

Pressemappe: Agrar-PR

14.12.2023 | 06:58:00 | ID: 38378 | Ressort: [Ernährung](#) | [Markt & Trends](#)

Zeige mir deinen Kühlschrank, und ich sage dir wer du bist

Stuttgart (Agrar-PR) - *Er am Grill, sie am Salatbuffet? Ganz so einfach und klar sind die Unterschiede nicht (mehr), wenn man auf die Einkaufslisten von Frauen und Männern in Deutschland schaut.*

An dem einen oder anderen Klischee scheint ein Funke Wahrheit zu haften, andere Stereotype wiederum erweisen sich als vollkommen haltlos.

Um zu den Ernährungsgewohnheiten der Deutschen auf den Grund zu gehen, hat Juice Plus+ , Anbieter einer Reihe pflanzlicher Ernährungsprodukte, 5.000 Personen in Deutschland zu ihrem Konsumverhalten rund um Obst, Gemüse und Fleisch befragt.

Auf die Frage, für welche Lebensmittel Männer und Frauen am meisten Geld ausgeben, sind die Unterschiede noch relativ deutlich: Bei den Frauen geben 42% an, am meisten für Obst und Gemüse auszugeben. Fleisch rangiert hier mit 22% abgeschlagen auf Platz Zwei. Bei den Männern das umgekehrte Bild: 32% geben am meisten Geld für Fleisch aus, 31% für Obst und Gemüse. Bei Brot bzw. Backwaren (14% / 16%) und Milchprodukten (18% / 15%) sind die Unterschiede laut der Studie von Juice Plus+ minimal.

Interessant ist, dass sowohl 50% der Frauen als sogar 55% der Männer angeben, keinerlei Einschränkungen oder Präferenzen bei der Ernährung zu haben. Auffällig ist die Beliebtheit Eiweiß-reicher Nahrung. 11% der Frauen und 16% der Männer geben an, großen Wert auf viele Proteine zu legen. Bei Low Carb das umgekehrte Bild: Frauen führen hier mit 11% zu 9%. Noch deutlicher ist der Unterschied bei vegetarischer Ernährung. Darauf legen 10% der Frauen Wert aber nur 5% der Männer. Auch bei Lactose-freier Ernährung liegen die Frauen deutlich vor den Männern (6% / 3%). Minimale Unterschiede oder gar Gleichstand herrscht bei Gluten-freier Ernährung (2% / 3%), Veganismus (2% / 1%) und „Plant-based“ (3% / 3%).

Interessant ist, dass bei Menschen, die sich weder eindeutig als Frau noch als Mann identifizieren, nur 29% keinerlei Einschränkungen bei der Ernährung angeben. Hier bezeichnen sich 5% als vegan, 14% als Vegetarier, 10% essen keine Nüsse und 14% ernähren sich Laktose-frei.

Diäten sind Frauensache? Weit gefehlt! Laut der Umfrage von Juice Plus+ geben 41% der Männer und 34% der Frauen an, noch nie einem Ernährungstrend oder Diäten gefolgt zu sein. Sowohl 8% der Frauen als auch 8% der Männer haben schon einmal gefastet, und 8% der Frauen bzw. 7% der Männer haben schon auf eine „Low Fat“-Ernährung geachtet. Bei „Low Carb“ haben die Frauen ebenso die Nase vorn und dominieren hier mit 14% zu 8%. Bei „High Protein“ liegen wiederum die Männer mit 13% zu 11% in Führung. Auf Shakes setzten bereits 7% der Frauen und 8% der Männer.

Juice Plus+ , Anbieter einer Reihe pflanzlicher Ernährungsprodukte, hat anlässlich einer kürzlich veröffentlichten Studie 5.000 Personen in Deutschland zu ihrem Konsumverhalten rund um Obst und Gemüse unter verschiedenen Aspekten befragt. Die Studie ist hier erhältlich.

Über die Juice Plus+Company

Die Juice Plus+ Company ist ein weltweit aktives Gesundheits- und Wellnessunternehmen, das Menschen auf der ganzen Welt zu einem gesunden Lebensstil inspiriert. Das Unternehmen ist weltweit in 27 Märkten tätig, wird von einer zielstrebigen Gemeinschaft aus über 200.000 unabhängigen Vertriebspartnern unterstützt und hat Millionen von Kunden betreut.

Kontakt
tech2com UG (haftungsbeschränkt)
CEO Philipp Haberland
Am Burgholz 18
D-73098 Rechberghausen
a.katterle@tech2com.de
Tel.: +49 (0) 7162-601400-4
Mobil: +49 (0) 173 547 2927



[Agrar-PR](#)

Postfach 131003 70068 Stuttgart Deutschland

Telefon: +49 0711 63379810

E-Mail: redaktion@agrar-presseportal.de Web: www.agrar-presseportal.de >>> [Pressefach](#)