

Grillmåltidet er en veletableret del af danskernes madkultur

Hvordan, hvor og med hvem griller danskerne?

Oktober 2026

Grillmåltidet er en veletableret del af danskernes madkultur

I august 2026 har Norstat gennemført en undersøgelse for Landbrug & Fødevarer, hvor 1.503 nationalt repræsentativt udvalgte danskere blev spurgt om deres grillvaner. Analysen ser nærmere på, hvem der griller, hvornår de griller, hvad der typisk bliver lagt på grillen, og hvordan en klassisk grillmiddag i de danske hjem er sammensat. I analysen sammenlignes der med tilsvarende undersøgelser fra 2023 og 2025.

De vigtigste indsigter er:

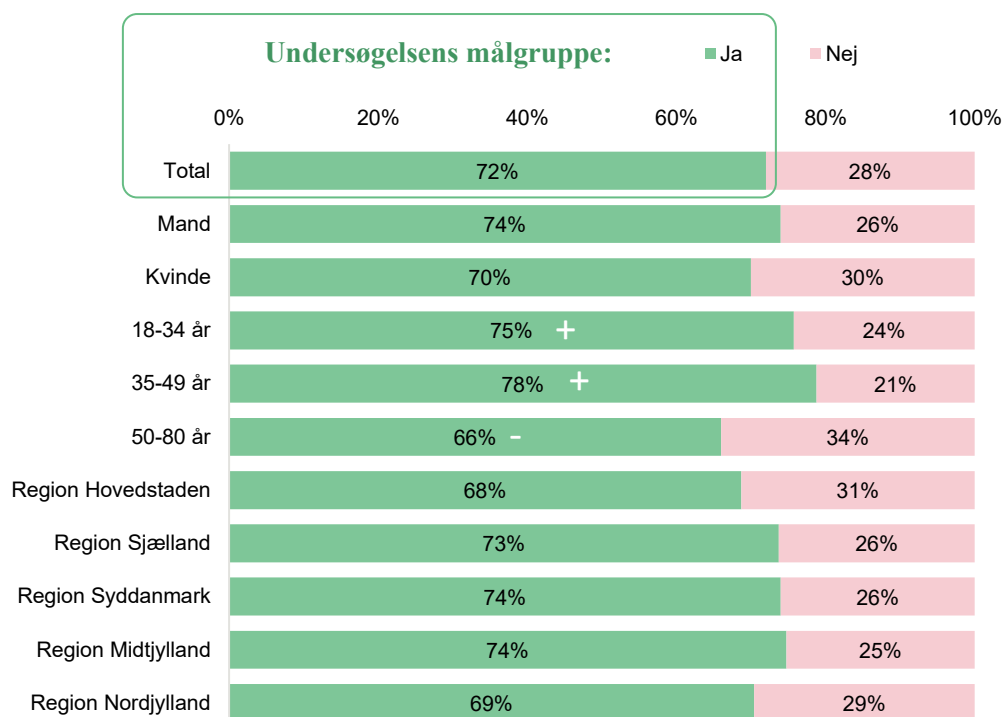
- **72 pct. blandt danskerne har grillet inden for det seneste år.** Andelen ligger på niveau med 2025, og stabiliteten peger på, at grillen har en fast plads i mange danskeres måltidsvaner.
- **Grill er fortsat først og fremmest en sommeraktivitet,** hvor 52 pct. af grillforbrugere griller mindst én gang om ugen, mens mere end halvdelen aldrig griller om vinteren.
- **Når man griller, er man sammen med familien og “bare os selv”.** Otte ud af ti griller altid eller for det meste uden gæster. Niveauet er stort set uændret fra 2025, men markant højere end i 2023, hvilket tyder på, at grill er blevet integreret i familiens almindelige måltider.
- **Grillmåltidet er både velkendt og noget særligt.** Smag og duft er de stærkeste associationer, men grill forbindes også med gode øjeblikke, fællesskab og afslappet stemning. Næsten halvdelen oplever grillmiddagen som hyggeligere end andre måltider.
- **I hverdagen bruger seks ud af ti højst 45 minutter på tilberedningen af grillmiddage.** I weekenden bruger lidt over halvdelen mere end 45 minutter, og grillen får dermed forskellig funktion alt efter anledning.
- **De klassiske grillfavoritter står fortsat stærkt.** Pølser af grisekød og kyllingebryst er de mest udbredte fødevarer på grillen. Brød, spareribs, hakkebøf, burger og grøntsager indgår også i det velkendte grillrepertoire.
- **REMA 1000 og Netto er de mest anvendte butikker til grillindkøb,** men Bilka, Føtex og specialslagteren vurderes oftere at have det bedste udvalg.
- **Inspiration skal tilpasses både kanal og graden af involvering.** Unge bruger oftere Instagram og TikTok, mens ældre oftere orienterer sig mod kokebøger og tilbudsaviser.

Syv ud af ti danskere har grillet inden for det seneste år

Med støtte fra Kvægafgiftsfonden har Landbrug & Fødevarer spurgt danskerne om deres grillvaner. Undersøgelsen er gennemført af Norstat og ser nærmere på grillmåltidet, hvem der griller, hvor ofte grillen tændes, og hvordan en typisk grillmiddag ser ud. Blandt 1.503 repræsentativt udvalgte danskere er det 72 pct., der har grillet inden for det seneste år. Andelen ligger på niveau med de tidligere undersøgelser, hvor 70 pct. havde grillet i 2025 og 72 pct. i 2023. Det peger på, at grillen har en stabil plads i mange danskeres måltidsvaner.

Det er de 72 pct. af danskerne, som undersøgelsen fokuserer på, og i analysen refereres til denne gruppe som "grillforbrugere". Det er lidt oftere en dansker mellem 18 og 49 år, mens de ældste (50-80 år) griller mindre end gennemsnittet. Derudover har mænd oftere end kvinder grillet inden for de seneste 12 måneder. Geografisk er grillforbrugeren lidt oftere bosat i Region Syddanmark og Midtjylland.

