

MINDRE KØD I KOSTEN?

MOTIVER FOR KØDREDUKTION SAMT BRUG AF ALTERNATIVER TIL KØD HOS PERSONER, SOM HAR REDUCERET KØDFORBRUGET

JULIE HESSELBERG, SEBASTIAN HALL SKJØT, LIISA LÄHTEENMÄKI, TINO BECH-LARSEN OG ALICE GRØNHØJ

DCA RAPPORT NR. 180 · JANUAR 2021 · RÅDGIVNING



AARHUS
UNIVERSITET

DCA - NATIONALT CENTER FOR FØDEVARER OG JORDBRUG



MINDRE KØD I KOSTEN?

MOTIVER FOR KØDREDUKTION SAMT BRUG AF ALTERNATIVER TIL KØD HOS PERSONER, SOM HAR REDUCERET KØDFORBRUGET

DCA RAPPORT NR. 180 · JANUAR 2021 · RÅDGIVNING



AARHUS
UNIVERSITET

DCA - NATIONALT CENTER FOR FØDEVARER OG JORDBRUG

Videnskabelig assistent Julie Hesselberg, Videnskabelig assistent Sebastian Hall Skjøt, Professor Liisa Lähteenmäki, Professor Tino Bech-Larsen og Lektor Alice Grønhøj

Aarhus Universitet

MAPP Centret

Institut for Virksomhedsledelse

Fuglesangs Allé 4

8210 Aarhus

MINDRE KØD I KOSTEN?

MOTIVER FOR KØDREDUKTION SAMT BRUG AF ALTERNATIVER TIL KØD HOS PERSONER, SOM HAR REDUCERET KØDFORBRUGET

Serietitel og nummer:	DCA rapport nr. 180
Rapporttype:	Rådgivning
Forfatter(e):	Videnskabelig assistent Julie Hesselberg, Videnskabelig assistent Sebastian Hall Skjøt, Professor Liisa Lähteenmäki, Professor Tino Bech-Larsen og Lektor Alice Grønhøj, Institut for Virksomhedsledelse, Aarhus Universitet
Fagfællebedømmelse:	Professor Jessica Aschemann-Witzel, Institut for Virksomhedsledelse, Aarhus Universitet
Kvalitetssikring:	Specialkonsulent, Stine Mangaard Sarraf, DCA Centerenheden
Rekvirent:	Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri, Departementet
Finansiering:	Besvarelsen er udarbejdet som led i "Rammeaftale om forskningsbaseret myndighedsbetjening" indgået mellem Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri og Aarhus Universitet
Ekstern kommentering:	Ja. Link til kommenteringsark: https://bit.ly/2KBfpI2
Eksterne bidrag:	Nej
Kommentarer:	Som en del af denne opgave er der indsamlet og behandlet nye data, og rapporten præsenterer resultater, som ikke ved rapportens udgivelse har været i eksternt peer review eller er publiceret andre steder. Ved en evt. senere publicering i tidsskrifter med eksternt peer review vil der derfor kunne forekomme ændringer.
Citeres som:	Hesselberg, J., Skjødt Hall, S., Lähteenmäki, L., Bech-Larsen, L. og Grønhøj, A., 2020, Mindre kød i kosten? Motiver til kødreduktion samt brug af alternativer til kød hos personer, som har reduceret deres kødforbrug. 60 si-der. Rådgivningsrapport fra DCA – Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug, Aarhus Universitet. https://dcapub.au.dk/djfpublikation/djfpdf/DCArapport180.pdf
Foto forside:	Colourbox
Tryk:	Digisource.dk
ISBN:	Trykt version 978-87-93998-32-2, elektronisk version 978-87-93998-33-9
ISSN:	2245-1684
Sidetæl:	60
Internetversion:	https://dcapub.au.dk/djfpdf/DCArapport180.pdf
Rådgivning fra DCA:	Læs mere på www.dca.au.dk

Forord

Fødevarestyrelsen vil i 2020 og fremadrettet vejlede befolkningen mere om, hvorledes kosten kan sammensættes så den både er sund og klimavenlig. Kødet spiller en stor rolle i mange danskeres kostmønster, men et højt kødforbrug er både blevet forbundet med sundhedsproblemer og belastning af miljøet (Hallström, Carlsson-Kanyama, & Börjesson, 2015), og flere studier påviser, at CO₂-emissioner kan reduceres og folkesundheden forbedres, hvis kosten i højere grad bliver plantebaseret (Clune, Crossin, & Vergheze, 2017; Martin & Brandão, 2017; Willett et al., 2019). I den forbindelse er det dog også vigtigt at være opmærksom på, at hvis kød, æg og mælkeprodukter helt udelukkes fra kosten, kan der være en risiko for ikke at få næringsstoffer nok (Tobberup, 2019). Med udgangspunkt i disse problemstillinger og for at kunne vejlede forbrugerne bedst muligt om sund og klimavenlig mad, ønsker Fødevarestyrelsen mere viden om, hvilke alternativer til kød, der bruges af den del af befolkningen, som er vegetarer eller som har et reduceret indtag af kød. Desuden ønskes viden om i hvilken grad der er overensstemmelse mellem familiemedlemmers adfærd, når det gælder en vegetarisk kost eller en kost med et reduceret indhold af kød samt hvilke overvejelser den del af befolkningen, som har et reduceret indtag af kød, gør sig i forhold til at få dækket deres ernæringsbehov.

Niels Halberg

Direktør, DCA – Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug

Resumé

Er danskerne begyndt at reducere kødforbruget hen imod en sundere og mere bæredygtig kost? På baggrund af to online spørgeskemaundersøgelser med knap 3.000 forbrugere i alderen 18-70 år besvarer vi i denne rapport netop dette spørgsmål. Herudover undersøges motiver for kødreduktion, borgernes selvopfattelse i forhold til kødforbrug, samt forbrug af alternativer til kød hos personer, som har reduceret eller stoppet deres kødforbrug. For at få større viden omkring hvilke ernæringsmæssige overvejelser den del af befolkningen, som har reduceret kødforbruget gør sig, samt for at undersøge om der er overensstemmelse mellem familiemedlemmers præferencer og adfærd i en kost med mindre kød fokuseres der på undergrupperne; personer over 65 år, gravide og ammende, personer der sjældent eller aldrig spiser kød samt familier med børn i alderen 2-5 og 6-18 år.

Hovedkonklusioner:

- I alt 29,6 % af forbrugerne angiver, at de har reduceret eller stoppet deres kødforbrug. For 12 % er det sket inden for de seneste seks måneder, mens 18 % har gjort det for mere end seks måneder siden. Blandt de personer, der har reduceret kødforbruget, spiser 38 % stadig kød hver dag, og næsten halvdelen definerer sig selv som kødspisere.
- Knap en tredjedel af de personer, der har reduceret kødforbruget, opfatter sig selv som fleksitarer, mens 6 % opfatter sig som vegetarer. Resultaterne viser, at forbrugerne i højere grad associerer sig med kødreducerende principper (fx fleksitar, vegetar), end deres selvrapporterede spisevaner giver grundlag for.
- Det hyppigste forbrug af kød findes i husstande med børn mellem 2 og 18 år, og mens de yngste børn ofte følger forældrenes kostvaner, er der sammenlignet med rapportens andre grupper, oftere uoverensstemmelse omkring kødets rolle i måltiderne i husstande med børn på 6-18 år.
- For at reducere eller udelade kødet i kosten angiver forbrugerne, at mørkegrønne grøntsager, nødder, ærter, bønner og linser er hyppigt valgte fødevarer, mens alternativer til klassiske mejeriprodukter, såsom plantedrik og vegansk smør, også anvendes ofte.
- En kost med reduceret kødforbrug giver ikke anledning til bekymring om opfyldelse af ernæringsbehovet blandt forbrugerne selv og størstedelen mener, at de får dækket deres ernæringsbehov.
- Forbrugerne angiver, at de vigtigste motiver for at reducere kødforbruget er hensynet til miljø, klima, sundhed og dyrevelfærd, mens sociale normer opfattes at have mindst indflydelse på motivationen.

Summary

Have the Danes started to reduce meat consumption towards a healthier and more sustainable diet? Based on two online surveys with almost 3.000 consumers aged 18-70 years, this question is answered in this report. Furthermore, we examine motives for meat reduction, consumers' self-perception concerning meat consumption, and consumption of alternatives to meat by people who have reduced or stopped their consumption of meat. To gain knowledge about the nutritional considerations of the part of the population that has reduced their meat consumption, as well as to examine whether there is accordance in family members' preferences and behaviour with respect to a diet with less meat, the report focuses on the subgroups; people above the age of 65, those who are pregnant and breastfeeding, people who rarely or never eat meat and families with children between the ages of 2-5 and 6-18.

Main conclusions:

- A total of 29,6 % of the consumers state that they have reduced or stopped their meat consumption. 12 % have reduced or stopped their meat consumption within the last six months, while 18 % did so more than six months ago.
- Almost a third of the people who have reduced meat consumption perceive themselves as flexitarians, while 6 % perceive themselves as vegetarians. The results show that consumers associate themselves with meat-reducing principles (e.g. flexitarian, vegetarian) to a higher extent than what their self-reported eating habits indicate.
- The most frequent consumption of meat is found in households with children between the ages of 2 and 18 years. While the youngest children often follow the dietary habits of their parents, there is more often disagreement about the role of meat in households with children from 6-18 years compared to other groups in the report.
- To reduce or exclude meat in the diet, consumers indicate that dark green vegetables, peas, beans, and lentils are frequently chosen, while alternatives to classic dairy products, such as plant-based beverage and vegan butter, were among the most frequently used products.
- A diet with less meat does not give rise to concern about fulfilling nutritional needs among the consumers themselves, and the majority believes that their nutritional needs are met.
- According to the consumers, the primary motives for reducing meat consumption are consideration for the environment, climate, health, and animal welfare, while social norms are perceived to have the least influence on the motivation for meat reduction.

