvad er kylling?

En kylling er en ung høne eller hane. Når vi producerer kyllinger for at bruge dem til mad, kalder vi dem også for fjerkræ.

Måske spiser du også kylling nogengange? Det kunne for eksempel være:

- **Kylling i strimler** på pizza eller i pitabrød
- **Kyllingelår** eller **kyllingenuggets** i madpakken eller til aftensmad
- Tarteletter med **høns i asparges**
- **Helstegt kylling** med kartofler og salat
- **Kylling i karry** med ris

De officielle Kostråd - godt for sundhed og klima siger:

Spis planterigt, varieret og ikke for meget.

Spis mindre kød – vælg bælgrugter og fisk.

Begræns forarbejdet kød mest muligt, dvs. kød der fx er røget og saltet.

Sæson i Danmark

I Danmark producerer vi kyllinger hele året rundt.

Ernæring

Kyllingekød har et højt indhold af **protein**. Derudover indeholder det de fleste **B-vitaminer** og mineralerne **kalium**, **fosfor** og **selen**.

Klimabarometer

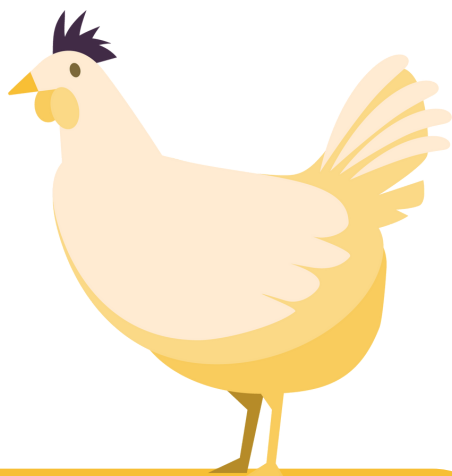
Produktionen af 1 kg. kylling udleder i gennemsnit **2,6 CO₂e**. Kylling er noget af det kød, der har det laveste klimaaftryk.

Produktion af kylling

Når man producerer kyllinger i Danmark, har man dem i store stalde med op til 40.000 kyllinger i en flok!

Kyllingerne er indendørs hele deres liv indtil de slagtes, når de er omkring **1 måned** gamle. Når kyllingerne lever på denne måde kalder man det **konventionel produktion**. Omkring 95% af alle kyllinger i Danmark er konventionelle.

Når du kigger efter et produkt med kylling i butikken, kan du måske også finde en **økologisk kylling** eller en **kylling fra friland**. Her er der andre krav til produktionen. For eksempel skal kyllingerne have mulighed for at komme udenfor. En økologisk kylling bliver omkring **2 måneder** gammel, mens en kylling fra friland er ca. **2,5 måneder**, når den slagtes. Både økologiske kyllinger og kyllinger fra friland har også mere strikse krav til, hvor hurtigt kyllingerne må vokse og der er også krav til, at de skal have mere plads, der hvor de bor, end de konventionelle kyllinger.



Vidste du...

Kyllingekød kalder man for **hvidt kød**, mens man kalder okse- og grisekød for **rødt kød**. Rødt kød kommer fra dyr med fire ben og hvidt kød kommer fra dyr med to ben.

Vidste du...

I 2021 blev der slagtet omkring **100 millioner kyllinger** i Danmark. Det svarer til, at der hver dag slagtes omkring **en kvart million kyllinger!**

Omkring 50% af de kyllinger vi producerer i Danmark, sælger vi til udlandet.

Kyllingekød og salmonella

Måske har du hørt om salmonella? **Salmonella er en gruppe bakterier, som vi mennesker kan blive syge af.**

Kyllinger kan nemt blive smittet med salmonella. De bliver ikke selv syge af bakterierne, men bakterierne kan komme med over i det kød, vi spiser og gøre os mennesker syge.

I Danmark er vi blevet rigtig gode til at sørge for, at vores kyllinger ikke får salmonella, så det er ikke en lige så stor udfordring i dag, som det har været tidligere.

Det er dog stadig vigtigt at du husker:

1. **at vaske hænder** når du har rørt ved råt kød.
2. **at vaske skærebræt**, kniv og andre ting der har rørt ved råt kød godt af.
3. **at gennemstege kødet**

Hvis man bliver syg med salmonella kan man få kvalme, diarré, ondt i maven og feber. Som regel går det over af sig selv, men det er selvfølgelig altid en god idé at tale med sin læge, hvis man bliver syg.