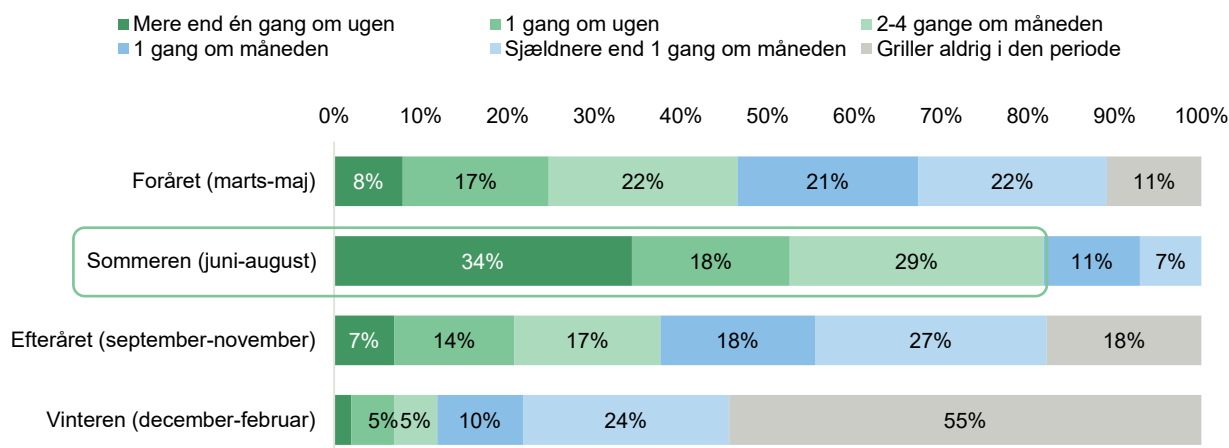
Figur 1: Har du/i i din husstand grillet inden for de seneste 12 måneder?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.503. Mænd n=751, Kvinder n=752, 18-34-årige n=426, 35-49-årige n=388, 50-80-årige n=689, Region Hovedstaden n=477, Sjælland n=217, Syddanmark n=316, Midtjylland n=338 og Nordjylland n=155. +/- viser signifikant forskel med 95 % sandsynlighed. Tallene er afrundede.

Sommeren er den periode, hvor grillen bliver brugt mest. Her har alle grillforbrugere grillet mindst én gang og hver anden tænder grillen mindst én gang om ugen. Forår og efterår byder også på en del grill. Om foråret griller hver fjerde mindst én gang om ugen. Det falder til hver femte i efterårsperioden, men samlet set er det stadig hver anden grillforbruger, der tænder grillen. Vinteren (december-februar) er omvendt en periode, hvor der ikke grilles i samme omfang – dog er det 22 pct. blandt grillforbrugerne, der også i denne periode griller mindst én gang om måneden.

Figur 2: Hvor ofte griller du/din husstand typisk i løbet af...?

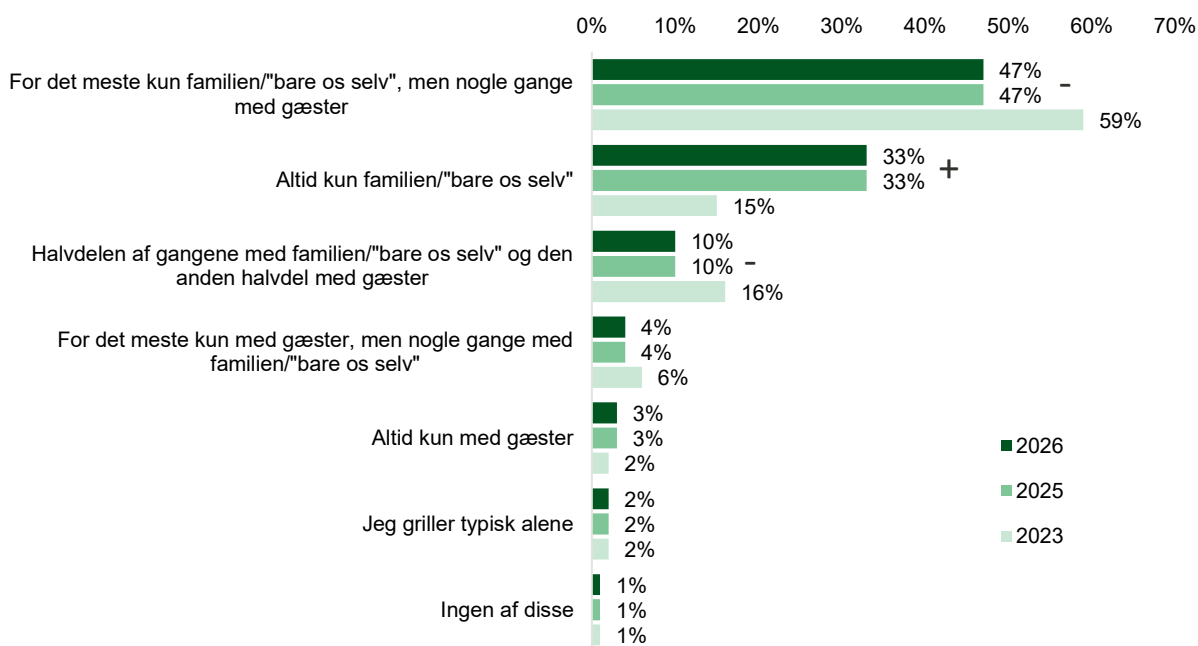


Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.076 (har grillet inden for de seneste 12 måneder). "Mere end én gang om ugen" er lagt sammen af svarmulighederne "2-4 gange om ugen" og "5-7 gange om ugen".

Familien er samlingspunktet, når der grilles

Otte ud af ti grillforbrugere griller altid eller for det meste kun med familien eller "bare os selv". Det er på niveau med 2025, men en større andel end i 2023, hvor 74 pct. angav det samme. Grillen ser dermed i høj grad ud til at være en del af familiens almindelige måltider og ikke kun noget, der findes frem, når der kommer gæster.

Figur 3: Hvem er du/I typisk sammen med, når du/I griller?



