

30. april 2019

Axelborg, Axeltorv 3
1609 København V

T +45 3339 4000 E info@lf.dk
F +45 3339 4141 W www.lf.dk

Danskerne spiser flere æg

Landbrug & Fødevarer har undersøgt danskernes holdning til og køb af æg for femte år i træk. Undersøgelsen viser, at danskerne spiser flere æg. Sammenlignet med tidligere spiser danskerne nu i gennemsnit 4 æg om ugen. Derudover viser resultaterne, at økologi, dyrevelfærd og pris fortsat har størst betydning, når danskerne vælger æg i køledisken. Den top 3 har været den samme i flere år, dog er økologi nu på førstepladsen.

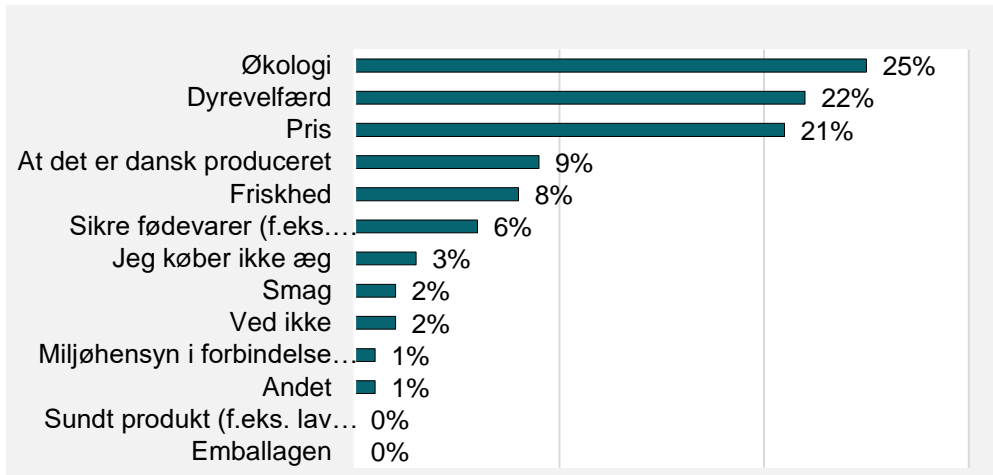
Highlights:

- Økologi indtager nu førstepladsen på listen over, hvad der har størst betydning, når danskerne køber æg. Derudover vægter flest danskere dyrevelfærd og pris højest, når de vælger æg.
- Danskerne spiser flere æg. I 2018 spiste danskerne 4 æg om ugen i gennemsnit (steget fra 3,7 æg i 2017). Det er især de 40-49-årige, der spiser flere æg.
- Flertallet af danskerne mener fortsat, at æg er sunde. Samtidig knytter færre danskere æg til forhøjet kolesterol.
- Set over tid, har danskerne haft en "top 3" over begrundelser for, hvorfor æg er sunde. Flertallet mener fortsat, at æg er sunde, fordi de hjælper med at få protein nok, giver god mæthed og er en god kilde til vigtige vitaminer, mineraler og fedtsyrer.
- Danskerne mener stadig, at æg er meget alsidige og kan bruges i mange retter.

Økologi og dyrevelfærd har størst betydning når danskerne køber æg

Set over tid har der generelt været en top 3 over de vigtigste parametre for danskernes valg af æg. Siden 2015 har økologi, dyrevelfærd og pris haft størst betydning for danskernes valg af æg. Den top 3 består i 2018. Figur 1 viser, hvordan økologi var det vigtigste valgkriterie for flertallet af danskerne (25 pct.) i 2018 når de købte æg. Herefter var parametrene dyrevelfærd og pris tungest på vægtskålen.

Figur 1:
Spørgsmål: Hvad har størst betydning for dit valg, når du køber æg?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2018. Base 1006.

