

Grön mat fortsatt stark trend:

## Varannan svensk vill äta mer vegetariskt i sommar

Efter en lång vinter vill vi svenskar gärna tillbringa de efterlängtade sommarmånaderna ute i det gröna. Nu låter vi grönskan inspirera oss även i matlagningen – nästan hälften av svenskarna vill äta mer vegetariskt i sommar. Hela 49 procent anger också att de gärna vill variera sina grillvanor genom att grilla mer grönt. Men en stor anledning till att många inte äter mer vegetariskt är bristen på kunskap och inspiration. Det visar en ny undersökning gjord på uppdrag av Hälsans Kök.

I sommar vill vi inte tillbringa allt för mycket tid inomhus - vi äter till och med våra måltider utomhus i form av grillkvällar, picknics och långa luncher på verandan. Nästan hälften av svenskarna (43 procent) uppger nu att de gärna äter mer vegetariskt i sommar. Många vill variera de klassiska grill- och köttträterna vi gärna äter under sommaren med goda vegetariska alternativ.



– Vi ser ett ständigt ökande intresse för vegetarisk mat och konsumenterna blir allt mer medvetna om fördelarna med en vegetarisk kost. Resultatet i undersökningen är tydligt: Den här sommaren låter vi oss inspireras av det gröna och njuter av fler goda vegetariska rätter, säger Hanna Wennerdal, marknadsansvarig på Hälsans Kök.

### I sommar vill vi grilla grönt

70 procent av svenskarna är medvetna om att vegetarisk mat har mindre påverkan på miljön än icke vegetarisk mat. Hela 49 procent anger också att de gärna vill variera sina grillvanor och grilla mer vegetariskt i sommar. Men en stor anledning till att många inte äter mer grönt är bristen på kunskap och inspiration. Nästan hälften av de svarande menade att det är det som hindrar dem från att laga och äta mer vegetariskt.

– Vegetarisk mat behöver inte vara krångligt! På halsanskok.se har vi massor med enkla, goda och inspirerande recept för en grönare sommar. Våra produkter är väldigt mångsidiga och passar lika bra på grillen som i picknic-korgen, säger Hanna Wennerdal.

## Grön sommar i södra Sverige

I Skåne, Halland och Blekinge är intresset större för vegetarisk mat på grillen än i övriga landet. Här svarar hela 52 procent man vill grilla mer grönt i sommar. I norra Sverige är den siffran 42 procent. Den överlägset mest populära grönsaken att lägga på grillen är majscolv.

### Topplista – svenskarnas gröna grillfavoriter:

1. Majscolv
2. Champinjon
3. Lök
4. Paprika
5. Tomat

### Recept

Bifogat i utskicket finns receptblad med:

*Baguette med kebab, avokado, böngroddar och chilimajonnäs*

*Grillad chorizo med fräsch sallad och gräddfilsdressing*

*Hamburgare med grillade grönsaker, hummus och surdegsbaguette.*

På hälsanskök.se finns en mängd inspirerande recept på god vegetarisk mat.

### För mer information, kontakta:

Hanna Wennerdal, marknadsansvarig Hälsans Kök

Tel: 0735-933 258

E-post: [hanna.wennerdal@tivall.nestle.com](mailto:hanna.wennerdal@tivall.nestle.com)

### För produktprov, recept och högupplösta bilder, kontakta:

Elin Eriksson, presskontakt Prat PR

Tel: 0704-22 89 50

E-post: [elin.eriksson@prat.se](mailto:elin.eriksson@prat.se)

### Om undersökningen

Undersökningen är genomförd av opinions- och marknadsundersökningsföretaget YouGov. Under perioden 23 - 24 april 2014 har sammanlagt 1007 intervjuer via internet genomförts med män och kvinnor 18-74 år i Sverige. Urvalet är representativt för den svenska befolkningen vad gäller kön, ålder och region.

### Om Hälsans Kök

Hälsans Kök har producerat välsmakande vegetariska rätter i över 25 år. Produkterna har en unik, patenterad mix av vete- och sojaprotein och utöver dessa finns även ett antal grönsaksbaserade produkter. Hälsans Köks moderföretag Tivall är en av världsledarna inom vegetarisk mat med ett brett utbud av produkter tillgängliga i hela Europa, USA, Australien och Mellanöstern. Läs mer om Hälsans Kök på <http://www.halsanskok.se> eller <https://www.facebook.com/HalsanskokSverige>