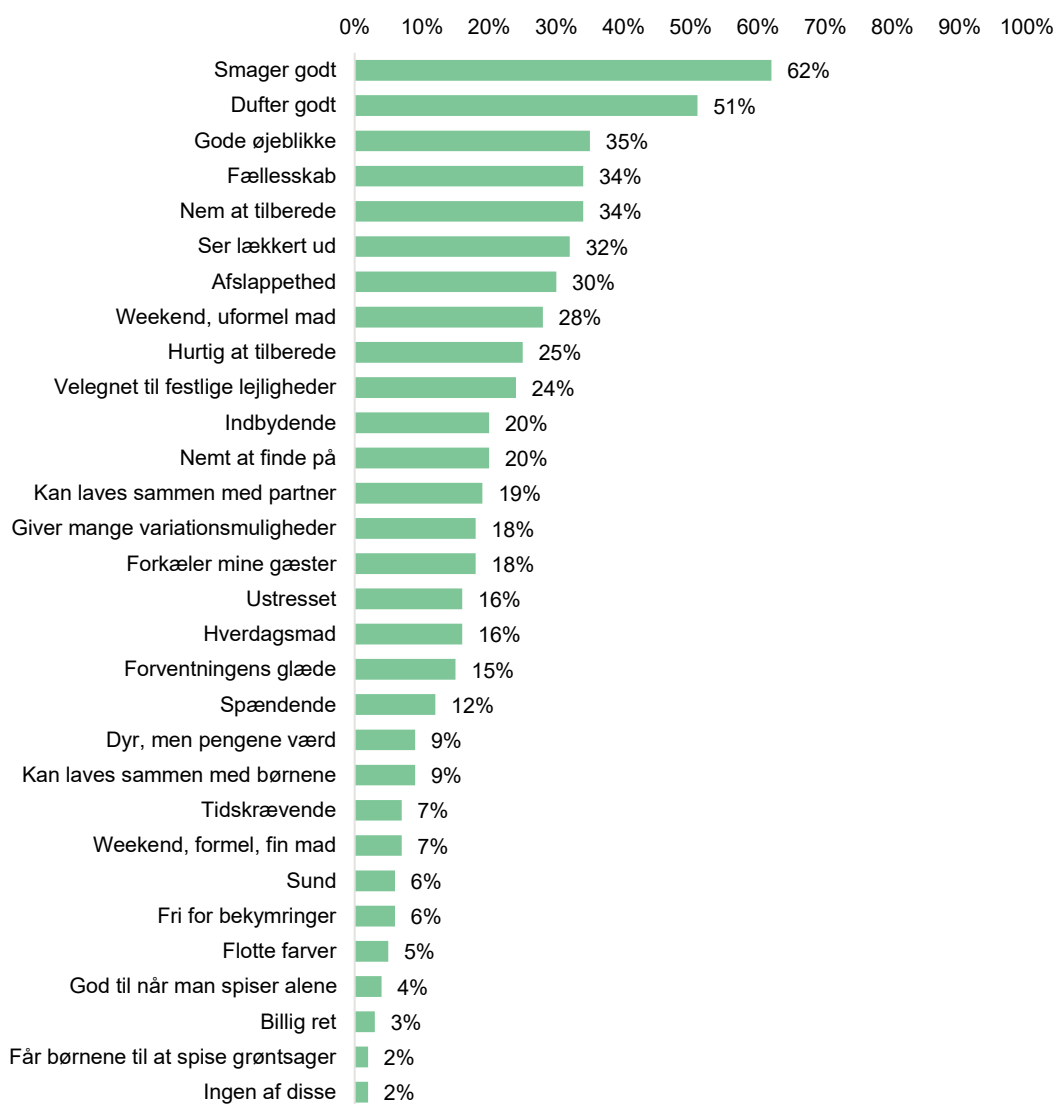
Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.076, (har grillet inden for de seneste 12 måneder), september 2025 n=1.066, august 2023 n=1.018, 18-34-årige n=320, 35-49-årige n=303, 50-80-årige n=453. +/- viser signifikant forskel med 95 % sandsynlighed mellem årene.

Ser vi nærmere efter, er det oftere de yngre grillforbrugere, der er "bare os selv", når der grilles, mens 50+ årige oftere end yngre har besøg af gæster, når der grilles. Grillen foregår samtidig først og fremmest hjemme. 89 pct. blandt grillforbrugerne angiver, at de typisk griller hjemme, fx i haven, på altanen, terrassen eller i gården, mens 24 pct. typisk griller hos familie eller venner og 15 pct. i sommerhus. Også her er der forskelle på tværs af alder. De 18-34-årige griller oftere end de øvrige aldersgrupper hos familie og venner eller uden for hjemmet, fx på stranden eller i en park.

En typisk grillmiddag er kendetegnet ved at smage og dufte godt

En typisk grillmiddag forbindes primært med gode smage og dufte. For hver tredje handler det også om gode øjeblikke, fællesskab, at det er nemt at tilberede, samt at det ser lækkert ud. Grillmiddagen forbindes derimod sjældnere med udsagn som "sund" og "billig" (hhv. 6 pct. og 3 pct.).

Figur 4: Hvilke af disse udsagn beskriver bedst en typisk grillmiddag? Mulighed for flere svar

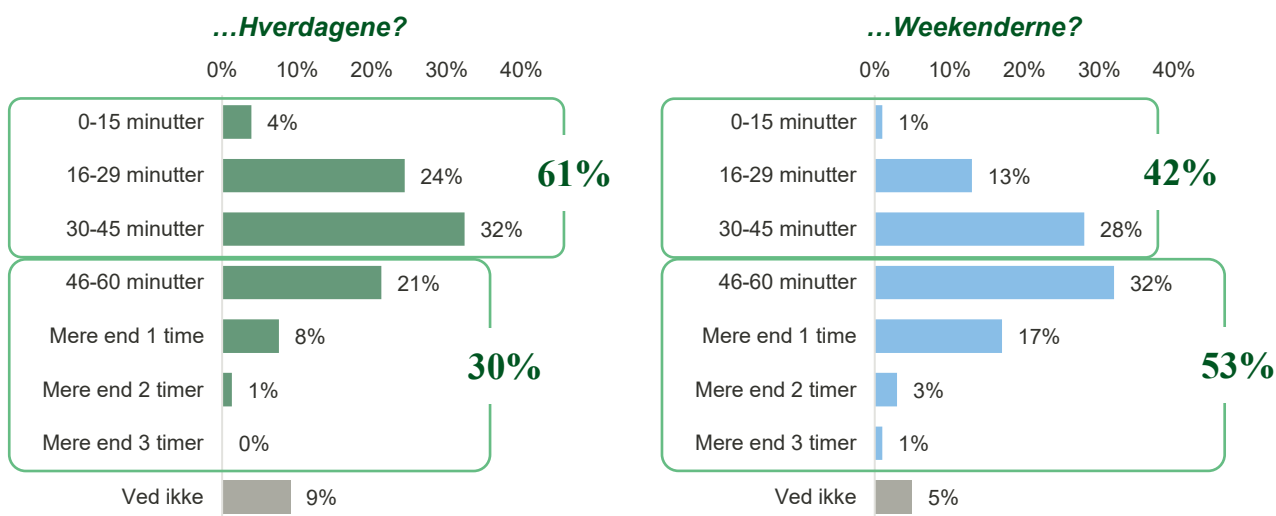


Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.076 (har grillet inden for de seneste 12 måneder).

