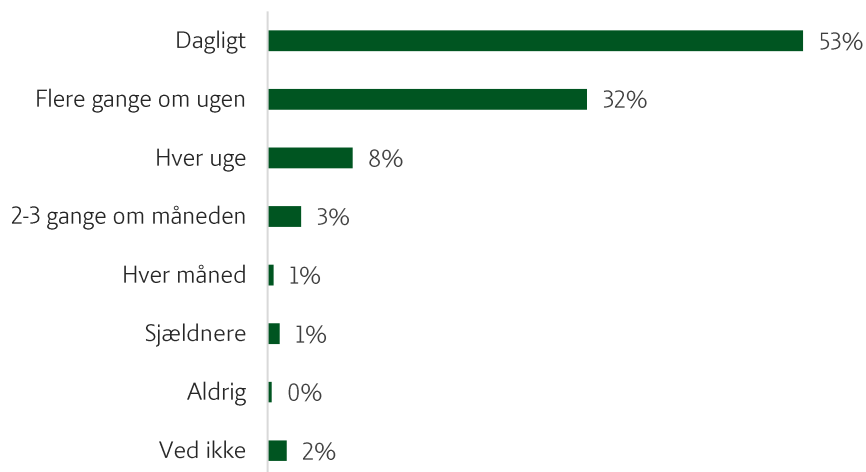


Mange danskere spiser grøntsager men savner ideer til tilberedning

Spørgsmål: Hvor ofte spiser du grøntsager?



Kilde: L&F pba. Norstat

53 pct. af danskerne spiser grøntsager hver dag. Det er til aftensmad, at flest spiser grøntsager. Mange ønsker at spise flere grøntsager, men mangler ofte inspiration til tilberedning. Smag er sjældent en barriere, men mange vælger fortsat kød som den centrale del af aftensmaden. Det viser en ny kortlægning fra Landbrug & Fødevarer.

Den gennemsnitlige grøntsagsspiser

Kvinder spiser lidt hyppigere grøntsager end mænd. Det samme gælder folk med højere indkomst. Personer, der bor i hovedstadsområdet, spiser også oftere grøntsager.

Grøntsager til aftensmaden

Aftensmåltidet er i det måltid, hvor flest danskere får grøntsager: For hver tiende dansker udgør grøntsager næsten hele aftensmåltidet, mens grøntsagerne for 41 pct. udgør en moderat eller væsentlig del. Blandt de yngre er grøntsager dog lidt sjældnere på menuen – 8 pct. af de 18-34-årige har grøntsager som hovedbestanddel mod 13 pct. af personer over 50 år. Når danskerne får grøntsager til aftensmaden, er det især løg, tomater, gulerødder og kartofler, der er populære.

Mange vil gerne spise flere grøntsager

57 pct. af de 18-34-årige vil gerne spise flere grøntsager. Samtidig peger 54 pct. på, at manglende inspiration til tilberedning er den største forhindring – både når det gælder velkendte grøntsager, og dem man bruger knap så ofte. Derudover oplever 25 pct., at det enten kan være svært at få nok protein eller blive tilstrækkelig mæt, hvis maden primært består af grøntsager. Generelt er det altså ikke smagen, der mangler, men i stedet gode idéer til især fyldige retter.

Du kan læse hele analysen om danskernes grøntsagsvaner [her](#).

Se flere aktuelle udviklinger og grafer for dansk landbrug, konjunktur og sektorer [her](#).