sge Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
ssn Société Suisse de Nutrition
ssn Società Svizzera di Nutrizione

coop

Ess-Trends im Fokus –

Eine Initiative von Coop mit fachlicher Unterstützung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung

Essen mit Genuss

August 2011

Coop • Thiersteinerallee 14 • Postfach 2550 • 4002 Basel • www.coop.ch

Inhaltsverzeichnis

1. «Essen mit Genuss» – Ausgangslage und Ziele der Befragung 3
2. Fachliche Unterstützung 3
3. Studiendesign 4
4. Resultate 5
5. Die wichtigsten Punkte zusammengefasst 27
6. Weitere Informationen 30

1. «Essen mit Genuss» – Ausgangslage und Ziele der Befragung

Als wichtiges Schweizer Detailhandelsunternehmen und als Anbieterin eines Vollsortiments engagiert sich Coop für eine vielseitige und ausgewogene Ernährung der Bevölkerung. Indem es einen gesunden Lebensstil fördert, kommt das Unternehmen seiner gesellschaftlichen Verantwortung nach.

Ein Instrument dafür ist die repräsentative Umfrage «Ess-Trends im Fokus», die regelmässig durchgeführt wird. Die Studie untersucht Ernährungs-Interessen und -Einstellungen.

In den bisherigen Befragungen standen folgende Themen im Zentrum:
- «Gesund Essen: Einstellung, Wissen und Verhalten»
- «Schnelles und gesundes Essen»
- «Essen und Gesundheit»
- «So kocht die Schweiz»
- «Ernährungsalltag mit Kindern»
- «Essen? Aber sicher!»

Die Studienberichte können unter www.coop.ch/esstrends nachgelesen werden.

Die vorliegende Studie ist dem Thema «Essen mit Genuss» gewidmet. Dabei galt es herauszufinden, welche Funktionen die Befragten mit Essen verknüpfen. Die Erkenntnisse zeigen, dass es vier verschiedene Ess-Typen gibt, die den Genuss und die Funktionen von Mahlzeiten unterschiedlich bewerten.

Die Umfrage spiegelt die persönliche Meinung der Befragten wider, wobei das tatsächliche Verhalten von ihrer Meinung abweichen kann.

2. Fachliche Unterstützung

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE) ist die nationale Fachgesellschaft im Ernährungsbereich und als Fachinstanz für Ernährungsinformation und -aufklärung anerkannt. Die SGE begleitet das Projekt «Ess-Trends im Fokus» fachlich und stellt sicher, dass es wissenschaftlichen Ansprüchen genügt.

3. Studiendesign

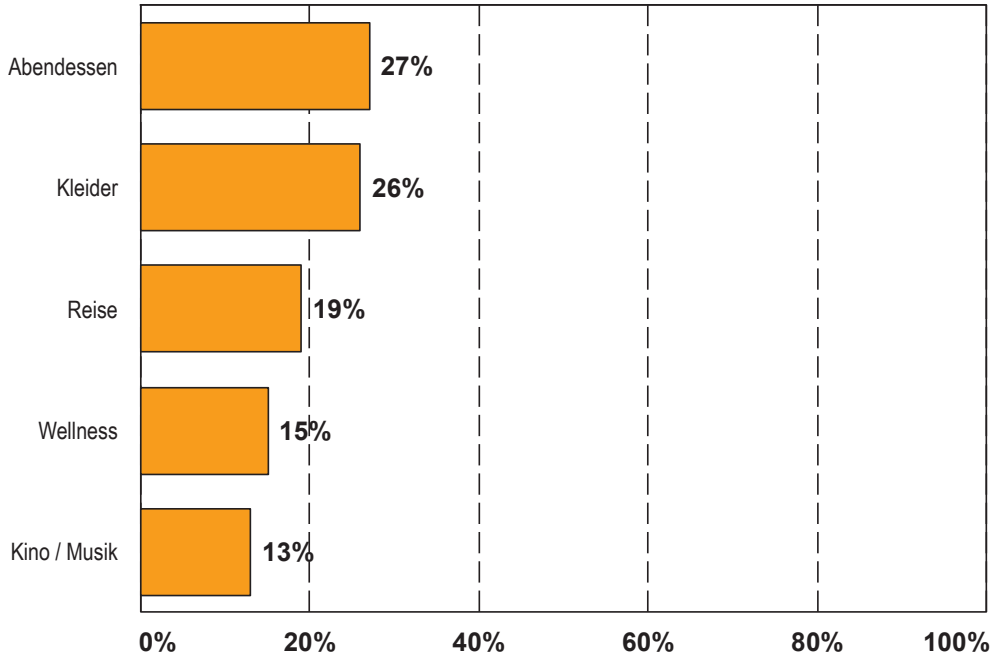
Die Ergebnisse der siebten Studie von «Ess-Trends im Fokus» basieren auf einer repräsentativen Befragung von 18- bis 74-jährigen Frauen und Männern in der Deutsch- und Westschweiz. Alle befragten Personen nutzen das Internet mindestens einmal pro Woche für private Zwecke.

Das Marktforschungsinstitut LINK befragte vom 11. bis zum 19. August 2011 zufällig ausgewählte Personen online. Gewichtung und Auswertung waren abhängig von der Verteilung der Personen in den Sprachregionen Deutsch- beziehungsweise Westschweiz, von Geschlecht und Einkommen sowie von der Haushaltsgrösse. Die Personen wurden in verschiedene Altersgruppen unterteilt: Personen bis 29 Jahre, 30- bis 49-Jährige sowie 50 Jahre und älter. Insgesamt wurden die Antworten von 606 Personen ausgewertet.
Wo nicht anders vermerkt, wurden die Fragen gestützt abgefragt – die Antwortmöglichkeiten wurden also vorgegeben.

4. Resultate

4.1 Einsatz eines Gutscheins

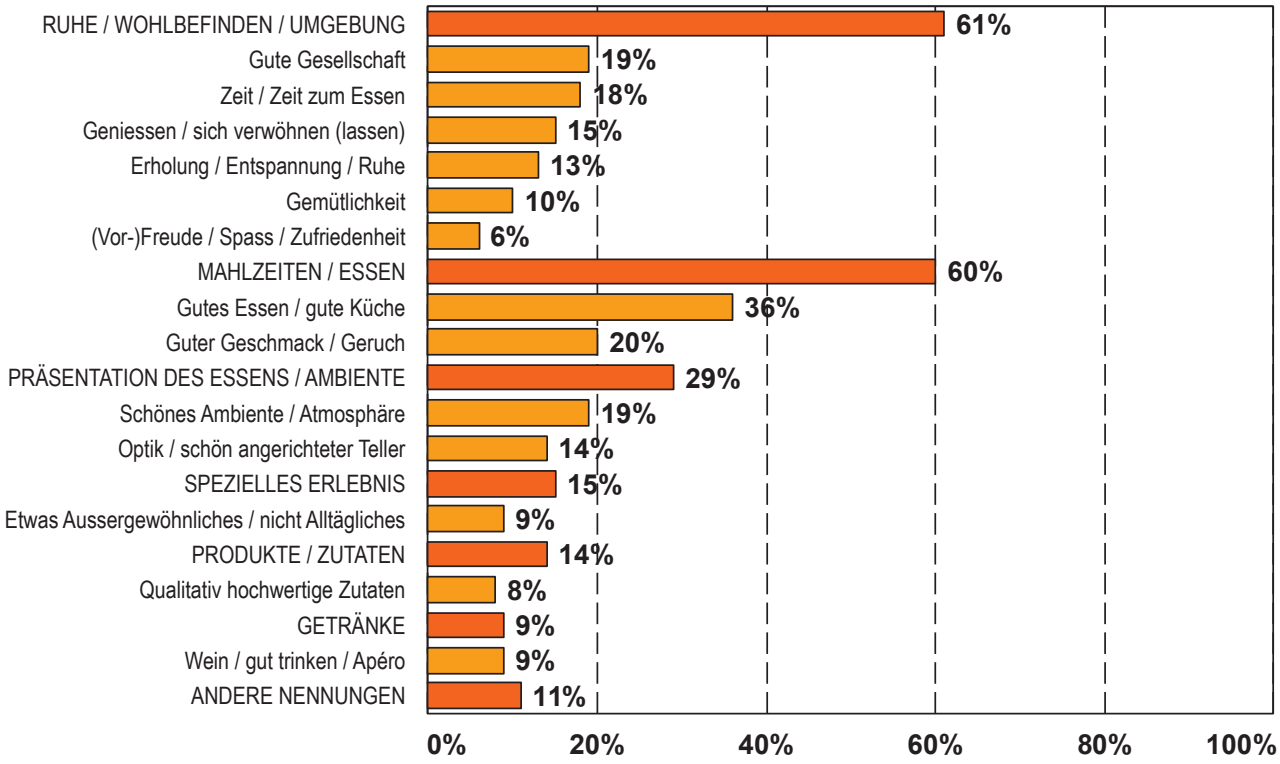
Frage 1: Stellen Sie sich vor, Sie könnten sich einen Gutschein für CHF 200.- aussuchen.
Für welchen Gutschein würden Sie sich entscheiden?
Basis: 606 befragte Personen / vorgegebene Liste / eine Antwort möglich / Angabe in Prozent



Gut ein Viertel der Befragten würde sich für 200 Franken einen Abendessen-Gutschein oder einen Kleider-Gutschein aussuchen. Während sich 34 Prozent der Männer für den Abendessen-Gutschein entschieden, stimmten gleich viele Frauen für den Kleider-Gutschein. Zum Vergleich: Von den Frauen wählte nur jede Fünfte den Gutschein fürs Abendessen, wobei fast ebensoviele Männer den Kleider-Gutschein aussuchten.
Bei den Befragten am wenigsten begehrt war der Kino- / Musik-Gutschein, wobei sich die geschlechts- und altersspezifischen Vorlieben unterscheiden: 15 Prozent der Männer und 18 Prozent der Personen bis 29 Jahre sagten «Ja» zum Kino. Der gleichen Meinung waren nur neun Prozent der Frauen und jede zehnte Person ab 50 Jahren.

4.2 Was Genuss bedeutet

Frage 2: Was verstehen Sie in Bezug auf Mahlzeiten unter dem Begriff Genuss? Genuss bedeutet für mich persönlich: …
Basis: 606 befragte Personen / Nennungen ≥ 5% / offene Frage / mehrere Antworten möglich / Angabe in Prozent



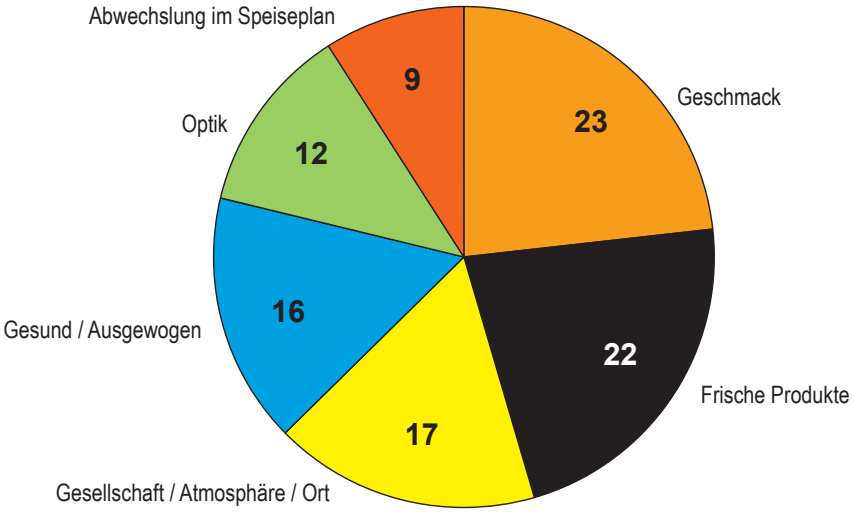
Diese Frage wurde offen gestellt.

Die Mehrheit der befragten Personen verbindet den Begriff Genuss in Bezug auf Mahlzeiten mit Ruhe, Wohlbefinden und einer passenden Umgebung. Für viele bedeutet Genuss angenehme Gesellschaft, andere verstehen darunter, genügend Zeit zum Essen zu haben. Ein Sechstel der befragten Personen geniesst es, sich mit einem guten Essen verwöhnen zu lassen.
Signifikant mehr Westschweizer und Frauen verbinden Genuss mit guter Gesellschaft: Bei den Westschweizern sind es 30 Prozent, bei den Frauen 23 Prozent. Nur gerade 15 Prozent der Deutschschweizer und 14 Prozent der Männer assoziieren Genuss mit angenehmer Gesellschaft beim Essen.
Genuss bedeutet für 23 Prozent der Deutschschweizer und 22 Prozent der Frauen, sich Zeit zum Essen zu nehmen. Dieser Aspekt trägt nur für 4 Prozent der Befragten aus der Westschweiz und 15 Prozent der Männer zum Genuss bei einer Mahlzeit bei.
Ebenfalls fand nur jeder zehnte Befragte über 50 Jahren, dass Genuss mit der Zeit zusammenhängt, die man zum Essen hat.

