

# Encouraging public demand for sustainable, healthy plant protein products from intercrops

## Problem

Intercropping cereals and grain legumes for simultaneous harvest faces several barriers in post-harvest handling, including low awareness of benefits among consumers and value chain actors.

## Solution

Boosting the demand for legume-based foods will provide more possibilities to sell grain legumes in general, including products from intercropped legumes.

## Benefits

Eating legume-based foods enhances public health. Providing profitable outlets will encourage farmers to grow more intercropped legumes.

## Practical recommendations

To increase demand for a category of plant protein, multiple actors need to change their habits—not only consumers, but also retailers, processors, and public kitchens.

One option for tackling this challenge is to organise so called **food jams**: cooking sessions in groups where participants are provided with clear instructions, ingredients, and equipment to prepare one or several meals according to prepared recipes.

**Boosting public demand by spreading knowledge** and providing hands-on instructions on how to prepare tasty legume meals from local ingredients will help farmers to sell their intercropped legume products.

In Sweden, the communication project Food Jams translated results from research to short movies, articles, and recipes that explain the benefits of growing and eating legumes. The project also organised food jams for legume cooking, especially adapted to school kitchens, and produced instructions and material for others to also organise legume food jams.

## Applicability box

### Themes

Agroecology, Marketing and agricultural trade, Post-harvest management, Sustainable communities

### Keywords

Agroecology, Health foods, Marketing, Sustainability

### Context

Sweden

### Best in

Public kitchens, restaurants, media



Figure 1: Cooking peas and lentils that come from Swedish organic farms. Photo: [www.foodjams.se](http://www.foodjams.se)



Figure 2: Intercropped lentils and oats. Photo: Per Modig, Fagraslätt.

## Further information

### Further readings

- Bedoussac L, Journet EP, Hauggaard-Nielsen H, Naudin C, Corre-Hellou G, Jensen ES, Prieur L and Justes E (2015). Ecological principles underlying the increase of productivity achieved by cereal-grain legume intercrops in organic farming. A review. *Agronomy for Sustainable Development* 35, 911–935. <https://doi.org/10.1007/s13593-014-0277-7>.
- Rööf E, Carlsson G, Ferawati F, Hefni M, Stephan A, Tidåker P, Withhöft C (2020). Less meat, more legumes: prospects and challenges in the transition toward sustainable diets in Sweden. *Renewable Agriculture and Food Systems* 35, 192–205. <https://doi.org/10.1017/S1742170518000443>.

### Weblinks

- Fagraslätt <https://www.fagraslatt.se/>
- Food Jams [www.foodjams.se](http://www.foodjams.se)
- Check the [Organic Farm Knowledge Platform](https://www.organicfarmknowledgeplatform.eu/) for more practical recommendations.

## About this practice abstract

**Authors:** Georg Carlsson and Raj Chongtham, Swedish University of Agricultural Sciences SLU Alnarp, Department of Biosystems and Technology, PO Box 190, SE-234 22 Lomma. [www.slu.se](http://www.slu.se)

**Publisher:** IFOAM Organics Europe, Rue Marie Thérèse 11, 1000 Brussels -BE, [organicseurope.bio](http://organicseurope.bio)

**Date:** April 2026

**Contact:** [georg.carlsson@slu.se](mailto:georg.carlsson@slu.se)

**Review:** Boglarka Bozsogi, IFOAM Organics Europe; Christine Watson, SRUC; Odette Weedon, University of Kassel

**IntercropVALUES** aims to exploit the benefits of intercropping to design and manage productive, diversified, resilient, profitable, environmentally friendly cropping systems acceptable to farmers and actors in the agri-food chain. As a multi-disciplinary and multi-actor project, it brings together scientists and local actors representing the food value chain. It includes 27 participants from 15 countries (3 continents) from a wide diversity of organizations and stakeholders. The project will run for four years and started in November 2022.

**Project website:** <https://intercropvalues.eu/>

# Stimulera efterfrågan på hållbara och hälsosamma växtprotein-baserade livsmedel från samodling

## Problem

Samodling av spannmål och baljväxter för samtidig skörd försvåras av hinder i hanteringen efter skörd, bland annat bristande medvetenhet om fördelarna hos konsumenterna och aktörerna i värdekedjan.

## Lösning

Att öka efterfrågan på baljväxt-baserade livsmedel kommer att skapa fler möjligheter att sälja baljväxter, inklusive från samodling.

