

Berlin, 19.01.2022 / Pressemitteilung

Essen mit Verantwortung und Leidenschaft: Die 10 TOP Ernährungstrends 2022

Prognosen von über 100 Ernährungsexperten zum neuen Jahr

NUTRITION HUB und Bundeszentrum für Ernährung veröffentlichen Trendreport Ernährung / Exklusive Prognosen von über 100 Ernährungsprofis / Pflanzenbasierte Ernährung boomt / Großküchen werden nachhaltiger / Gesundes Essen-to-go: Corona als Treiber / Ernährungsmythen verunsichern weiter

Das sind die Ernährungstrends 2022. Der aktuelle „Trendreport Ernährung 2022“ gibt Einblick in die Welt des Essens. Deutschlands größtes Netzwerk für Ernährung NUTRITION HUB hat sich erstmals für die dritte Auflage des Reports mit dem Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) zusammengeschlossen. *„Gemeinsam konnten wir über 100 namhafte Expertinnen und Experten aus unserem Netzwerk gewinnen und zu relevanten Trends befragen“*, sagte Initiatorin Dr. Simone Frey, Gründerin des NUTRITION HUB und Dr. Margareta Büning-Fesel vom BZfE ergänzt: *„In unserem Report setzen wir auf ‚Expert Listening‘ statt ‚Social Listening‘.“*

Insgesamt kristallisierten sich 10 Trends heraus. Die Podestplätze sind klar vergeben: 71 Prozent der befragten Ernährungsprofis sehen in der klimafreundlichen und nachhaltigen Ernährung die wichtigste und unumkehrbare Entwicklung dieser Dekade. Die Bedeutung des Themas macht sich vor allem in drei Bereichen bemerkbar: Zum Ersten steigt die Zahl der wissenschaftlichen Arbeiten und Forschungsprojekte zu diesem Komplex stark an. Zum Zweiten bewerten die Verbraucherinnen und Verbraucher heute bei Ernährungsentscheidungen die Aspekte Regionalität und Nachhaltigkeit höher als die Gesundheit. Drittens findet in der Gemeinschaftsverpflegung ein Umdenken hin zu mehr Nachhaltigkeit statt.

49 Prozent der für den Trendreport befragten Fachleute beobachten, dass die Nachfrage nach veganer und pflanzenbasierter Ernährung stark zunimmt – Rang zwei auf der Liste der wichtigsten Trends 2022. Immer mehr Menschen – darunter auch viele Verantwortliche in Groß- und Schulküchen sowie Mensen – entscheiden sich für pflanzenbasiertes Essen. Laut Dr. Robert Schaller, dem Leiter des Referats Ernährungswissenschaft und Ernährungsforschung im Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL), sind die sich daraus ergebenden ernährungsphysiologischen Konsequenzen mittlerweile ein wichtiges Forschungsfeld.

Im Trend liegen auch digitale Ernährungskonzepte. 30 Prozent der für den Trendreport befragten Ernährungsprofis nannten die Zunahme der digitalen Angebote in der ernährungspräventiven und ernährungstherapeutischen Beratung. Beschleunigt wird diese Entwicklung von der Corona-Pandemie, die viele Menschen aufgeschlossener gegenüber digitalen Lösungen gemacht hat. Zahlreiche Fachleute nutzen bei der Arbeit mit ihren Klientinnen und Klienten Apps, etwa um Nährwertprofile zu erfassen oder das Erlernen eines neuen Verhaltens zu unterstützen.

Neben diesen TOP 3 wird auch ein Boom bei gesundem Essen-to-go ausgemacht. Nicht zuletzt wegen der gestiegenen Nachfrage durch die Pandemie. Im Trend steht auch das Bewusstsein für gesunde Ernährung und Lebensmittel. Andererseits belegt der Trendreport erneut eine Entwicklung, die die Expertinnen und Experten umkehren möchten: Ernährungsmythen und falsche Informationen im Netz verunsichern immer mehr Menschen.

Die Trendanalyse unterscheidet sich von üblichen Umfragen: Im Trendreport Ernährung kommen ausschließlich Fachleute zu Wort. Expertinnen und Experten, deren teils jahrzehntelange Erfahrung hier zusammengefasst wird. *„Influencer in den Bereichen Ernährung und Gesundheit erreichen viele Millionen Follower“*, erläutert Dr. Simone Frey und Dr. Margareta Büning-Fesel vom BZfE ergänzt: *„Angesichts dieser „Massen-Selbstkommunikation“ ist für uns die Sache klar: Unsere Profis in Sachen Ernährung müssen zu Wort kommen“*.

Hier geht es zum vollständigen Bericht und allen zehn Trends: www.nutrition-hub.de.

Weitere Informationen:

Datenerhebung

Im Zeitraum vom 27. Oktober bis 12. November 2021 wurden Ernährungsexpertinnen und -experten aus den Netzwerken des NUTRITION HUB und des BZfE zu Entwicklungen im Ernährungssektor befragt. Mit Hilfe von offenen und halboffenen Fragen eines Online-Fragebogens wurden Entwicklungen im Ernährungssektor ermittelt, die in der täglichen Arbeit wahrgenommen werden. Die Antworten wurden nach Häufigkeit gewichtet und ausgewertet. An der Befragung nahmen 107 Fachleute aus den unterschiedlichsten Bereichen des Ernährungssektors teil. Alle teilnehmenden Expertinnen und Experten haben der Veröffentlichung ihrer Zitate zugestimmt.

Über Nutrition Hub

NUTRITION HUB ist Deutschlands größtes Netzwerk für Ernährungsexpertinnen und -experten. Das Netzwerk bringt Wissenschaft, Start-up-Szene sowie Entscheiderinnen und Entscheider aus der Industrie zusammen, um die Zukunft der Ernährung wissenschafts- und technologiegetrieben zu gestalten. Die Ökotrophologin Dr. Simone K. Frey hat NUTRITION HUB gegründet. Über ihr einflussreiches Netzwerk erreicht sie mit NUTRITION HUB über 20.000 Professionals und unterstützt mit ihrem Team von Ernährungsexpertinnen und -experten Organisationen, um gesunde und nachhaltige Ernährungsstrategien zu entwickeln und umzusetzen.

Kontakt

Dr. Simone K. Frey, Gründerin und Geschäftsführerin

hello@nutrition-hub.com

Bildmaterial



Bildunterschrift:

Die drei wichtigsten Ernährungstrends 2022: 1. Klimafreundliche und nachhaltige Ernährung 2. Vegane und pflanzenbasierte Ernährung 3. Digitale Ernährungsberatung in Therapie und Prävention



Bildunterschrift:

Mit gutem Gewissen: Klimafreundliche und nachhaltige Ernährung steht auf Platz eins der zehn wichtigsten Ernährungstrends 2022 © Tabea Mathern - BLE



Bildunterschrift:

2. Flora statt Fauna: Vegane und pflanzenbasierte Ernährung steht auf Platz zwei der zehn wichtigsten Ernährungstrends 2022 © Tabea Mathern - BLE



Bildunterschrift:

3. Nährwert im Netz: Digitale Ernährungsberatung in Therapie und Prävention steht auf Platz drei der zehn wichtigsten Ernährungstrends 2022 © Tabea Mathern - BLE