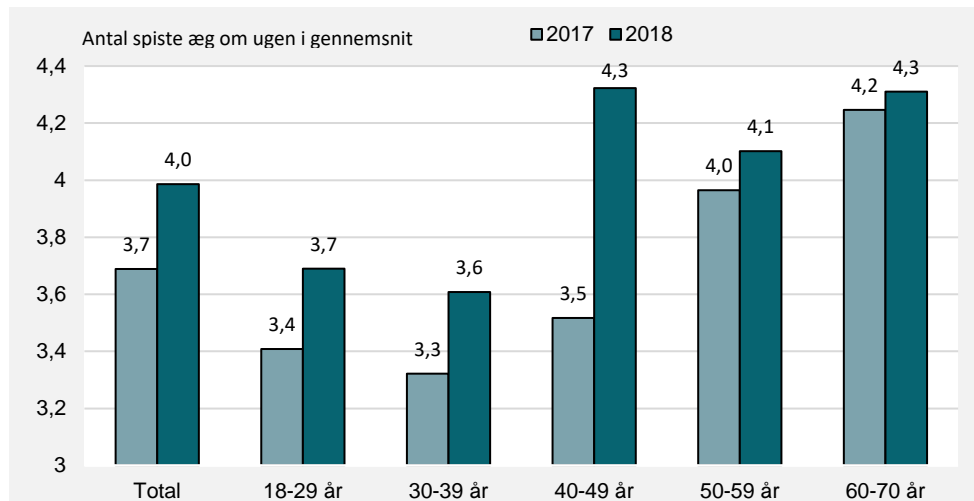
Sammenlignet med sidste års undersøgelse er andelen af danskere, der svarer økologi steget fra 22 pct. til 25 pct. Det betyder, at økologi er gået fra en andenplads til en førsteplads på listen. Derimod svarer færre, at dyrevelfærd har størst betydning (faldet fra 26 pct. i 2017 til 22 pct. i 2018). Økologi og dyrevelfærd har således skiftet plads på listen over, hvad der har størst betydning for danskernes valg af æg. Derimod har pris ligget fast på en tredjeplads i flere år.

Økologi er i højere grad end gennemsnittet vigtigst for dem, der bor i Hovedstaden, de 30-39-årige og danskere med en lang, videregående uddannelse. Dyrevelfærd er ligeledes vigtigst for danskere i Hovedstaden samt kvinder. Pris derimod er særligt vigtigt for mænd samt aldersgruppen 18-29-årige.

Danskerne spiser i gennemsnit 4 æg om ugen

Når danskerne har udvalgt og købt æggene, er næste skridt at spise dem. Her viser undersøgelsen, at danskerne i gennemsnit spiste 4 æg om ugen i 2018. Det er flere end i 2017, hvor gennemsnittet var 3,7 æg om ugen – som vist i nedenstående figur 2.

Figur 2:
Hvor mange æg spiser du selv i gennemsnit på en uge? Her skal du tænke på æg, som man køber i æggebakker, samt måltider, hvor æg indgår, f.eks. omelet eller tærte.



Kilde: 2018: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2018, base 1006, 18-29 år (235), 30-39 år (174), 40-49 år (202), 50-59 år (202), 60-70 år (192).

2017: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2017, base 1035, 18-29 år (242), 30-39 år (179), 40-49 år (208), 50-59 år (208), 60-70 år (198).

Amn: Svarene "ved ikke" er ikke inkluderet i beregningen for antal spiste år om ugen.

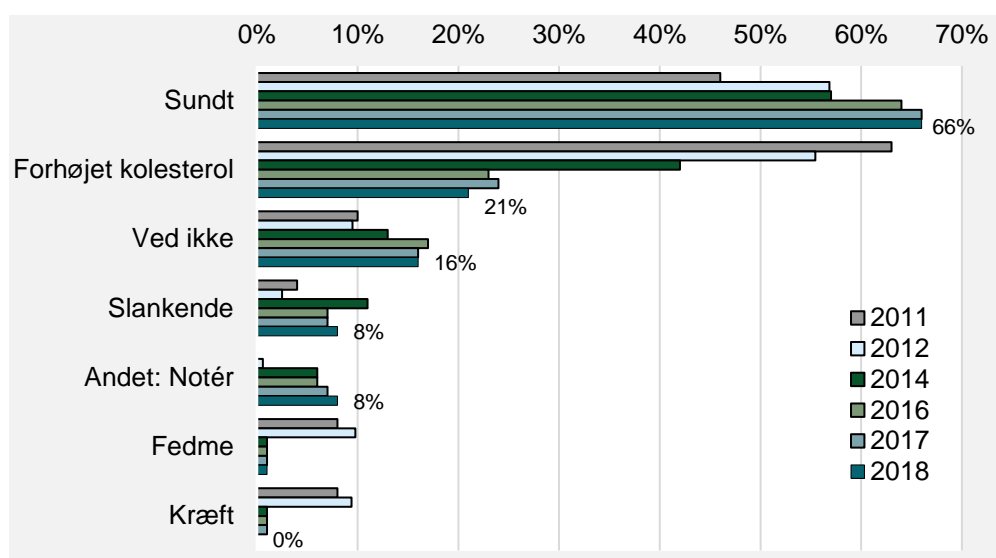
Sammenlignet med 2017 er danskerne altså gået fra at spise 3,7 æg om ugen til at spise 4. Dem, der spiser flest æg, er de 40-49-årige og 60-70-årige, der hver uge spiser 4,3 æg i gennemsnit. I den anden ende af spektret er det fortsat de 30-39-årige, der spiser færrest æg, med et gennemsnitligt indtag på 3,6 æg om ugen.

