

Pariisista Etelä-Pohjanmaalle: mitä SIAL Paris 2026 opetti ruoan tulevaisuudesta?

13.11.2026

SIAL Paris -messut järjestettiin Pariisin Nord Villepinte -messukeskuksessa 17. – 21.10.2026. Ruokaprovinssi GOES -opintomatkan osallistujat tutustuivat messuihin kahtena viimeisenä messupäivänä. Noin 8000 näytteilleasettajaa ja noin 400 000 tuotetta teki tapahtuman mittakaavan nopeasti selväksi.

Proteiinia kaikille ja kaikkialle

Yksi messujen näkyvimmistä ilmiöistä oli proteiini, mikä ei toisaalta tullut yllätyksenä. proteiinipitoisuutta korostettiin useissa tuoteryhmissä, välipaloissa, snackseissa, kasviproteiinituotteissa ja jopa lasten maissinaksuissa. Tämä pisti pohtimaan, että onko proteiinin lisäämiselle lasten välipaloihin todellista ravitsemuksellista tarvetta vai mennäänkö tässä vain proteiinibuumin varjolla. Suomessa lasten proteiininsaanti on yleisesti riittävää jo tavanomaisesta ruokavaliosta, ja erillisille proteiinipitoisille tuotteille ei ole tarvetta eikä niitä suositella käytettäväksi (Yle, 2014). Myös lastenruokavalmistaja Semper (2022) muistuttaa, että erityisesti alle kaksivuotiaiden lasten liiallinen proteiininsaanti voi olla haitallista. Lisäksi varhainen liiallinen proteiininsaanti voi johtaa myöhemmällä iällä ylipainoon.

Terveys ja hyvinvointi ohjaavat tuotekehitystä

Proteiinin rinnalla messuilla nousi vahvasti esiin toinen ravintoaine: kuitu. Kuitupitoisuutta korostetiin perinteisten viljatuotteiden lisäksi muun muassa välipaloissa, patukoissa, jäätelöissä, juomissa ja kasvipohjaisissa lihankorvikkeissa. Kuitua ei markkinoida enää ainoastaan täysjyvätuotteiden ominaisuutena, vaan siitä on tullut kiinnostava lisäarvotekijä myös uusissa tuoteryhmissä.

Kuitutrendille löytyy myös ravitsemuksellisia perusteita. Suomalaisista naisista jopa 76 % ja 67 % miehistä saavat liian vähän kuitua ruokavaliostaan. Molemmilla saantisuositus on 25–35 g /vrk (Valsta ym., 2018). Kuidun kasvavaa kiinnostavuutta kuvastaa sosiaalisessa mediassakin levinnyt *fibermaxxing*-ilmiö, jossa pyritään tietoisesti lisäämään päivittäistä kuidunsaantia. Erityisesti TikTokissa näkyvyyttä saanut ilmiö on nostanut kuidun osaksi hyvinvointikeskustelua ja kuluttajien ruokavalintoja (Yliopiston apteekki, 2025). Messuilla nähty runsas kuitupitoisten tuotteiden tarjonta heijasteli osaltaan samaa kansainvälistä kiinnostusta kuitua kohtaan.

Kuidun lisäksi terveyteen ja hyvinvointiin liittyvät ominaisuudet näkyivät monipuolisesti. Tuotteisiin oli lisätty kollageenia, kreatiinia, magnesiumia sekä suoliston hyvinvointiin yhdistettyjä prebiootteja ja probiootteja. Samanaikaisesti korostettiin sokerittomuutta, lisäaineettomuutta ja muita ominaisuuksia, joiden avulla tuotteista pyrittiin rakentamaan mielikuvaa terveellisemmistä vaihtoehdoista.

Erään näytteilleasettajan kanssa käydyssä keskustelussa terveystuotteiden kehittämistä tarkasteltiin myös pidemmällä aikavälillä. Yrityksen tavoitteena oli kasvattaa uusi sukupolvi, jolle terveellisemmät ruokavalinnat olisivat luonteva osa arkea.