Ganz anders sehen das die jüngeren Generationen: Ein Viertel der bis 29-Jährigen und 19 Prozent der 30- bis 49-Jährigen gaben an, dass der Zeitfaktor in Bezug auf Mahlzeiten Genuss bedeutet. Andererseits ist es für zehn Prozent der über 50-Jährigen ein Genuss, gut bedient zu werden, was gerade mal für ein Prozent der bis 29-Jährigen und zwei Prozent der 30- bis 49-Jährigen zutrifft. Über die Hälfte der Befragten bringen Genuss mit dem Essen selber in Verbindung, wobei gut ein Drittel der befragten Personen an eine gute Küche und ein schmackhaftes Essen denken. Etwas weniger als ein Viertel der Befragten assoziiert mit Genuss einen feinen Geruch oder Geschmack.

4.3 Was beim Essen wichtig ist

Frage 3: Welche Aspekte sind Ihnen beim Essen wichtig? Für die folgenden Aspekte können Sie gesamthaft 100 Punkte verteilen. Je mehr Punkte, desto wichtiger ist der Aspekt für Sie.
Basis: 606 befragte Personen / geschlossene Frage / Angabe in Mittelwerten



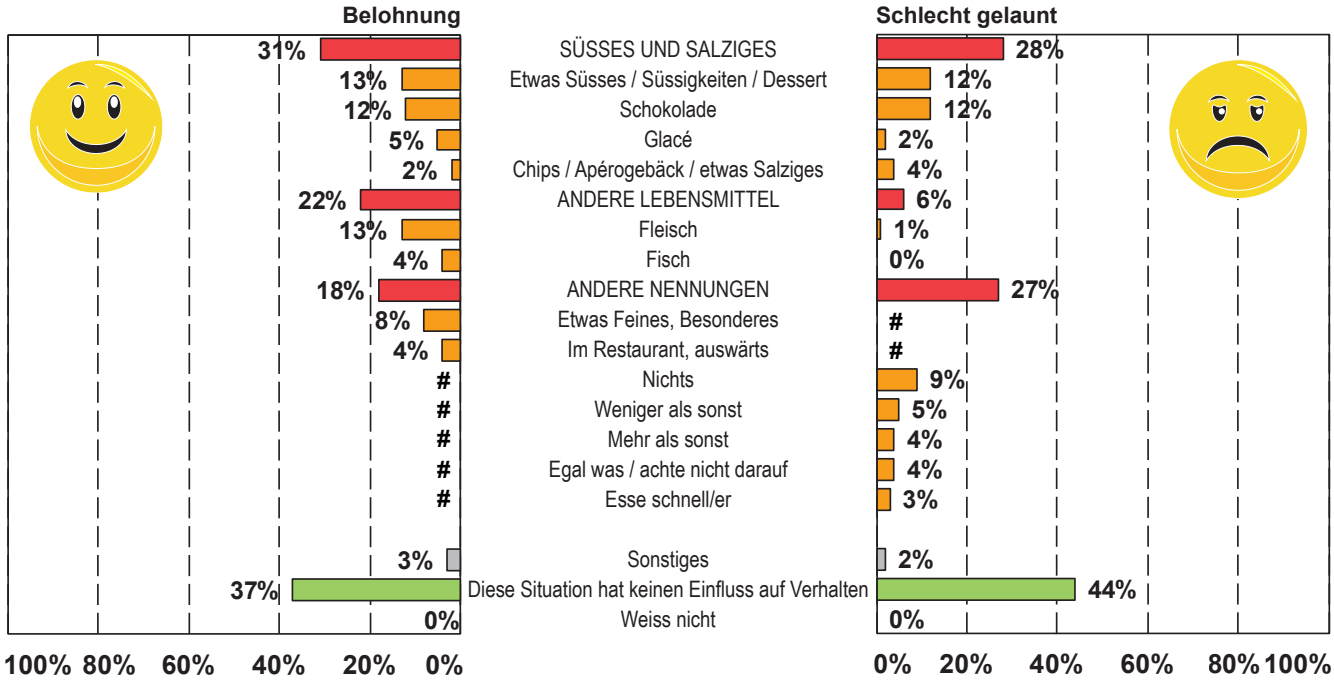
Bei dieser Frage konnten 100 Punkte auf die einzelnen Aspekte verteilt werden. Diese Graphik zeigt die Durchschnittswerte der Wichtigkeit von jedem Aspekt.

Die Graphik zeigt auf, dass für die Befragten alle Aspekete eine gewisse Wichtigkeit haben.

Der Geschmack beim Essen wird durchschnittlich am wichtigsten bewertet. Zudem legen viele der Befragten grossen Wert darauf, dass die Produkte frisch sind.
Gesellschaft, Atmosphäre und Ort werden insbesondere von den Westschweizern mit durchschnittlich 20 Punkten als wichtig erachtet. Die Deutschschweizer geben nur 17 Punkte.
Dem Aspekt, dass das Essen gesund und ausgewogen ist, werden durchschnittlich 16 Punkte gegeben. Diese Einschätzung teilen signifikant mehr Frauen und ältere Menschen: Gesundem Essen geben Frauen 18 Punkte, und die über 50-Jährigen 19 Punkte. In den Gruppen der Männer, der unter 29-Jährigen und der 30- bis 49-Jährigen werden jeweils 15 Punkte gegeben.
Optik, respektive ein schön angerichteter Teller und Abwechslung im Speiseplan spielen für die Befragten eine kleinere Rolle.

4.4 Essen und Stimmungen

Frage 4: Jetzt möchten wir Sie gerne fragen, was Sie in bestimmten Situationen essen. Wenn ich mich belohnen will, esse ich…
Frage 4.1: Wenn ich schlecht gelaunt bin, esse ich…
Basis: 606 befragte Personen / Nennungen ≥ 3% / offene Frage / mehrere Antworten möglich / Angabe in Prozent (# = keine Aussagen)



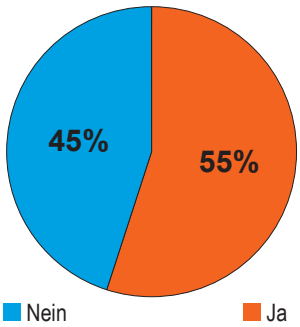
Diese Frage wurde offen gestellt.

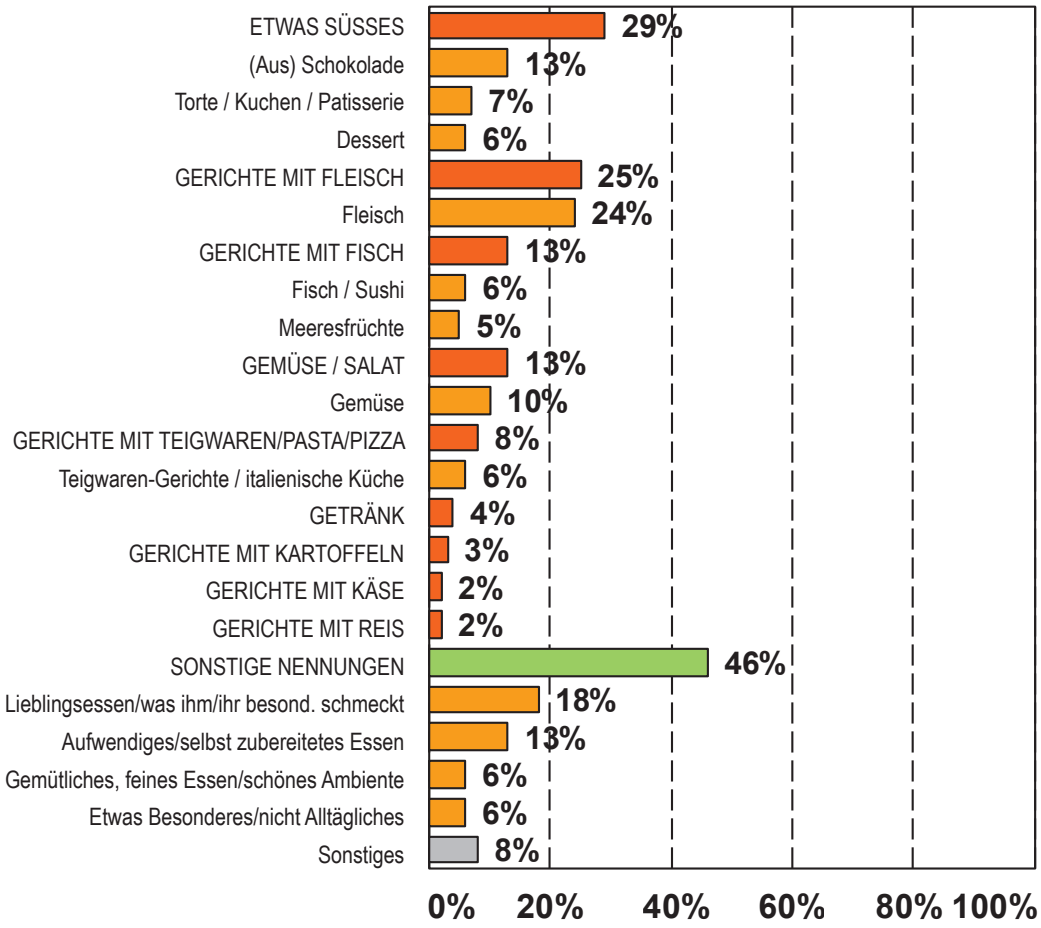
Bei guter wie bei schlechter Laune scheint das Essverhalten ähnlich zu sein: Süsse und salzige Leckereien stehen in beiden Fällen ganz oben auf der Liste.
Zur Belohnung essen 40 Prozent der Frauen, 41 Prozent von allen Befragten unter 29-Jahren und 34 Prozent der 30- bis 49-Jährigen eher ungesund. Bei den Männern gibt nur jeder Fünfte an, sich mit etwas Süssem oder Salzigem zu belohnen; bei den Befragten über 50 Jahren sind es 17 Prozent. Wer sich mit einem süssen oder salzigen Snack belohnt, tendiert zu Süssigkeiten, wobei dies mit 19 Prozent signifikant mehr Frauen sind. Bei den Männern greift nur jeder Zehnte zu etwas Süssem. Etwa ein Sechstel isst zur Belohnung Schokolade. Diese Antwort gaben 18 Prozent der Frauen und 8 Prozent der Männer.
Bei den Männern steht Fleisch höher im Kurs als bei Frauen: 17 Prozent belohnen sich mit Fleisch; bei den Frauen sind es mit 8 Prozent rund halb so viele.

Mit einem Essen im Restaurant belohnen sich sechs Prozent der Westschweizer, aber nur drei Prozent der Deutschschweizer. Für ein teures oder exklusives Essen entscheiden sich fünf Prozent der Männer, aber nur eine von 100 Frauen.
Bei schlechter Laune essen über ein Viertel der befragten Personen ebenfalls eher Süsses oder Salziges, wobei auch hier der Frauenanteil mit 38 Prozent signifikant höher ist als der Männeranteil, der bei 19 Prozent liegt.
Wenn sie schlecht gelaunt sind, greifen Westschweizer und Frauen in die Chipstüte: In der Westschweiz wählen sieben Prozent Apérogebäck, bei den Frauen sind es sechs Prozent. Deutschschweizer und Männer verhalten sich anders: Nur drei beziehungsweise zwei Prozent versuchen, sich mit Salzgebäck über ihre schlechte Laune hinwegzutrösten.
Insgesamt geben 38 Prozent der Frauen an, dass schlechte Laune keinen Einfluss auf ihr Essverhalten hat. Männer lassen sich bei der Wahl der Nahrungsmittel sogar nur zur Hälfte von ihrer momentanen Stimmung leiten.