Indhold

1	Baggrund	7
2	Rapportens indhold	9
3	Om undersøgelsen: Metode, data og analyse	11
	Datagrundlag	11
	Rapportens målgruppe: Personer der har reduceret deres kødforbrug.....	12
	Sammenligning med den samlede stikprøve.....	13
4	Reduktion af kødforbrug	15
	Hvad karakteriserer personer, som har reduceret deres kødforbrug?	15
	Kødet i kosten – hvor ofte og hvilken slags?.....	16
5	Kødspisning og selvopfattet kostprincip	21
	Selvopfattet kostprincip.....	21
	Spisevaner og kostprincipper.....	23
6	Familiens rolle	28
	Husstandens ønsker til kød.....	28
	De voksne familiemedlemmers præferencer.....	30
	Børnene i fokus	33
8	Overvejelser om ernæring og alternativer til kød	36
	Bliver ernæringsbehovet dækket?	36
	Alternativer til kød i kosten.....	41
10	Motiver for at nedbringe kødforbruget	48
	Hvorfor reducere kødforbruget?.....	49
11	Konklusion og diskussion	53
12	Referencer	57
13	Bilag 1	60

1 Baggrund

Mange undersøgelser peger på, at når forbrugerne vælger at reducere kødforbruget, er det ofte ud fra overvejelser om egen og/eller familiens sundhed, samt på baggrund af miljø- og dyrevelfærdsmæssige konsekvenser af kødproduktion (fx Bastian, Loughnan, Haslam, & Radke, 2012; Stoll-Kleemann & Schmidt, 2017). Disse motiver styrkes af mediernes beskrivelser af sådanne konsekvenser (Tonsor, Mintert, & Schroeder, 2010) og af forbrugernes egne behov for at definere sig selv i forhold til den kost, de indtager (Higgs, 2015), som for eksempel et ønske om at fremstå som miljø- og sundhedsbevidst, hvis man undgår kød. Samtidig kan det antages, at en stadig stigende offentlig opmærksomhed på sammenhængen mellem kødproduktion og den globale opvarmning (Willett et al., 2019) styrker befolkningens opfattelse af legitimiteten af et reduceret kødforbrug.

På samme måde som forbrugernes intentioner om kødreduktion kan styrkes af de ovennævnte forhold, er det sandsynligt, at forbrugerne også oplever en række barrierer i forhold til at føre eventuelle intentioner om kødreduktion ud i livet. For eksempel kan familiemedlemernes forskellige madpræferencer føre til uoverensstemmelser (Olsen & Grunert, 2010; Olsen & Tuu, 2013), hvilket kan gøre det vanskeligt at gennemføre intentionerne om kødreduktion. Samtidig kan frygten for at blive opfattet som vanskelig og måske endda at blive stigmatiseret blandt venner, kollegaer og i andre sociale sammenhænge afholde den enkelte fra at indføre vegetariske, veganske eller andre kostprincipper (Graça, Godinho, & Truninger, 2019). Det har for eksempel været fremført, at kødreduktion kan være forbundet med stereotype personopfattelser, for eksempel en opfattelse af at være 'kvindagtig', mens et indtag af rødt kød signalerer styrke og maskulinitet (Garnett, 2014; Nath, 2011). Dette kan få nogle forbrugere til at undlade at "brande" sig selv som vegetarer eller veganere (Randers, Grønhøj, & Thøgersen, 2020). Endelig kan tilgængeligheden af attraktive alternativer til kød i dagligvarehandlen og forbrugernes manglende viden om tilberedningen af næringsrigtige og velsmagende retter uden kød, udgøre væsentlige barrierer (Schösler, De Boer, & Boersema, 2012).

Den enkelte forbrugers overvejelser og adfærd i forbindelse med kødreduktion er blevet beskrevet som en udvikling (Corrin & Papadopoulos, 2017; Klöckner, 2017), hvor motivationen tiltager i takt med, at antallet af måltider og dage, hvor der spises kød, reduceres. Sådanne beskrivelser tager udgangspunkt i 'stages of change' modellen (Prochaska & DiClemente, 1983; Prochaska & Velicer, 1997), der beskriver et antal forskellige stadier (førovervejelse, overvejelse, forberedelse, handling, vedligeholdelse og tilbagefald) i forhold til sådanne adfærdscændringer. Forbrugerne kan dog både springe stadier over, eller falde tilbage til tidligere

stadier i modellen (Prochaska & Velicer, 1997). Udvælgelsen af respondenter til den undersøgelse, der præsenteres i nærværende rapport, bygger på beskrivelsen af kødreduktion som en fremadskridende proces. Data, der ligger til grund for denne rapport, giver dog ikke mulighed for at vurdere om 'stage of change' modellen giver et godt billede af ændringerne i danske fødevarerforbrugeres holdninger og adfærd i forhold til kødreduktion, men dette spørgsmål tages op i en tilknyttet kommende rapport, der i højere grad vurderer hele befolkningens status og bevægelse i forhold til kødreduktion (Hesselberg et al, 2021).

2 Rapportens indhold

I rapporten gives en karakteristik af personer, der allerede har reduceret eller helt udeladt kødet i kosten, i forhold til alder, køn, uddannelse og urbanitet. Vi ser desuden nærmere på de grupper, hvor et fravalg af kød og andre animalske produkter indebærer de største ernæringsmæssige udfordringer. Disse grupper omfatter blandt andet forældre til mindre børn (2-5 år), gravide og ammende, samt personer over 65 år. I rapporten undersøges endvidere, hvilke overvejelser de kødreducerende forbrugere gør sig for at få dækket ernæringsbehovet; både hvad angår dem selv, deres partner og deres børn.

I mediebildet fylder diskussionen af nye kostprincipper, som vinder frem blandt danske forbrugere, en hel del. Tidligere undersøgelser viser dog, at kun ca. 4 % af de danske forbrugere spiser efter vegetariske eller veganske principper, omend der ser ud til at være store forskelle i forbrugernes adoption af kødreducerende kostprincipper i forhold til alder, køn, uddannelsesniveau og geografisk placering (Stamer et al., 2019). Kostprincipperne defineres i denne rapport således, at *veganere* udelukker alle animalske produkter, *vegetarer* spiser mejeriprodukter og æg, men ikke kød, fjerkræ og fisk, mens *'pescetarer'* spiser fisk, mejeriprodukter og æg, men ikke kød og fjerkræ. Definitionen på en *'fleksitar'* dækker over personer, der hovedsageligt spiser plantebaseret og lave mængder/få dage med rødt kød, moderate mængder fisk, fjerkræ, æg og mejeriprodukter (Lassen, Christensen, Fagt, & Trolle, 2020; Pedersen & Ovesen, 2015; Springmann et al., 2018). I nærværende undersøgelse ser vi på forbrugernes spisevaner og sammenligner disse med forbrugernes *egne* opfattelser af, hvilket kostprincip relateret til kødforbrug, de følger, dvs. mener forbrugerne selv at de følger enten et vegansk, vegetarisk, pescetarisk, fleksitarisk eller "almindeligt" kødspisende kostprincip? Herved bliver det muligt at vurdere, i hvilken udstrækning forbrugernes subjektive opfattelse af at følge et bestemt kostprincip matcher de definitioner, som anvendes i forskning og blandt ernæringsfagfolk (Lassen et al., 2020; Pedersen & Ovesen, 2015).

Når kødet fylder mindre i kosten, må forskellige typer af alternativer nødvendigvis indtræde i stedet, og nye køderstattende alternativer er således også i stigende grad tilgængelige i dagligvarehandelen. Vi undersøger derfor også, hvilke alternativer til kød, såvel forarbejdede som uforarbejdede, som forbrugerne ville foretrække, hvis de skulle nedsætte kødforbruget yderligere, og hvilke fødevarer, der oftest indgår i en kost med mindre kød.

Når forbrugerne ændrer madvaner, sker det for mange personer ikke som individuelle forbrugere, men som en del af en familie. Dette kan potentielt give anledning til en opbrydning af

tidligere madvaner og deraf følgende diskussioner i hjemmet om, hvorvidt man ønsker at ændre eller justere fx indkøbs-, madlavnings- og madvaner samt traditioner. I afsnittet *familiens rolle* ser vi på den rolle, som familien spiller, og i forhold til kødreduktion undersøger vi, om der er overensstemmelse mellem forskellige familiemedlemmers præferencer i forhold til kødreduktion.

Endelig indeholder rapporten en undersøgelse af, hvilke motiver, der ligger til grund for at reducere kødforbruget hos målgruppen. Kød er i dag så let tilgængeligt, at en reduktion af forbruget ofte er begrundet i bevidste valg og motiver. Hvis man ønsker at rådgive befolkningen i forhold til en reduktion af kødforbruget, er det vigtigt at kende disse motiver. Derfor undersøger vi motiverne for kødreduktion, samt i hvilken udstrækning disse varierer for forskellige grupper af forbrugere.

3 Om undersøgelsen: Metode, data og analyse

Datagrundlag

Indsamling og forberedelse af data

Data, der ligger til grund for nærværende rapport, er indsamlet af analysebureauet Userneeds i perioden 12.06.2020 til 30.06.2020 og 10.09.2020 til 04.10.2020, og er baseret på to online spørgeskemaundersøgelser med danske forbrugere i alderen 18-70 år. Skemaerne er sendt ud til de samme personer med 3 måneders mellemrum¹. Spørgeskemaerne kan findes online via nedenstående links:

- [Spørgeskema 1](#)
- [Spørgeskema 2](#)

Eftersom der måtte påregnes et betydeligt frafald fra første til anden runde, er der i første runde indsamlet et stort antal (2985) besvarelser. I anden runde er der indsamlet 2207 besvarelser, svarende til et frafald på 26,06 %. Desuden er 15 respondenter fjernet fra datasættet på grund af usandsynlige (outliers) og ulogiske (straight-liners) besvarelser. Med undtagelse af afsnittet omkring motiver til kødreduktion, baserer denne rapport sig på data fra runde 1.

Userneeds panel består af 80.000 aktive panelmedlemmer, og Userneeds har til opgave at sørge for, at indsamlingen af spørgeskemaer sker på en repræsentativ måde², så datagrundlaget følger den nationale fordeling på henholdsvis køn, alder og bopælsområde. For at sikre fuld repræsentativitet på køn, alder og region, må data dog vægtes. Vægtene ligger mellem 0,68-2, som er normalt for denne type undersøgelser. Personer med vægtning under 1 fjernes ikke, da vægtene er baseret på flere demografiske variable. Selvom der er overrepræsenteret andel af kvinder, og deres svar dermed vægtes mindre, vil fjernelse af respondenter i gruppen

¹ De data der ligger til grund for nærværende rapport, er gennemført som en del af en kommende undersøgelse, som omhandler forbrugernes opfattelser af fødevarekvalitet (Hesselberg et al. 2021).

