

## Svenskarnas julbordsvanor - Klar majoritet vill förändra julbordet

Nästan hälften av svenskarna (40 procent) äter fortfarande lutfisk och de flesta gör det på julafton. Detta enligt en färsk undersökning kring den äldsta festmåltiden i Sverige och julbord generellt. Skinka, köttbullar och sill är fortfarande svenskarnas favoriter på julbordet. Samtidigt vill nästan tre fjärdedelar (72 procent) byta ut någon rätt mot någon ny. Undersökningen har genomförts av Yougov på uppdrag av Fram Foods, som producerar lutfisk, sill och kaviar.

– Resultatet visar att intresset för lutfisk är stort i Sverige – även till vardags. Lite överraskande att så många i 30-årsåldern är positiva till lutfisk året runt. Det gör att vi kan fortsätta tänka kreativt när det gäller tillbehör, recept och förpackningar. Vi har bland annat lanserat lutfisk som tillagas i mikrovågsugnen just för att locka en yngre målgrupp, förenkla tillagningsprocessen och göra rätten lätt att variera. Nyheten för i år är en färdig lutfisksås, säger Richard Fomum, vice vd på Fram Foods, som är marknadsledande på lutfisk.

### Lutfiskkokken - en kvinna över 60 år

Undersökningen visar samtidigt att nästan hälften (45 procent) av lutfiskkokarna är kvinnor över 60 år. Knappt en tiondel (8 procent) som tillagar lutfisk är 30-39 år. Oavsett ålder är det bara en fjärdedel (24 procent) av männen som lagar lutfisk. Däremot visar undersökningen inga större skillnader mellan män och kvinnor som äter lutfisk, 43 procent av kvinnorna och 38 procent av männen.

– Att så många lutfiskkokar är över 60 år är en utmaning för oss lutfiskproducenter. Det bekräftar också att vi måste satsa på nya möjligheter och sätt att tillaga lutfisk om den svenska mattraditionen ska leva vidare. Den rådande trenden när det gäller hälsosam mat med mycket protein och omega-3 fetter hjälper oss på vägen. Framfoods lutfisk är nyckelhälsomärkt och är ren hälsokosten, framför allt jämfört med övrig mat på julbordet, och det går att göra massa variationer på hälsosamma rätter med lutfisk, säger Richard Fomum.

### Julbordet viktigast på landsbygden

Julbordet är en viktig och god tradition, inte minst för landsortsborna där tre fjärdedelar anser det. Men även i storstäderna tycker en majoritet att julbordet är jätteviktigt som tradition (60 procent). Drygt två femtedelar (42 procent) äter helst julbord med den närmsta familjen. Kvinnor är mest intresserade av familjen som sällskap, 46 procent jämfört med 39 procent av männen. Ett fåtal (3 procent) äter helst julbord med sina arbetskamrater. Hälften av svenskarna lagar det mesta till julbordet själva, en femtedel har lika mycket köpt som hemlagat på julbordet och nästan en tiondel köper mest färdiglagat.

### Topp 7 rätter på julbordet

När svenskarna fick välja de 7 rätterna som är viktigast på julbordet kommer lutfisken först på 13:e plats med ett svarsresultat på 13 procent oavsett ålder, kön eller region. En fjärdedel av de tillfrågade i åldersgruppen 60-74 år valde dock lutfisk som en av sina topp 7-rätter.

1. Skinka (84 procent)
2. Köttbullar (76 procent)
3. Sill (68 procent)
4. Janssons frestelse (59 procent)
5. Lax (48 procent)
6. Revbensspjäll (35 procent)
7. Julkorv (29 procent)

### Vitsås med kryddpeppar i topp

Lutfisk äts på lite olika sätt i landet. De vanligaste tillbehören till lutfisk är, inte helt oväntat, vitsås med kryddpeppar, potatis och ärtor (37 procent). Dessa tillbehör är det hälften av invånarna i Östergötland som äter och i Dalarna är det mer än hälften (54 procent). På andra plats kommer vitsås med senap, potatis och ärtor – tillbehör som framför allt skåningarna föredrar (47 procent). Bacon eller fläsk, vitsås och potatis äter knappt svenskarna alls. Men mest populärt är det bland hallänningarna (13 procent).

### Mest lutfisk äter man i Dalarna

I Dalarna äter man mest lutfisk i Sverige (52 procent), tätt följt av Jönköping (49 procent) och Västerbotten (44 procent). Stockholm, Halland och Östergötland är de regioner där man börjar äta lutfisk tidigast på säsongen i landet.

### Fakta om undersökningen

Undersökningen genomfördes av YouGov under perioden 31 maj till 4 juni 2012. 1 402 intervjuer utfördes på ett riksrepresentativt urval av män och kvinnor i åldern 20 till 74 år.

---

### Fakta lutfisk

Lutfisk är den enda rätt som varit älskad festmat i Sverige året runt i över 500 år. Våra förfäder åt lutfisk till helger och fester hela året om. Från början var det en krånglig process med veckolånga blötläggningar. På 70-talet introducerades en kyl, färdiglutad lutfisk som efter några timmars unvattning kunde läggas direkt in i ugnen.

**Fram Foods lutfisk** säljs under varumärkena Lysekils och Rydbergs. Lutfisken går att tillaga på full effekt i mikrovågsugnen. När lutfisken är klar hör man ett visselljud. Den nya lutfisksåsen finns i butik från och med vecka 44.

---

**För ytterligare information, vänligen kontakta:**

Richard Fomum, Vice vd, Framfoods AB, tel: 0523-18401, e-post: [richard.fomum@framfoods.se](mailto:richard.fomum@framfoods.se)

[www.framfoods.se](http://www.framfoods.se)