4.5 Liebe geht durch den Magen

Frage 5: Gibt es Lebensmittel, die Sie für Ihren Liebsten oder Ihre Liebste zubereiten oder ihm / ihr schenken (würden), um ihm oder ihr die Liebe zu zeigen?
Frage 5.50: Mit welchem Essen oder Lebensmittel zeigen Sie Ihrer Liebsten oder Ihrem Liebsten Ihre Liebe, resp. würden Sie Ihre Liebe zeigen?
Basis: 606 befragte Personen (F5) / 335 befragte Personen (F5.50) Nennungen ≥ 5% / geschlossene Frage (F5); / offene Frage (F5.50)



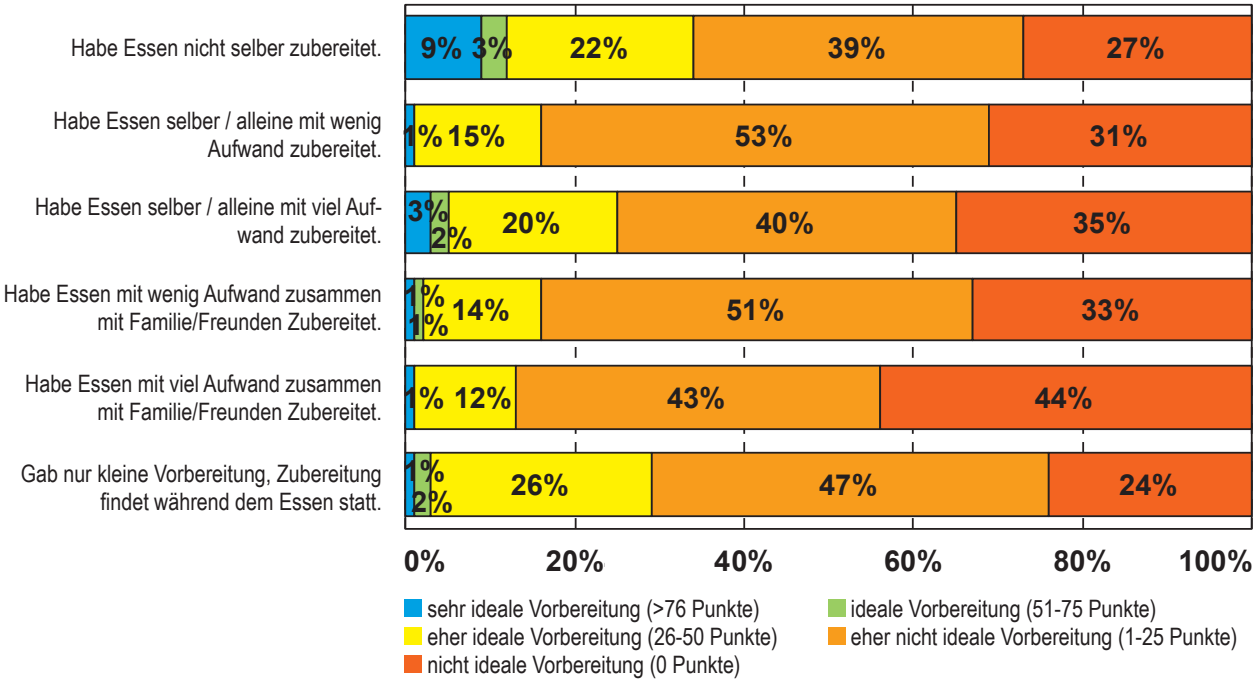


Frage 5.50: Personen, die mit Lebensmitteln ihre Liebe zeigen, wurden offen befragt, welche Lebensmittel sie auswählen würden.

Mehr als der Hälfte der Befragten fallen Lebensmittel ein, mit denen sie geliebten Personen ihre Zuneigung zeigen. Davon sind über zwei Drittel Frauen und gleich viele Ein- bis Zweipersonenhaushalte. Immerhin gut die Hälfte der Männer und genauso viele Haushalte mit drei und mehr Personen machten die gleiche Aussage.
Fast ein Drittel der Personen, die mit Lebensmitteln ihre Liebe zeigen, tun dies mit etwas Süssem. Hier liegen die Deutschschweizer mit 32 Prozent vorn, während es bei den Westschweizern 19 Prozent sind. Dabei wählen die meisten Befragten Schokolade. Torte, Kuchen oder Patisserie sind als Ausdruck der Zuneigung etwas weniger beliebt, wobei zwölf Prozent der Frauen und neun Prozent der Deutschschweizer zu Gebackenem greifen. Bei den Westschweizern und Männern sind es nur ein beziehungsweise zwei Prozent.
Wer älter als 50 Jahre ist, hat keinen so süssen Zahn: Ein Drittel dieser Gruppe würde anderen als Liebesbeweis ein gutes Stück Fleisch vorsetzen. Diese Präferenz zeigen nur 16 Prozent der Personen, die jünger sind als 29.
Während 9 Prozent der Männer und 12 Prozent der Westschweizer auf Meeresfrüchte setzen, kredenzen nur 2 Prozent der Frauen und 3 Prozent der Deutschschweizer diese Zutat in einem Liebesmenü.
Teigwaren und die italienische Küche wiederum stehen bei 16 Prozent der unter 29-Jährigen hoch im Kurs. Nur drei von 100 Personen zwischen 30 und 49 Jahren und vier von 100 über 50-Jährigen teilen diese Präferenz.
Ein Viertel der befragten Frauen und jeder fünfte Deutschschweizer würde dem oder der Liebsten das Lieblingsessen servieren. Diese Idee nannte auch jeder zehnte Mann und ebenso viele Westschweizer.

4.6 Die ideale Vorbereitung

Frage 6: Wie sieht für Sie die ideale Vorbereitung aus, damit Sie die Mahlzeit am meisten geniessen können?
Basis: 606 befragte Personen / geschlossene Frage / Angabe in Prozent



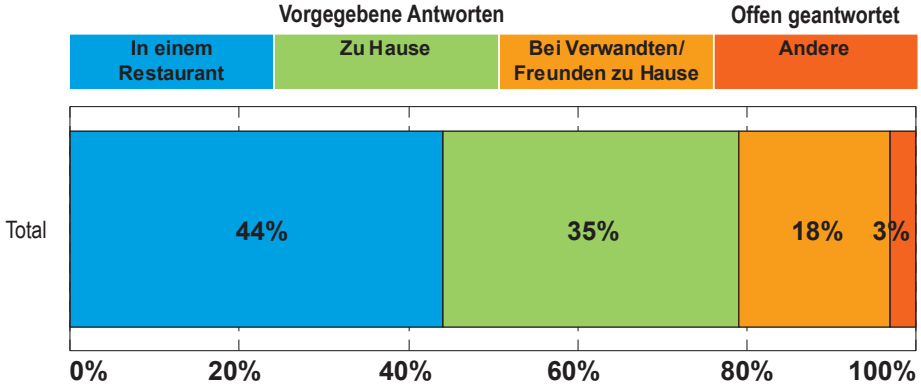
Die Befragten konnten jeweils 100 Punkte auf die einzelnen Statements verteilen und so nach deren Wichtigkeit beurteilen.

Dabei stellte sich heraus, dass über ein Drittel der Befragten die Mahlzeit am besten geniessen können, wenn sie das Essen nicht selber zubereiten müssen. Dies gilt sogar für 38 Prozent der Haushalte mit drei und mehr Personen, während 29 Prozent der Ein- bis Zweipersonenhaushalte diese Einschätzung teilen. Von den Personen, die sich bei der Befragung für den Abendessen-Gutschein entschieden, finden 40 Prozent die Essensvorbereitung dann ideal, wenn sie sich nicht selbst darum kümmern müssen. Von denjenigen, deren Wahl auf einen anderen Gutschein gefallen ist, stimmen 32 Prozent dieser Aussage zu.
Eher ideal ist die Vorbereitung einer Mahlzeit für 29 Prozent der befragten Personen, wenn diese nur wenig Umstände bereitet und die eigentliche Zubereitung während des Essens selbst stattfindet. Für ein Viertel der Befragten ist der Genuss optimal, wenn sie das Essen selbst mit viel Aufwand zubereitet haben, da es ihnen Spass macht, sich Zeit fürs Kochen zu nehmen.

16 Prozent der Befragten schätzen es, das Essen selbst mit wenig Aufwand zuzubereiten. Den geringen Aufwand finden vor allem Frauen und Personen über 50 Jahre eher ideal, von denen 19 beziehungsweise 27 Prozent diese Aussage machten. Geringer ist der Anteil bei den Männern, von denen nur 15 Prozent finden, möglichst wenig Aufwand ist die ideale Vorbereitung für ein Essen. Diese Ansicht teilen 11 Prozent der unter 29-Jährigen und 13 Prozent der 30- bis 49-Jährigen. Die Meinungen gehen auch je nach Haushaltsgrösse auseinander: Eine geringe Vorbereitung ist für 23 Prozent der Ein- bis Zweipersonenhaushalte ideal, während nur 12 Prozent der Haushalte mit drei und mehr Personen der gleichen Meinung sind.
Die Vorbereitung ist für 16 Prozent der Befragten ideal, wenn sie das Essen mit wenig Aufwand zusammen mit der Familie oder Freunden zubereitet haben, wobei der Anteil der Personen unter 29 Jahren bei 20 Prozent liegt. Von den 30- bis 49-Jährigen sind 15 Prozent, von den über 50-Jährigen 13 Prozent der gleichen Ansicht.

4.7 Genuss-Orte

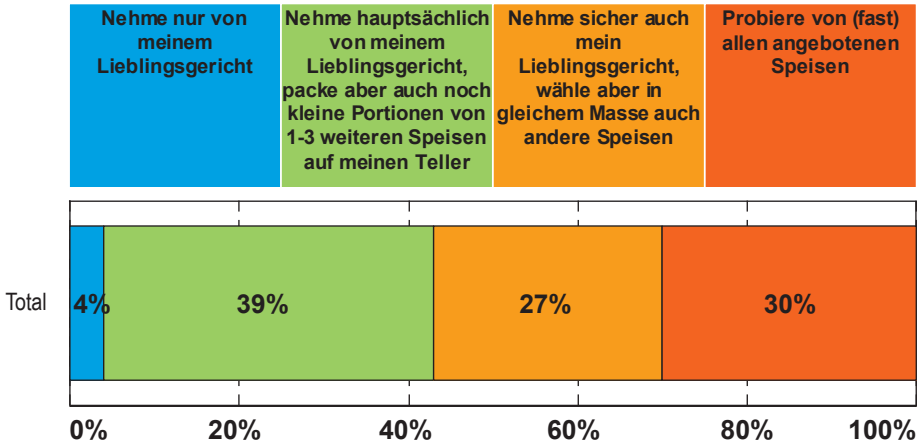
Frage 7: Wo können Sie Essen so richtig geniessen?
Basis: 606 befragte Personen / halboffene Frage / eine Antwort möglich / Angabe in Prozent



Bei dieser Frage wurden die Antworten vorgegeben. Zudem bestand die Möglichkeit, eigene
Antworten zu ergänzen, wenn die vorgegebenen Orte nicht zutrafen.
Die Mehrheit der Befragten kann das Essen in einem Restaurant so richtig geniessen. Gut ein Drittel erlebt Essensgenuss vor allem zuhause, deutlich weniger bei Verwandten oder Freunden.
Während 46 Prozent der Westschweizer das Essen zuhause so richtig geniessen können, machen deutlich weniger Deutschschweizer – noch gut ein Drittel – die gleiche Aussage. Unterschiede zwischen West- und Deutschschweiz sowie Männern und Frauen zeigen sich auch beim Essen bei Verwandten und Freunden: Während jeder fünfte Deutschschweizer und etwas mehr Frauen es geniessen, bei Verwandten oder Freunden zu speisen, sind es bei den Männern 14 und in der Westschweiz nur 12 Prozent.
Andere Orte spielen mit 3 Prozent der Nennungen keine Rolle.