² I slutningen af projektet, efter udarbejdelsen af analyserne, blev vi bekendt med dubletter i stikprøven. Det drejer sig om 31 personer, der optræder to gange. Userneeds har erkendt fejlen. Efterfølgende har vi kontrolleret for effekter på resultater og konklusioner, og har kunnet konstatere, at fejlen ikke har væsentlig betydning. På den baggrund er analyserne gennemført med 31 dubletter i stikprøven.

føre til underrepræsentation i andre variable såsom alderssammensætning. I tabel 1 ses den nationale fordeling, som data i rapporten vægtes efter.

Tabel 1
Den nationale fordeling, som data vægtes efter

	Østdanmark		Vestdanmark		Total
	Mænd	Kvinder	Mænd	Kvinder	
18-34 år	8 %	8 %	9 %	8 %	31 %
35-49 år	7 %	7 %	7 %	7 %	29 %
50-70 år	9 %	9 %	11 %	11 %	40 %
Total	46 %		44 %		

Rapportens målgruppe: Personer der har reduceret deres kødforbrug

I undersøgelsen er der fokus på personer, der har reduceret (eller stoppet) kødforbruget. Til at udpege disse personer, er der brugt en screeningsvariabel, der bygger på en tilpasset version af den såkaldte stage-of-change model (Prochaska & DiClemente, 1983; Prochaska & Velicer, 1997). Her angiver respondenterne hvilken situation, der bedst beskriver deres kødforbrug. De vælger mellem følgende fire situationer:

1. Jeg har *ikke* nedsat mit kødforbrug og har ingen planer om at gøre det
2. Jeg har *ikke* nedsat mit kødforbrug, men planlægger at gøre det inden for nærmeste fremtid
3. Jeg har fornyligt eller inden for et halvt år nedsat/stoppet mit forbrug af kød
4. Jeg har nedsat/stoppet mit forbrug af kød for mere end et halvt år siden

I denne rapport indgår 886 personer, der har svaret 3 eller 4 (ved uvægtede data er antallet 854). Det vil sige personer, der inden for de seneste seks måneder har nedsat eller stoppet deres kødforbrug (her i alt 351 personer) eller personer, der har gjort det for mere end et halvt år siden (her i alt 535 personer). Den endelige stikprøve for rapporten består derfor af 886 respondenter med undtagelse af afsnittet om motiver, der som nævnt bygger på spørgeskema 2, hvor 599 har svaret 3 eller 4 i forbindelse med ovenstående spørgsmål.

Det er vigtigt at understrege, at de personer, som rapporten bygger på, opfatter, at de har reduceret deres forbrug af kød. Dette er imidlertid uafhængigt af, hvor meget kød den enkelte person indtager, og hvor meget indtaget er reduceret. Respondenterne kan derfor have vidt

forskelligt forbrug af kød, men fælles for dem er, at de oplever at have reduceret deres kødforbrug. Rapportens første afsnit omkring *reduktion af kødforbrug*, vil give en dybdegående beskrivelse af disse personers socio-demografiske karakteristika, kødforbrug og selvopfattelse i forhold til kostprincipper.

Sammenligning med den samlede stikprøve

I rapporten vil der enkelte steder blive sammenlignet med resultater fra den samlede stikprøve, som i højere grad giver et repræsentativt billede af befolkningen. Her sammenlignes resultaterne fra de 886 respondenter, der har reduceret kødforbruget med den samlede stikprøve på 2985 respondenter. Det gælder blandt andet i forhold til forbruget af kød samt hvilke alternativer, der foretrækkes. Når hele stikprøven anvendes som sammenligningsgrundlag angives det i teksten med: (n=2985).

Analyse af undergrupper

På baggrund af Fødevarestyrelsens ønsker indeholder rapporten analyser af forskellige undergrupper af respondenter, der selv eller hvis familie har særlige ernæringsbehov. Dette vedrører: ældre borgere, defineret som *personer over 65 år*, gravide og ammende, og familier med børn i alderen 2-5 år og 6-18 år. Derudover er der fokus på *personer der sjældent eller aldrig spiser kød*, idet denne gruppe også kan være udfordret på det ernæringsmæssige område. 'Sjældent' defineres her som personer, der rapporterer højst at spise kød nogle få gange per måned. Analyserne omfatter også gruppen '*Øvrige*', der omfatter personer under 65 år, som ikke deler husstand med børn mellem 2-18 år, og som derfor bruges som sammenligningsgrundlag for voksne, der har børn i husstanden.

Undergruppernes fordelingen i forhold til stikprøvegrundlaget (n=886) fremgår af nedenstående tabel 2. Tabellen summer til mere end 100 %, da respondenterne kan være medlem af flere grupper på en gang (de kan fx både være ammende, og sjældent eller aldrig spise kød), og i analyserne sammenligner vi derfor primært de enkelte grupper med den totale stikprøve (n=886), af kødreducerende forbrugere.

Da populationsandelen for flere af undergrupperne er beskedent (fx for gruppen med gravide og ammende) gælder dette også antallet af respondenter i disse grupper. Det er i denne sammenhæng vigtigt at understrege, at de resultater, der præsenteres på gruppeniveau, skal bruges med forbehold for det beskedne antal respondenter.

Tabel 2
Undersøgelsens undergrupper. (n=886)

Gruppe	Antal
Gravid eller ammende	20 (2 %)
Forælder til børn 2-5 år	86 (10 %)
Forælder til børn 6-18 år	157 (18 %)
Personer over 65 år	125 (15 %)
Personer, der sjældent eller aldrig spiser kød	166 (19 %)
Øvrige	519 (61 %)

Analysemetode

De statistiske analyser er udført i databehandlingsprogrammet Stata 16. Rapportens analyser består hovedsageligt af deskriptiv statistik med fokus på hyppighedsfrekvenser og procentfordelinger. I flere tilfælde er der lavet statistiske undersøgelser af forskelle i gennemsnit og sammenhænge mellem variable. Her er der brugt logistisk regression og krydstabuleringer. Forskelle og sammenhænge mellem variable er testet med henholdsvis t-test og chi-test, hvor signifikansniveauet er fastsat til 95 %.

Et flertal af spørgsmålene er målt på en Likert Skala med enten 5 eller 7 svarkategorier, der går fra en ekstrem til en anden. I forbindelse med spørgsmål, der præsenteres som statements, kan respondenterne svare fra 'helt uenig' til 'helt enig', 'slet ikke opmærksom' til 'meget opmærksom', eller 'helt forskellige ønsker' til 'helt ens ønsker'. I analyserne er svarkategorierne omkodet til tre kategorier, der dækker den positive side, den negative side og midtpunktet på skalaen. Vi kalder det herefter for eksempel 'overvejende enig', 'overvejende uenig' og 'neutral'. De grafiske præsentationer af modeller og analyser er udført i Excel.

4 Reduktion af kødforbrug

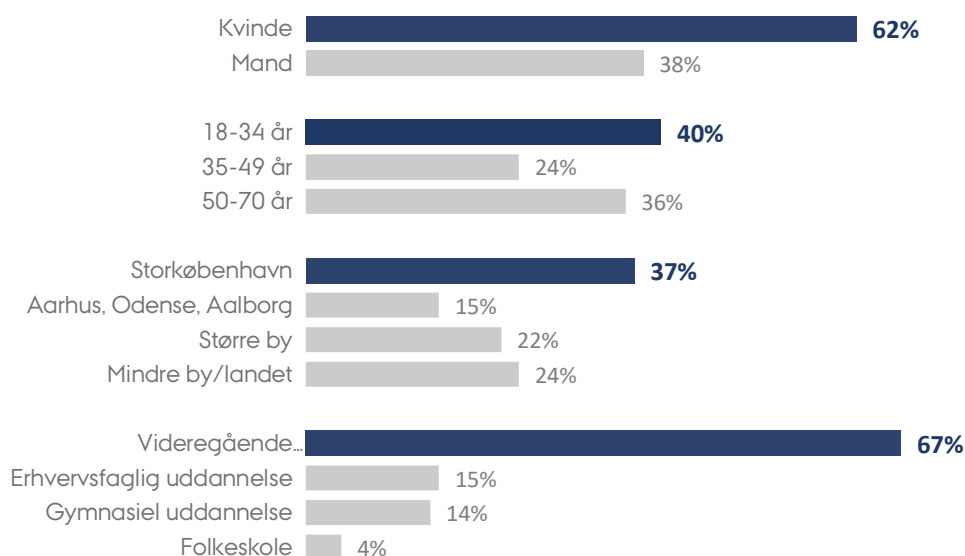
I alt 29,7 % af danskerne (dvs. 29,7 % af 2985 respondenter) angiver, at de har reduceret eller stoppet deres kødforbrug. For i alt 12 % er dette sket inden for de seneste seks måneder, mens 18 % har gjort det for mere end seks måneder siden. Nærværende rapport fokuserer på disse 29,7 % (n=886) af befolkningen, og i det første kapitel sættes der fokus på hvem de er, hvor hyppigt de spiser kød, og hvordan de opfatter egne kostvaner.

Hvad karakteriserer personer, som har reduceret deres kødforbrug?

Køn, alder, urbanitet og uddannelsesniveau

Af de personer, der har nedsat eller stoppet deres kødforbrug, er der et overtal af kvinder (62 %), unge mellem 18-34 år (40 %), personer der bor i Storkøbenhavn (37 %) og i særlig høj grad personer med en videregående uddannelse (67 %) (figur 1).

Figur 1
Andel, der har reduceret deres kødforbrug. Fordelt på køn, alder, urbanitet og uddannelsesniveau. (n=886)



Procentfordelingerne i figur 1 er ikke blot et udtryk for forskelle i stikprøven, da effekterne af køn, alder, urbanitet og uddannelsesniveau alle er statistisk signifikante. Dette er tydeligt, når vi kigger på en statistisk model (se bilag 1), der viser sandsynligheden for, om den enkelte forbruger har reduceret sit kødforbrug eller ej. Her viser modellen, at der er væsentlige forskelle i alle fire baggrundvariabler.

Den største forskel findes i uddannelsesniveau, idet personer med en videregående uddannelse har 32 % sandsynlighed for at have reduceret deres kødforbrug, mens personer med folkeskole som højest gennemførte uddannelse, har 17 % sandsynlighed. Møder vi to tilfældige personer på gaden, hvor den ene har en videregående uddannelse, og den anden har en folkeskoleeksamen, er der altså henholdsvis 32 % og 17 % sandsynlighed for, at de har reduceret deres kødforbrug. Herimellem finder vi personer med en gymnasial uddannelse og en erhvervsfaglig uddannelse, som har henholdsvis 26 % sandsynlighed og 23 % sandsynlighed for at have reduceret deres kødforbrug (bilag 1).