Kuva 1. Messuilla oli nähtävillä terveysbuumi (kuva: Jasmine Erkkilä).

Terveellisempää ruokaa uusilla valmistusmenetelmillä?

Ravitsemuksellisten ominaisuuksien lisäksi messuilla huomio kiinnittyi elintarvikkeiden uusiin valmistusmenetelmiin. Perinteiselle öljyssä friteeraukselle etsittiin vaihtoja esimerkiksi vettä hyödyntävillä valmistusmenetelmillä. Terveellisyyttä rakennettiin siis myös valmistusmenetelmän ympärille. Sveitsiläisen snack-tuotteita valmistavan yrityksen NUKT:in tuotteet valmistettiin ZEEN TECH -teknologialla, jossa perinteinen öljyssä uppopaistaminen on korvattu Fried in Water™ -menetelmällä. Näin sipseistä saadaan rapeita ilman öljyä ja parannettua ravitsemuksellista laatua.

Ravitsemuksellisesti kiinnostavia innovaatioita voidaan siis kehittää myös tutuista elintarvikkeista. Uusien raaka-aineiden etsimisen rinnalla kannattaa tarkastella, miten nykyisiä tuotteita ja niiden valmistusprosesseja voitaisiin kehittää vastaamaan paremmin kuluttajien muuttuviin tarpeisiin.

Kansainvälisistä trendeistä uusia ajatuksia Etelä-Pohjanmaalle

SIAL Paris -messujen ravitsemustrendit herättivät pohtimaan, millaisia mahdollisuuksia ne voisivat tarjota Etelä-Pohjanmaan elintarvikealalle. Erityisesti kuidun kasvava kiinnostavuus on alueen näkökulmasta merkittävä, sillä vahva viljantuotanto ja kotimaiset raaka-aineet tarjoavat hyvän lähtökohdan ravitsemuksellisesti kiinnostavien tuotteiden kehittämiselle.

Etelä-Pohjanmaan vahvuutena ovat laadukkaat raaka-aineet ja monipuolinen elintarvikealan osaaminen. Niiden pohjalta voidaan kehittää uusia ratkaisuja, joissa yhdistyvät kuluttajien tarpeet, hyvä maku ja ravitsemuksellinen laatu.

Jasmine Erkkilä
SEAMK

Kirjoittaja kehittää elintarvikealaa Seinäjoen ammattikorkeakoulussa Kestävät ruokaratkaisut -tiimissä. Artikkelin mahdollisti Euroopan unionin osarahoittama KYLIS – Kehityksellä ja yhteistyöllä lisäarvoa maatalouteen -hanke.

KYLIS – Kehityksellä ja yhteistyöllä lisäarvoa maatalouteen -hanke on saanut EU:n maaseuturahoitusta Etelä-Pohjanmaan ELY-keskukselta, jonka tehtäviä hoitaa nykyisin Etelä-Pohjanmaan elinvoimakeskus.

Lähteet

Yle. (2014). *Tarkkana välipalojen kanssa – Ravitsemusterapeutti: Ei ylimääräistä proteiinia lapsille.*https://yle.fi/a/3-7122056

Semper. (2022). *Lapset eivät tarvitse niin paljon proteiinia (kuin mitä luulet)!*https://www.semper.fi/faktapankki/kiinteiden-aloitus/lapset-ja-proteiini

Valsta, L., Kaartinen, N., Tapanainen, H., Männistö, S. & Sääksjärvi, K. (toim.). (2018). Ravitsemus Suomessa – FinRavinto 2017 -tutkimus (Raportti 12/2018). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-238-3

Yliopiston apteekki. (2025). *Kuitupitoinen ruokavalio ja trendikäs fibermaxxing – miten valita paras kuitulisä?*https://www.yliopistonapteekki.fi/ideat-ja-vinkit/kuitupitoinen-ruokavalio-ja-fibermaxxing