4.8 Die Qual der Wahl

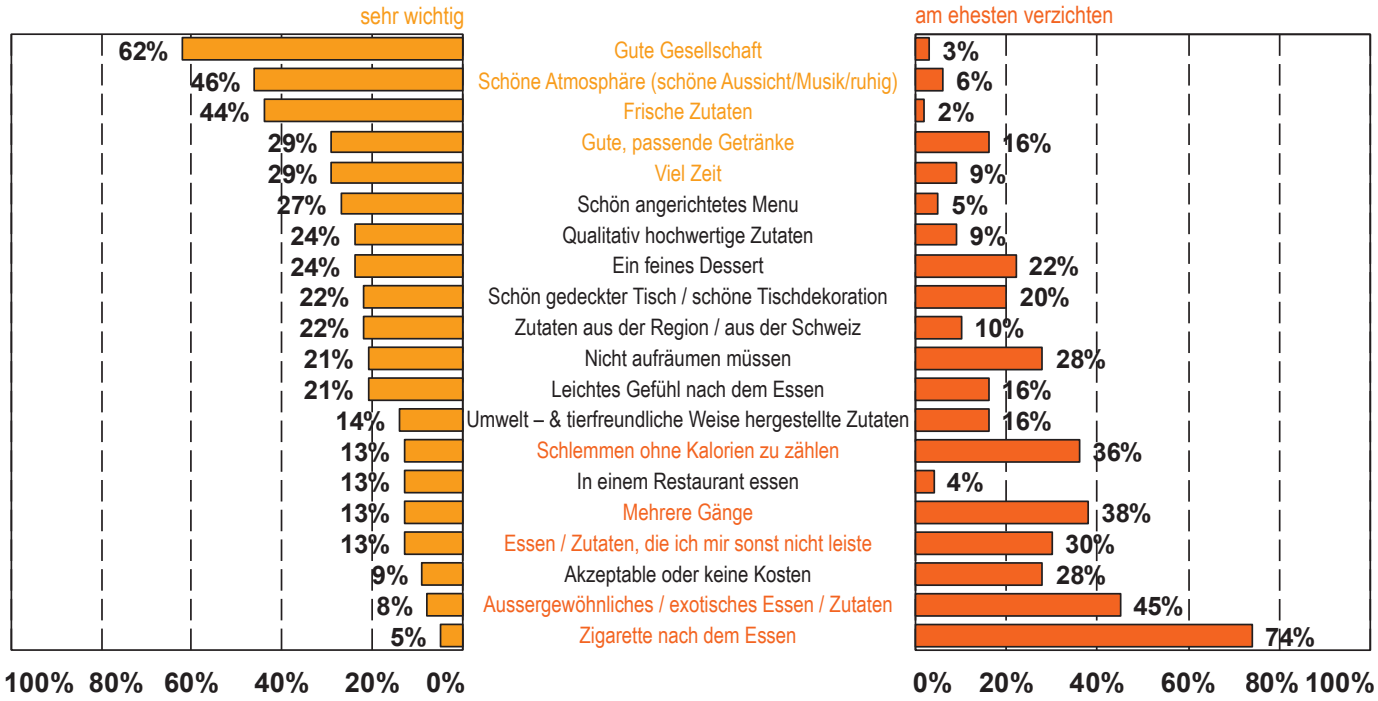
Frage 8: Stellen Sie sich vor, Sie stehen mit Ihrem Teller vor einem Buffet mit 15 Speisen (für eine Hauptmahlzeit), die Sie ansprechen. Eines davon ist Ihr Lieblingsgericht.
Welche der folgenden Aussagen trifft am ehesten auf Sie zu?
Basis: 606 befragte Personen / vorgegebene Liste / eine Antwort möglich / Angabe in Prozent



Die Mehrheit der Befragten bedient sich an einem Buffet hauptsächlich von ihrem Lieblingsgericht, ergänzt die Mahlzeit aber mit bis zu drei weiteren kleinen Speiseportionen. Dies gilt sowohl für die Hälfte der Befragten unter 29 Jahren als auch für 35 Prozent der 30- bis 49-Jährigen. Fast gleich viele über 50-Jährige würden bei einem Buffet die gleiche Strategie wählen.
Von allen oder zumindest fast allen angebotenen Speisen würde knapp ein Drittel der Befragten probieren, insbesondere 38 Prozent der Westschweizer. In der Deutschschweiz würden sich 28 Prozent gleich verhalten.
Etwas weniger Personen geben an, ihr Lieblingsgericht zu wählen, aber in gleichem Masse auch andere Speisen zu probieren. Diese Aussage trifft auf ein Drittel der Deutschschweizer und jeden fünften Westschweizer zu.
Nur die wenigsten schöpfen sich ausschliesslich von ihrem Lieblingsgericht, wobei der Männeranteil mit sechs Prozent signifikant höher ist als der Frauenanteil, der bei einem Prozent liegt.

4.9 Der pure Genuss

Frage 9: Denken Sie jetzt an eine Situation, bei der für Sie das Essen ein purer Genuss ist. Welche der folgenden Aspekte sind Ihnen sehr wichtig (nebst einem guten Geschmack)?
Frage 10: Auf welche der folgenden Aspekte können Sie am ehesten verzichten? Sie dürfen maximal 5 Aspekte auswählen.
Basis: 606 befragte Personen / Nennungen ≥ 10% / vorgegebene Liste / mehrere Antworten möglich (max 5) / Angabe in Prozent



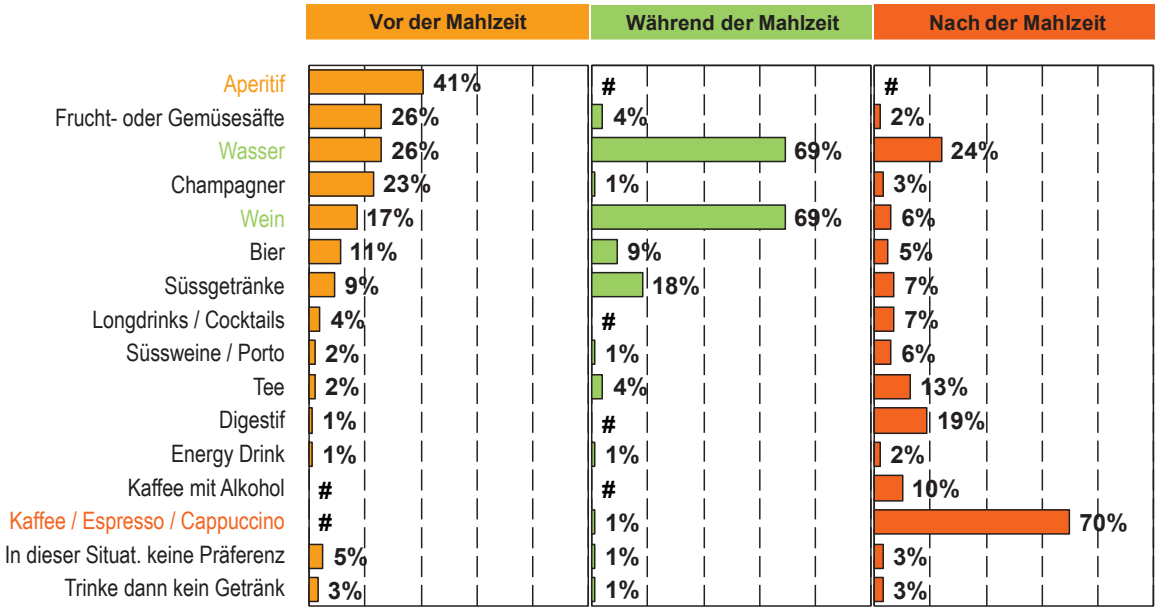
Für die Mehrheit der Befragten ist gute Gesellschaft beim Essen sehr wichtig – und zwar für fast drei Viertel der Westschweizer und über die Hälfte der Deutschschweizer.
Eine schöne Atmosphäre ist knapp der Hälfte der Befragten wichtig, gefolgt von frischen Zutaten. Auf die Frische legen die Hälfte der Frauen und 40 Prozent der Männer grossen Wert.
Daneben schätzt knapp ein Drittel der Befragten gute, passende Getränke sowie viel Zeit zum Essen. Die passenden Getränke sind vor allem Männern wichtig: Von ihnen geben 38 Prozent an, grossen Wert darauf zu legen. Bei den Frauen sind es lediglich 19 Prozent. Bei den 30- bis 49-Jährigen sind es 35 Prozent und bei den über 50-Jährigen 31 Prozent. Demgegenüber fanden nur 17 Prozent der unter 29-Jährigen, dass passende Getränke unbedingt zum Essen gehören.

Einen Einfluss auf den Genuss beim Essen hat für viele auch die Zeit, die ihnen für eine Mahlzeit zur Verfügung steht: 35 Prozent

der Deutschschweizer, 38 Prozent der unter 29-Jährigen und einem Drittel der Personen zwischen 30 und 49 Jahren ist es wichtig, viel Zeit zum Essen zu haben. Diese Ansicht teilen nur neun Prozent der Westschweizer und 19 Prozent der über 50-Jährigen.
Während für knapp ein Viertel der Befragten ein feines Dessert sehr wichtig ist, können gut ein Fünftel der Befragten leicht darauf verzichten. Fast gleich sieht die Statistik aus, wenn es um eine ansprechende Tischdekoration geht: 22 Prozent legen Wert auf einen hübsch gedeckten Tisch, während ein Fünftel der Befragten darauf verzichten könnte.
Nach dem Essen nicht aufräumen zu müssen, erachtet gut ein Fünftel der Befragten als wichtig. Für 28 Prozent der Befragten haben solche Haushaltstätigkeiten keinen Einfluss auf den Genuss.
Die meisten Befragten brauchen keine Zigarette, um ein Essen abzurunden: 78 Prozent der Deutschschweizer und 64 Prozent der Westschweizer können darauf verzichten. Nur gerade für fünf Prozent der Befragten gehört die Zigarette nach dem Essen zu einem genussvollen Erlebnis.

4.10 Das passende Getränk

Frage 11: Welche Getränke verbinden Sie mit Genuss, d.h. welches Getränk gehört für Sie zu einem genussvollen Moment vor, während und nach dem Essen unbedingt dazu?
Basis: 606 befragte Personen / in % / vorgegebene Liste / mehrere Antworten möglich / Angabe in Prozent



Zum Genuss vor der Mahlzeit wurde am häufigsten ein Aperitif gewählt. Je gut ein Viertel verbinden Frucht- und Gemüsesäfte oder Wasser mit einem genussvollen Moment, bevor sie etwas essen. 23 Prozent geben in diesem Zusammenhang Champagner den Vorzug.
Bei den Getränken vor dem Essen gibt es deutliche Genussunterschiede zwischen der Deutsch- und der Westschweiz: In der Deutschschweiz wählen 26 Prozent der Befragten Champagner und nur 14 Prozent Wein. In der Westschweiz sieht es genau umgekehrt aus, dort wählen 26 Prozent der Befragten Wein und lediglich 14 Prozent Champagner als genussvolles Getränk vor dem Essen.
Für 22 Prozent der Männer gehört Wein vor der Mahlzeit dazu. Bei den Frauen sind nur 12 Prozent dieser Ansicht. Bier vor der Mahlzeit verbinden 16 Prozent der Männer und 17 Prozent der unter 29-Jährigen mit Genuss, während das Hopfengetränk nur für 6 Prozent der Frauen, 10 Prozent der 30- bis 49-Jährigen und 8 Prozent der Generation über 50 der genussvollste Auftakt für ein Essen ist.

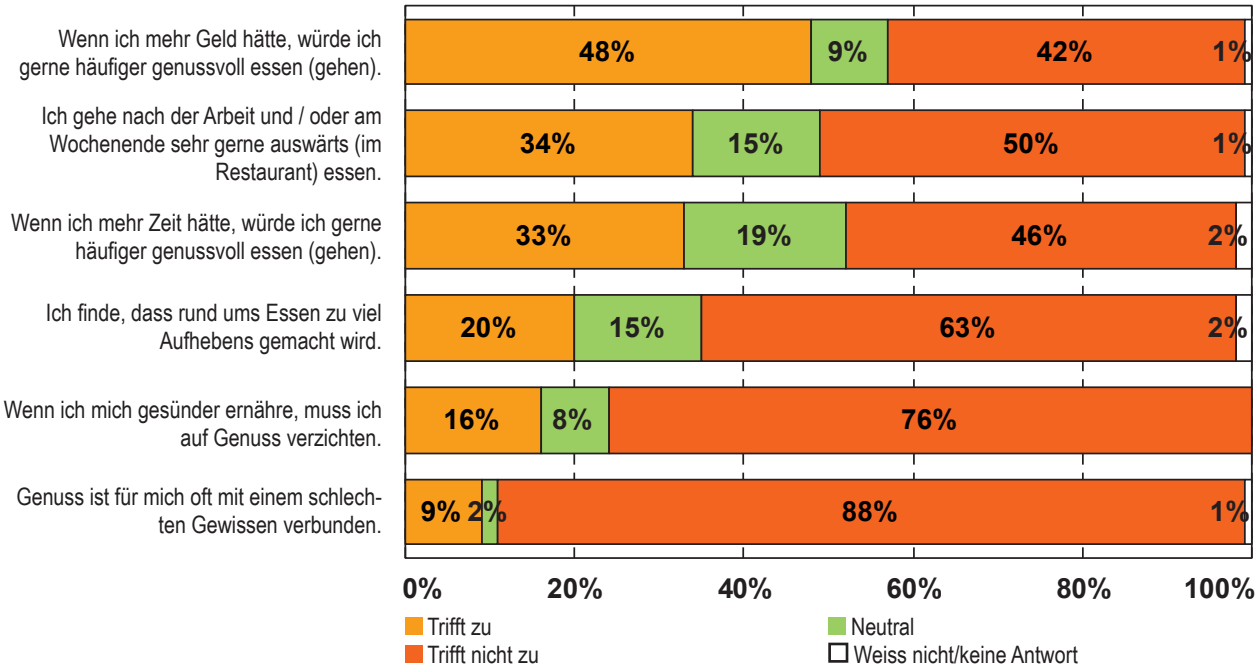
Als Getränk, das eine Mahlzeit begleiten sollte, nennen die meisten Befragten Wasser oder Wein. Während 73 Prozent der Frau-

en, aber nur 65 Prozent der Männer Wasser nennen, entschieden sich signifikant mehr Männer für Wein: Für drei Viertel der Männer gehört Wein zu einer genussvollen Mahlzeit, bei den Frauen sind 62 Prozent gleicher Meinung. 18 Prozent der Befragten verbinden Süssgetränke während der Mahlzeit mit Genuss. Dies gilt für jeden fünften Deutschschweizer und 36 Prozent der unter 29-Jährigen, aber nur für 11 Prozent der Westschweizer und 16 Prozent der 30- bis 49-Jährigen. Für gerade noch 4 Prozent der über 50-Jährigen ist ein Essen erst mit Süssgetränken ein Genuss.