Efter uddannelsesniveau fremkommer den største forskel i urbaniteten. Beboere i Storkøbenhavn har den største sandsynlighed for at have reduceret kødforbruget (37 %), mens personer i mindre byer eller på landet har den laveste sandsynlighed (23 %). Herimellem, finder vi personer, der enten bor i Aarhus, Odense eller Aalborg (30 %), eller i andre større byer (27 %). Tendensen for at reducere kødforbruget, følger således byens størrelse (bilag 1).

Alder og køn viser ligeledes væsentlige forskelle. Unge mellem 18-34 år har størst sandsynlighed for at have reduceret deres kødforbrug (37 %), sammenlignet med personer mellem 35-49 år (25 %) og 50-70-årige (27 %). Endelig er der også en forskel mellem kønnene, hvor kvinder har højere sandsynlighed for at have reduceret deres kødforbrug (33 %) end mænd (22 %) (bilag 1).

Kødet i kosten – hvor ofte og hvilken slags?

Hyppigheden af kødindtag

En stor del af danskerne, der har reduceret deres kødforbrug, spiser stadig kød hver dag (38 %), mens endnu flere spiser kød nogle gange om ugen (43 %). Sammenligner vi med hele stikprøven (n=2985), spiser 68 % af danskerne kød hver dag, mens 24 % spiser kød nogle gange om ugen. Hos de forbrugere, der har reduceret kødforbruget, spiser i alt 8 % kød et par gange om måneden, 3 % et par gange om året, mens 8 % aldrig spiser kød. Sammenligner vi med hele stikprøven (n=2985), spiser 4 % kød nogle gange om måneden, 1 % nogle gange

om året, mens 3 % aldrig spiser kød (tabel 3). Der er altså ikke overraskende store forskelle i, hvor ofte der spises kød hos de personer, der har reduceret kødforbruget, sammenlignet med dem, der ikke har. I denne rapport kan vi ikke udtale os om mængderne af kød, som bliver indtaget, udelukkende om frekvensen af kødindtaget.

En analyse af undergrupperne (bortset fra personer, der sjældent eller aldrig spiser kød) viser, at kød indtages hyppigst hos personer med børn. I alt spiser 48 % af personerne med børn mellem 2-5 år spiser kød hver dag, mens andelen er 49 % for personer med børn mellem 6-18 år. Børnefamilierne og deres tilhørende spisevaner og præferencer belyses yderligere i rapportens andet kapitel omkring familiedynamikker.

Kigger man efterfølgende på de andre undergrupper (gravide og ammende, personer uden hjemmeboende børn, og personer over 65 år) er fordelingen på samme måde som den totale gruppe (n=886): flest spiser kød nogle gange om ugen, og færre nøjes med kød et par gange om måneden, året eller aldrig (Tabel 3).

Blandt de forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug, spiser minimum 8 ud af 10 personer kød mindst nogle gange om ugen. Det gælder både for den totale gruppe (n=886) og på tværs af de fire undergrupper. For voksne med børn, får 5 ud af 10 kød hver dag, mens det for gravide og ammende samt personer over 65 år, er 4 ud af 10, som får kød hver dag.

For den samlede gruppe af forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug, er der 19 % der maksimalt spiser kød nogle gange om måneden. For voksne med børn i alderen 2-5 år er tallet 13 %, mens tallet for voksne med børn i alderen 6-18 år er 14 %. For personer over 65 år, er dette tal 12 %, mens der er 10 % blandt gravide og ammende. Andelen af personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, er således mindre blandt voksne med børn, personer over 65 år, samt gravide og ammende, sammenlignet med den samlede gruppe. Kigger vi et skridt dybere, på dem der *aldrig* spiser kød, findes der ingen blandt de gravide og ammende, mens der er 7 % blandt voksne med børn og 5 % blandt personer over 65 år. Den højeste andel finder vi i kategorien øvrige, der omfatter personer under 65 år, som ikke deler husstand med børn mellem 2-18 år, hvor i alt 10 % aldrig spiser kød.

Tabel 3

'Hvor ofte spiser du kød?'. Total og fordelt på undergrupper. Fordelt på populationsstikprøven, personer der har reduceret deres kødforbrug og tilhørende undergrupper.

	Spiser kød hver dag	Spiser kød nogle gange om ugen	Spiser kød nogle gange om måneden	Spiser kød nogle gange om året	Spiser aldrig kød
Alle (n=2985)	68%	24%	4%	1%	3%
Personer der har reduceret deres kødforbrug (n=886)	38%	43%	8%	3%	8%
Med børn 2-5 år	48%	38%	6%	1%	6%
Med børn 6-18 år	49%	36%	6%	1%	7%
Gravid eller ammende	39%	50%	6%	4%	0%
+65 år	38%	49%	6%	1%	5%
Øvrige	31%	44%	10%	4%	10%

Forbrugsfrekvens for bestemte kødtyper

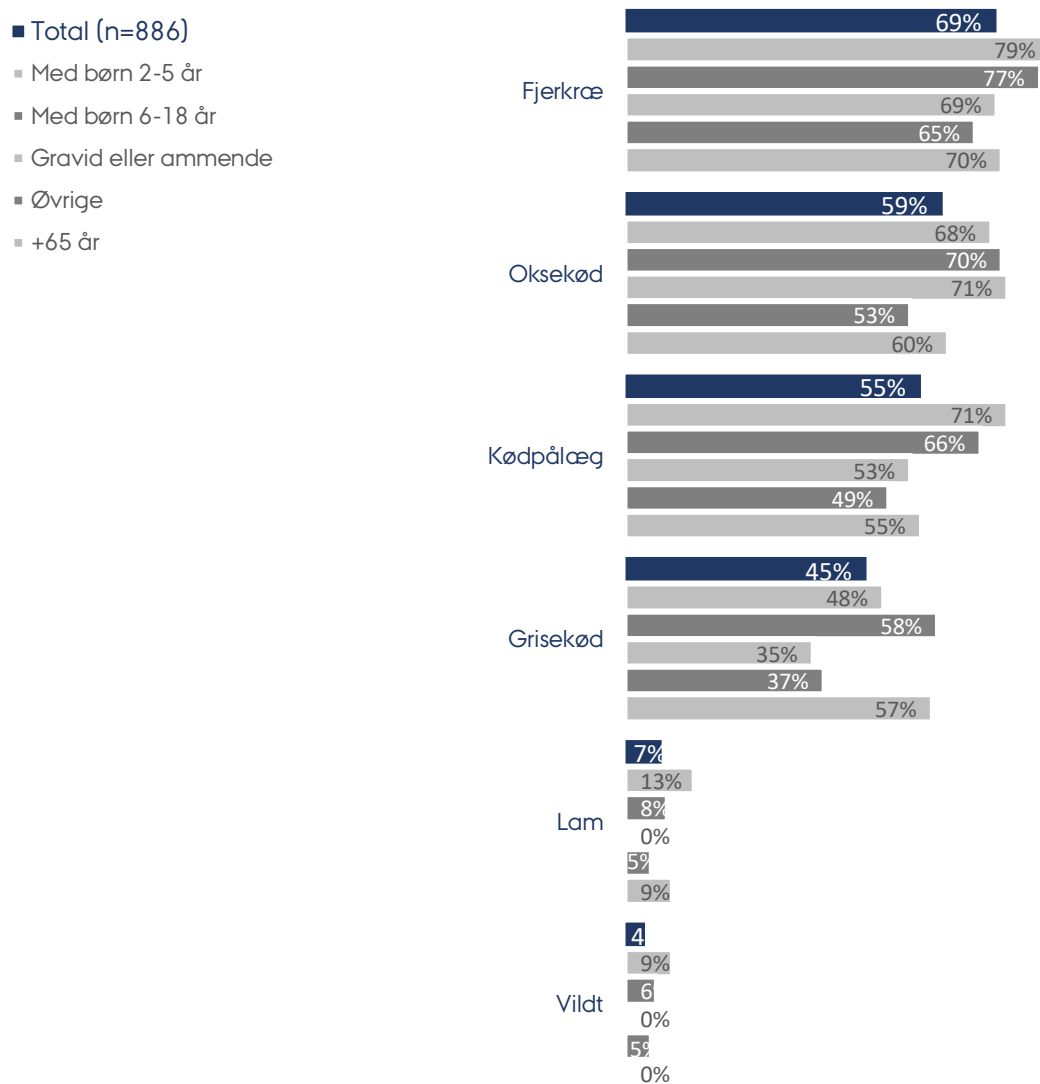
Fjerkræ er i gennemsnit den kødtype, der spises hyppigst blandt personer, der har reduceret deres kødforbrug. Herefter følger oksekød, grisekød, lam og vildt. Yderligere er kødpålæg hyppige valg hos de forbrugere, der har reduceret kødforbruget. Kødpålæg, der ikke er en selvstændig kødtype, spises hyppigere end grisekød, lam og vildt.

Tallene fra den samlede gruppe (n=886) viser, at 69 % spiser fjerkræ minimum en gang ugen, og 59 % spiser oksekød minimum en gang om ugen. Herefter følger kødpålæg og grisekød som henholdsvis 55 % og 45 % af den samlede gruppe spiser minimum en gang om ugen. Lam og vildt er mindre hyppigt valgte kødtyper, og kun 7 % af den samlede gruppe spiser lam minimum en gang om ugen, mens tallet er 4 % for *vildt* (figur 2). Det vil sige, at 7 ud af 10 forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug, spiser fjerkræ minimum en gang om ugen og 6 ud af 10 spiser oksekød minimum en gang om ugen. Herefter er kødpålæg og grisekød også på menuen mindst en gang ugentligt hos den samlede gruppe, mens kødtyperne lam og vildt er sjældnere valg.

Personer med større og mindre børn, har generelt en større forbrugshyppighed af kød på daglig basis og heraf også de undersøgte kødtyper, sammenlignet med den totale gruppe af personer, der har reduceret deres kødforbrug (tabel 3). Kigger vi på de mest udbredte kødtyper i form af fjerkræ, oksekød, kødpålæg og grisekød, kan vi se, at kun 2 % af *personer med større og mindre børn* aldrig spiser fjerkræ og oksekød, mens 7 % og 8 % aldrig spiser grisekød og

kødpålæg. Derimod spiser henholdsvis 78 % og 69 % fjerkræ og oksekød minimum en gang om ugen, mens 68 % og 53 % spiser kødpålæg og grisekød minimum én gang om ugen (figur 2).

