

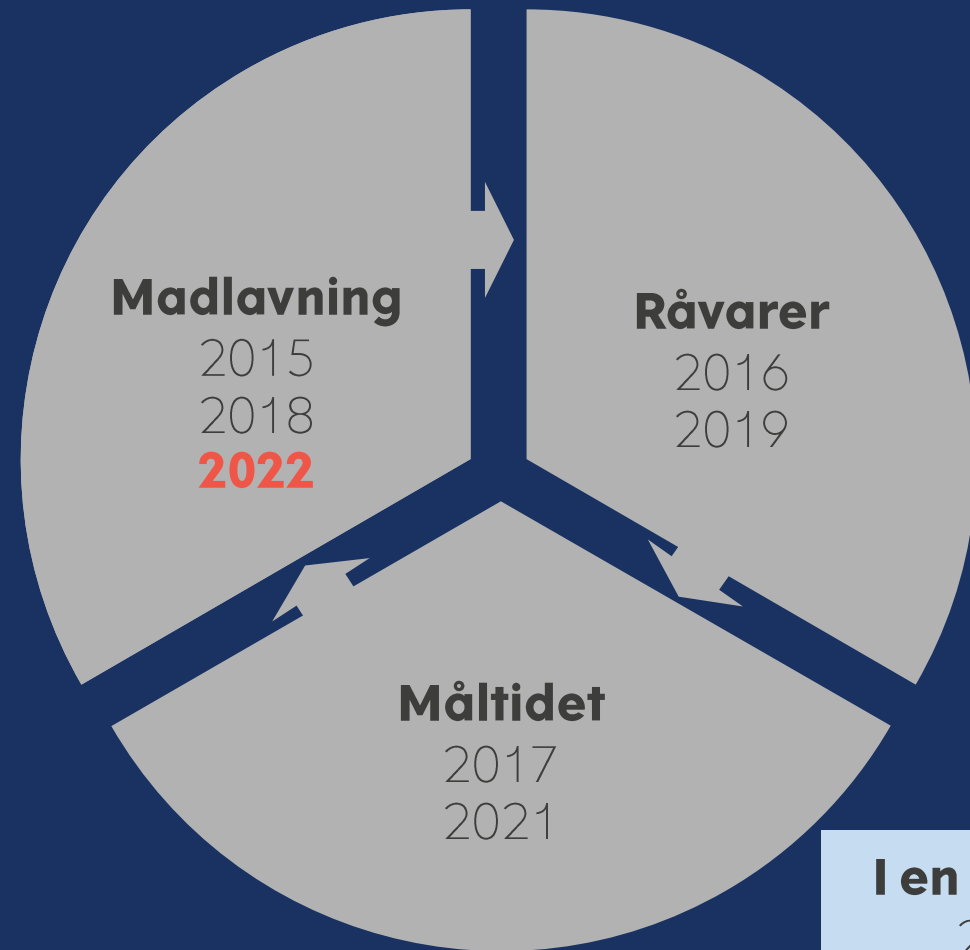
# Hvordan står det til med madkulturen?

# Madkulturen

- **Videns-** og **forandrings**organisation under Fødevareministeriet
- Bedre mad til alle



# Årlig undersøgelse af danskernes madvaner



# Tre nedslagspunkter

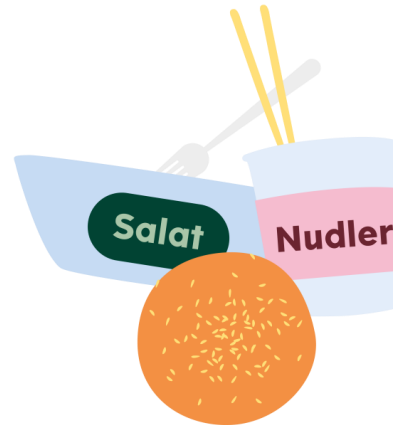
1.

Hjemmelavet mad



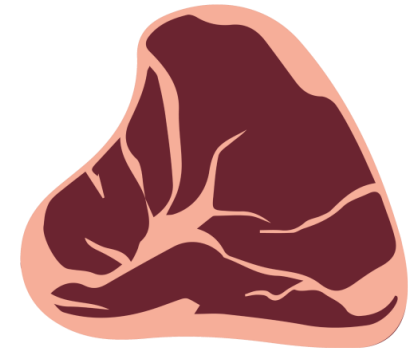
2.