Kyllingens vej fra jord til bord

Følg med på rejsen for en konventionel kylling:



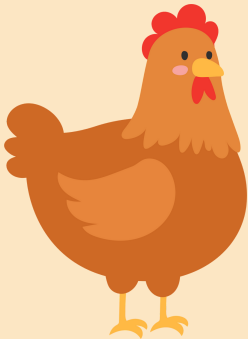
1.

Kyllingen klækker af ægget efter ca. 3 uger i rugemaskine.



2.

Næste dag kommer kyllingen i en kyllingestald med op til 40.000 andre kyllinger.



3.

Kyllingen vokser sig hurtigt stor. Efter en måned vejer den omkring 2 kg og skal slagtes.



4.

På slagteriet bliver nogle kyllinger skåret op til forskellige udskæringer, for eksempel kyllingelår og bryst og bliver sendt direkte til butikkerne.



5.

Andre kyllinger skal først laves til færdigprodukter som kyllinge nuggets eller kyllingepålæg.

Madkultur

Høns og andet fjerkræ kom ret sent til Danmark i forhold til andre husdyr som grise, køer og får. Man mener, at det var romerne, der viste os fjerkræet omkring år 0. Siden da er vi blevet meget glade for hønen. Tidligere var det et smart husdyr at have på landet, da man fik æg fra hønen og senere kunne spise kødet fra den.

Først fra 1950'erne blev den store produktion af slagtekyllinger sat i gang. Siden da har man udviklet kyllingeracerne, så de vokser hurtigere og samtidig spiser mindre foder.

I 2021 var den mest populære ret til aftensmad (udover rugbrødsadder) kylling med tilbehør. De fleste danskere (87% i 2021) spiser kylling og synes også, at det er vigtigt, at den er produceret i Danmark.

Tænkebollen

- Kan du nævne nogle retter med kylling i?
- Kan du nævne forskellige udskæringer fra kyllingen? Hvad for en udsækering fra kyllingen bruger man eksempelvis typisk i wokretter, og hvad med til kyllingefrikadeller?

Vidste du...

I Danmark er vi ikke så gode til at spise **kyllingevinger, -lår og -fødder**, men i andre lande er det faktisk delikatesser! Derfor sælger vi de ting til udlandet, så de ikke går til spilde.



Klimaaftryk af kyllingekød

Kød fra kvæg er blandt de fødevarer, der har allerhøjest klimaaftryk. For at sænke vores klimaaftryk er det derfor vigtigt, at man tænker over, hvor meget okse- og kalvekød man spiser.

I Danmark skal vi spise mindre kød, end vi gør i dag for at **mindske vores klimaaftryk.**

Vi har vænnet os til at spise meget kød, fordi kød er centrum i mange traditionelle danske retter og der tidligere var høj status i at spise meget kød. De officielle Kostråd siger, at **350 g kød om ugen** er tilpas for en voksen. Som barn kan man derfor spise lidt mindre end dette. Det svarer til at **2-3 aftensmåltider** om ugen indeholder lidt kød.

Hvorfor er kylling mere klimavenligt end kød fra køer og lam?

Kyllinger har kun én mave ligesom os, mens køer og lam har hele fire maver! Det gør, at køer og lam bøvser store mængder **methan**, en drivhusgas, der er **25 gange kraftigere end CO₂** og derfor bidrager til drivhuseffekten, der **skaber klimaforandringer**. Blandt andet derfor har kød fra køer og lam et meget højere klimaaftryk end kød fra gris og kylling.

Ross, en klimavenlig kyllingerace?

Sidste gang du satte tænderne i noget kylling, så var det nok en Ross kylling. Det er nemlig den mest almindelige kyllingerace i Europa. Fra en kylling klækker ud af ægget, til den slægtes efter 35 dage, vokser den fra 40 g til 2 kg. og spiser i alt kun omkring 1,5 kg. foder!

Fordi den vokser hurtigt og ikke spiser særlig meget foder, er det den kyllingerace med den laveste klimabelastning.

Tænkebollen

- Hvor mange måltider med kød har I spist hjemme hos dig inden for den sidste uges tid?
- Kan du komme på retter hvor man kunne erstatte kødet med noget andet - fx bælgfrugter?

Vidste du...