Kvinder forbinder oftere end mænd grillmiddagen med fællesskab, nem og hurtig tilberedning, at den kan laves sammen med en partner, og at den giver mange variationsmuligheder. Blandt aldersgrupperne forbinder de 18-34-årige oftere grillmåltidet med gode øjeblikke og noget, der er nemt at finde på, mens de 50-80-årige oftere forbinder det med afslappethed, nem tilberedning og mange variationsmuligheder.

Hvor lang tid der bruges på grillmåltidet, afhænger af anledningen og om det er hverdag eller weekend. I hverdagene bruger 61 pct. op til 45 minutter på at tilberede grillmiddagen, mens det samme gælder 42 pct. i weekenden. Omvendt bruger 53 pct. mere end 45 minutter på tilberedningen i weekenden, mens det gælder 30 pct. i hverdagene.

Figur 5: Hvor lang tid vil du vurdere, det typisk tager for dig/er at tilberede en grillmiddag i...



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.076 (har grillet inden for de seneste 12 måneder).

Otte ud af ti grillforbrugere ejer mindst én form for udstyr til grillen, typisk et grillspyd, en pizzasten eller en bakke til fx kartofler og fisk. Aldersforskellene viser sig også i mængden af grilludstyr i husstanden, der synes at vokse jo ældre (og måske mere erfaren med grillen), man bliver. De 18-34-årige har i gennemsnit 2,4 typer grilludstyr, mens det gælder 2,8 blandt de 35-49-årige og 2,9 blandt de 50-80-årige. Blandt de 50-80-årige grillforbrugere kan man bl.a. finde udstyr som fx brødhylde, rotisseri, kyllingeholder og støbejernsplader.

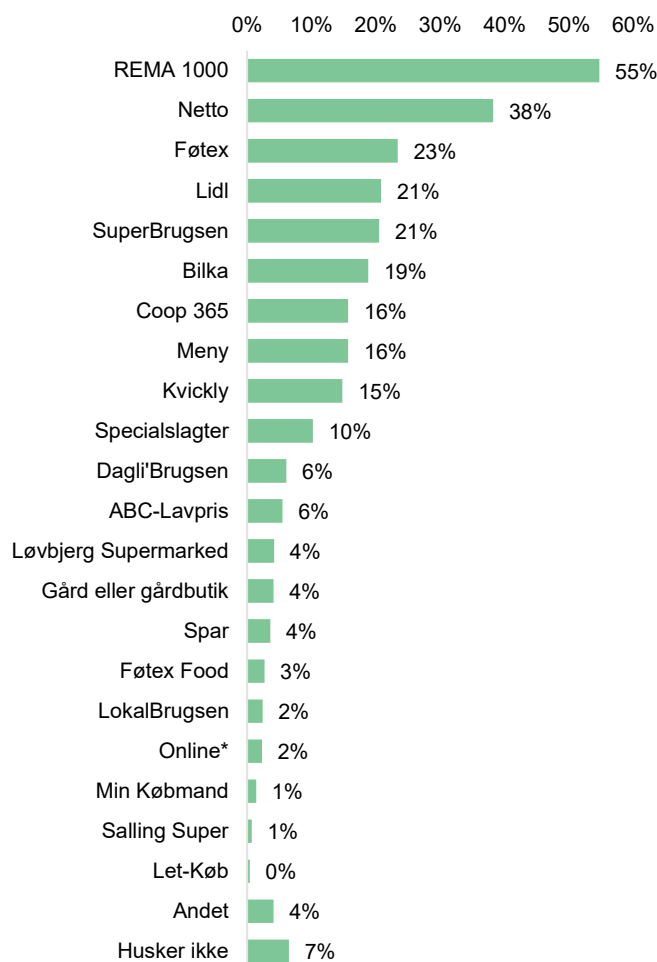
Discount vinder indkøbet, mens supermarkeder står stærkere på udvalg

Generelt vurderes alle supermarkedernes udvalg som bredt. Mere end 6 ud af 10 oplever et bredt eller meget bredt udvalg af grillvarer i supermarkederne. Omvendt mener 8 pct., at udvalget er begrænset, og 1 pct. oplever det som meget begrænset.

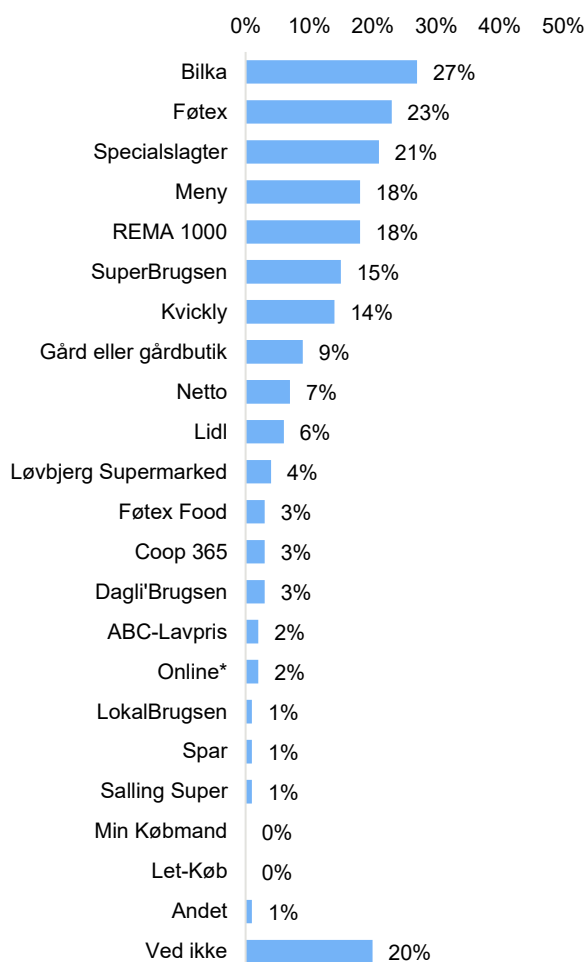
Indkøbene foretages oftest i discountbutikker, hvor REMA 1000 er det hyppigst benyttede valg, mens Netto også er populær. Mere end hver anden handler i REMA 1000, mens 38 pct. vælger Netto. Herefter nævner 23 pct. Føtex, og også Lidl, SuperBrugsen, Bilka, Coop 365 og Meny er blandt de

