



2025-04-11 10:31 CEST

Danskerne vil have mere fuldkorn - fyld op med fuldkorn i påsken!

Påsken står for døren, og det er den perfekte anledning til at bringe fuldkornsrugbrød på bordet sammen med den lækre påsesild. Danskerne elsker fuldkorn, og de vil gerne have mere af det. En undersøgelse fra Megafon, foretaget for Fuldkornspartnerskabet, bekræfter denne tendens.

Påsken nærmer sig, og vi glæder os til at samles om de traditionsrige påskeborde med familie og venner. Det er tid til æggejagt og maling af

påskeæg. Fuldkorn gør sit indtog i påsken med rugbrødet som en fast bestanddel af påkebordet, hvor flere slags sild serveres med løg, kapers, æg og karrydressing og danskerne er vilde med det.

Danskerne vil have mere fuldkorn

En undersøgelse fra Megafon foretaget for Fuldkornspartnerskabet viser nemlig, at danskerne gerne vil have mere fuldkorn i deres kost. Helt generelt udtrykker danskerne en stor åbenhed i forhold til at spise mere fuldkorn.

Næsten 3 ud af 4 nævner specifikke ting, som ville kunne få dem til at spise mere fuldkorn. For eksempel, hvis fuldkorn indgik naturligt i flere fødevarer de allerede spiser, eller hvis fuldkorn indgik i flere retter på café og restaurant. Danskerne er altså klar til at spise mere fuldkorn.

Kun 40% af danskerne spiser nok fuldkorn

"I dag får kun 40 procent af danskerne den anbefalede mængde fuldkorn på 90 gram eller mere om dagen, som de officielle Kostråd anbefaler, så vi er glade for at danskerne er åbne overfor at spise mere fuldkorn og rugbrød er en vigtig kilde til det daglige fuldkornsindtag" siger Rikke Iben Neess, kampagneleder for Fuldkornspartnerskabet.

Fyld fuldkorn på påsken

Udover fuldkornsrugbrødet kan du servere knækbrød og fuldkornskiks til osten. Eller fuldkorns grissini-stænger eller måske en blød fuldkornsbolle til de mindre børn. I bagningen kan du tilføje fuldkornsmel og prøv for eksempel at erstatte 15-20% procent af melet i din kageopskrift med fuldkornshvedemel.

Fuldkornspartnerskabet består af Fødevarestyrelsen, Diabetesforeningen, Hjerteforeningen, Kræftens Bekæmpelse, fødevareproducenter, kantiner og detailhandelen som alle arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn.

Fakta om Megafon Undersøgelsen

Fakta - Megafon forbrugerundersøgelse udarbejdet for Fuldkornspartnerskabet marts 2024

Undersøgelsen blev gennemført i perioden den 12. marts til den 19. marts 2024. Undersøgelsen er gennemført som en kombineret internet- og telefonundersøgelse med medlemmer af MEGAFON-panelet samt tilfældigt udvalgte borgere i Danmark. De tilfældigt udvalgte til telefondellen samt medlemmer af MEGAFON-panelet deltager anonymt i undersøgelsen.

1.010 brugbare interview er gennemført af disse er 859 interview fra internettet og de resterende 151 er fra telefoninterview.

Fuldkornspartnerskabet er et offentligt privat partnerskab, der arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn.

Bag Fuldkornspartnerskabet står Fødevarestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Diabetesforeningen og en række fødevarevirksomheder.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt

Kampagneleder

Pressekontakt

rikn@di.dk

+45 30 38 15 36