



Smørrebrød med fuldkorn

2018-03-26 07:00 CEST

## Rugbrødet spiller hovedrollen på frokostbordet

*Ifølge en ny undersøgelse spiser 46% af danskerne rugbrød hver dag. Rugbrød har været en af hjørnestenene i dansk madkultur siden jernalderen, og den klassiske spise er særligt populær blandt den ældre del af befolkningen. Fuldkornspartnerskabet arbejder nu på at overbevise de unge om at vælge rugbrødet frem for pizzaerne og burgerne.*

46% af danskerne spiser rugbrød dagligt. Det viser en ny YouGov analyse foretaget for Fuldkornspartnerskabet. Den viser samtidig, at der er en

overvægt af daglige rugbrødsspisere blandt den ældre del af befolkningen:

”72% af befolkningen over 65 år spiser rugbrød hver dag og blandt de 50-64 årige er det 61%. Billedet ser anderledes ud blandt de 35-49 årige, hvor 37% spiser rugbrød dagligt, mens det kun er 27% af de 18-34 årige” siger Rikke Iben Neess kampagneleder for Fuldkornspartnerskabet og fortsætter ”rugbrød er en rigtig god kilde til fuldkorn. Derfor har vi en fælles opgave i at få yngre generationer til at vælge rugbrødet til fremfor pizzaerne og burgerne”.

Fuldkornspartnerskabet arbejder på at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn. Partnerskabet består af Diabetesforeningen, Hjerteforeningen, Fødevarestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse og en række fødevarevirksomheder.

Det officielle kostråd anbefaler, at vi spiser mindst 75 gram fuldkorn om dagen. Det svarer til en portion havregryn og 1 skive rugbrød om dagen.

### **Danskerne foretrækker kød på rugbrødsmaden**

Når man spørger danskerne, hvilket pålæg de foretrækker, er det klassikerne der dominerer. Æg, leverpostej, spegepølse og rullepølse er blandt favoritterne, når danskerne skal vælge pålæg til rugbrødet. Ifølge den nye YouGov analyse foretaget for Fuldkornspartnerskabet foretrækker 60% af danskerne nemlig at putte æg på deres rugbrød og 59% vil gerne have kødpålæg. 53% danskere foretrækker en skive ost, og 50% foretrækker en mad med leverpostej.

Påskan er en kærtkommen lejlighed til at spise rugbrød, og Fuldkornspartnerskabet giver en opskrift på 4 stykker smørrebrød til påskefrokosten:

<https://www.fuldkorn.dk/opskrifter/303-frokost-og-lette-retter/smørrebrød-med-fuldkorn>

### **Fakta om YouGov analysen**

Undersøgelsesperiode: Den 5. marts 2018 – 11. marts 2018

Respondenter 1.011 personer, Online undersøgelse

Spørgsmål: Hvilke slags pålæg foretrækker du på dit rugbrød?

|                                             |      |
|---------------------------------------------|------|
| Æg                                          | 60%  |
| Kødpålæg                                    | 59%  |
| Ost                                         | 53%  |
| Leverpostej                                 | 50%  |
| Fiskepålæg                                  | 38%  |
| Vegetarisk pålæg (fx hummus og bønnepostej) | 9%   |
| Andet                                       | 8%   |
| <u>Ved ikke</u>                             | 4%   |
| I alt                                       | 283% |

Spørgsmål: Hvor ofte spiser du følgende?

## Rugbrød

| Rugbrød                    | Alle | 18-34 | 35-49 | 50-64 | 65+  |
|----------------------------|------|-------|-------|-------|------|
| Dagligt                    | 46%  | 27%   | 37%   | 61%   | 72%  |
| 3-6 dage om ugen           | 22%  | 30%   | 25%   | 14%   | 14%  |
| 1-2 dage om ugen           | 14%  | 16%   | 17%   | 12%   | 9%   |
| 1-3 dage om ugen           | 7%   | 8%    | 10%   | 5%    | 2%   |
| Sjældnere end 1 dag om mnd | 6%   | 6%    | 6%    | 5%    | 1%   |
| Aldrig                     | 3%   | 5%    | 2%    | 1%    | 2%   |
| <u>Ved ikke</u>            | 8%   | 8%    | 4%    | 1%    | -    |
| Totalsum                   | 100% | 100%  | 100%  | 100%  | 100% |

---

*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](mailto:rikn@di.dk)

+45 30 38 15 36