Figur 2
Andel, der spiser kødtypen minimum én gang om ugen. Total og fordelt over undergrupper. (n=886)



Personer uden hjemmeboende børn spiser sjældnere kød end personer med hjemmeboende børn. Forskellen finder vi især i forbruget af oksekød, grisekød og kødpålæg, hvor andelen der spiser det minimum en gang om ugen, er væsentligt lavere sammenlignet med børnefamilierne. I alt spiser 49 % af personer uden hjemmeboende børn kødpålæg minimum en gang om ugen, mens tallet er 53 % for oksekød.

Personer over 65 år følger den samlede gruppes mønster. Dog ser vi en forskel på grisekød, hvor andelen af personer over 65 år, der spiser det minimum en gang om ugen, er på 57 % sammenlignet med de 45 % i den totale gruppe. Der er også tendens til, at personer over 65 år i højere grad spiser lammekød; andelen over 65 år, der aldrig spiser lam, er 9 % sammenlignet med den totale gruppe (n=886), hvor andelen er 29 %.

Gravide og ammende spiser oftere oksekød mens de sjældnere spiser grisekød, sammenlignet med den totale gruppe (n=886). I alt 71 % af de gravide eller ammende spiser oksekød minimum en gang om ugen, men 35 % spiser grisekød minimum en gang om ugen. De resterende kødtyper følger den generelle tendens.

Slutteligt for *gruppen af personer, der som hovedregel kun spiser kød nogle gange om måneden eller et par gange om året* (vi har her udeladt personer, der aldrig spiser kød). Her ses det som forventet, at der generelt spises mindre af samtlige kødtyper. I alt 9 % spiser aldrig fjerkræ, 10 % spiser aldrig oksekød, 18 % spiser aldrig grisekød, og 35 % spiser aldrig kødpålæg. Blandt personer, der sjældent spiser kød, er det altså ligeledes fjerkræ og oksekød, der anses som de mest populære valg, når der vælges kød. Den store forskel finder vi i kødpålæg, hvor andelen på 35 %, der aldrig spiser det, skal sammenlignes med kun 12 % fra den totale gruppe. Det kan pege på, at personer, der sjældent spiser kød, adskiller sig ved at fravælge det traditionelle kødpålæg til fx frokost eller aftensmad, og fokuserer på andre kødtyper ved den sjældne lejlighed.

5 Kødspisning og selvopfattet kostprincip

I dette afsnit ser vi på, hvorvidt personer, der har reduceret deres kødforbrug opfatter sig selv som veganere, vegetarer, pescetarer, fleksitarer eller kødspisere. I den sammenhæng er vi interesseret i at undersøge, om der er overensstemmelse mellem borgernes egne opfattelser af begreberne og den måde principperne ofte bliver defineret i litteraturen (Lassen et al., 2020; Pedersen & Ovesen, 2015).

Selvopfattet kostprincip

For at kunne undersøge, hvordan forbrugerne selv opfatter begreberne, har vi ikke på forhånd defineret principperne for forbrugerne i spørgeskemaundersøgelserne. Som nævnt i rapportens introduktion, defineres kostprincipperne ud fra en hovedregel om at:

- Veganere udelukker alle animalske produkter.
- Vegetarer spiser mejeriprodukter og æg, men ikke kød, fjerkræ og fisk.
- Pescetarer spiser fisk, mejeriprodukter og æg, men ikke kød og fjerkræ.
- Fleksitarer spiser hovedsageligt plantebaseret og lave mængder/få dage med rødt kød, moderate mængder fisk, fjerkræ, æg og mejeriprodukter

I vores spørgeskemaundersøgelse har vi således spurgt til både subjektiv opfattelse af kostprincip og spisevaner. Med hensyn til det subjektive princip, svarer respondenterne på, hvorvidt de opfatter sig selv som veganere, vegetarer, pescetarer, fleksitarer eller kødspisere. Med hensyn til sammenlignelige spisevaner besvarer de spørgsmål om, hvor ofte de spiser kød, fisk, mejeriprodukter og æg. Det er derved muligt at vurdere graden af overensstemmelse mellem subjektivt og "objektivt" kostprincip. Tabel 4 nedenfor illustrerer, hvordan de subjektive opfattelser sammenlignes med respondenternes selvrapporterede spisevaner.

Halvdelen af de personer, der har reduceret deres kødforbrug, opfatter stadig sig selv som kødspisere. I alt 35 % opfatter sig som fleksitarer, 6 % som pescetarer, 6 % som vegetarer og 3 % opfatter sig selv som veganere (figur 3). Sammenligner man selvopfattelsen blandt personer, som har reduceret deres kødforbrug med den samlede stikprøve (n=2985), er der ikke overraskende en markant større andel, der opfatter sig selv som vegetarer, pescetarer, veganere, og især fleksitarer. Mens 78 % af den samlede stikprøve (n=2985) opfatter sig selv som kødspisere, er der kun 16 % der opfatter sig selv som fleksitarer, sammenlignet med de 35 %

af de, som har reduceret kødforbruget. I alt opfatter 2 % af danskerne sig som pescetarer, 3 % som vegetarer, og lidt over 1 % opfatter sig selv som veganere.

Tabel 4
Subjektiv opfattelse og kostprincip

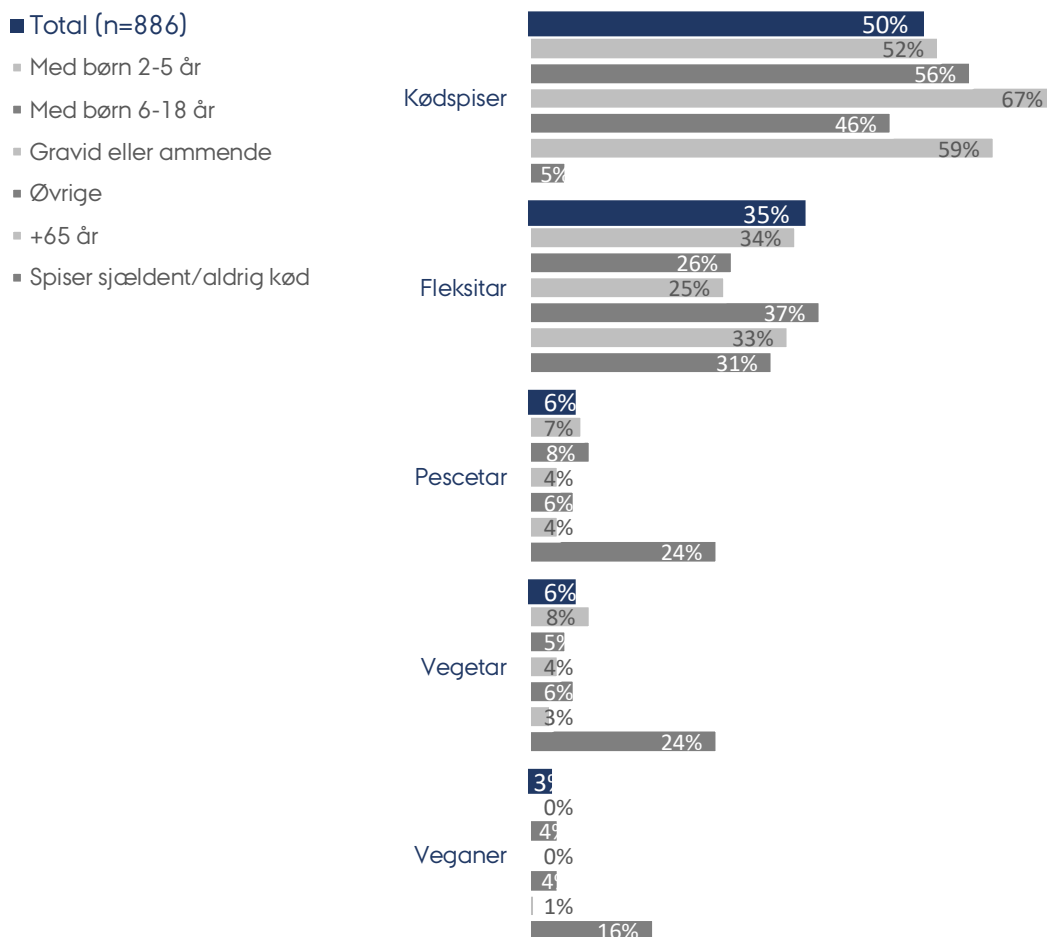
	Subjektiv opfattelse	Kostprincip
Kødspiser	'Jeg ser mig selv som kødspiser'	'Jeg spiser som hovedregel kød hver dag'
		'Jeg spiser kødfrit en eller flere dage om ugen'
Fleksitar	'Jeg ser mig selv som fleksitar'	'Jeg spiser som udgangspunkt ikke kød, men det hænder ved særlige lejligheder'
		'Jeg spiser hovedsageligt plantebaseret, lave mængder af kød samt moderate mængder af fisk, æg og mejeri'
Pescetar	'Jeg ser mig selv som pescetar'	'Jeg spiser aldrig kød men spiser fisk'
Vegetar	'Jeg ser mig selv som vegetar'	'Jeg spiser aldrig kød og fisk'
Veganer	'Jeg ser mig selv som veganer'	'Jeg spiser aldrig kød, fisk mejeri eller æg'

Som tallene i figur 3 nedenfor indikerer, er andelen, der opfatter sig selv som kødspisere, dominerende. Det ses også i samtlige undergrupper, med undtagelse hos de personer, der sjældent eller aldrig spiser kød. Blandt gravide og ammende er andelen, der opfatter sig selv som kødspisere, på 67 %. Blandt personer over 65 år er det 59 %, mens det for voksne med større eller mindre børn er hhv. 56 % og 52 %. Hos undergruppen øvrige, er der 46 % der ser sig selv som kødspisere, mens den laveste andel, ikke overraskende, er blandt personer, der sjældent spiser kød, hvor 5 % ser sig selv som kødspiser.