Sammenlignet med 2017 er det især de 40-49-årige, der spiser flere æg. De er gået fra at være iblandt dem, der spiser færrest æg til at spise flest (3,5 æg/ugen i 2017 vs. 4,3 æg/ugen 2018).

Flertallet af danskerne opfatter fortsat æg som sunde

I 2017 viste en lignende undersøgelse, at omend de ernæringsmæssige kvaliteter af æg har været omdiskuteret igennem årene, mente en stigende andel af danskerne, at æg var sunde. Nedenstående figur 3 viser, at det fortsat gør sig gældende. I 2018 mente hele 66 pct. af danskerne nemlig, at æg er sunde. Samtidig knyttede færre æg til forhøjet kolesterol.

Figur 3:
Spørgsmål: Hvilke af følgende udsagn knytter du sammen med æg?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer 2018, base 2011 (1027), 2012 (1001), 2014(1000), 2016 (1012), 2017(1035), 2018 (1006).

Af figur 3 ses det, at andelen af danskere, der forbinder æg til forhøjet kolesterol er faldende. I 2018 svarede blot hver femte dansker, at de knyttede æg med forhøjet kolesterol. Det var især de 60-70-årige, der svarer dette.

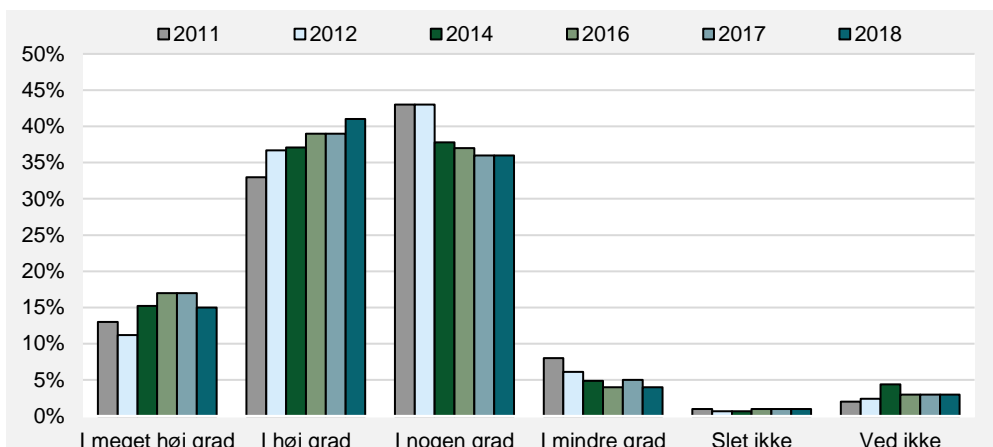
Derudover viser figur 3, at flere danskere forbinder æg med noget slankende. Her er det særligt kvinder, aldersgrupperne 18-29-årige og 40-49-årige samt danskere i Syddanmark, der svarer det.

Trods udsagnet om æg og forhøjet kolesterol fortsat eksisterer iblandt danskerne, forbinder langt størstedelen af befolkningen nu æg med noget sundt. Det bekræftes yderligere, da vi i undersøgelsen spurgte danskerne, hvorvidt de er enige eller uenige i udsagnet "Æg er sundere, end man hidtil har troet". Hertil svarede 54 pct. "helt enig" eller "overvejende enig", hvilket bekræfter tendensen vist i figur 3, hvor flertallet af danskerne forbinder æg til noget sundt.

At danskerne opfatter æg som sunde, bekræftes yderligere når vi i undersøgelsen har spurgt danskerne, i hvor høj grad de opfatter æg som sunde. Her

svarer flertallet – 56 pct. - ”i meget høj grad” eller ”høj grad”. Svarfordelingen har været mere eller mindre stabil siden 2014, hvilket kan vidne om en ”stabilisering” af holdningen iblandt danskerne.

Figur 4:
Spørgsmål: I hvor høj grad opfatter du æg som sunde?