## Fördelar

Att äta livsmedel baserade på baljväxter förbättrar folkhälsan. Mer lönsamma avsättningsmöjligheter kommer att uppmuntra jordbrukarna att odla fler samodlade baljväxter.

## Praktiska rekommendationer

För att öka efterfrågan på växtprotein måste flera aktörer ändra sina vanor – inte bara konsumenterna, utan även produktutvecklarna, detaljhandeln, och storköken.

Ett sätt att ta itu med denna utmaning är att anordna så kallade foodjams: matlagningssessioner i grupp där deltagarna får tydliga instruktioner, ingredienser och utrustning för att tillaga en eller flera måltider enligt förberedda recept.

Att öka efterfrågan hos allmänheten genom att sprida kunskap och ge praktiska instruktioner om hur man tillagar smakrika baljväxtmåltider av lokala råvaror kommer att hjälpa jordbrukarna att sälja sina produkter från samodlade baljväxter.

I Sverige använde kommunikationsprojektet Food Jams forskningsresultat för att skapa kortfilmer, artiklar och recept som förklarar fördelarna med att odla och äta baljväxter. Projektet anordnade även foodjams för tillagning av baljväxter, särskilt anpassade för skolköken, och tog fram instruktioner och material så att även andra kan anordna liknande foodjams.

## Tillämpningsområde

### Teman

Agroekologi, marknadsföring och jordbrukshandel, hantering efter skörd, hållbara samhällen

### Nyckelord

Agroekologi, hälsosam mat, marknadsföring, hållbarhet

### Sammanhang

Sverige

### Bäst inom

Storkök, restauranger, media



Bild 1: Tillagning av ärtor och linser från svenska ekologiska gårdar. Foto: [www.foodjams.se](http://www.foodjams.se)



Bild 2: Samodling av linser och havre. Foto: Per Modig, Fagraslätt

### Mer information

#### Ytterligare läsning

- Bedoussac L, Journet EP, Hauggaard-Nielsen H, Naudin C, Corre-Hellou G, Jensen ES, Prieur L and Justes E (2015). Ecological principles underlying the increase of productivity achieved by cereal-grain legume intercroops in organic farming. A review. *Agronomy for Sustainable Development* 35, 911–935. <https://doi.org/10.1007/s13593-014-0277-7>.
- Rööf E, Carlsson G, Ferawati F, Hefni M, Stephan A, Tidåker P, Witthöft C (2020). Less meat, more legumes: prospects and challenges in the transition toward sustainable diets in Sweden. *Renewable Agriculture and Food Systems* 35, 192–205. <https://doi.org/10.1017/S1742170518000443>.

#### Weblinks

- Fagraslätt <https://www.fagraslatt.se/>
- Food Jams [www.foodjams.se](http://www.foodjams.se)
- Check the [Organic Farm Knowledge Platform](https://www.organicfarmknowledgeplatform.eu/) for more practical recommendations.

### Om denna sammanfattning av behandlingsmetoden

**Authors:** Georg Carlsson and Raj Chongtham, Swedish University of Agricultural Sciences SLU Alnarp, Department of Biosystems and Technology, PO Box 190, SE-234 22 Lomma. [www.slu.se](http://www.slu.se)

**Publisher:** IFOAM Organics Europe, Rue Marie Thérèse 11, 1000 Brussels -BE, [organicseurope.bio](http://organicseurope.bio)

**Date:** April 2026

**Contact:** [georg.carlsson@slu.se](mailto:georg.carlsson@slu.se)

**Review:** Boglarka Bozsogi, IFOAM Organics Europe; Christine Watson, SRUC; Odette Weedon, University of Kassel

**IntercropVALUES** syftar till att utnyttja fördelarna med samodling för att utforma och sköta produktiva, diversifierade, resilienta, lönsamma och miljövänliga odlingssystem som accepteras av jordbrukare och aktörer i livsmedelskedjan. Som ett tvärvetenskapligt projekt med många aktörer samlar det forskare och lokala aktörer som representerar livsmedelsvärdekedjan. Det omfattar 27 deltagare från 15 länder (3 kontinenter) från en bred mångfald av organisationer och intressenter. Projektet pågår i fyra år och startade i november 2022.

**Project website:** <https://intercropvalues.eu/>