Mere end hver tredje af de forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug, opfatter sig selv som fleksitar, hvilket er en væsentlig forskel sammenlignet med den samlede stikprøve. På tværs af undergrupperne ligger denne andel mellem 25-37 %. På tværs af undergrupperne er det således omkring hver tredje og hver fjerde person, der opfatter sig selv som fleksitar, hvor tallet er lavest for forældre til børn mellem 6-18 år (26 %) og gravide og ammende (25 %), mens gruppen øvrige har den største andel af personer, der ser sig selv som fleksitarer (37 %). At være fleksitar er den hyppigste selvopfattelse udover at være kødspiser, og udover at definitionen anvendes i alle grupper, er den ligeledes hyppigt anvendt både blandt personer, der spiser kød på daglig eller ugentlig basis, og i gruppen, der kun sjældent eller aldrig spiser kød. Blandt personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, opfatter langt størstedelen sig selv som pescetar, vegetar eller veganer (64 %). I de resterende undergrupper er det en mindre andel,

der opfatter sig selv som pescetar, vegetar eller veganer. Blandt voksne med større eller mindre børn er det mellem 15-17 %, og blandt personer over 65 år samt gravide eller ammende er det 8 %.

Figur 3
 'Jeg ser mig selv som...'. Total og fordelt på undergrupper. (n=886)



Spisevaner og kostprincipper

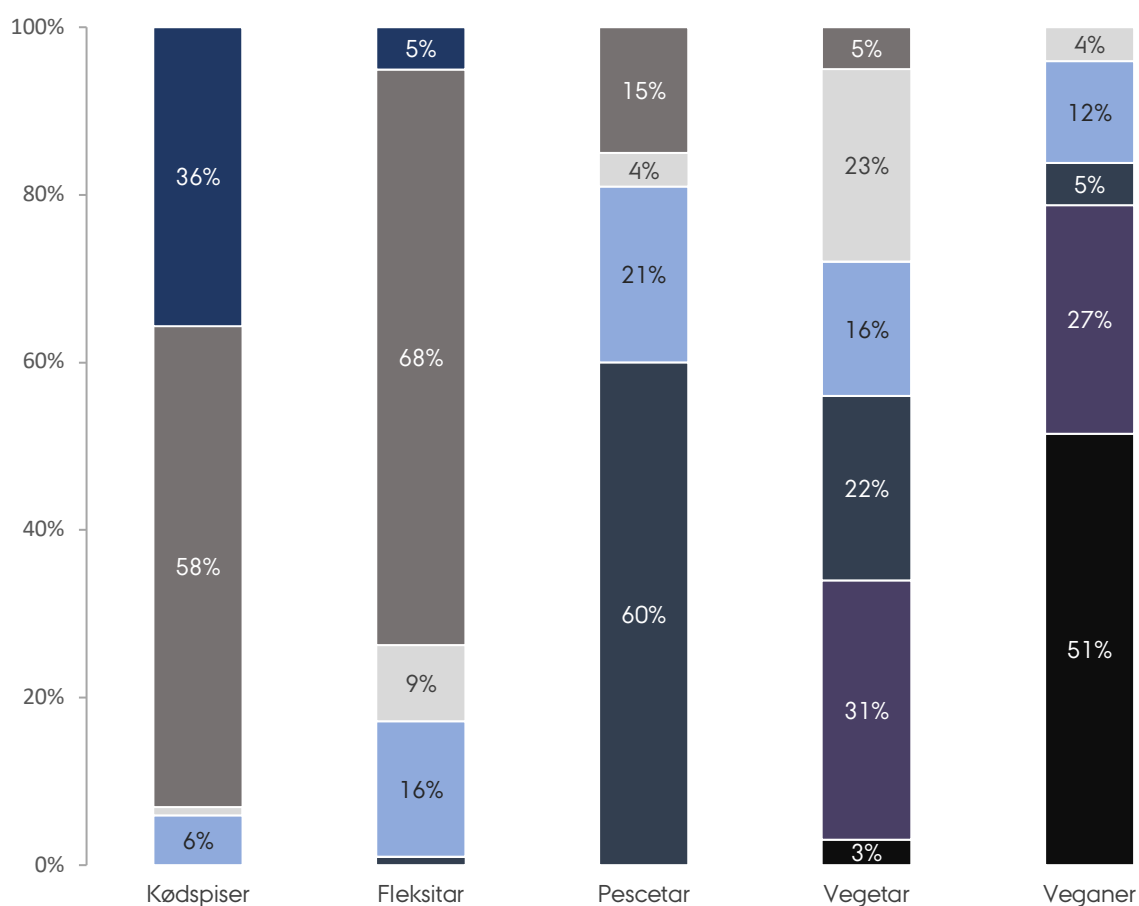
Når vi sammenligner kostprincipperne og spisevanerne (se figur 4) hos forbrugerne fremgår det, at forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug, har forskellige opfattelser af, hvad de forskellige kostprincipper betyder, og at denne opfattelse for flertallet af forbrugerne også afviger fra de typiske definitioner af kostprincipperne (Lassen et al., 2020; Pedersen & Ovesen, 2015; Stamer et al. 2019).

Figur 4 viser, at hvert kostprincip knytter sig til mellem tre og seks forskellige spisevaner blandt forbrugerne. I forhold til de anvendte definitioner dækker den nederste kategori i figuren "jeg

spiser aldrig kød, fisk, mejeri eller æg” veganere; ”jeg spiser aldrig kød og fisk” vegetarer; ”jeg spiser aldrig kød men spiser fisk” pescetarer; ”jeg spiser hovedsageligt plantebaseret, lave mængder af kød samt moderate mængder af fisk, æg og mejeri” *samt* ”jeg spiser som udgangspunkt ikke kød, men det hænder ved særlige lejligheder” fleksitar; mens de to øverste dækker definitionen på kødspisere.

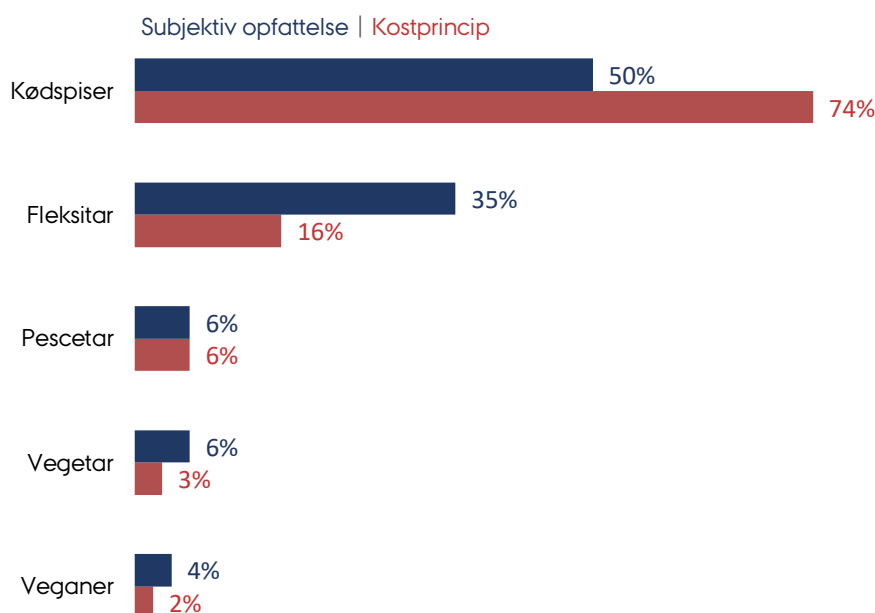
Figur 4
Spisevaner og kostprincipper. (n=886)

- Jeg spiser som hovedregel kød hver dag
- Jeg spiser kødfrit en eller flere dage om ugen
- Jeg spiser som udgangspunkt ikke kød, men det hænder ved særlige lejligheder
- Jeg spiser hovedsageligt plantebaseret, lave mængder af kød samt moderate mængder af fisk, æg og mejeri
- Jeg spiser aldrig kød men spiser fisk
- Jeg spiser aldrig kød og fisk
- Jeg spiser aldrig kød, fisk mejeri eller æg



Sammenlignes subjektiv opfattelse med kostprincip (Figur 5) ses det således, at der kun er fuldstændig overensstemmelse i andelen, når det gælder pescetarerne, mens andelen af selvopfattede veganere, vegetarer og fleksitarer alle overstiger de tilsvarende "objektive" kostprincipper, mens det modsatte gør sig gældende for kødspisere. Med andre ord: Forbrugere associerer sig i højere grad med kødreducerende kostprincipper end deres selvrapporterede spisevaner giver udtryk for.

Figur 5
Subjektiv opfattelse versus kostprincip. (n=886).



Veganere

Blandt selvopfattede veganerne angiver 51 % at spise i forhold til definitionen på et vegansk kostprincip, eftersom de angiver aldrig at spise kød, fisk, mejeriprodukter eller æg. Dernæst angiver 27 % ikke at spise kød og fisk mens resten angiver kostprincipper, som er relativt længere væk fra princippet om at undgå kød, fisk og mejeriprodukter (figur 4). Der er dobbelt så mange veganere (4%) i forhold til subjektiv opfattelse end i forhold til kostprincip (2%) (figur 5).

Vegetarer

Selvom definitionen på en vegetarisk kost er forholdsvis klar, findes den største variation i spisevaner hos de personer, der opfatter sig selv som vegetarer. Her spiser henholdsvis 31 % aldrig kød og fisk, 23 % spiser som udgangspunkt ikke kød, men det kan hænde ved særlige lejligheder, 22 % spiser aldrig kød men spiser fisk, 16 % spiser hovedsageligt plantebaseret og lave mængder af kød samt moderate mængder af fisk, æg og mejeriprodukter. I alt 5 % spiser kødfrit en eller flere dage om ugen og 3 % spiser aldrig kød fisk, mejeriprodukter eller æg. I forhold til den her anvendte definition på en vegetar (Lassen et al., 2020) er det således kun 31 % af de selvopfattede vegetarer, som er i overensstemmelse med definitionen. (figur 4). I alt er her også dobbelt så mange selvopfattede vegetarer (6 %) i forhold til subjektiv opfattelse end i forhold til kostprincip (3 %) (figur 5).

Fleksitarer

Blandt de selvopfattede fleksitarer er der kun 25 % der har spisevaner, som er i overensstemmelse med det fleksitariske kostprincip, der indebærer et udgangspunkt i vegetarisk kost, nemlig at spise hovedsageligt plantebaseret (16 %) eller kun at spise kød ved særlige lejligheder (9 %). Ligesom de selvopfattede vegetarer, har de selvopfattede fleksitarer med andre ord en mere rummelig definition af begreberne i forhold til det, der ligger til grund for nærværende rapport (Lassen et al., 2020; Pedersen & Ovesen, 2015). Det skal dog retfærdigvis siges, at forbrugernes opfattelse er i bedre overensstemmelse med andre fleksitar-definitioner (fx Stamer et al., 2019), som indebærer at have en eller flere kødfrie dage om ugen, hvilket 68 % af de selvopfattede fleksitarer angiver at have. I alt 35 % af forbrugerne er efter egen opfattelse fleksitarer, mens andelen er mere end halveret (16 %), når de kategoriseres i forhold til selvrapporteret kostprincip (figur 5).