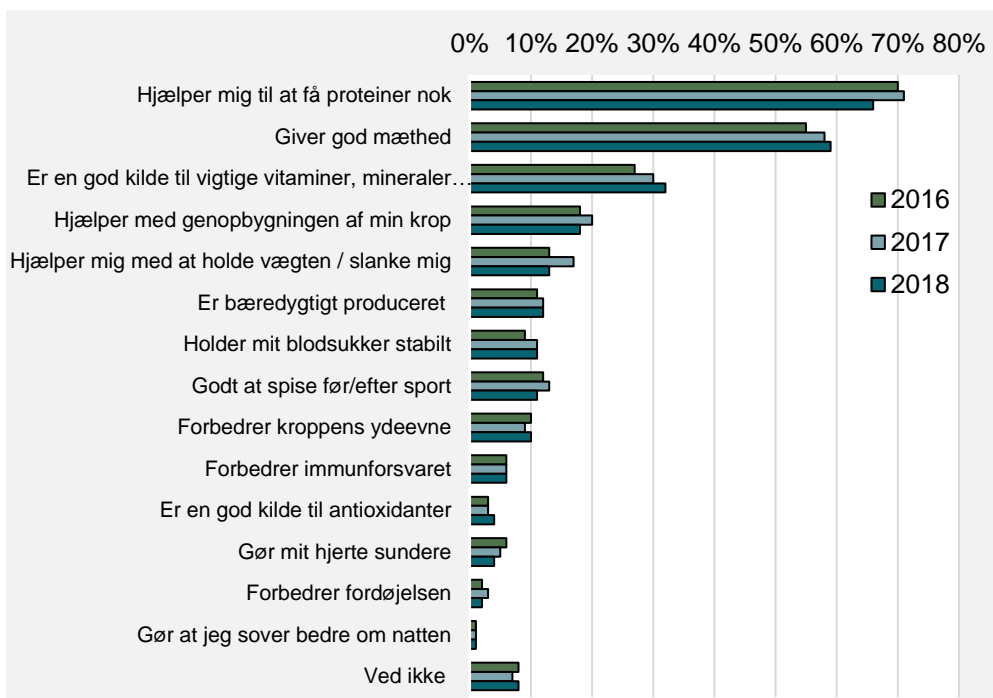


Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2018, base 2011 (1027), 2012 (1001), 2014 (1000), 2016 (1012), 2017 (1035), 2018 (1006).

Æggets kvalitet er fortsat, at det er en god kilde til proteiner og mæthed

Når danskerne mener, at æg er sunde, begrundede de det oftest med, at æg hjælper til at få protein nok. Dernæst svarer flest, at æg er sunde, fordi det giver en god mæthed og er en god kilde til vigtige vitaminer, mineraler og fedtsyrer. Sammenlignet med tidligere års undersøgelser er det den samme top 3 over grunde til, at æg er sunde. Det ses i nedenstående figur 5, der viser udviklingen siden 2016, hvor Landbrug & Fødevarer første gang stillede præcis dette spørgsmål.

Figur 5:
Spørgsmål: Kan du uddybe hvad der i dine øjne gør, at æg er sunde?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2018, base 2016 (563), 2017 (575), 2018 (562). Anm: Kun stillet til de respondenter som har svaret: ”I meget høj grad” eller ”I høj grad” til hvor sunde de opfatter æg.

Ligesom i 2017 er det især kvinder, der mener, at æg er en god kilde til proteiner samt giver en god mæthed. Derudover svarer kvinder i højere grad end mænd, at æg er sundt, fordi det hjælper med at holde blodsukkeret stabilt. Mænd derimod mener især, at æg er sunde, fordi det hjælper med genopbygning af kroppen, forbedrer kroppens ydeevne samt er en god kilde til antioxidanter.

De unge – 18-29-årige – begrundet ægs sundhedsværdi med argumentet om, at det er godt at spise før/efter sport, forbedrer kroppens ydeevne, hjælper med genopbygning af min krop samt forbedrer fordøjelsen.

De 30-39-årige derimod svarer, at æg er sunde fordi det hjælper med at holde blodsukkeret stabilt, mens de 40-49-årige i højere grad end gennemsnittet mener, at æg giver god mæthed.

