

Gesundes Schlemmen



Laut einer Mintel-Studie legen die Deutschen Wert darauf, dass Restaurants sie bei der Auswahl gesunder Speisen und Getränke unterstützen / Foto: Motivbild/www.pixabay.com

Mintels neuer Studie zufolge sind 51 Prozent der Deutschen der Meinung, dass Restaurants und Imbisse sie bei der Auswahl gesünderer Speisen und Getränke unterstützen sollten. Mit den weithin als gesund geltenden Attributen ?wenig Fett, Salz und/oder Zucker? verbinden nur 16 Prozent der Restaurant- und Imbiss-Besucher ein hochwertiges Gericht. 73 Prozent der Befragten assoziieren hochwertige Lebensmittel mit dem Begriff ?frisch zubereitet?, wiederum 63 Prozent mit dem Begriff ?voller Geschmack?.

?Historisch gesehen hatte Essengehen immer mit Genuss und dem Ausprobieren neuer Gerichte zu tun. Tatsächlich gönnen sich 67 Prozent der Deutschen das Essen im Restaurant als eine Art Belohnung. Obwohl die Deutschen nach gesunden Ernährungsmöglichkeiten suchen, legen sie größeren Wert auf Geschmack und Frische. Indem Restaurants und Imbisse mehr Informationen über die Herkunft der Zutaten und den Nährwert ihrer Gerichte bereitstellen, zum Beispiel durch Ampelsysteme, wie etwa dem Nutriscore, können sie ihren Gästen bei bewussten Konsumententscheidungen helfen ? ganz gleich, ob diese durch das individuelle Gewichtsmanagement oder aus diversen Gesundheitsaspekten begründet sind. Vielfältigen Portionsangeboten könnten dabei eine entscheidende Rolle zukommen. Neben der Bereitstellung von passenden Essensportionen für Kinder und Senioren könnten verschiedene Portionsgrößen dabei helfen, individuelle Gesundheitsziele zu verfolgen. Tatsächlich wären 66 Prozent der deutschen Verbraucher und Verbraucherinnen an einem solchen Angebot interessiert. Erlaubter Genuss bedeutet nicht unbedingt, nur bestimmte Zutaten durch gesündere Alternativen zu ersetzen, sondern kann sich auch auf die Größe und

den Nährwert eines Gerichts beziehen. Innovative Portionsgrößen ermöglichen es den Verbraucher und Verbraucherinnen, Gerichte frei zu kombinieren oder mit Freunden zu teilen, ähnlich wie bei Tapas. Neue Gerichte probieren, untereinander kombinieren und mit anderen teilen ? das kann das Erlebnis, auswärts zu essen, noch unterhaltsamer machen", sagt Eliana Riera McInnes, Foodservice Analyst bei Mintel.

Neu auf der Speisekarte

30 Prozent der deutschen Restaurant- und Imbiss-Besucher stimmen zu, dass Restaurants und Imbisse alle essbaren Teile von Tieren und/oder Pflanzen verwenden sollten, was bei 16- bis 24-Jährigen mit 37 Prozent und bei 25- bis 34-Jährigen mit 38 Prozent besonders ausgeprägt ist.

Während das Bewusstsein für Lebensmittelverschwendung zunimmt, kann die Rückbesinnung auf die alten Techniken des Nose-to-Tail- oder Stem-to-Root-Kochens, bei denen das ganze Tier oder die ganze Pflanze zur Essenszubereitung genutzt wird, als nachhaltige Methode zur Reduzierung von Lebensmittelverschwendung beworben werden. In ähnlicher Weise passt auch saisonales Kochen zu den Ansätzen nachhaltiger Gastronomie. 39 Prozent der deutschen Verbraucher und Verbraucherinnen verbinden bei einem Restaurant- oder Imbissbesuch ein hochwertiges Gericht mit saisonalen Zutaten. Obwohl Gastronomiebetriebe, die alle essbaren Teile von Tieren beziehungsweise Pflanzen nutzen, jüngere Verbraucher und Verbraucherinnen ansprechen, schätzen Personen im Alter von über 65 Jahren saisonale Zutaten in Gerichten weitaus mehr als jüngere Verbraucher und Verbraucherinnen (53 Prozent gegenüber 29 Prozent bei 16-24-Jährigen). Neben Konzepten wie Nose-to-Tail- und Stem-to-Root vermitteln auch saisonale Gerichte Konsumenten und Konsumentinnen eine Art Knappheit ? schließlich gibt es manche Zutaten oder gar Mahlzeiten nur zu einer bestimmten Jahreszeit. Das schafft FOMO, Fear of Missing Out, - also die Angst davor, etwas zu verpassen, und regt Verbraucher und Verbraucherinnen zum kontinuierlichen Restaurantbesuch an?, so McInnes.