Convenience



3.

Klimahensyn?



1.

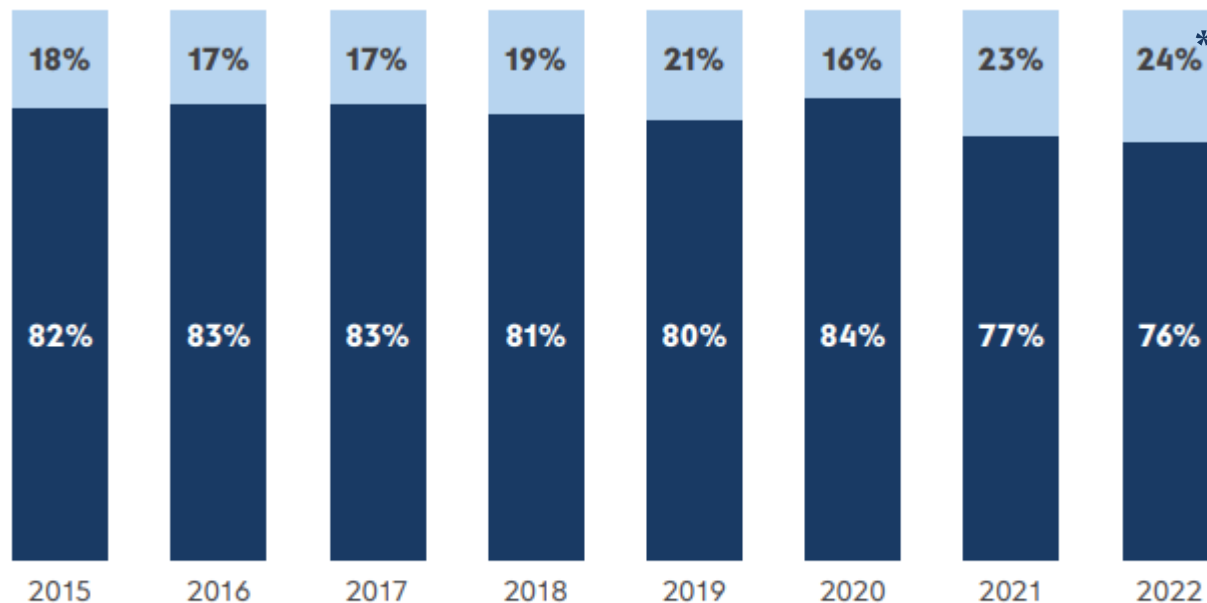
Hjemmelavet mad har en  
faldende betydning i  
vores madkultur





# Færre aftensmåltider er hjemmelavede

”Hvordan vil du beskrive den mad, du spiste i går?”



**260.000**

6 procentpoint

■ Hjemmelavet mad    ■ Færdigret, takeaway og mad spist ude

Kilde: Madkultur15, Madkultur16, Madkultur17, Madkultur18, Madkultur19, Madkultur20, Madkultur21 og Madkultur22

N(2015)=2.339, N(2016)=2.005, N(2017)=2.203, N(2018)=2.139, N(2019)=2.112, N(2020)=2.205, N(2021)=2.184, N(2022)=2.042.

Hjemmelavet mad indebærer aftensmåltider beskrevet som helt og aldeles hjemmelavet, overvejende hjemmelavet med noget færdigkøb og overvejende færdigmad med noget hjemmelavet.

\* Indikerer en statistisk signifikant forskel fra 2015.