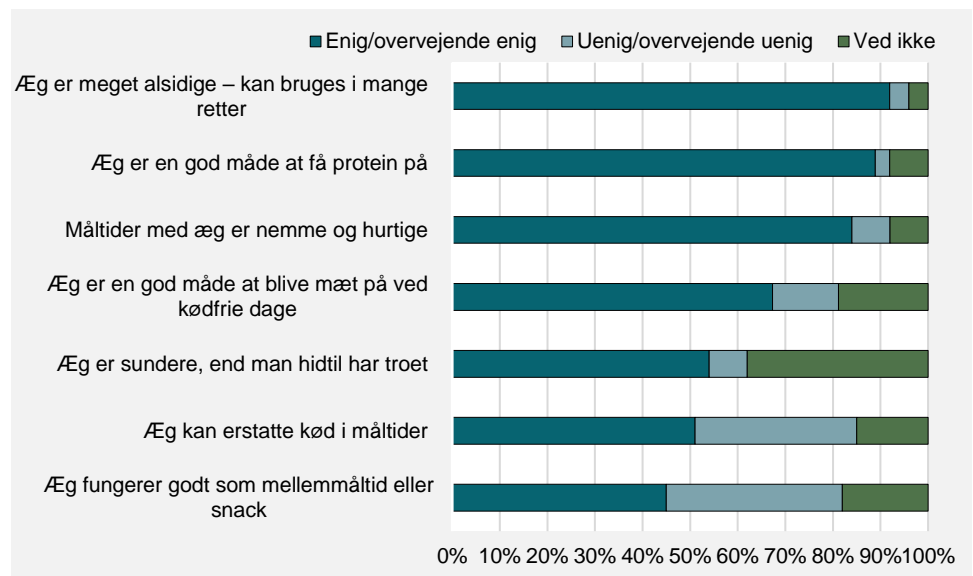
I blandt de ældre (60-70-årige) er der flest, der svarer, at æg hjælper med genopbygningen af kroppen.

Der er således forskel på, hvorfor danskerne synes, æg er sunde, og svarene lader til at variere på tværs af køn og alder. Begrundelserne tegner således et billede af, at de sundhedsmæssige kvaliteter ved æg er alsidige og kan variere afhængig af, hvad danskernes eget sundhedsmæssige behov er.

Æggets største styrke er fortsat alsidigheden

Netop æggets alsidighed har været nævnt som æggets styrke i tidligere analyser. I 2017 svarede 9 ud af 10 danskere, at de var helt eller overvejende enige i, at æg er alsidige og kan bruges i mange retter. Det var særligt kvinder, der var enige i udsagnet. I 2018 var lige så mange enige eller overvejende enige i udsagnet, hvilket vidner om, at æggets største styrke fortsat er dets alsidighed.

Figur 6:
Spørgsmål: *Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn om æg?*



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2018, base (1006).

Anm: svarmulighederne "Enig" og "Overvejende enig" er lagt sammen. Det samme er "Uenig" og "Overvejende uenig"

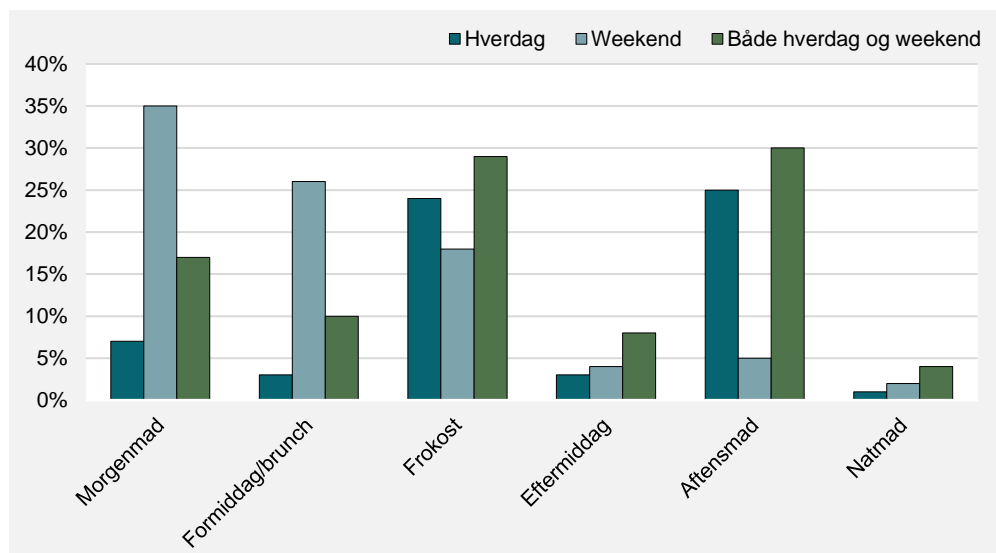
Udover alsidigheden svarer flest, at de er enige i, at æg er en god måde at få protein på, og at måltider med æg er nemme og hurtige. I modsatte ende af skalaen svarer færrest, at de er enige i, at æg fungerer godt som mellemmåltid eller snack. Trods det er den mindste svarprocent ud af alle udsagnene, er

det alligevel knap halvdelen (45 pct.), der er enige i, at æg er godt som mellemmåltid eller snack. Det understreger således netop alsidigheden ved ægget og peger på, at æg kan indgå på tværs af dagens måltider.