foretrukne, dog i mindre omfang. Når vi i stedet spørger til, hvor man vurderer, at det bedste udvalg er, peger flere end hver fjerde på Bilka, 23 pct. vurderer Føtex til at have det bedste udvalg, mens 21 pct. fremhæver specialslagteren. Meny og REMA 1000 udpeges begge af 18 pct. til at have et godt udvalg, efterfulgt af Superbrugsen og Kvickly.

Figur 6:
Hvor køber du/l typisk ind, når der skal grilles?



Figur 7:
Hvilke af disse butikker vil du vurdere har det bedste udvalg til grillmiddagen (uanset om du pt. handler der eller ej)?

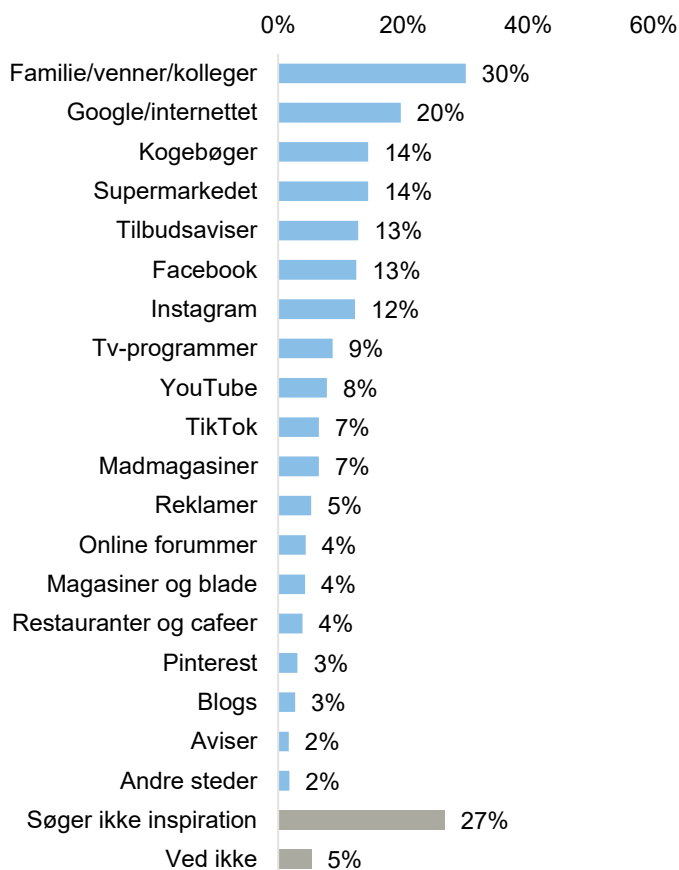


Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.076 (har grillset inden for de seneste 12 måneder). *Svarmuligheden er forkortet i grafen fra "Online, f.eks. Nemlig.com etc.". Mulighed for flere svar med randomiseret rækkefølge på svarmuligheder.

Langt de fleste grillforbrugere står selv for indkøbet af mad til grillen. Det gælder især de 35-49-årige, hvor 82 pct. angiver, at de selv står for indkøbet, mod 58 pct. blandt de 18-34-årige. Herefter er der også forskel på, hvor aldersgrupperne typisk foretager deres grillindkøb. De 18-34-årige handler oftere end andre i Føtex, de 35-49-årige vælger i højere grad REMA 1000 og Netto, mens de 50-80-årige oftere handler i Meny, Kvickly og hos specialslagteren.

68 pct. blandt grillforbrugere søger inspiration til grillretter. Her spiller de nære relationer en central rolle. Familie, venner og kolleger er den mest udbredte inspirationskilde og nævnes af 30 pct. af grillforbrugerne, mens 20 pct. søger inspiration på Google eller internettet. På en delt tredjeplads søger 14 pct. inspiration i hhv. opskriftsbøger og i supermarkedet, når der handles.

Figur 8: Hvor får du primært din viden og inspiration, når det kommer til grillretter? Mulighed for flere svar. Udvalgte svar fordelt på alder



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.076 (har grillet inden for de seneste 12 måneder).

Yngre grillforbrugere orienterer sig oftere mod forskellige digitale kanaler, bl.a. bruger de oftere Instagram og TikTok, mens de 50-80-årige oftere henter inspiration i kogebøger. Det er dog samtidig også oftere de 50+ årige, der slet ikke søger inspiration.

De klassiske grillfavoritter står fortsat stærkt

Blandt de 98 pct. grillforbrugere, der spiser kød, er pølser og kyllingebryst/filet det, som flest har grillet inden for det seneste år. Brød og spareribs/ribben følger begge med 41 pct., mens burger og hakkebøf er blevet grillet af henholdsvis 39 pct. Sammenlignet med 2023 og 2025 er billedet overordnet præget af de samme velkendte grillvarer blandt de mest udbredte. Brød ligger på tredjepladsen i 2023 og 2026 efter et dyk i 2025. Omvendt ligger burger placeret på 5. pladsen både i 2023 og 2026 efter et spring op ad listen i 2025. Også spareribs vinder indpas i den danske grillkultur og er rykket fra en syvendeplads i 2023 til en fjerdeplads i 2026.