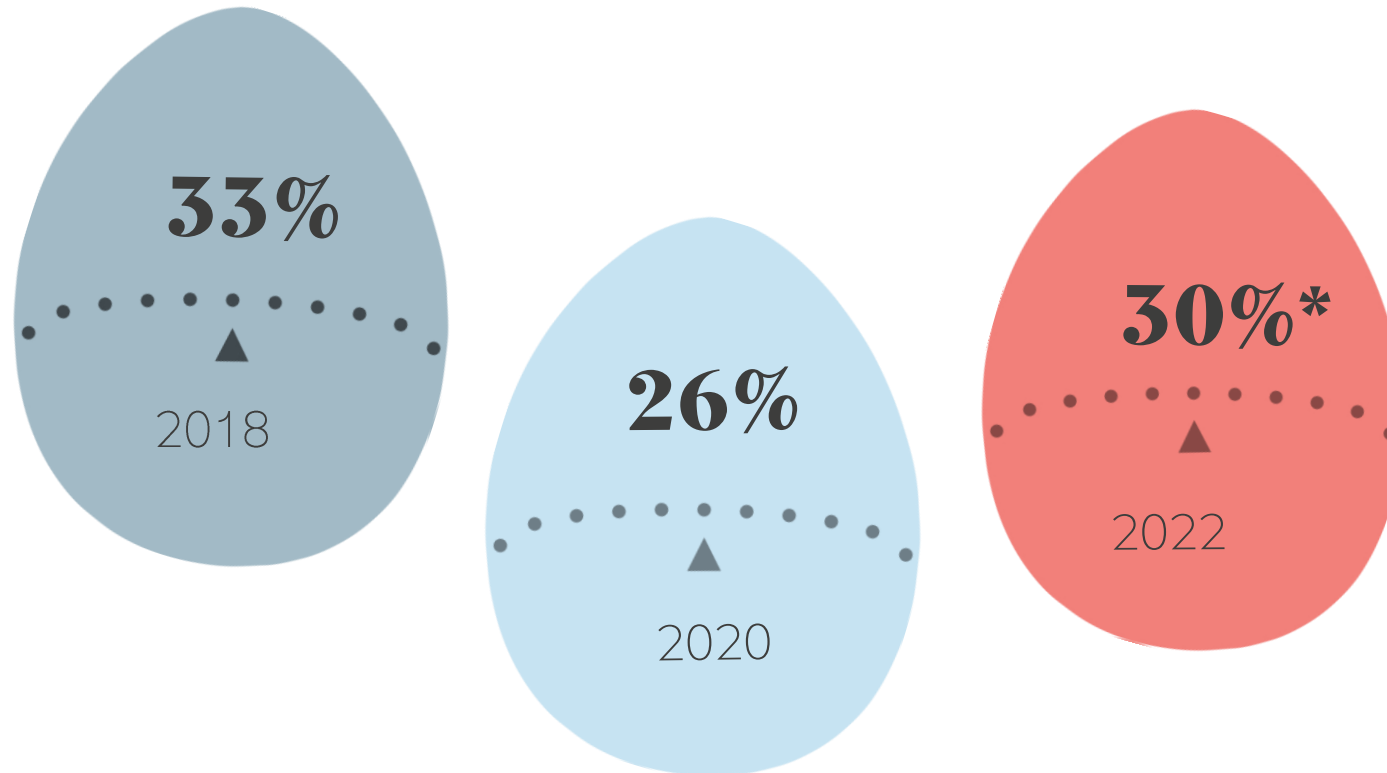
Indtægter er det ikke alle søjler, der summer til 100%.

# Corona



# Den hurtige madlavning stiger igen efter en coronapause

## Madlavning på under 15 minutter





# Velkendte retter dominerer fortsat, når vi laver mad

## Top 5 retter, når vi laver mad

- 1 Kylling med kartofler og/eller grøntsager
- 2 Rugbrød med pålæg
- 3 Pølser
- 4 Pastaret
- 5 Fisk

# Velkendte retter dominerer fortsat, når vi laver mad

## Top 5 retter, når vi laver mad

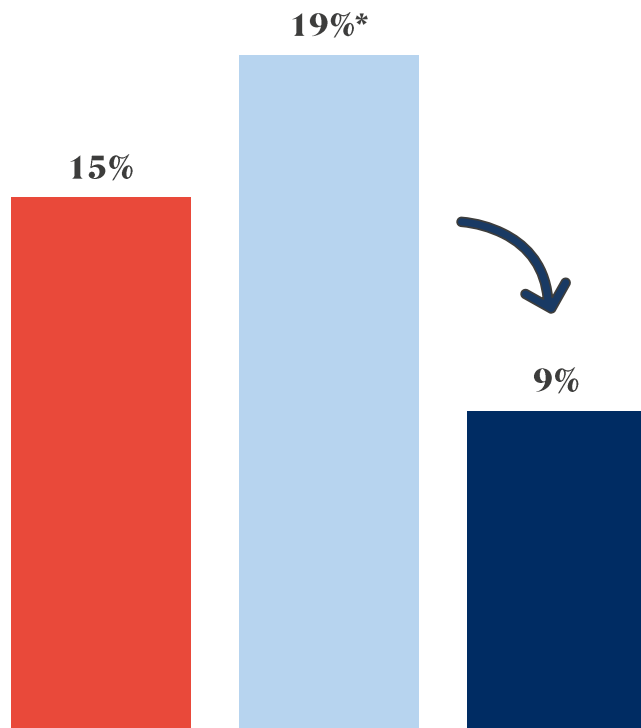
- 1 Kylling med kartofler og/eller grøntsager
- 2 Rugbrød med pålæg
- 3 Pølser
- 4 Pastaret
- 5 Fisk