Æg er mest populært til morgenmad i weekenden

Analysen har også set nærmere på alsidigheden i æggets anvendelighed til dagens forskellige måltider. Nedenstående figur 7 viser, hvordan danskerne generelt spiser æg på tværs af dagens måltider og ugens dage. Flest svarer, at de spiser æg til hovedmåltiderne, hvorimod det er de færreste, der spiser æg om eftermiddagen og til natmad. Mest populært er det at spise æg til morgenmad i weekenden.

Figur 7:
Spørgsmål: ... Prøv at tænke på de seneste 10 æg, du har spist. Hvornår spiste du dem?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2018, base 1006

Æg til morgenmad og formiddag er især populært blandt de 30-39-årige

Når danskerne spiser æg til morgenmad og brunch, er det især populært blandt de 30-39-årige. Faktisk svarer hele 44 pct. af de 30-39-årige, at de spiser æg til morgenmad i weekenden. Det samme gør sig gældende for brunch-måltidet, hvor flertallet af dem, der svarer, at de spiser æg, også er de 30-39-årige.

De ældre spiser i højere grad end gennemsnittet æg til frokost

Når det kommer til frokostmåltidet, er der forskel på, hvornår på ugen danskerne spiser æg. Flertallet svarer, at de spiser æg til frokost både i hverdage og i weekenden. Her er det i højere grad end gennemsnittet de ældre (50-59 år og 60-70 år).

Dernæst svarer flest, at de spiser æg til frokost i hverdage, hvor det i højere grad er kvinderne, der spiser æg. Derimod er det i højere grad end gennemsnittet mænd, 30-39-årige og bosiddende i Syddanmark, der kun spiser æg til frokost i weekenden.

Æg til aftensmad er mest populært i blandt de 60-70-årige

Når vi ser på aftensmåltidet, svarer flest, at de både spiser æg i hverdage og i weekenden. Det er især de 60-70-årige, der spiser æg til aftensmaden – både i weekenden og til hverdag.

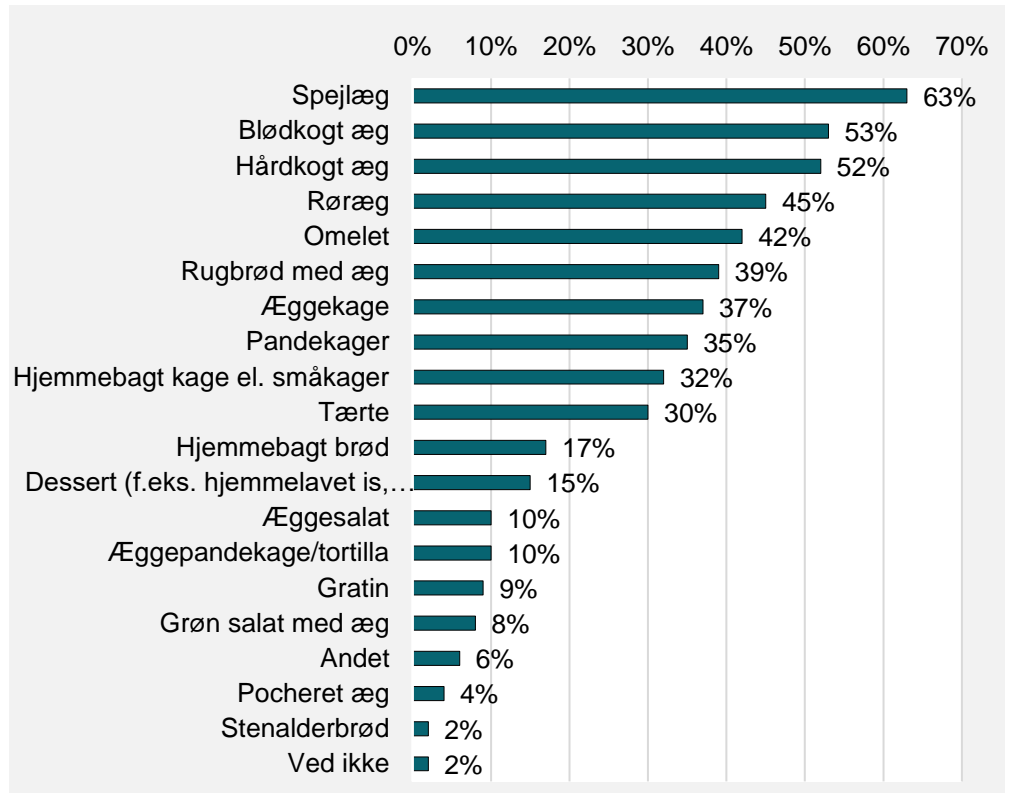
De færreste spiser æg til eftermiddag og natmad

Som nævnt ses det af figur 7, at det er de færreste, der spiser æg om eftermiddagen og til natmad. Det kan således vidne om, at flest fortsat spiser æg som en del af et hovedmåltid.

