



Gemüse? Nein, danke!

Der HelloFresh Food Report wirft einen Blick in Österreichs Küchen und enthüllt die Essgewohnheiten im internationalen Vergleich

Berlin, 06. Februar 2020

Zu Hause kochen ist beliebt, doch Gemüse landet dabei nur selten auf dem Teller. Laut dem [HelloFresh Food Report](#)¹ werden in Österreich täglich nur eineinhalb Portionen der gesunden Lebensmittel verzehrt. Das liegt deutlich unter der Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation². Im internationalen Vergleich bildet Österreich beim Gemüseverzehr gemeinsam mit Deutschland sogar das Schlusslicht – während Großbritannien die Liste anführt.

Immerhin scheint der mangelnde Konsum von Karotten, Tomaten und Co. den Befragten der [HelloFresh Umfrage](#) bewusst zu sein. So gibt ein Drittel an, mehr selbstgemachte Gerichte und Gemüse essen zu wollen. Als Gründe für die immer gleiche Essensroutine werden insbesondere der Mangel an Zeit, Willensstärke und Inspiration genannt. Dazu kommt der Druck, etwas zu kochen, das allen schmeckt. Denn für 60% der Befragten ist es am wichtigsten, die Mahlzeit mit ihren Liebsten zu teilen – und diese soll nicht nur lecker sein, sondern auch satt machen. Aus Angst, dass die Bekochten nach dem Essen noch hungrig sein könnten, sind viele Portionen oft zu groß und alles, was übrigbleibt, landet schließlich im Müll.

Mehr als 55 kg Lebensmittel pro Person werden jährlich weggeschmissen³

Neben den Resten vom Abendessen landen außerdem Gemüse und Obst sowie Brot häufig im Abfall. Gründe dafür sind nicht nur überschätzte Portionsgrößen, sondern auch Standardgrößen im Supermarkt, die wenig Auswahlmöglichkeiten bieten und für den individuellen Verbrauch oft zu viel beinhalten. Nils Herrmann, Geschäftsführer von HelloFresh Deutschland, Österreich und der Schweiz, macht sich gegen die Lebensmittelverschwendung stark: „Niemand sollte aufgrund mangelnder Alternativen kostbare Lebensmittel in Mengen kaufen, für die keine Verwendung besteht oder die vor dem Verfallsdatum nicht rechtzeitig aufgebraucht werden können. Nicht nur in Privathaushalten, sondern entlang der gesamten Wertschöpfungskette gibt es jede Menge Potenzial, Lebensmittelabfälle zu reduzieren und damit wertvolle Ressourcen einzusparen. Unser Geschäftsmodell – der Versand von

¹ Umfrage des Marktforschungsinstituts OnePoll im Auftrag von [HelloFresh](#). Befragt wurden im August 2019 insgesamt 8.194 Personen und im September 9.000 Personen in Australien, Neuseeland, Kanada, Großbritannien, Deutschland, Österreich, der Schweiz, den Niederlanden und Belgien.

² Vgl. <https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-%20ernaehrung/5-am-tag/>.

³ Vgl. <https://bonn.fm/wp-content/uploads/2018/12/2018-factsheet-lebensmittelverschwendung.pdf>.



Kochboxen für ausgewählte Rezepte – ermöglicht uns, Zutaten grammgenau anhand der Nachfrage bereitzustellen und über kurze Transportwege ohne Zwischenstationen bei Großhändlern oder Supermärkten direkt zu unseren Kunden zu liefern. Und sollten wir bei unserer Planung feststellen, dass wir Lebensmittel nicht benötigen, spenden wir diese rechtzeitig vor dem Verderben an die Tafel.“ Für Verwertung von Lebensmittelresten in kleineren Mengen gibt es kreative [Tipps](#). Das Einfrieren von Kräutereiswürfeln etwa hilft dabei, später frische italienische Gerichte mit Oregano, Basilikum, Salbei oder Thymian unkompliziert aufzupeppen.

Die italienische Küche ist und bleibt besonders beliebt

Beim Blick auf die Bestellungen der HelloFresh Kunden sind italienische Rezepte mit Nudeln oder mediterrane Suppen und Risotto die absoluten Spitzenreiter. Obwohl sie 2018 auf der Beliebtheitskala schon ganz oben standen und zuletzt insbesondere griechische und türkische Gerichte immer populärer wurden, stieg die Nachfrage an Pasta und Co. 2019 noch weiter an. Ein vermeintlicher Trend bei vegetarischen Gerichten ist bisher tatsächlich nicht zu beobachten, hier bleibt die Nachfrage in den beiden Vorjahren nahezu gleich. Gerichte mit Fisch werden hingegen immer beliebter, welches ein Indiz für den immer populärer werdenden Flexitarismus ist. Über alle Essensrichtungen hinweg wurden folgende drei Rezepte im letzten Jahr am häufigsten geordert:

- [Saftiges Schweinefilet mit Senfbröseln](#)
- [Kräuterschnitzel mit Grüner Soße](#)
- [Gebratene Spätzle mit Bacon](#)

Jede Woche bietet das kulinarische Team von HelloFresh verschiedene Rezepte, die den Kunden viel Abwechslung bieten – ganz egal, ob sie lieber italienische, mexikanische oder koreanische Küche bevorzugen oder sich einfach inspirieren lassen wollen. Nutzer können zwischen der Classic, Veggie und Family Box in verschiedenen Größen wählen. Die Lieferung erfolgt wöchentlich zur gewünschten Zeit am gewünschten Ort und kann flexibel pausiert werden. HelloFresh Kunden entscheiden sich guten Gewissens für eine flexible Alltagslösung, die eine ausgewogene Ernährung garantiert.

Das Bildmaterial ist zum Abdruck frei, **Copyright: ©HelloFresh**.

Für weitere Motive kontaktieren Sie bitte die Pressestelle unter presse@hellofresh.de.

Presse Kontakt

Judith Schwarzer

+49 (0)30 403668899

PR Managerin DACH

judith.schwarzer@hellofresh.de

Saarbrücker Straße 37a, 10405 Berlin

www.hellofresh.de



Über HelloFresh

HelloFresh ist die wöchentliche Garantie für eine ausgewogene Ernährung: Mit einer Kochbox voller frischer, ausgewählter Zutaten und leckeren Rezepten. Der weltweit führende Anbieter beschäftigt in den USA, Großbritannien, Deutschland, den Niederlanden, Belgien, Luxemburg, Australien, Österreich, der Schweiz, Kanada, Neuseeland und Schweden ein Team von über 4.500 Mitarbeitern. Im 3-Monatszeitraum 1. Juli bis 30. September 2019 lieferte HelloFresh 69 Millionen Mahlzeiten an 2,6 Millionen aktive Kunden weltweit aus. 2011 in Berlin gegründet, ging das Unternehmen im November 2017 in Frankfurt an die Börse. www.hellofresh.at