Zum gelungenen Abschluss eines Essens gehören hauptsächlich Kaffee, Espresso oder Cappuccino.
29 Prozent der Frauen finden zudem, dass Wasser ein genussvolles Essen abrundet; von den Männern ist es jeder fünfte. Beim Tee sind die Vorlieben der Geschlechter ebenfalls unterschiedlich: 17 Prozent der Frauen verbinden Tee mit dem genussvollen Abschluss eines Essens, bei den Männern ist es nur jeder zehnte. Dagegen bevorzugen männliche Befragte zu 28 Prozent einen Digestif. Diese Meinung teilen nur 9 Prozent der Frauen. Auch Kaffee mit Alkohol wird eher von Männern getrunken: Für 12 Prozent der Männer vollendet ein Kaffee-Spezial die genussvolle Mahlzeit, während nur 7 Prozent der Frauen dieser Ansicht sind.
Champagner nach der Mahlzeit verbinden 7 Prozent der Westschweizer und gerade mal einer von 100 Deutschschweizern mit Genuss.

4.11 Essen und Genuss

Frage 12: Bitte geben Sie an, inwiefern folgende Aussagen auf Sie zutreffen.
Basis: 606 befragte Personen / geschlossene Frage / eine Antwort pro Zeile / Angabe in Prozent

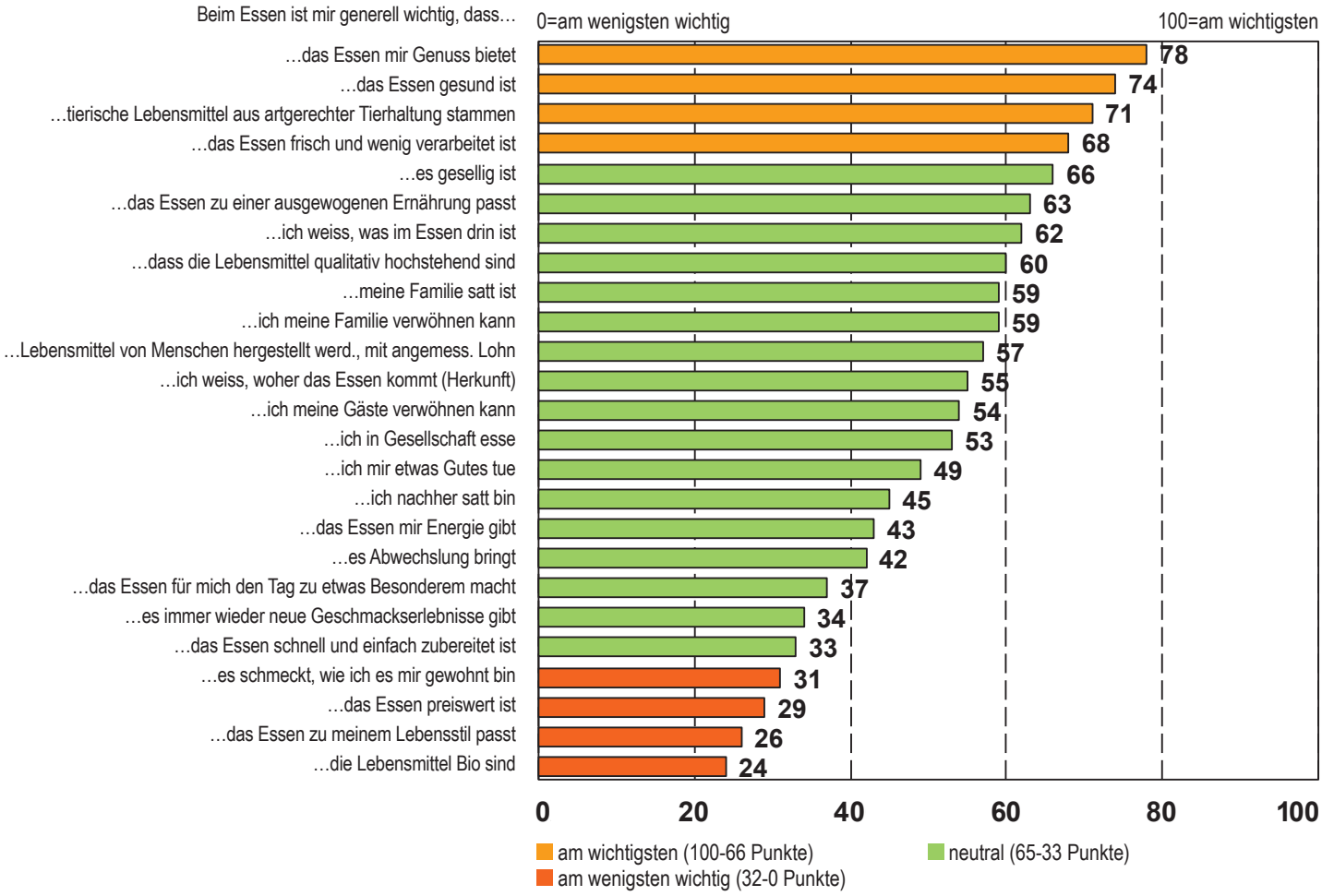


Wenn sie mehr Geld hätten, würde fast die Hälfte der Befragten gern häufiger genussvoll essen – auch auswärts. Diese Aussage trifft auf 56 Prozent der Westschweizer und 62 Prozent der Befragten unter 29 Jahren zu. Weniger deutlich ist dieser Trend bei den Deutschschweizern, von denen 45 Prozent gerne häufiger genussvoll essen würden, hätten sie mehr Geld zur Verfügung. Bei den 30- bis 49-Jährigen beträgt dieser Anteil 46 Prozent, von den über 50-Jährigen stimmen 37 Prozent dieser Aussage zu.
Gut ein Drittel der Befragten geht nach der Arbeit beziehungsweise am Wochenende mit Vergnügen auswärts essen. Vor allem die jüngeren Semester sind oft unterwegs: 45 Prozent der unter 29-Jährigen gehen abends oder am Wochenende ins Restaurant, bei den 30- bis 49-Jährigen beträgt der Anteil 33 Prozent und bei der Generation über 50 sind es 26 Prozent.
33 Prozent der Befragten würden gerne häufiger genussvoll essen beziehungsweise auswärts essen gehen, wenn sie mehr Zeit hätten. Diese Aussage trifft insbesondere auf Menschen unter 50 Jahren zu: Von den Personen, die jünger als 29 Jahre sind, gingen 39 Prozent gern häufiger essen, bei den 30- bis 49-Jährigen sind es 35 Prozent. Dieselbe Aussage macht ein Viertel der über 50-Jährigen.

Dass ums Essen zu viel Aufhebens gemacht wird, finden mit 27 Prozent deutlich mehr West- als Deutschschweizer, von denen 19 Prozent diese Meinung teilen.
Frauen verbinden Genuss öfter mit einem schlechten Gewissen als Männer: Während 12 Prozent der Frauen diese Ansicht zu Protokoll geben, gilt das nur für 7 Prozent der Männer.

4.12 Was beim Essen wichtig ist

Frage 13: Bitte geben Sie an, welcher Aspekt für Sie jeweils am wichtigsten ist & welcher Aspekt am wenigsten wichtig.
Basis: 606 befragte Personen / geschlossene Frage / eine Antwort pro Zeile



Jeweils vier Aspekte wurden randomisiert (zufällig) abgefragt, bis der/die Befragte alle Aspekte beurteilt hat. Es wurde jeweils nach dem wichtigsten und unwichtigsten Aspekt gefragt. Daraus wurde dann der Mittelwert abgeleitet. Der Mittelwert sagt aus, wie wichtig, auf einer Skala von 0 (am wenigsten wichtig) bis 100 (am wichtigsten) eine Aussage ist.

Der Mehrheit der befragten Personen ist es wichtig, dass ein Essen Genuss bereitet. Diesem Aspekt messen Westschweizer und Männer von insgesamt 100 Punkten eine Wichtigkeit von 81 beziehungsweise 80 Punkten zu. Deutschschweizer und Frauen hingegen geben dieser Aussage eine Wichtigkeit von 76 beziehungsweise 75 Punkten.

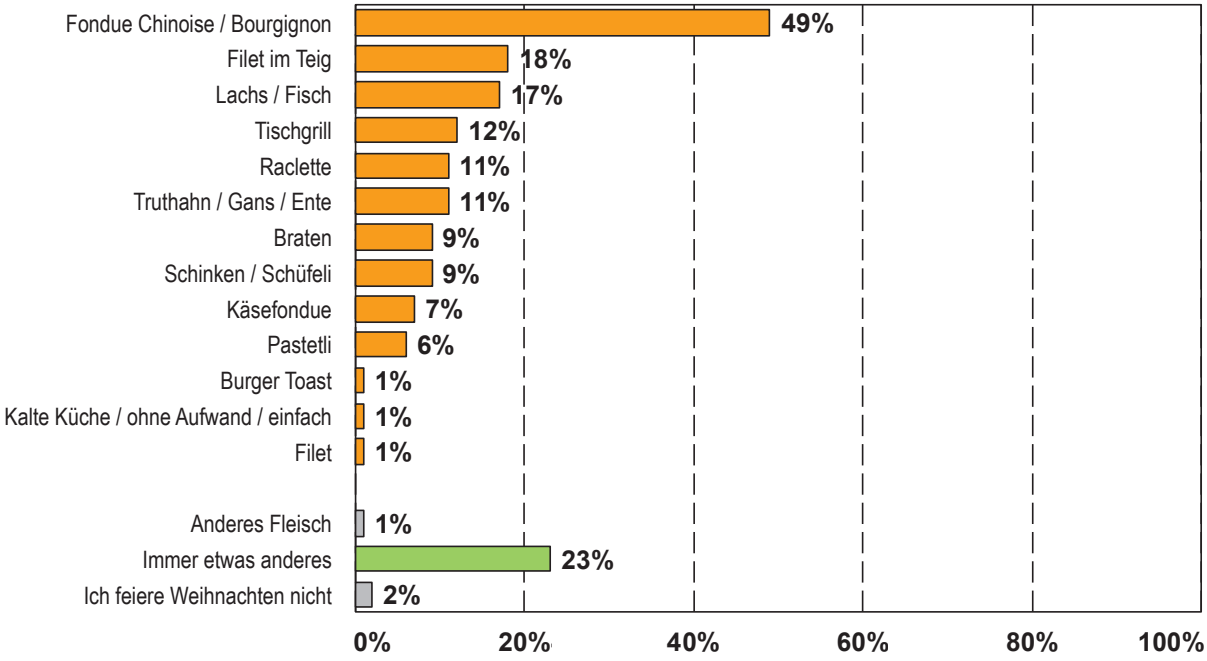
Gleich hinter dem Genuss-Faktor rangiert die Gesundheit: Frauen schätzen die Priorität mit 77 Punkten ein, Männer mit 71 Punkten. Unterschiede zeigen sich auch je nach Altergruppe: Für über 50-Jährige ist dieser Aspekt so wichtig, dass sie ihm 82 Punkte beimessen, 30- bis 49-Jährige verteilten im Schnitt 76 Punkte und unter 29-Jährige 63 Punkte.
Sehr wichtig ist den Befragten zudem, dass tierische Lebensmittel aus artgerechter Tierhaltung stammen. Die Frauen geben diesem Aspekt mit 74 Punkten mehr Wichtigkeit als die Männer mit 67 Punkten.
Dass das Essen frisch und wenig verarbeitet ist, hat auch für signifikant mehr Frauen als Männer eine höhere Wichtigkeit. Im Mittel vergaben die Frauen hierfür 72 Punkte – im Gegensatz zum männlichen Mittelwert von 64. Deutschschweizer und Personen über 50 vergaben im Schnitt 70 beziehungsweise 76 Punkte, bei den Westschweizern dagegen liegt der Mittelwert bei 61 Punkten, bei den 30- bis 49-Jährigen bei 70 Punkten und bei Personen unter 29 Jahren bei 57 Punkten.
Eine kleinere Rolle spielt, dass das Essen preiswert ist oder dass es so schmeckt, wie man es gewohnt ist. Ob die Lebensmittel in Bio-Qualität auf den Teller kommen bekommt im Durchschnitt am wenigsten Punkte, allerdings ist für 12 Prozent der Befragten die Bio Qualität sehr wichtig (66-100 Punkte).