Danskerne laver fortsat de klassiske retter med æg

Når danskerne spiser æg, bruger de dem fortsat oftest på traditionel vis. I 2017 var topscorerne på retter med æg: Spejlæg, hårdkogt, blødkogt og rugbrød med æg. I 2018 var de mest populære retter fortsat: Spejlæg, blødkogt og hårdkogt æg. Røræg og rugbrød med æg har dog skiftet plads således, at røræg nu er den 4. mest populære ret med æg i 2018.

Figur 8:
På hvilken måde bruges æg typisk hjemme hos dig/er? (Vælg gerne flere svar)



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer 2018, base (1006).

Ser vi ned i, hvem i befolkningen, der spiser hvilke retter med æg, er der forskel imellem forbrugergrupperne.

Når det kommer til **spejlæg** og **blødkogt æg** tegner der sig et billede af, at alle forbrugergrupper spiser denne ret lige meget. Det er således populære retter hos alle danskere – unge som gamle, kvinder som mænd og i by og på land.

Ser vi derimod på **hårdkogt æg**, er det i højere grad end gennemsnittet danskere over 40 år og bosiddende i Midtjylland, der spiser den ret.

De yngre danskere, under 30 år, spiser i højere grad **røræg**. Faktisk svarer hele 59 pct. under 30 år, at de typisk spiser røræg.

For **rugbrød med æg** er det i højere grad kvinder, der spiser det. Hele 45 pct. af kvinderne svarer, at de typisk spiser rugbrød med æg. Samtidig er det i højere grad nordjyder, der spiser den ret.

Æggekage er mere populært blandt den ældre del af befolkningen. I blandt aldersgrupperne 50-59 år og 60-70 år svarer hele 43 pct., at de typisk spiser æggekage. Endvidere er det i højere grad danskere på Sjælland, Syddanmark og Nordjylland, der spiser det.

Pandekager derimod er mere populært blandt de unge (18-29-årige), hvor 44 pct. svarer, at de bruger æggene til at lave pandekager. Samtidig spiser kvinder og danskere på Sjælland i højere grad pandekager.

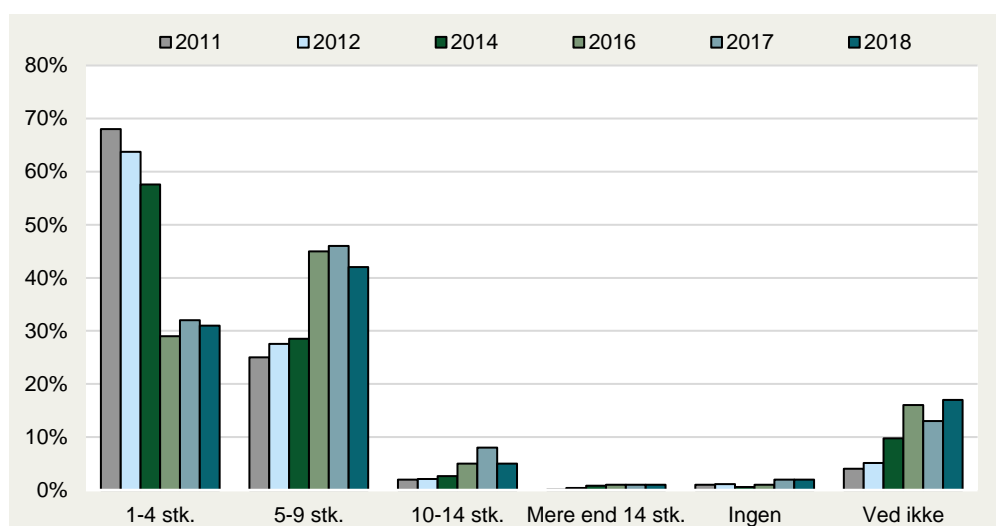
Hjemmebagt kage el. småkager derimod spises mere hyppigt iblandt kvinder, 40-49-årige og beboere i Midtjylland.

