

Pressmeddelande 2018-09-28

# Så här lagar svensken vegetarisk mat

**Måndag 1:a oktober är det vegetariska världsdagen. I samband med det har Coops Matometer, med hjälp av Demoskop, frågat en representativ grupp svenskar hur svårt man upplever att det är att laga vegetariska måltider och var man hittar inspiration till nya vegetariska rätter.**

**Undersökningen visar att kvinnor, yngre personer och boende i singelhushåll i större utsträckning tycker det är enkelt att laga vegetarisk mat, och att internet är den primära källan för inspiration.**

Matometers vego-index har tidigare visat att fler svenskar väljer att äta vegetariska måltider till lunch och/eller middag. Inför den vegetariska världsdagen har Coops Matometer med hjälp av demoskop samlat in svar från 1 048 svenskar om deras relation till vegetarisk mat.

## Enkelt eller svårt?

Nära hälften, 47 procent, av svenskarna tycker att det är enkelt att laga vegetariska måltider enligt undersökningen. Personer i åldern 16-25 är de som i störst utsträckning tycker det är enkelt att laga vegetariskt, vilket sex av tio svarat. Två av tio män svarade att man tycker det är svårt att laga vegetarisk måltider, samtidigt som mer än varannan kvinna tycker det är enkelt. I Stockholm och övre Norrland tycker man i högre utsträckning att det är enkelt att laga vegetarisk mat, något som mer än hälften av deltagarna i undersökningen i dessa regioner svarat.

## Här hittar svensken inspiration

De primära källorna för vegetarisk inspiration är internet (43 procent) samt tips från vänner och familj, (33 procent). Den yngre målgruppen, i åldern 16-25, är de som i förstahand vänder sig till internet och vänner för tips. I samma grupp angav 16 procent att influencers och bloggare var en stor inspirationskälla. Bland kvinnor var samma siffra tio procent. Matlagningstidningar uppskattas i störst utsträckning av tillfrågade i åldern 66-75 (26 procent). De svenskar som deltog i undersökningen och som i störst utsträckning förlitar sig på recept från matkasse är de i åldern 36-45 (10 procent).

Matometers undersökning visar även att singlar är de som i högre utsträckning komponerar egna vegetariska rätter, vilket mer än tre av tio angett. Samtidigt svarar nästan fyra av tio män att de inte lagar vegetariska rätter alls.

## Slutsatser från undersökningen:

- 47% av svenskarna tycker att det är enkelt att laga vegetariska måltider, samtidigt som 60% av de tillfrågade i åldern 16-25 tycker det är enkelt.
- 20% av männen tycker att det är svårt att laga vegetarisk mat.
- I Stockholm och övre Norrland tycker mer än varannan tillfrågad att det är enkelt.
- När svensken söker inspiration för att laga nya vegetariska rätter är internet, 43%, den primära källan följt av tips från vänner och familj, 33%, att komponera nya rätter själv, 28%, och kokböcker 20%.
- Influencers och bloggare är en inspirationskälla för nya vegetariska måltider i störst utsträckning hos den yngre målgruppen, 16%, och bland kvinnor, 10%.

**För mer information kontakta**

Coops presstjänst: 010-743 13 13

**Om Coops Matometer**

Coops Matometer är Sveriges största undersökning om vad människor i Sverige äter till vardags och utgör i dagsläget av en databas med information om mer än 450 000 måltider. Undersökningen görs av Coop tillsammans med Demoskop. Matometers databas uppdateras varje vecka med 6 000 nya måltider från en riksrepresentativ grupp i åldern 16-75 med information om vad de äter, när de äter och vem som äter.