



Vegetariskt nej tack? Nära var femte svensk äter aldrig vegetariskt, 1 av 4 osäkra på vad vegansk mat är

Readlys undersökning om svenskarnas matvanor visar att nära var femte svensk (17 procent) aldrig äter vegetariskt eller veganskt, och 13 procent äter det enbart några gånger per år. Sammanslaget äter 30 procent av svenskarna växtbaserad kost väldigt sällan.

Vegoexperten Mattias Kristiansson delar med sig av enkla och smakrika veganska recept baserade på svenskarnas favoriträtter i en uppmaning att få fler att börja laga och äta växtbaserad kost.

Magasinappen Readly, med 5000 magasin- och tidningstitlar på plattformen varav över 400 inom kategorin mat och dryck, har i samarbete med YouGov undersökt svenskarnas vegetariska och veganska matvanor. I undersökningen uppger 74 procent att de har koll på vad skillnaden är mellan vegetarisk och vegansk mat, medan 1 av 4 (26 procent), svarar att de inte vet vad som definierar en vegansk måltid.

Så ofta äter svenskarna vegetariskt eller veganskt

Undersökningen visar att 9 procent äter vegetariskt eller veganskt varje dag och 25 procent några gånger i veckan. Dubbelt så många kvinnor, 12 procent, uppger att de äter vegetariskt eller veganskt varje dag, i jämförelse med männen på 6 procent. Hela 13 procent äter sällan vegetariskt eller växtbaserad kost och 17 procent svarade att de aldrig gjorde det.

Anledningarna bakom svenskarnas vegetariska vanor varierar men de flesta äter vegetariskt eller veganskt för hälsan:

- 27 % äter vegetarisk eller vegansk kost för hälsans skull
- 16 % för miljöns skull
- 15 % för djurens skull
- 6 % för att det smakar bättre

– *Den vegetariska och veganska trenden växer hela tiden, men fortfarande saknar många svenskar koll på vad en vegansk kost egentligen innebär. Readly många magasintitlar erbjuder inspiration och kunskap om lättlagade och smakrika veganska recept som värnar om djur såväl som miljön. Vi har sett ett ökat intresse för den här typen av läsning under pandemin och hoppas det fortsätter även framöver, säger Linnéa Agüero, kommunikationschef, Readly.*

Svenskarnas hemlagade favoriträtter är enligt undersökningen:

- 1) Ugnslagad kyckling
- 2) Köttbullar med potatismos
- 3) Spaghetti bolognese
- 4) Lasagne
- 5) Tacos
- 6) Pizza
- 7) Hamburgare med pommes

VegoChallenge – med recept av vegoexperten Mattias Kristiansson

Under maj månad utmanas svenskarna att ansluta sig till *VegoChallenge* för att laga vegetarisk eller vegansk mat minst en gång i veckan. För att inspirera och öppna upp svenskarnas ögon för en grönare kost har Mattias Kristiansson, kokboks författare och chefredaktör för magasinet VEGO, omvandlat fyra svenskarnas favoriträtter till veganska recept.

– *Förvånande få svenskar äter vegetariskt eller veganskt och jag vill göra steget över till en växtbaserad kost så enkel och gott som möjligt genom att vegofiera svenskarnas favoriträtter. Genom en växtbaserad kost påverkar vi såväl våra egna kroppar som miljön och djurlivet i rätt riktning, säger Mattias Kristiansson, en av Sveriges främsta vegoprofiler.*

Om undersökningen

Undersökningen utfördes av YouGov. Totalt 1024 CAWI-intervjuer utfördes bland svenskar över 18 år under perioden 12-14 mars 2021.

Om Readly

Readly är en digital prenumerationstjänst som ger användare obegränsad tillgång till 5000 nationella och internationella magasin - allt i en app. Bolaget, som grundades av Joel Wikell i Växjö 2012, är idag en ledande aktör inom digitala magasinprenumerationer i Europa med användare på 50 marknader. I samarbete med 900 förlag över hela världen digitaliserar Readly magasinindustrin. Vårt syfte är ta magasinens magi in i framtiden så att kvalitativt innehåll förblir något som upptäcks och lever vidare. Under 2020 distribuerade Readly cirka 140 000 utgåvor av magasin och tidningar som har lästs 99 miljoner gånger. www.readly.com

Kontaktinfo

Amelie Argenti, PR-Manager
amelie.argenti@readly.com
+46 733 92 42 63