**58%**

**af danskerne  
planlægger det, de skal  
spise til aftensmad,  
samme dag**

# Børn er mindre med i køkkenerne



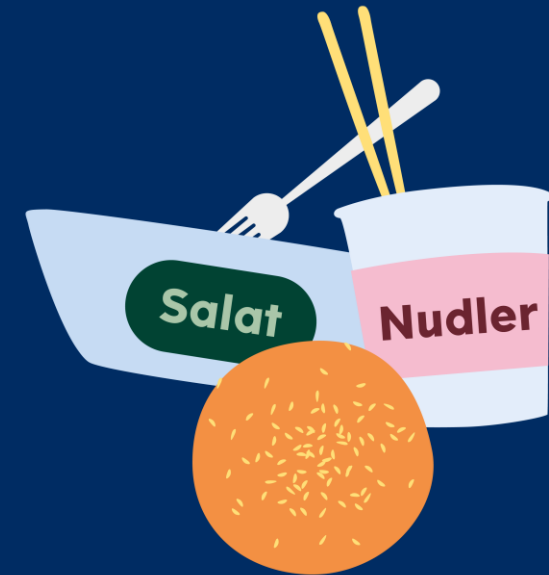
Børnefamilier der havde børn med i køkkenet på en typisk aften

■ 2018 ■ 2020 ■ 2022



# 2.

Convenience er en integreret del af den danske madkultur





# 72%

**af dem, der laver mad,  
bruger convenience-produkter i  
madlavningen på en typisk aften**

# 72%

af dem, der laver mad,  
bruger convenience-produkter i  
madlavningen på en typisk aften

**...men hvad er convenience?**



**Klargjort convenience**



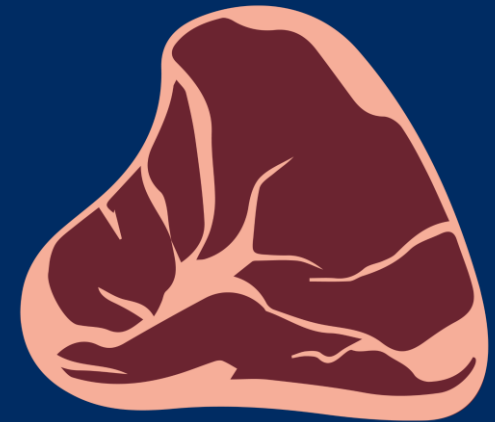
**Færdiglavet convenience**



**Færdigretter**

**3.**

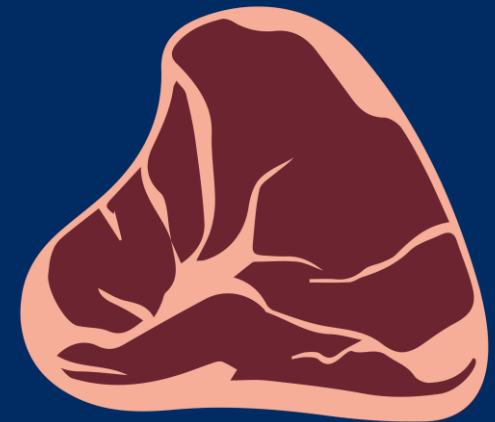
**Vi vil gerne tage hensyn til  
klimaet**





**3.**

**Vi vil gerne tage hensyn til  
klimaet**



**...men kødretterne hænger ved**

7 ud af 10 vil gerne ændre madvaner af hensyn til klima.





