



Pressmeddelande
25.2.2026

Finländarna älskar sitt nationalbröd – Fazer tillverkar nästan en miljon rågröd per dag

Den nationella rågrödsdagen firas i Finland den 28 februari. Finländarnas favoritbröd är mer aktuellt än någonsin: fullkornsrågröd främjar välbefinnandet och är också en naturlig källa till fiber och växtprotein. På världens största rågrödsbageri i Lahtis bakas rågröd som finländarna älskar.

Fazer investerar kontinuerligt i expertis och produktionsförmåga inom rågrödsbakning samt utvecklar nya produkter. På Fazers bageri i Lahtis, världens största rågrödsbageri, bakas nästan en miljon rågröd per dag. Där tillverkas bland annat de rågröd som finländarna tycker mest om: Puikula, Reissumies och Jälkiuuni. Puikula-produktfamiljen har nyligen utökats med det magvänliga Fazer Puikula Tunt råg, som även lämpar sig för FODMAP-kost.

Förra året togs en ny Reissumies-rågrödslinje i bruk på bageriet i Lahtis, en investering på cirka 11 miljoner euro. Fazer satsar på inhemsk rågrödsproduktion, och företaget övergick redan år 2015 som det första rikstäckande bageriet till att använda uteslutande finländsk råg i sina rågröd.

Vårt nationalbröd – och det med all rätt!

I Finland äter man mer råg än någon annanstans i världen – cirka 15 kilo per person årligen.³⁾

Fazers Stora Brödundersökning 2025¹⁾ visar att särskilt personer över 45 år ser rågröd som en mycket central del av en hälsosam kost. Generellt uppfattas rågrödets hälsofördelar allt tydligare: 77 procent av finländarna anser att det är en viktig del av en hälsosam kost.

Fullkorns- och fiberrekommendationerna lyfter fram rågrödets roll

Enligt de nationella näringsrekommendationerna bör man äta minst 90 gram fullkorn per dag. Rågröd är finländarnas enskilt viktigaste källa till fullkorn och rågrödsprodukter står dessutom för cirka en fjärdedel av dagens totala fiberintag.⁴⁾

”Enligt vår rågrödsundersökning²⁾ förstår konsumenterna väl nyttan av fullkorn: 78 procent känner till att rågröd innehåller mycket fiber och 75 procent anser att fullkorn är ett hälsosamt val. De som svarade på vår



undersökning valde också bröd som en produkt som gör det allra enklast att följa rekommendationerna för fullkorn i praktiken”, säger **Marika Laaksonen**, Fazers ledande näringsexpert.

Enligt Fazers Stora Brödundersökning¹⁾ är attityden till fullkorn mycket positiv: 72 procent av finländarna ser det som ett viktigt valkriterium, och intresset ökar särskilt i äldre åldersgrupper. Fullkornets fördelar kopplas främst till fiber, smak och minskat svinn, eftersom hela kornet tas tillvara. Även bland de yngre (16–25 år) tycker 63 procent att fullkorn är intressant. Enligt undersökningen är fiber och tarmvälmående⁵⁾ centrala skäl för konsumenterna att välja fullkorn.

Fazer vill bidra till att fullkornsrekommendationerna blir lättare att nå. Förpackningarna anger tydligt fullkornsmängden i gram, och den dagliga rekommendationen kan exempelvis täckas med 6–7 skivor fullkornsrågbröd. År 2030 kommer 65 procent av Fazers bröd att vara fullkornsbröd.

Källor

- 1) Fazers Stora Brödundersökning 2025
- 2) Rågbrödsundersökning 2024 / Norstat, N = 1020: beställd av Fazer Bagerier, genomförd av Norstat 24–29.1.2024
- 3) Pro Ruis ry, www.proruis.fi
- 4) FinRavinto 2017
- 5) Rågfiber bidrar till normal tarmfunktion som en del av en balanserad och mångsidig kost och en hälsosam livsstil

Pressbilder

https://fast.fazer.com/l/hTgS5_BcfMpg

Mer information

Tarja Kuusela, kommunikationsdirektör, Fazer Bageri Finland
tarja.kuusela@fazer.com, tel. +358 40 587 6063

Fazer Bageri Finland

Fazer är den ledande aktören inom bageribranschen i Finland. Fazers stora bagerier ligger i Vanda, Lahtis och Villmanstrand. Företaget har dessutom över 140 butiksbagerier i dagligvarubutiker, där hantverksbagare bakar bröd för hand av finländskt mjöl. Fazer Bageri sysselsätter cirka 1 600 personer i Finland. Inhemskhetsgraden för bageriproduktionen är 94 %.

Fazer-koncernen

Med fokus på matupplevelser, gör Fazer det möjligt att njuta av dagens bästa stunder. Vår mission, Mat med mening, bygger på vårt unika över 130-åriga arv, djupa konsumentinsikter och innovationer för att skapa hållbara matlösningar för framtiden. Med våra nästan 5 000 engagerade medarbetare fokuserar vi på konsumentprodukter, vår direkt till konsument-riktade verksamhet i Nordeuropa och export till mer än 40 länder. Vår verksamhet följer Fazers uppförandekod som baserar sig på koncernens värderingar och FN-initiativet Global Compact. Fazer-koncernens omsättning 2025 uppgick till 1,2 miljarder euro.

Northern Magic. Made Real.