Folgende Statements finden Deutschschweizer generell signifikant wichtiger als Westschweizer:
- dass ich nachher satt bin
- dass die Lebensmittel qualitativ hochstehend sind
- dass es immer wieder neue Geschmackserlebnisse gibt
- dass es schmeckt, wie ich es gewohnt bin
- dass es Abwechslung bringt
- dass tierische Lebensmittel wie Fleisch, Fisch und Eier aus artgerechter Tierhaltung stammen
- dass die Lebensmittel von Menschen hergestellt werden, die einen angemessenen Lohn erhalten
- dass die Lebensmittel biologisch produziert sind

Westschweizern ist signifikant wichtiger als Deutschschweizern:
- dass das Essen zu meinem Lebensstil passt
- dass ich mir etwas Gutes tue
- dass das Essen für mich den Tag zu etwas Besonderem macht
- dass ich meine Gäste verwöhnen kann
- dass ich meine Familie verwöhnen kann
- dass ich in Gesellschaft esse
- dass es gesellig ist

4.13 Das Weihnachtsmenu

Frage 14: Welches Weihnachtsmenu, bzw. Komponente, essen Sie üblicherweise?
Basis: 606 befragte Personen / Nennungen ≥ 1% / halboffene Frage / mehrere Antworten möglich / Angabe in Prozent



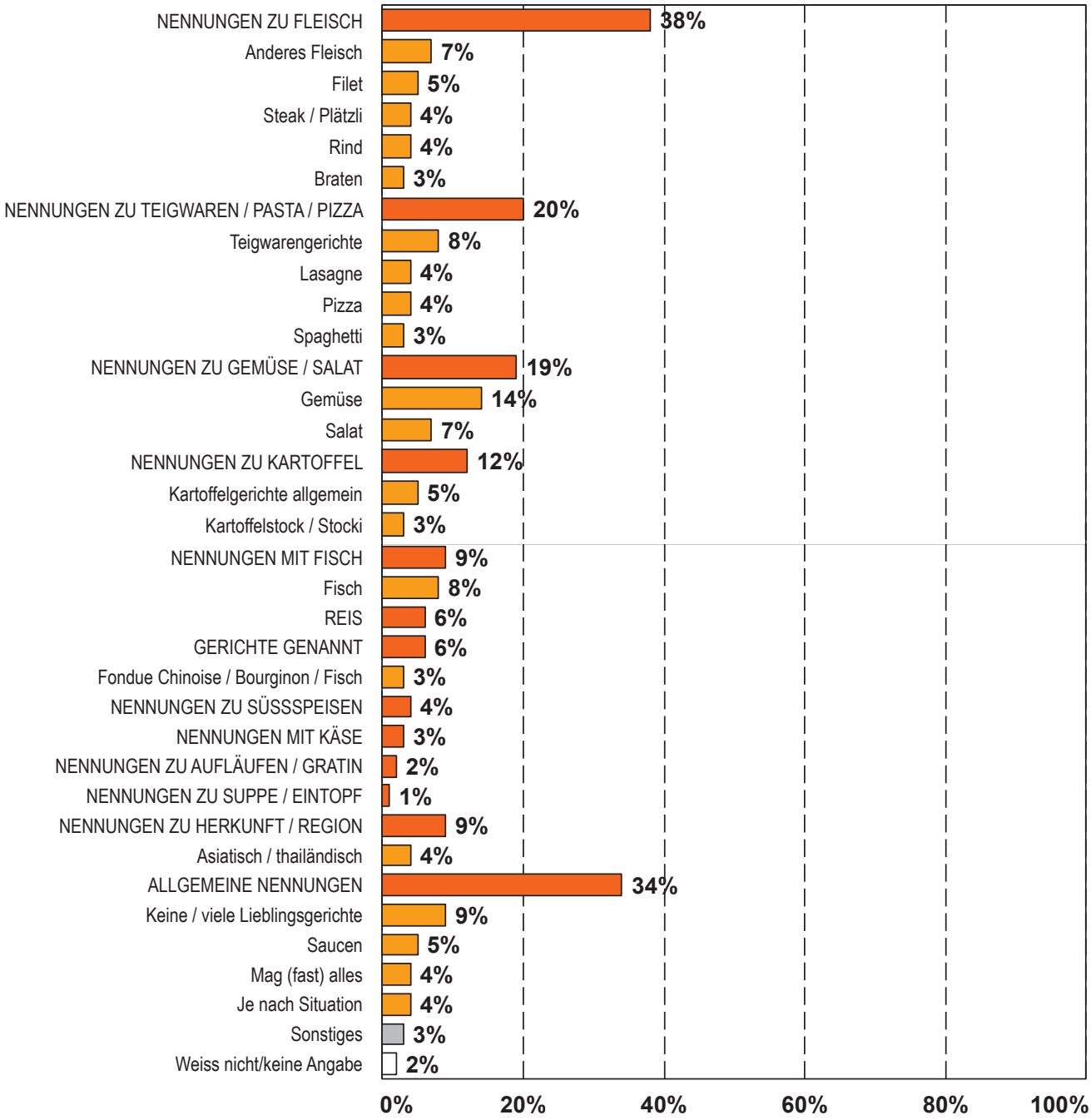
Bei dieser Frage waren mehrere Antworten vorgegeben. Falls die Vorgaben nicht zutrafen, konnten zusätzlich weitere eigene Antworten ergänzt werden.

Knapp die Hälfte der Befragten isst an Weihnachten üblicherweise Fondue Chinoise oder Fondue Bourgignon.
Noch knapp ein Fünftel der Befragten geniesst jeweils Filet im Teig, wobei dies mit 23 Prozent signifikant mehr Männer als Frauen sind, von denen 13 Prozent diese Angabe machen.
Lachs oder ein anderer Fisch wird vor allem in der Westschweiz häufig gegessen: Hier sagen 30 Prozent der Befragten aus, dass bei ihnen an den Weihnachtsfeiertagen Fisch auf den Tisch kommt. Von den über 50-Jährigen teilt ein Viertel diese Präferenz. Weniger häufig – nämlich bei 12 Prozent der Befragten – gibt es Lachs in der Deutschschweiz; bei den unter 29-Jährigen essen 18 Prozent, bei den 30- bis 49-Jährigen 13 Prozent regelmässig Fisch an Weihnachten.
14 Prozent der Befragten in der Westschweiz und 18 Prozent der unter 29-Jährigen essen während den Feiertagen Raclette. Diese Tradition teilen 4 Prozent der Befragten in der Deutschschweiz, jede zehnte Person zwischen 30 und 49 Jahren und 7 Prozent der über 50-Jährigen.

Truthahn, Gans oder Ente werden von 27 Prozent der Westschweizer verspiesen, wohingegen nur 5 Prozent der Deutschschweizer regelmässig an Weihnachten diese Mahlzeit auf den Tisch bringt.
In der Deutschschweiz essen jedoch 11 Prozent der Befragten Schinken oder Schüfeli, was in der Westschweiz nur von 4 Prozent der Befragten als Weihnachts-Menü genossen wird.
Öfter mal was Neues kommt bei 29 Prozent der Frauen auf den Tisch. Von den Männern geben noch 18 Prozent an, sich an Weihnachten immer wieder etwas anderes zu Gemüte zu führen.

4.14 Mein Lieblingsgericht

Frage 15: Bitte vervollständigen Sie folgenden Satz: Mein Lieblingsgericht ist…
Basis: 606 befragte Personen / Nennungen ≥ 3% / offene Frage / mehrere Antworten möglich / Angabe in Prozent

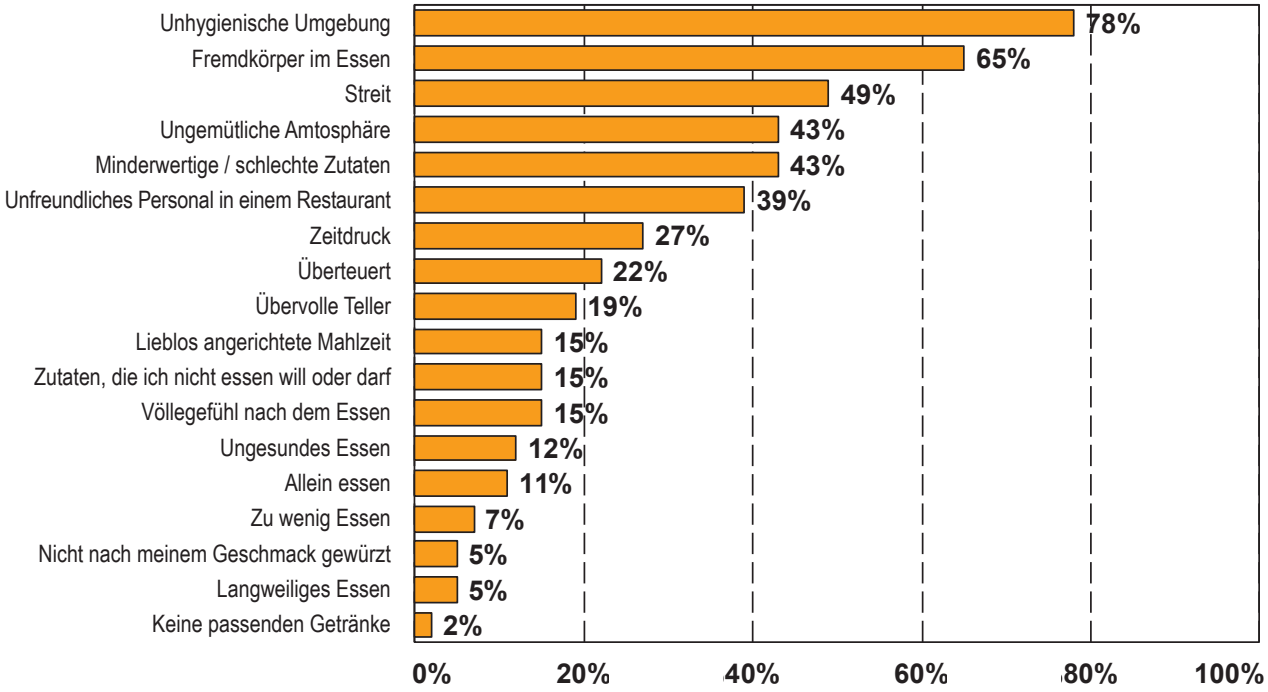


Diese Frage wurde offen gestellt.

Das Lieblingsgericht besteht bei den meisten Personen aus Fleisch, wobei insgesamt sehr viele unterschiedliche Fleischarten angegeben wurden. Am häufigsten wurden Filet, Steak beziehungsweise Plätzli oder Braten genannt. Unter den Tierarten ist Rind am beliebtesten. Filet wurde von signifikant mehr Männern als bevorzugte Fleischart genannt: 7 Prozent der Männer und 2 Prozent der Frauen finden Filet unwiderstehlich.
Für ein Fünftel der Befragten gehören Pasta, Teigwaren oder Pizza zu den Lieblingsgerichten. Am häufigsten aufgeführt wurden Teigwarengerichte, wobei 14 Prozent der unter 29-Jährigen diese Mahlzeit bevorzugen – bei den 30- bis 49-Jährigen sind es mit 7 Prozent und bei den über 50-Jährigen mit 4 Prozent deutlich weniger.
Etwas weniger als ein Fünftel nennen als Lieblingsgericht Gemüse oder Salat, wobei Gemüse doppelt so häufig wie Salat genannt wurde. 9 Prozent der Frauen, aber nur 4 Prozent der Männer führen Salat im Zusammenhang mit dem Lieblingsgericht auf.
Gefolgt wird die Kategorie Gemüse und Salat von den Kartoffel-Gerichten, zu denen auch Kartoffelstock und Pommes Frites gehören. Rösti wurde nur von sehr wenigen der Befragten erwähnt.
Ebenfalls selten genannt wurden Fisch und Reis. Risotto führten nur wenige der Befragten auf, und zwar mit 4 Prozent deutlich mehr West- als Deutschschweizer. In der Deutschschweiz zählt Risotto nur bei einem von 100 Befragten zu den Lieblingsgerichten.
Wenige Nennungen bezogen sich auf Herkunft oder Region, wobei hier am häufigsten die asiatische oder thailändische Küche aufgezählt wurde.
Unter den allgemeinen Nennungen führen die Personen, die angegeben haben, keine oder viele Lieblingsgerichte zu haben.
Einige haben zudem eine bestimmte Sauce erwähnt, die ihnen das Wasser im Mund zusammenlaufen lässt.