74% af danskernes måltider indeholder kød eller fjerkræ på en typisk aften.



**Grøn madlavning  
er en udfordring...**





# Bælgfrugter, tofu og plantefars

**123%**

flere aftensmåltider  
med bælgfrugter

**89%**

flere aftensmåltider  
med tofu, plantefars  
o.lign.



# Bælgfrugter, tofu og plantefars

**123%**

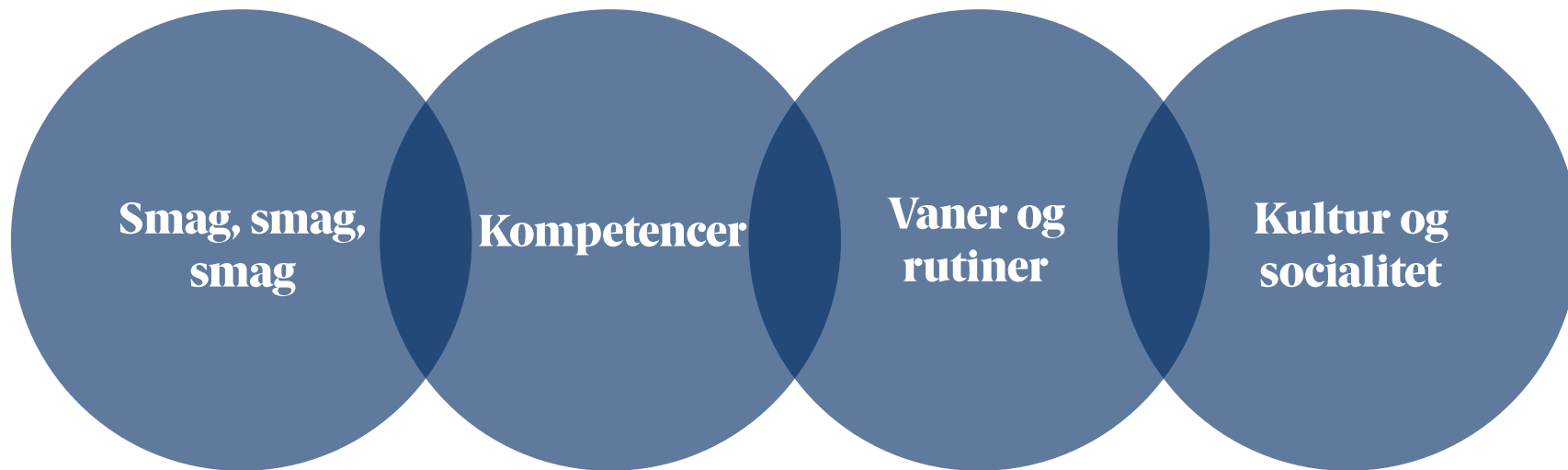
flere aftensmåltider  
med bælgfrugter

**89%**

flere aftensmåltider  
med tofu, plantefars  
o.lign.

...men udgangspunktet var meget lavt.

# Det bunder i flere ting...





# Mad og aftenskoler

- Madlavning/gastronomi udgør mellem **2,5 % - 5 %** af de udbudte hold på aftenskolerne.



# Tre anbefalinger

## 1. Kurser uden opskrifter

- Åbne opskrifter
- Fokus på grundmetoder
- Eksperimentér og styrk kursisternes mod

# Tre anbefalinger

**1.**

## Kurser uden opskrifter

- Åbne opskrifter
- Fokus på grundmetoder
- Eksperimentér og styrk kursisternes mod

**2.**

## Fokus på grøntsager og hverdagsmad

- Udgangspunkt i råvarer
- Lave mad med det man har
- Styrke opfindsomheden, når den er mindst



# Tre anbefalinger

**1.**

## Kurser uden opskrifter

- Åbne opskrifter
- Fokus på grundmetoder
- Eksperimentér og styrk kursisternes mod

**2.**

## Fokus på grøntsager og hverdagsmad

- Udgangspunkt i råvarer
- Lave mad med det man har
- Styrke opfindsomheden, når den er mindst

**3.**

## Alternative undervisere

- Ung-til-ung/ældre-til ældre
- Amatør-til-amatør-vejledning
- Mindre mesterlære, mere erfaringsdeling