Figur 9: Hvilke af nedenstående har du/l grillet inden for de seneste 12 måneder?
Mulighed for flere svar

Top-10 2023

1. Pølser af grisekød (74 %)
2. Kyllingebryst/filet (59 %)
3. Brød (43 %)
4. Hakkebøf (41 %)
5. Burger (41 %)
6. Grøntsager (39 %)
7. Spareribs/ribben (38 %)
8. Grisemørbrad (38 %)
9. Grisekotelet (33 %)
10. Hel kylling (31 %)

Top-10 2025

1. Pølser af grisekød (72 %)
2. Kyllingebryst/filet (58 %)
3. Burger (41 %)
4. Hakkebøf (41 %)
5. Spareribs/ribben (40 %)
6. Brød (38 %)
7. Grøntsager (36 %)
8. Grisemørbrad (36 %)
9. Grisekotelet (34 %)
10. Nakkekotelet (29 %)

Top-10-2026

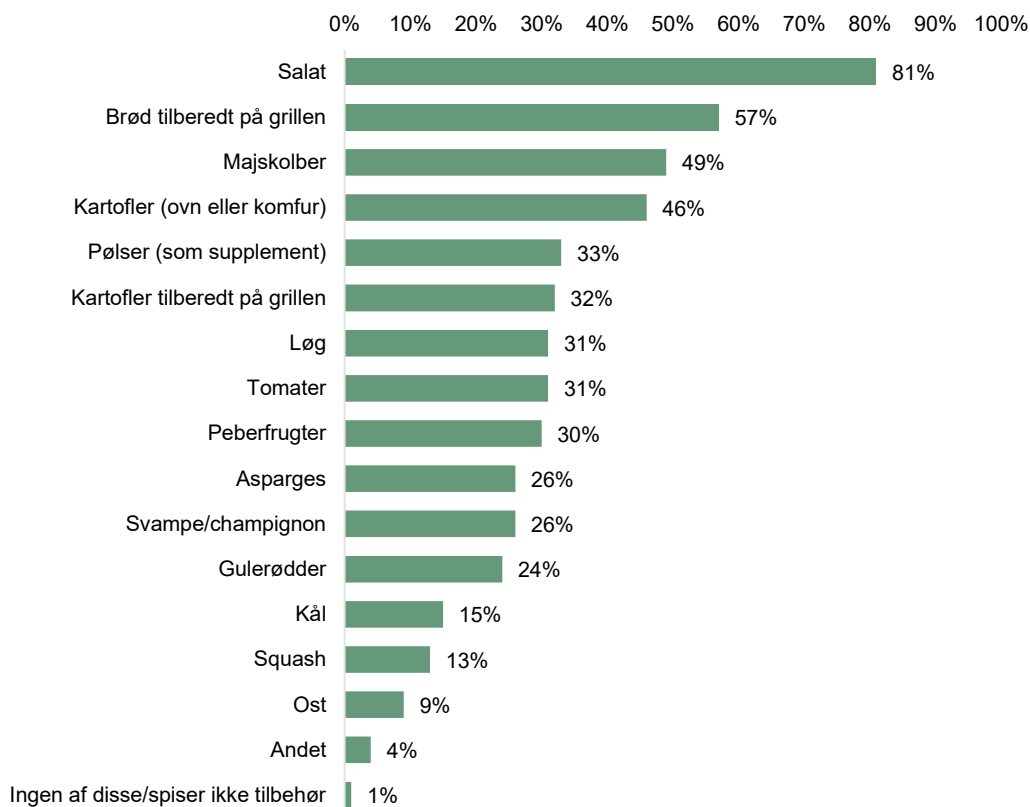
1. Pølser af grisekød (71 %)
2. Kyllingebryst/filet (60 %)
3. Brød (41 %)
4. Spareribs/ribben (41 %)
5. Burger (39 %)
6. Hakkebøf (39 %)
7. Grøntsager (38 %)
8. Grisemørbrad (37 %)
9. Grisekotelet (34 %)
10. Nakkekotelet (31 %)

Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.058 (har grillet inden for de seneste 12 måneder og har mindst én i husstanden, der spiser kød), september 2025 n=1.041 og august 2023 n=1.018. Svarmulighederne er vist i blokke for henholdsvis oksekød, kalvekød, grisekød, kylling, fisk og skaldyr samt en blok med grøntsager, brød, pizza og øvrige typer fødevarer. Svarmulighederne er randomiseret inden for hver blok, ligesom rækkefølgen af blokkene er randomiseret. Se appendix Figur A for fuld svarliste.

Når grillforbrugerne vurderer, hvilke kødtyper der mest forbindes med hverdagsmad eller weekendmad, er der klare forskelle. De to mest grillede typer - pølser af grisekød og kyllingebryst/filet - opfattes i højere grad som hverdagsmad. Det gælder for henholdsvis 51 pct. og 42 pct. Omkring hver fjerde forbinder også hakkebøf og burger med hverdagsmad. Spareribs, som også er en af de mere populære retter, anses i højere grad som weekendmad. Dette gælder også ribeye, entrecote og flanksteak.

Det mest populære tilbehør er salat, som 81 pct. vælger til grillmiddagen. Knap 6 ud af 10 spiser brød tilberedt på grillen, og halvdelen vælger majscolber.

Figur 10: Hvilket tilbehør spiser du/l typisk til kødet, når du/l griller? Mulighed for flere svar



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.058 (har grillet inden for det seneste år og har mindst én i husstanden, der spiser kød).