Pescetarer

Blandt pescetarerne, der jævnfør de anvendte definitioner (Lassen et al., 2020; Pedersen & Ovesen, 2015), ikke spiser kød, er der 15 %, der spiser kødfrit en eller flere dage om ugen, mens 4 % angiver at det hænder ved specielle lejligheder, mens i alt 81 % følger pescetar-definitionen, som går på aldrig at spise kød, men at spise fisk (figur 4). For pescetarernes vedkommende er andelen, som opfatter sig som pescetarer og som følger dette kostprincip, ens (figur 5).

Kødspisere

Slutteligt er der de personer, der opfatter sig selv som kødspisere. De udgør den største del af undersøgelsen (50 %), og som tallene i figur 4 viser, spiser 58 % af dem kød én eller flere dage om ugen, mens 36 % af forbrugerne spiser kød på daglig basis. Herudover er der et fåtal, der hovedsageligt spiser plantebaseret og moderate mængder af kød (6 %). At være "kødspiser" er således det mest almindelig princip. I alt 50 % af respondenterne ser sig selv som kødspisere, mens andelen udgør 74 %, når der tages udgangspunkt i selvrapporterede kostprincipper (figur 5).

6 Familiens rolle

I alt 75 % af de personer, der har reduceret deres kødforbrug, bor sammen med én eller flere andre. 79 % af disse bor sammen med deres partner, og 27 % bor med børn. Når vi handler fødevarer og laver mad, gør vi det i mange tilfælde ikke kun til os selv, men også med tanke på de andre medlemmer af husstanden. Fra andre undersøgelser ved vi, at forskelligheder i familiemedlemmers præferencer påvirker vores valg af fødevarer (Olsen & Grunert 2010; Cong, Olsen & Tuu 2013). Hvis vi i familien oplever uenighed eller forskellige holdninger til en fødevarer, vil der være en lavere tilbøjelighed til at købe den (Olsen & Grunert 2010; Cong, Olsen & Tuu 2013). Når vi taler om forbrugeradfærd og valg af fødevarer, er det derfor vigtigt også at forstå normerne i familien, og de dertilhørende uenigheder, der kan opstå.

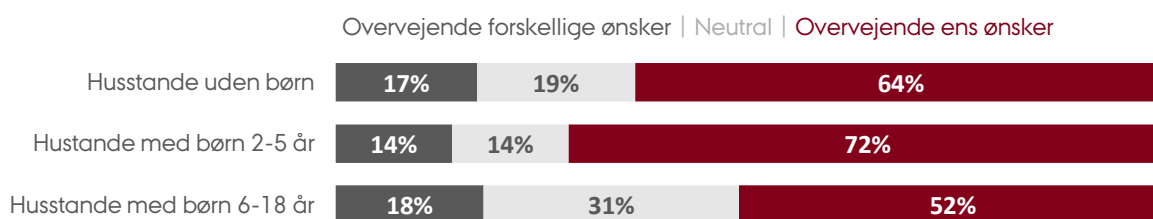
Husstandens ønsker til kød

Personer, der bor sammen med andre, er blevet bedt om at svare på, i hvilken grad der er overensstemmelse i husstandens ønsker om at spise kød til dagligdagens måltider. Respondenterne har svaret på en skala fra 1-5, hvor 1 er 'helt forskellige ønsker' og 5 er 'helt ens ønsker'.

Som det fremgår af figur 6 nedenfor har 64 % af respondenterne i husholdninger uden hjemmeboende børn overvejende ens ønsker, mens 17 % angiver at de har overvejende forskellige ønsker. Dermed indikerer størstedelen af de personer, der har reduceret deres kødforbrug og bor sammen med en partner, at der er ens ønsker i husstanden i forhold til kød til dagligdagens måltider (figur 6). Samme billede gør sig gældende for husholdninger med børn i alderen 2-5 år. Her angiver 72 %, at der er overensstemmelse mellem husstandens ønsker om at spise kød til dagligdagens måltider, mens kun 14 % oplever overvejende forskellige ønsker. Den største forskel findes i børnefamilier med børn 6-18 år, hvor overensstemmelsen er mindre. 52 % har overvejende ens ønsker, 31 % placerer sig neutralt, og 18 % oplever overvejende forskellige ønsker. Det tyder på, at i takt med, at børnene bliver ældre, bliver ønskerne til kød i dagligdagens måltider også ændret.

Figur 6

'I hvilken grad er der overensstemmelse i husstandens ønsker om at spise kød til dagligdagens måltider?' (n=627)

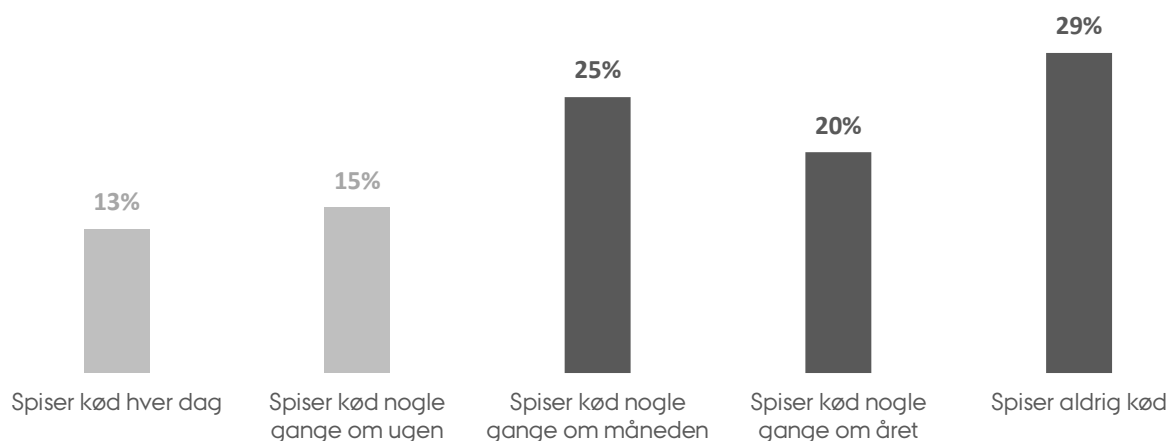


I figur 7 kan vi se, at det primært er de respondenter, der aldrig spiser kød eller kun spiser kød nogle gange om måneden, der oplever at familien har overvejende forskellige ønsker til kødforbruget. I alt 29 % af dem, der aldrig spiser kød, har overvejende forskellige ønsker i husstanden, mens tallet er 25 % for dem, der kun spiser kød et par gange om måneden. Analysen viser altså en tydelig tendens til, at folk, der begrænser deres kødforbrug (maksimalt spiser kød nogle gange om måneden) oftere oplever uoverensstemmelse i husstandens ønske omkring at spise kød, hvorimod der i de husstande, hvor der indtages kød dagligt, kun findes 13 % med overvejende forskellige ønsker (figur 7).

I analysen finder vi dog ikke væsentlige forskelle i andelen, der oplever forskellige ønsker i husstanden, når vi kigger på tværs af selvopfattede kostprincipper. Der er altså ingen væsentlige forskelle i, om man opfatter sig selv som veganer, vegetar, pescetar, fleksitar eller kødspiser omkring overensstemmelse om husstandens ønsker.

Figur 7

Andel, hvor husstanden har overvejende forskellige ønsker om at spise kød til dagligdagens måltider. (n=627)



De voksne familiemedlemmers præferencer

Følgende afsnit er baseret på resultater fra de tre nedenstående udsagn, der på forskellig vis behandler uenigheder i forhold til kødforbruget:

1. 'Jeg føler ofte uoverensstemmelse mellem min partners og mine egne præferencer ift. kød'
2. 'Når kød er en del af aftensmaden, føler jeg ofte, at min partner og jeg ikke oplever ens tilfredshed'
3. 'Jeg føler ofte, at min partner og jeg er uenige om, hvorvidt vi skal have kød til aftensmad'

De tre udsagn måles på en skala fra 1-7, hvor 1 er 'meget uenig' og 7 er 'meget enig'. Resultaterne viser, at der i de fleste tilfælde er overensstemmelse mellem de personer, der har reduceret kødforbruget, og partnernes ønsker og præferencer i forhold til kød. Kun 1 ud 15 er meget enig i et eller flere af de tre udsagn omkring uoverensstemmelser med hensyn til kødforbrug. Kigger vi på udsagnene enkeltvist, er kun 8 % meget enige i, at der ofte er uenighed med partneren omkring, hvorvidt familien skal spise kød til aftensmad. Til sammenligning angiver 36 %, at de er meget uenige i udsagnet. I alt 6 % er meget enige i, at de oplever forskellig grad af tilfredshed, når kød er en del af måltidet, mens 41 % er meget uenige. Til sidst er 5 % meget enige i, at de ofte er uenige med deres partner om, hvorvidt de skal spise kød til aftensmad. Her er 43 % uenige. Med andre ord, er det et mindretal, der oplever uenigheder i forhold til kødets rolle i det fælles måltid.

Kostprincipper, spisevaner og personer, der oplever uoverensstemmelser

Zoomer vi ind på de personer, der er meget enige i et eller flere af de tre udsagn, der omhandler uenigheder med hensyn til kødforbrug, er andelen højest blandt de personer, der opfatter sig selv som veganere, efterfulgt af vegetarer. Disse resultater kan være en naturlig konsekvens af, at det er vanskeligere at tilfredsstille familiens præferencer, hvis et eller flere familiemedlemmer forfølger meget konsekvente kostprincipper. I den anden ende af skalaen er andelen, der oplever uoverensstemmelser, klart lavest hos de forbrugere, der opfatter sig som kødspisere – herefter følger fleksitarerne med den laveste andel af uoverensstemmelser (Figur 8).

Sammenligner vi i stedet personer, der er meget enige i et eller flere af udsagnene om uoverensstemmelser, med kødforbruget, er der en markant større andel blandt personer, der spiser kød nogle gange om året, og en endnu større andel blandt personer, der aldrig spiser kød. Dette resultat kan sammenlignes med personer, der spiser kød minimum et par gange om måneden (figur 9).