4.15 Was den Genuss verdirbt

Frage 16: Was verdirbt Ihnen den Genuss in Bezug auf Mahlzeiten? Sie dürfen maximal 5 Aspekte auswählen.
Basis: 606 befragte Personen / mehrere Antworten möglich / Angabe in Prozent

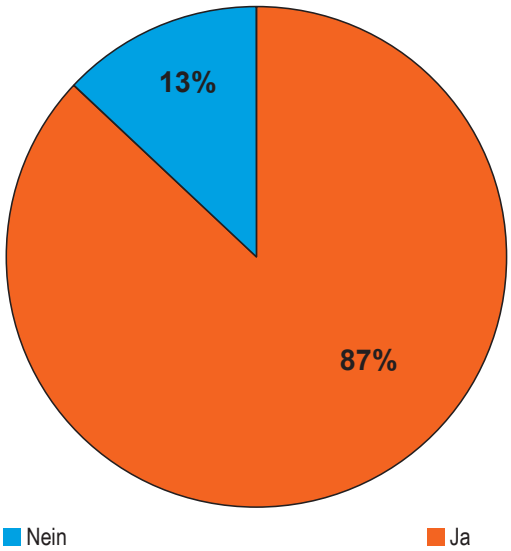


Den meisten Personen vergeht der Appetit bei einer unhygienischen Umgebung. Diese Aussage machten 81 Prozent der Deutschschweizer und 83 Prozent der Frauen. In der Westschweiz teilen 67 Prozent diese Meinung, bei den Männern sind es 73 Prozent.
Auch Fremdkörper im Essen werden von deutlich mehr als der Hälfte der Befragten als Genusskiller betrachtet und zwar von 68 Prozent der Deutschschweizer, 71 Prozent der unter 29-Jährigen und 68 Prozent der 30- bis 49-Jährigen. In der Westschweiz sind 56 Prozent der gleichen Ansicht, von den Personen über 50 sind es 57 Prozent.
Knapp der Hälfte der Befragten schlägt Streit auf den Magen, gefolgt von einer ungemütlichen Atmosphäre und minderwertigen oder gar schlechten Zutaten.
Unfreundliches Personal in einem Restaurant ist für 47 Prozent der Westschweizer und 43 Prozent der Männer ein Genusskiller. 36 Prozent der Deutschschweizer und gut ein Drittel der Frauen stimmen dieser Aussage ebenfalls zu.
Bei einem unangenehmen Völlegefühl nach dem Essen ist für ein Viertel der Westschweizer, 18 Prozent der Frauen und 22 Prozent

der über 50-Jährigen der Genuss vorbei. 11 Prozent der Deutschschweizer, gleich viele Männer sowie 30- bis 49-Jährige und 12 Prozent der unter 29-Jährigen sind der gleichen Meinung.

4.16 Alkoholkonsum

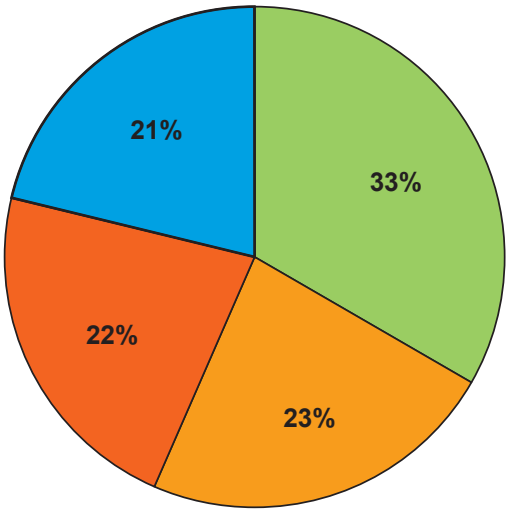
Frage 17: Trinken Sie gelegentlich Alkohol?
Basis: 606 befragte Personen / geschlossene Frage / eine Antwort möglich / Angabe in Prozent



Die Mehrheit der Befragten trinkt gelegentlich Alkohol. Dies gaben 90 Prozent der Männer und 83 Prozent der Frauen an.
Deutlich mehr Personen, die einen Abendessen-Gutschein wählten, trinken gelegentlich Alkohol. Der Anteil der gelegentlichen Alkohol-Trinker liegt in dieser Gruppe bei 94 Prozent.
Von den Personen, die sich für einen anderen Gutschein entschieden, gaben 84 Prozent an, gelegentlich Alkohol zu trinken.

4.17 Die vier Ess-Typen

Wenn man die Antworten aller Befragten zu ihren Ernährungseinstellungen (Frage 13) mittels Clusteranalyse untereinander vergleicht, können vier unterschiedliche Typen identifiziert werden.



Der pragmatische Familienernährer
- Gesund & ausgewogene Ernährung
- Familie & ich satt
- Was im Essen drin ist
- *Energie*
- *Abwechslung, aber schmeckt wie gewohnt*
- *Schnell & einfach*
- *Preiswert*

Der gesellige Geniesser
- Genuss & gesellig
- Artgerecht & Fairtrade
- Familie & Gäste verwöhnen, in Gesellschaft
- *Qualitativ hochstehend*
- *Herkunft*

Der kostenbewusste Genussmensch
- Genuss & gesellig
- Mir etwas Gutes tun
- Familie satt & ich satt
- Familie verwöhnen, in Gesellschaft
- *Gäste verwöhnen*
- *Abwechslung, aber schmeckt wie gewohnt*
- *Tag zu etwas besonderes machen*
- *Preiswert*

Der verantwortungsbewusste Gesundheitsorientierte
- Artgerecht & Fairtrade
- Gesund & ausgewogene Ernährung
- Herkunft & frisch
- Was im Essen drin ist & qualitativ hochstehend
- *Bio*

Erklärung:
- aufgeführte Themen sind sehr wichtig und sign. wichtiger als bei mind. 2 anderen Gruppen
- *aufgeführte Themen sind weniger, aber immer noch sign. wichtiger als bei mind. 2 anderen Gruppen*

Die Grafik zeigt die wichtigsten Punkte, in denen sich die verschiedenen Schweizer Essenstypen voneinander unterscheiden. Die Benennung der unterschiedlichen Typen soll sie gemäss ihres Antwortverhaltens prägnant beschreiben. Die in den nachfolgenden Texten beschriebenen Merkmale sind in ihrer Ausprägung im Vergleich zu den anderen Typen eher stark beziehungsweise eher schwach.

Der gesellige Geniesser

Dieser Typ verbindet mit einer genussvollen Mahlzeit insbesondere feines Essen und passende Getränke. Er legt Wert auf die Gesellschaft, in der er sich befindet und schätzt eine angenehme Atmosphäre oder einen schönen Ort, der das Essen stilvoll umrahmt. Wenn er die Wahl aus mehreren Gutscheinen hat, entscheidet er sich eher für einen Abendessen-Gutschein. Die ideale Vorbereitung für ein Essen ist mit einigem Aufwand verbunden. Ebenso gern, wie sich der gesellige Geniesser selbst in die Küche stellt, kocht er zusammen mit Freunden oder der Familie. Wichtig ist ihm, dass die Lebensmittel von Menschen hergestellt werden, die einen angemessenen Lohn erhalten. Um der Liebsten oder dem Liebsten seine Gefühle zu zeigen, bevorzugt dieser Typ Fleisch statt etwas Süsses. Muss er sich an einem Buffet mit 15 Speisen bedienen, von denen er eine besonders mag, tendiert er dazu, neben seinem Lieblingsgericht im gleichen Mass auch von anderen Köstlichkeiten zu probieren. In einer angenehmen Gesellschaft zu speisen, ist für ihn der pure Genuss. Verzichten könnte er hingegen am ehesten auf das Aufräumen nach dem Essen. Man macht dem geselligen Geniesser eine Freude, wenn man ihm vor der Mahlzeit einen Apéritif anbietet. Während des Essens bevorzugt er Wein, zum Abschluss trinkt er gerne Kaffee oder Espresso. Wenn er die Möglichkeit hätte, würde er gern häufiger auswärts essen. Allerdings verdirbt ihm unfreundliches Personal im Restaurant den Appetit, auch allein macht ihm das Essen wenig Freude. Der gesellige Geniesser ist eher in der Westschweiz zuhause, kann aber sowohl männlich als auch weiblich sein und ist in allen Altersschichten vertreten.

Der kostenbewusste Genussmensch

Neben dem Geschmack legt der kostenbewusste Genussmensch Wert auf eine angenehme Gesellschaft, aber auch auf eine ansprechende Umgebung und eine schöne Atmosphäre. Er findet es ideal, wenn er das Essen gemeinsam mit anderen und mit geringem Aufwand vorbereiten kann. Findet er sein Lieblingsgericht inmitten eines Buffets, bedient er sich hauptsächlich vom bekannten Gericht und probiert nur wenige Portionen von den anderen Speisen. Genuss verbindet er vor allem mit guter Gesellschaft, aber auch passende Getränke, ein schön angerichtetes Menu und geringe Kosten machen das Essen für ihn zu einem echten Vergnügen. Umwelt- und tierfreundliche Zutaten haben keine Priorität. Auch auf regionale Produkte oder auf ein leichtes Gefühl nach dem Essen legt er nicht viel Wert. Am liebsten trinkt der kostenbewusste Genussmensch vor einer Mahlzeit Wein, Bier oder Süssgetränke. Letztere bevorzugt er auch während des Essens. Perfekt abgerundet ist ein Essen seiner Ansicht nach mit einem Digestif. Hätte er mehr Zeit und Geld zur Verfügung, würde dieser

Typ gern häufiger auswärts essen. Gesünder würde er sich hingegen nicht ernähren – das verbindet er nicht mit Genuss. Wenig Freude macht es ihm zudem, im Restaurant von unfreundlichem Personal bedient zu werden. Aber auch ein überteuertes Essen kann ihm den Genuss verderben. Er schätzt es überhaupt nicht, allein oder zu wenig zu essen. Zu seinem Lieblingsessen gehört Fleisch. Der kostenbewusste Genussmensch ist eher männlich, jünger als 50 Jahre und lebt in einem Haushalt mit drei oder mehr Personen.

Der verantwortungsbewusste Gesundheitsorientierte

Diesem Typ kommt es auf qualitativ hochwertige Produkte an und darauf, dass diese gut und frisch zubereitet sind. Produkte aus der Region verbindet er mit Genuss, legt aber auch Wert darauf, dass die Lebensmittel umwelt- und tierfreundlich produziert wurden. Er ernährt sich vorzugsweise gesund und ausgewogen – ein Völlegefühl nach der Mahlzeit ist ihm unangenehm. Um ein genussvolles Essen zuzubereiten, macht er sich viel Mühe, idealerweise bereitet er die Mahlzeit alleine vor. Hat er am Buffet die Wahl, bedient er sich in der Regel vom Lieblingsessen und im gleichen Mass von anderen Gerichten. Der verantwortungsbewusste Gesundheitsorientierte braucht für eine genussvolle Mahlzeit keine Zigarette zum Abschluss. Er kann auch darauf verzichten, Kalorien zu zählen und ist, was den Genuss angeht, nicht unbedingt kostenbewusst: Zu einem guten Essen gehören für ihn zwar nicht unbedingt Zutaten, die er sich sonst nicht leisten würde, eine ansprechende Mahlzeit muss aber trotzdem weder gratis sein noch wenig kosten. Vor dem Essen trinkt der verantwortungsbewusste Gesundheitsorientierte besonders gern Fruchtsäfte, im Anschluss an die Mahlzeit bevorzugt er Kaffee, Espresso oder Tee. Gesundes Essen ist für ihn kein Widerspruch zu Genuss; er würde auch nicht unbedingt mehr auswärts essen gehen, wenn er mehr Geld hätte. Beim Weihnachtsmenu liebt dieser Typ die Abwechslung: Statt des traditionellen Fondue Chinoise isst er an den Feiertagen immer wieder gerne etwas anderes. Seine Lieblingsgerichte beinhalten häufig Gemüse oder Salat, ausserdem sortiert er bevorzugte Speisen eher nach deren Herkunftsregion. Eine ungemütliche Atmosphäre, eine unhygienische Umgebung, aber auch minderwertige oder schlechte Zutaten verderben ihm den Appetit. Der verantwortungsbewusste Gesundheitsorientierte ist eher in Ein- bis Zweipersonenhaushalten in der Deutschschweiz zuhause, tendenziell weiblich und älter als 50 Jahre.