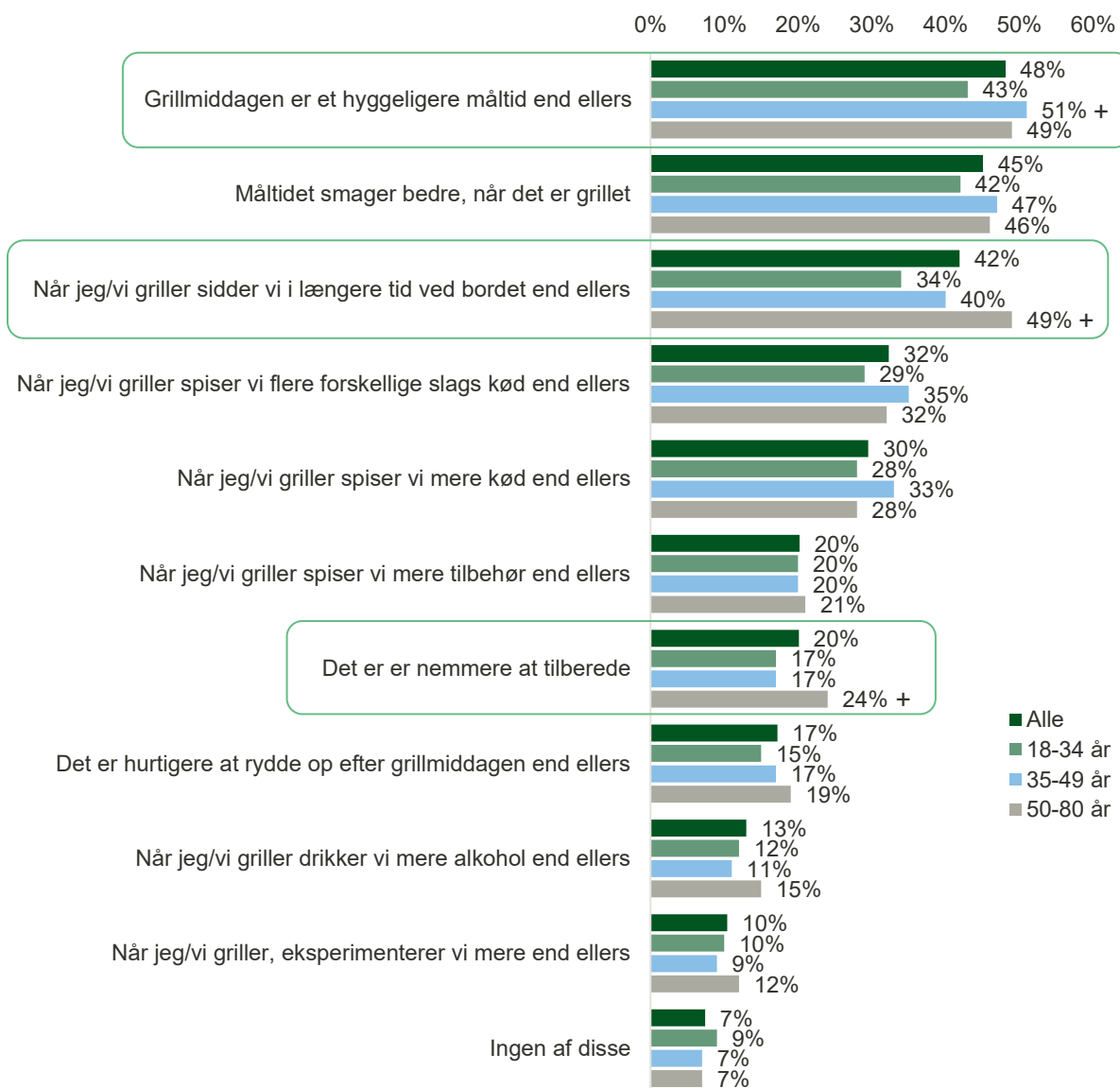
De 18-34-årige vælger i mindre grad salat, pølser (som supplement), kartofler tilberedt på grill, tomater, peberfrugter, løg og svampe sammenlignet med de øvrige aldersgrupper. Til gengæld har de oftere asparges som tilbehør. Kvinder vælger i højere grad salat, kartofler i ovn, asparges og majskolber end mændene gør.

Aldersforskellene ses også i, hvad der lægges på selve grillen. De 50-80-årige griller oftere end de 18-34-årige flere forskellige udskæringer af grisekød, herunder mørbrad, kotelet og nakkekotelet. Sammen med forskellene i tilbehør peger det på, at de ældre grillforbrugere har et bredere repertoire af både udskæringer og tilbehør i grillmåltidet.

Grillforbruger: Grillmåltidet er hyggeligere og smager bedre

Grillmåltidet adskiller sig på flere områder fra andre måltider. Knap halvdelen oplever grillmiddagen som hyggeligere end ellers, mens 45 pct. mener, at måltidet smager bedre, når det er grillet. Samtidig svarer 42 pct., at de sidder længere tid ved bordet end ellers, mens omkring hver tredje spiser flere forskellige slags kød, når der grilles. De mere modne grillforbrugere over 50 år mener oftere end andre, at de sidder længere ved bordet, når der grilles. De mener også oftere end andre, at grillmiddagen er nemmere at tilberede.

Figur 11: Hvilke af disse udsagn er du enig i, når du tænker på grillmiddagen? Mulighed for flere svar. Gennemsnittet samt fordelt på aldersgrupper



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026 n=1.058 (har grillet inden for det seneste år og har mindst én i husstanden, der spiser kød), heraf 18-34-årige n=310, 35-49-årige n=298, 50-80-årige n=450. + viser signifikant forskel med 95 % sandsynlighed.

Opsummering: Grillmåltidet er en fast del af danskernes madkultur, og de velkendte favoritter og traditioner står fortsat stærkt

Analysen bygger på en landsdækkende undersøgelse foretaget af Norstat for Landbrug & Fødevarer i august 2026 med 1.503 deltagere (18-80 år). 72 pct. har grillet det seneste år, og disse 1.076 personer udgør målgruppen for denne analyse. Grillmiddagen forbindes især med god smag, duft, hygge, fællesskab og en afslappet stemning, og for mange er grillen med til at gøre måltidet lidt mere særligt end ellers. Sommeren er fortsat grillens højsæson, hvor mere end hver anden griller mindst ugentligt. Samtidig bruges grillen ofte som et måltid for familien og "bare os selv" frem for som en anledning med gæster. Det peger på, at grillen i høj grad er blevet en del af familiens almindelige

måltidsrutiner. Grillen kan samtidig både være relativt hurtig hverdagsmad og et mere tidskrævende weekendprojekt afhængigt af situationen.

Selvom grillen er udbredt på tværs af aldersgrupper, griller generationerne på forskellige måder. Det er især blandt de 35-49-årige, at en høj andel har grillet det seneste år, men omkring syv ud af ti har grillet det seneste år på tværs af aldersgrupperne. Forskellene handler derfor i høj grad om, hvilken rolle grillen spiller i forskellige livsfaser. De 18-34-årige griller oftere hos familie og venner eller uden for hjemmet og henter i højere grad inspiration på sociale medier som Instagram og TikTok. De 35-49-årige er den mest aktive grillgruppe og står oftest selv for indkøbene til grillmåltidet. De 50-80-årige har mere grilludstyr og et bredere repertoire af tilbehør, grøntsager og udskæringer på grillen. Inspirationskilderne varierer også med alderen: Yngre grillforbrugere søger oftere inspiration online, mens de ældre i højere grad holder fast i blandt andet kokebøger og tilbudsaviser.