Tærte er mest populært hos kvinder og den yngre del af befolkningen (18-29-årige og 30-39-årige). Dertil er det i højere grad danskere i Syddanmark og Midtjylland, der spiser tærte.

Flest mener fortsat, at 5-9 æg om ugen passende

Når vi har spurgt, hvor mange æg, danskerne mener, er passende at spise ud fra en sundheds- og ernæringsmæssig tilgang, har flertallet de seneste år svaret 5-9 æg om ugen. Figur 9 viser, hvordan det fortsat gør sig gældende.

Figur 9:
Spørgsmål: Ud fra en sundhedsmæssig/ernæringsmæssig tilgang, hvor mange æg mener du så, det vil være passende at spise om ugen?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer november 2018, base 2011 (1027), 2012 (1001), 2014 (1000), 2016 (1012), 2017 (1035), 2018 (1006).

Anm: Det skal nævnes, at der i undersøgelserne før 2016 er spurgt ind til inddelingene "1-4 æg", "5-9 æg", "10-14 æg", mens respondenterne i 2016, 2017 og 2018 undersøgelsen er blevet bedt om at vælge på en numerisk skala. Efterfølgende er besvarelsenerne blevet kategoriseret i henhold til tidligere år, for at kunne foretage sammenligning.

Sammenlignet med tidligere års resultater er andelen af danskere, der svarer 5-9 æg om ugen, for første gang faldet en anelse. Samtidig er andelen af "ved ikke" steget lidt. Dog kan der være tale om små forskydninger, der ikke betyder noget for det samlede billede – flertallet mener fortsat, at 5-9 æg om ugen er passende.

Fremtiden kan byde på flere forskellige retter med æg

Som tidligere nævnt, synes flertallet af danskerne fortsat, at æg er sunde. Flertallet synes æg er sunde, fordi de hjælper med at få protein nok, giver god mæthed og er en god kilde til vigtige vitaminer, mineraler og fedtsyrer. Analysen har således tegnet et billede af en "stabil" opfattelse af æg som værende

sunde. Det kan indikere, at danskernes holdning til æg er ved at "modnes" og stabiliseres.

Men hvordan bliver danskernes holdning til og køb af æg i fremtiden? Her kan forbrugergruppen "Trendsættere" være interessante at se på, da deres adfærd kan have en toneangivende effekt på den bredere befolkningsgruppes senere adfærd.

Når vi ser på, hvad trendsætterne særligt lægger vægt på, når de køber æg, svarer de i højere grad end gennemsnittet smag og dansk produceret. Trendsætterne prioriterer altså i højere grad smagen og dansk producerede æg, når de køber ind. Det kan indikere, at fremtidens forbrugere vil udvide deres top 3 over valgkriterier fra de velkendte økologi, dyrevelfærd og pris til også at se på andre valgkriterier som smag og danskproduceret når de skal vælge æg.

Udover andre valgkriterier adskiller trendsætterne sig også fra gennemsnittet, når det kommer til antallet af købte æg. Husstande med trendsætterne har nemlig i højere grad end gennemsnittet svaret, at de har købt "15 æg eller derover" over en 14 dages periode. Faktisk svarede hele 53 pct. af trendsætterne, at de har købt mere end 15 æg, hvorimod det kun var 34 pct. af gennemsnittet. Det peger på, at trendsætterne køber flere æg. Derudover *spiser* de også flere æg. Trendsætterne spiser nemlig 5,2 æg om ugen i gennemsnit (sammenlignet med 4 æg for gennemsnitsdanskeren). Dertil laver de også andre retter med æggene. Trendsætterne spiser nemlig i højere grad omelet, tærte, gratin, æggepandekage/tortilla og pocheret æg. Tilsammen peger det på, at æggets alsidighed og brede anvendelighed kan invitere til nye retter og et bredere repertoire af retter med æg i fremtiden.

Generelt tegner det således et billede af, at fremtiden kan byde på nye retter med æg samt nye valgkriterier, når der vælges æg i køledisken.

Om analysen:

Analysen er baseret på data indsamlet af Norstat for Landbrug & Fødevarer blandt 1006 repræsentativt udvalgte danskere i alderen 18-70 år. Data er indsamlet i november måned 2018. Tidligere gennemførte analyser er foretaget af bl.a. Userneeds (2011) og Norstat.



Landbrug & Fødevarer

Axeltorv 3
1609 København V

T +45 3339 4000
F +45 3339 4141

E info@lf.dk
W www.lf.dk

Yderligere kontakt

Louise Juul Toft
Nina Preus

3339 4676 lojt@lf.dk
3339 4674 npre@lf.dk