Der pragmatische Familienernährer

Dieser Typ geniesst eine Mahlzeit besonders dann, wenn er sie nicht selbst vorbereiten muss, wenn er ausreichend Zeit zum Es-

sen hat, er nicht aufräumen muss und nach dem Essen kein Völlegefühl eintritt. Er schätzt es, wenn die Kosten für eine Mahlzeit akzeptabel sind oder wenn erst gar keine anfallen. Für ein stimmungsvolles Essen braucht dieser Typ keine schön angerichteten Teller. Allerdings verdirbt es ihm den Genuss, wenn die Mahlzeit Zutaten beinhaltet, die er nicht essen will oder darf. Der pragmatische Familienernährer schätzt es, wenn ihm vor dem Essen ein Aperitif serviert wird. Während der Mahlzeit greift er eher zu Süssgetränken. Vor allem Frauen aus der Deutschschweiz, die jünger sind als 50 und in einem Haushalt mit über drei Personen leben, gehören zu diesem Typ.

5. Die wichtigsten Punkte zusammengefasst

Abendessen-Gutschein ist der Renner

Bei der Wahl eines Gutscheins im Wert von 200 Franken würden sich je gut ein Viertel der befragten Personen für einen Abendessen- oder einen Kleider-Gutschein entscheiden. Dabei haben sich mehr Männer als Frauen und mehr Personen, die gelegentlich Alkohol trinken für den Abendessen-Gutschein entschieden. Den Kleider-Gutschein wählten hingegen deutlich mehr Frauen als Männer. Am wenigsten beliebt bei den Befragten war der Kino- / Musik-Gutschein.

Gutes Essen und viel Zeit für den Genuss

Gut ein Drittel der befragten Personen versteht unter Genuss ein feines Essen. Jede fünfte Person assoziiert mit Genuss guten Geschmack, eine angenehme Gesellschaft, ein schönes Ambiente aber auch viel Zeit für das Einnehmen der Mahlzeiten. Der Begriff Genuss wird im Zusammenhang mit Mahlzeiten auch oft mit Ruhe, Wohlbefinden und Gemütlichkeit in Verbindung gebracht. Dies macht deutlich, dass es nicht nur darauf ankommt, was man isst, sondern auch wo, wie und mit wem.

Geschmack geht vor Abwechslung

Den meisten Personen sind mehrere Aspekte beim Essen wichtig. Sie suchen die Balance zwischen Geschmack, Frische, Atmosphäre, Gesundheit, Optik und Abwechslung. Geschmack und frische Produkte sind dabei am wichtigsten, wobei auch die Gesellschaft, eine angenehme Atmosphäre, ein schöner Ort oder eine gesunde und ausgewogene Mahlzeit eine bedeutende Rolle spielen. Gesellschaft, Atmosphäre und Ort sind den Westschwei-

zern wichtiger als den Deutschschweizern. Gesundes und ausgewoges Essen ist für deutlich mehr Frauen als Männer sowie für mehr über 50-Jährige als für jüngere Personen von Bedeutung. Zudem sind Personen, die gelegentlich Alkohol trinken, Gesellschaft, Atmosphäre und Ort wichtiger als jenen Personen, die nie alkoholische Getränke konsumieren.

Zur Belohnung essen besonders Frauen eher etwas Süsses oder Salziges

Während Frauen eher zu Süssigkeiten, einem Dessert oder Schokolade greifen, um sich zu belohnen, essen Männer aus demselben Grund deutlich häufiger Fleisch. Bei schlechter Laune essen Frauen entweder hauptsächlich Süsses oder Salziges oder die Stimmung hat keinen Einfluss auf ihr Essverhalten. Missmut beeinflusst auch das Essverhalten von fast der Hälfte der Männer nicht. Nichtsdestotrotz beinflusst die Stimmung das Essverhalten von über 55 Prozent aller Befragten. Süssigkeiten werden am häufigsten als Belohnung oder bei schlechter Laune eingesetzt.

Frauen zeigen ihre Liebe mit Essen

Über die Hälfte aller Befragten zeigen unter anderem mit Lebensmitteln ihre Liebe, wobei dies besonders Frauen oder Personen in Ein- bis Zweipersonenhaushalten betrifft.
Deutschschweizer zeigen ihre Liebe deutlich öfter mit etwas Süssem als Westschweizer. Wer über 50 ist, kredenzt der Liebsten oder dem Liebsten als Zeichen der Zuneigung öfter ein gutes Stück Fleisch, als dies jüngere Leute tun.

Essen nicht selber zubereiten müssen, ist ideal

Besonders für Menschen in grösseren Haushalten mit drei und mehr Personen ist die Vorbereitung ideal, wenn sie das Essen nicht selbst zubereiten müssen. Deutlich mehr Befragte, die in Ein- bis Zweipersonenhaushalte leben, sind hingegen der Ansicht, dass die Vorbereitung ideal ist, wenn sie das Essen selbst und mit wenig Aufwand zubereiten.

Deutschschweizer geniessen im Restaurant, Westschweizer zuhause

Für die meisten Befragten, und insbesondere für die Deutschschweizer, findet genussvolles Essen im Restaurant statt. Knapp die Mehrheit der Westschweizer hingegen kann das Essen zuhause so richtig geniessen. Das Essen bei Verwandten oder Freunden richtig geniessen können zudem bedeutend mehr Deutschschweizer und Frauen als Westschweizer und Männer.

Westschweizer sind probierfreudiger

Während Deutschschweizer an einem Buffet mit 15 Speisen hauptsächlich von ihrem Lieblingsgericht nehmen, aber auch noch kleine Portionen von bis zu drei weiteren Speisen wählen, probieren die Westschweizer hauptsächlich von fast allen angebotenen Speisen.
Der Anteil der Personen, die nur von ihrem Lieblingsgericht schöpfen, ist mit 4 Prozent sehr gering.

Am wichtigsten ist eine gute Gesellschaft

Wenn es um den puren Genuss geht, bewerten fast zwei Drittel aller Befragten eine gute Gesellschaft beim Essen als sehr wichtig, wobei deutlich mehr Westschweizer als Deutschschweizer dieser Ansicht sind.
Auf die Zigarette nach dem Essen können drei Viertel der Befragten verzichten, und zwar deutlich mehr Deutsch- als Westschweizer.

Einen Aperitif davor, einen Espresso danach

Vor der Mahlzeit wird insbesondere ein Aperitif mit Genuss verbunden, gefolgt von Frucht- oder Gemüsesäften und Wasser. Während der Mahlzeit steigern vor allem Wasser und Wein den Genuss, wobei deutlich mehr Frauen als Männer Wasser nennen, deutlich mehr Männer als Frauen hingegen Wein.
Zu einem genussvollen Abschluss der Mahlzeit zählen hauptsächlich Kaffee, Espresso oder Cappuccino. Kaffee mit Alkohol wird nur von wenigen mit Genuss verbunden, und zwar von deutlich mehr Männern als Frauen.

Gern öfter genussvoll essen

Bedeutend mehr Westschweizer und Personen unter 29 Jahren würden häufiger genussvoll essen oder auswärts essen gehen, wenn sie mehr Geld hätten. Besonders für die unter 29-Jährigen spielt nicht nur der Geld-, sondern auch der Zeitfaktor eine Rolle. Dennoch geht gerade diese Altersgruppe nach der Arbeit und am Wochenende besonders gerne im Restaurant essen.
Jeder Fünfte ist der Meinung, dass ums Essen zu viel Aufhebens gemacht wird, wobei dies bedeutend mehr Westschweizer als Deutschschweizer finden.
Zwei Drittel der Befragten sind nicht der Ansicht, dass eine gesündere Ernährung Genusseinbussen mit sich bringen würde. Die wenigsten der befragten Personen verbinden zudem Genuss mit einem schlechten Gewissen.

Genuss, Gesundheit und artgerechte Tierhaltung

Für die meisten der Befragten ist es von Bedeutung, dass das Essen ihnen Genuss bereitet oder dass das Essen gesund ist. Auch

eine artgerechte Tierhaltung sowie frische und wenig verarbeitete Lebensmittel werden als besonders wichtig erachtet.
Ob die Lebensmittel hingegen biologisch produziert sind, das Essen zum Lebensstil passt, ob es preiswert ist oder ob es so schmeckt, wie man es gewohnt ist, wird von einer Mehrheit als kaum entscheidend eingestuft. Dennoch ist die biologische Herstellung für 12% der Befragten sehr wichtig.

Fondue Chinoise an Weihnachten

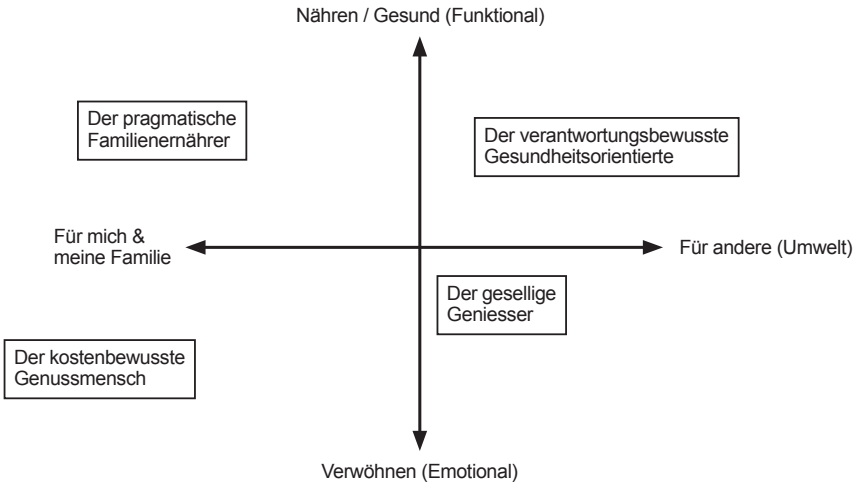
Knapp die Hälfte der Befragten isst an Weihnachten normalerweise Fondue Chinoise oder Fondue Bourgignon. Knapp ein Viertel der Befragten gibt an, an Weihnachten immer wieder etwas anderes zu essen.

Genusskiller: Fremdkörper im Essen

Eine unhygienische Umgebung verdirbt über drei Viertel der Befragten den Appetit, wobei dies deutlich mehr Deutschschweizer und Frauen als Westschweizer und Männer betrifft. Fremdkörper im Essen erachten knapp zwei Drittel der Befragten als Genusskiller, wobei auch hier deutlich mehr Deutschschweizer, aber auch mehr Jüngere als Westschweizer oder Personen über 50 dieser Ansicht sind. Streit schlägt ungefähr der Hälfte der Befragten auf den Magen.

Vier unterschiedliche Typen

Nach der Auswertung der Antworten konnten die befragten Personen in vier verschiedene Typen unterteilt werden. Diese wurden aufgrund ihrer Einstellung zur Funktion von Essen – essen sie, damit sie satt werden oder damit sie sich etwas Gutes tun können? – in Gruppen unterteilt. Auch die Frage, ob es wichtiger ist, dass die Lebensmittel gut für sie selbst oder ihre Familie sind oder dass die Lebensmittel gut für die Umwelt sind, war ausschlaggebend bei der Typisierung.



6. Weitere Informationen

Coop Fachstelle Ernährung
Thiersteinerallee 14, Postfach 2550
4002 Basel
E-Mail: ernaehrung@coop.ch
Coop Info-Tel. 0848 888 444
www.coop.ch/esstrends

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE
NUTRINFO® Informationsdienst für Ernährungsfragen
Schwarztorstrasse 87, Postfach 8333
3001 Bern
Tel. 031 385 00 08 (8.30–12.00 Uhr)
E-Mail: nutrinfo-d@sge-ssn.ch
www.sge-ssn.ch

Publikation nur mit folgender Quellenangabe gestattet: Coop-Studie Ess-Trends im Fokus «Essen mit Genuss», 2011.