En dansker spiser omkring **3 gange så meget** kød om ugen, end det er anbefalet i De Officielle Kostråd. Vi spiser nemlig i gennemsnit 1 kg. kød om ugen, men kostrådene anbefaler kun 350 g. kød om ugen for en voksen.



Under den grønne lup

Et godt liv på 35 dage? #1

Alle de kyllingeracer vi bruger til produktion af kyllingekød stammer fra den vilde junglehøne Bankiva, der stadig lever i Sydøstasiens skove. Siden dengang har vi udviklet racerne til at passe til vores behov. De kyllingeracer, vi bruger i dag, får derfor hurtigt en masse kød på kroppen og samtidig skal de ikke spise så meget for at vokse hurtigt. Man slakter kyllingerne efter 35 dage og så sætter man et nyt hold i gang. Sådan producerer vi rigtig meget kyllingekød på en effektiv måde.

Men hvordan sikrer man, at den enkelte kylling har et godt liv i stalden i den måned, den lever?

Mange mener at slagtekyllinger i Danmark har god dyrevelfærd. Faktisk er den danske kyllingeproduktion også kendt i udlandet, fordi vi har rigtig godt styr på både kyllingernes dyrevelfærd og også leverer kød med høj kvalitet.

Hvad er dyrevelfærd?

Dyrevelfærd handler om hvorvidt dyrene har det godt eller dårligt. Altså om dyrene har haft et godt liv. Det er noget, vi skal forholde os til, med de dyr vi producerer for at spise dem - for eksempel kyllinger.

Når vi snakker om dyrevelfærd, skal vi tænke over, om kyllingerne har fået nok at spise, hvor meget plads kyllingerne har at gå på, og om de fryser, eller har haft ondt på andre måder. Vi kan også tænke over, om kyllingerne har mulighed for at opføre sig, som de ville gøre naturligt.

Når kyllingerne bliver slagtet og kommer i supermarkedet, er der stor forskel på, hvor godt de har haft det. Kyllinger med bedre dyrevelfærd koster tit mere, end dem der er blevet behandlet dårligere.





Under den grønne lup

Et godt liv på 35 dage? #2

I Danmark kan konventionelle kyllinger:

- gå frit rundt i stalden - de sidder ikke i bure
- spise foder og drikke vand når de har lyst
- holde varmen - man kontrollerer temperaturen i stalden, så den passer til kyllingerne
- have en døgnrytme selvom de er indenfor uden dagslys - lamper er tændt om dagen og slukket om natten

På 1 x 1 meter i stalden må der være omkring 20 kyllinger.

Man kan selv tænke over, om man synes at det er god dyrevelfærd. Nogle mener at kyllingerne skal have endnu mere plads og være udenfor noget af tiden. Så kan man købe økologiske kyllinger eller kyllinger fra friland. **Her må der maksimalt være 10-12 kyllinger på 1 x 1 meter og de kan komme udenfor.**

Økologiske kyllinger og kyllinger på friland vokser ikke lige så hurtigt som konventionelle kyllinger. Økologiske kyllinger må først slagtes efter 61 dage og dem på friland skal være 81 dage gamle. Til sammenligning slagtes konventionelle kyllinger efter 35 dage.

Hvad er dyreetik?

Etik handler om, hvordan man burde opføre sig som menneske. Vi er alle enige om, at mennesker ikke bør stjæle eller slå ihjel. Man kan sige, at det er regler hvert enkelt menneske handler ud fra og som vurderer, hvad der er dårlige og gode handlinger. Vi kan dog godt være uenige om disse regler. Er det for eksempel stadig forkert at stjæle hvis man nu er meget sulten, men ikke har nogen penge? Nogen vil sige ja og andre vil sige nej.

Dyreetik handler om, hvordan vi mennesker burde behandle dyr. I forhold til de mange dyr vi producerer og spiser, kan man diskutere, hvor vigtigt dyrevelfærden er og om det er vigtigt, at dyrene har haft et godt liv.

Nogen synes, at det er lige meget fordi dyrene alligevel skal slagtes og spises. For andre er det vigtigt at vide, at de dyr man spiser, har haft det godt.

Nogle mener, at det er helt forkert at spise dyr og spiser derfor vegetarisk eller vegansk. At tage stilling til om man vil spise kød eller ej kan være et dyreetisk dilemma. Der er ikke noget rigtigt eller forkert svar, og det er helt normalt, at man måske ikke er enig med sine venner eller familie.