På tværs af generationerne står de klassiske grillfavoritter fortsat stærkt. Pølser af grisekød er fortsat blandt de mest udbredte varer på grillen og grilles af omkring syv ud af ti grillforbrugere, mens kyllingebryst, burger, hakkebøf og spareribs også hører til blandt favoritterne. Blandt grillforbrugere, der spiser kød, har kød, fjerkræ eller fisk fortsat hovedrollen i mange grillmåltider, mens hver fjerde ser kød og grønt som lige centrale elementer i måltidet. Salat, grillet brød og majscolber er blandt de mest almindelige ledsagere til kødet. Når der købes ind til grillmåltidet, sker det ofte i discountbutikker, mens Bilka, Føtex og specialslagteren oftere forbindes med det bedste udvalg til grillmiddagen.

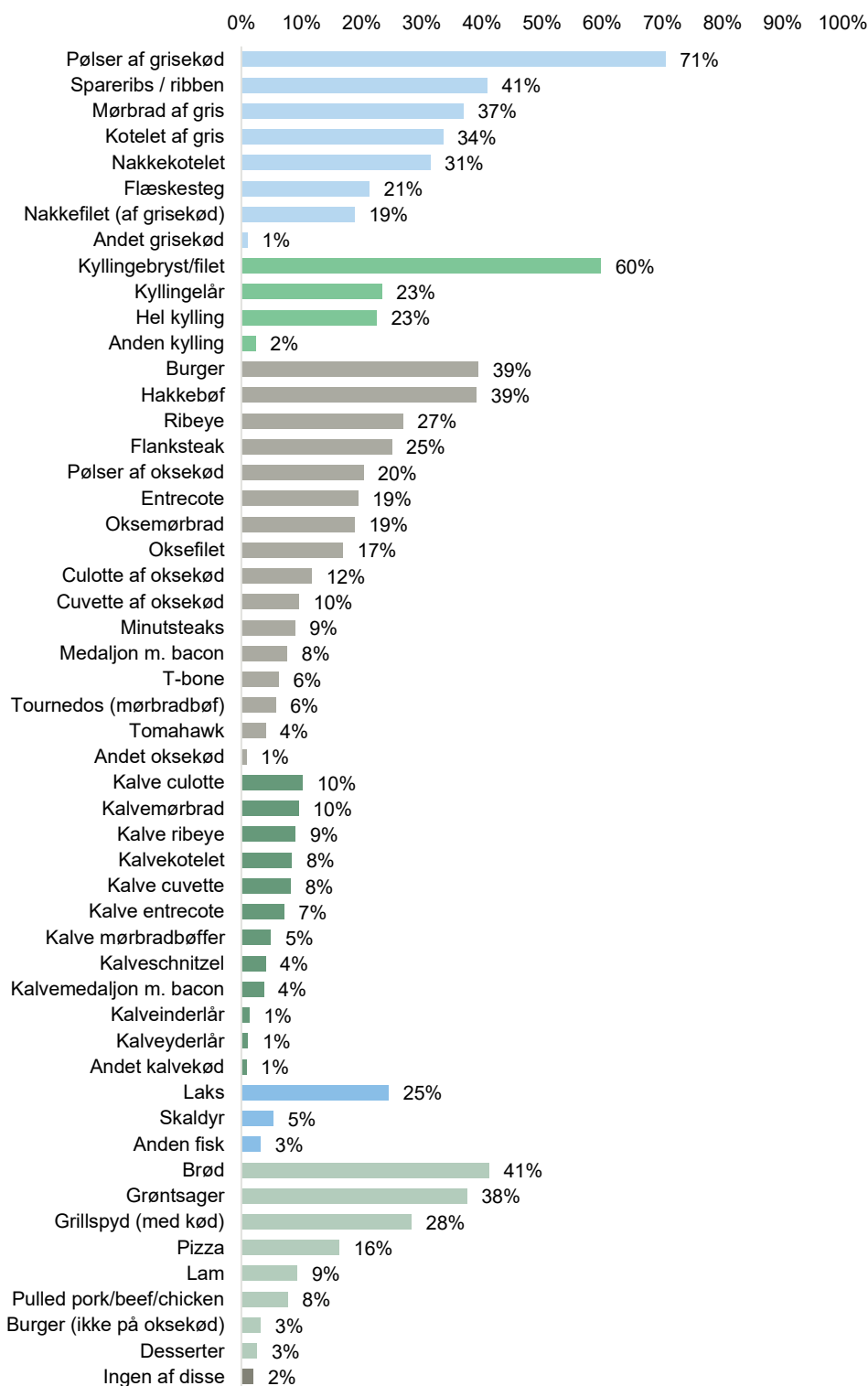
Om analysen

Analysen bygger på en landsdækkende undersøgelse, som Norstat gennemførte for Landbrug & Fødevarer i august 2026. I alt deltog 1.503 personer i alderen 18-80 år, hvoraf 1.076 (72 pct.) havde grillet inden for det seneste år og derfor indgår i analysen. Resultaterne er således repræsentative for de danske grillforbrugere. Undersøgelsen er finansieret med midler fra Kvægafgiftsfonden. Til sidst i undersøgelsen fokuseres på de 98 pct. blandt grillforbrugerne, der har mindst én i husstanden, der spiser kød. Resultaterne af disse spørgsmål dækker derfor alene denne gruppe og ikke alle, der griller.

Billedet på forsiden er fra pexels.com.

Appendix:

Figur A: Hvilke af nedenstående har du/ I grillet inden for de seneste 12 måneder?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, august 2026, n=1.058 (har grillet inden for det seneste år og har mindst én i husstanden, der spiser kød). Svarmulighederne er vist i blokke for henholdsvis oksekød, kalvekød, grisekød, kylling, fisk og skaldyr samt en blok med grøntsager, brød, pizza og øvrige fødevarer. Svarmulighederne er randomiseret inden for hver blok, ligesom rækkefølgen af blokkene er randomiseret.