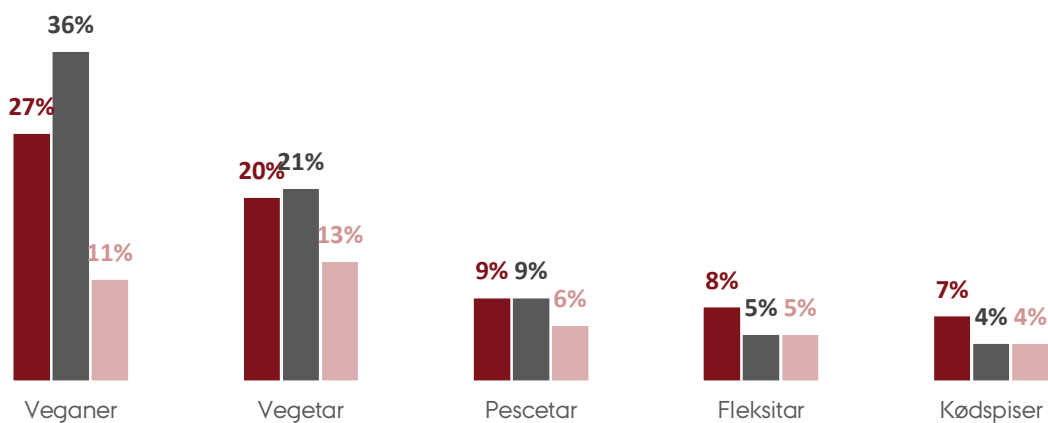
Samlet set peger resultaterne på, at personer, der rapporterer, at de spiser efter et kødbegrænsende princip eller spiser kød i meget begrænsede mængder, i flere tilfælde oplever uoverensstemmelser med deres partner, sammenlignet med de personer, der ofte spiser kød, og opfatter sig selv som enten kødspiser eller fleksitar. Dog kan sammenhængen ikke bekræftes i en statistisk test, grundet det lave antal af observationer i hver af de enkelte kategorier.

Resultaterne i figur 8 og 9 peger også på en anden tendens: andelen der er uenige om, hvorvidt der skal spises kød til aftensmad, er generelt lavere end andelen, der oplever forskellige præferencer i forbindelse med valget af kød.

Figur 8

Andel, der er 'meget enig' i de nævnte udsagn, fordelt over subjektiv kostopfattelse. (n=513)

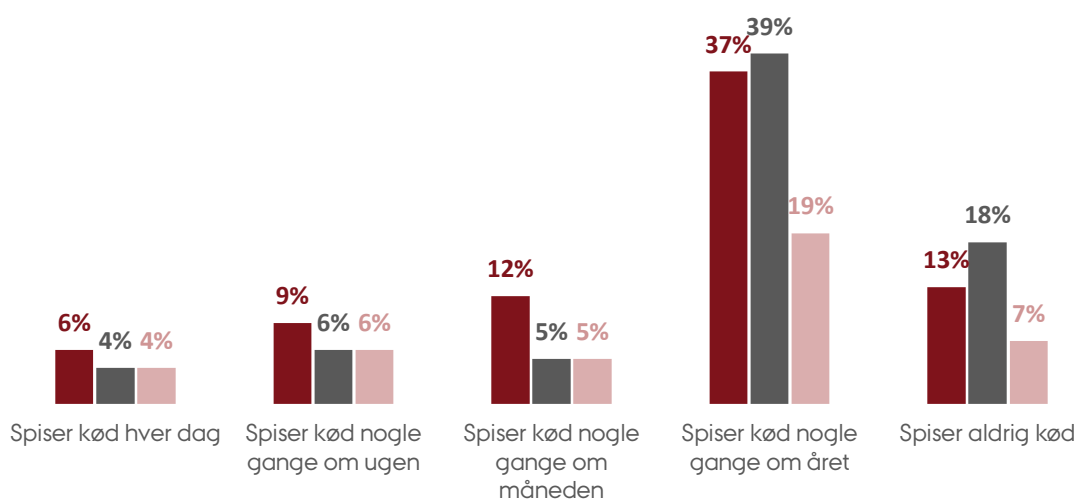
- Jeg føler ofte uoverensstemmelse mellem min partners og mine egne præferencer ift. kød
- Når kød er en del af aftensmaden, føler jeg ofte, at min partner og jeg ikke oplever ens tilfredshed
- Jeg føler ofte, at min partner og jeg er uenige om, hvorvidt vi skal have kød til aftensmad



Figur 9

Andel, der er 'meget enig' i de nævnte udsagn, fordelt over kødforbrug. (n=513)

- 'Jeg føler ofte uoverensstemmelse mellem min partners og mine egne præferencer ift. Kød'
- 'Når kød er en del af aftensmaden, føler jeg ofte, at min partner og jeg ikke oplever ens tilfredshed'
- 'Jeg føler ofte, at min partner og jeg er uenige om, hvorvidt vi skal have kød til aftensmad'



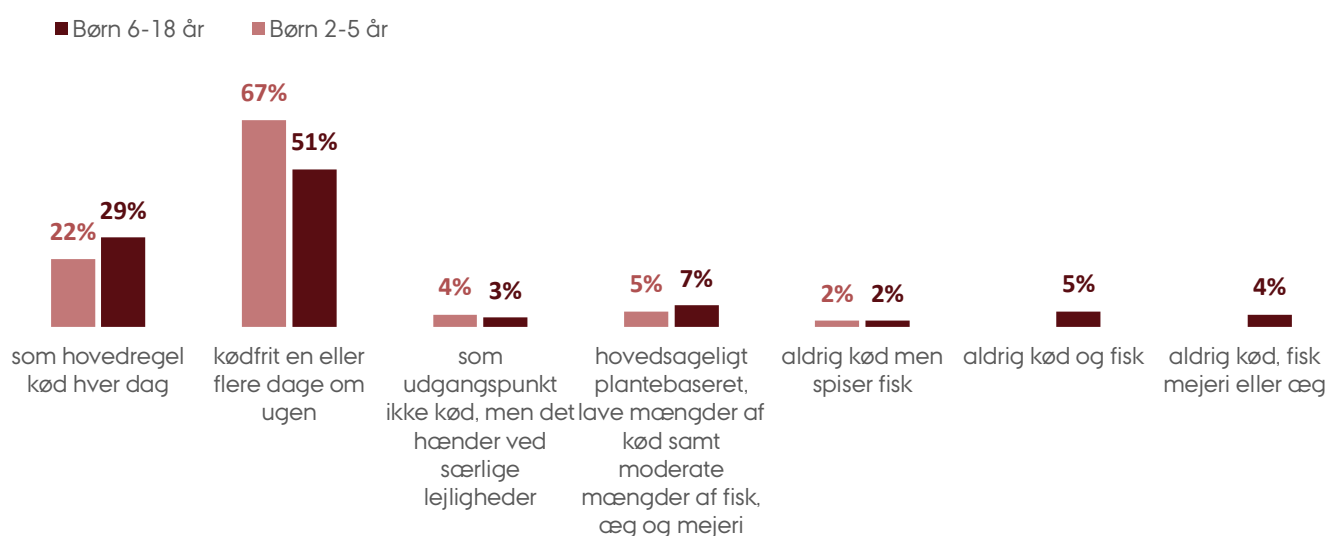
Børnene i fokus

Hvor ofte spiser børnene kød?

Det sidste afsnit om familiens rolle handler om forældre til børn mellem 2-18 år, delt op på grupperne 2-5 og 6-18 år. Forældrene er spurgt ind til børnenes præferencer og forbrug af kød. Som omtalt tidligere (tabel 3), har børnefamilier det største forbrug af kød, og langt størstedelen af børnene til de personer, der har reduceret deres kødforbrug, spiser kød på daglig eller ugentlig basis. Det gælder samlet set for 87 % af de mindre børn mellem 2-5 år, og 80 % af de større børn mellem 6-18 år. Hos børnene har indtaget af kød samme fordeling som hos forældrene: den største andel af børnene spiser kødfrit en eller flere dage om ugen, efterfulgt af børn, der som udgangspunkt spiser kød hver dag. Herefter kommer børn, der hovedsageligt spiser plantebaseret og lave mængder kød, og til sidst den mindste andel, der aldrig spiser kød/og eller fisk, eller kun gør det ved særlige lejligheder (figur 10).

I undersøgelsen findes der ingen mindre børn mellem 2-5 år, der hverken spiser kød eller fisk, mens der hos de 6-18 årige børn er 9 %, der ikke spiser fisk eller kød (figur 10). Af de større børn, der ikke spiser kød eller fisk, har 3 ud af 4 af dem en forælder, der selv spiser kød eller fisk. Det kan tyde på, at flere af de 6-18 årige selv har valgt at udelade det fra deres kost. I sammenhæng med, at det primært er forældre med større børn, der oplever uenighed omkring kødforbruget (se figur 6), betyder ovenstående, at det er sandsynligt, at de større børn generelt ønsker at spise mindre – altså ikke mere – kød end den forælder, der har besvaret spørgeskemaet.

Figur 10
 'Mit barn spiser...' (n=206)



Børnenes præferencer i forhold til kød

I de fleste tilfælde har barn og forældre den samme overordnede spisevane i forhold til kød. Det gælder for 69 % af de mindre børn mellem 2-5 år, og ligeledes af de større børn mellem 6-18 år. I de tilfælde, hvor der ikke er overensstemmelse i spisevanerne mellem barn og forælder, skyldes det ofte, at børnene får mere kød end deres forældre. For de 6-18 årige børn, er der dog 2 ud af 15, der spiser mindre kød end deres forældre, hvilket igen taler for, at nogle større børn selv fravælger eller reducerer indtaget af kød.

Blandt forældre til mindre børn er 62 % af dem enige eller overvejende enige i, at deres børn generelt spiser den mad, der bliver serveret for dem i hjemmet. Det samme gælder 58 % af forældrene til 6-18 årige børn (figur 11). I alt 55 % af forældrene til børn 2-5 år er overvejende enige i, at børnene ikke har præferencer for eller imod kød. Samlet set peger det på, at mindre børn indtager en lidt mere passiv rolle, når det kommer til kødindtag og følger deres forældres spisevaner, hvad enten det er samme mængde eller lidt mere. I alt 53 % af forældrene til de 6-18 årige børn, er overvejende uenige i, at børnene ikke har præferencer for eller i mod kød. Hvilket i modsætning til forældrene til de mindre børn betyder, at de fleste forældre mener, at børnene faktisk har præferencer til spørgsmålet om kød. Samtidigt svarer 65 % af forældrene til de ældre børn, at børnene inddrages i beslutningerne omkring mad i hjemmet. Det tegner et billede af, at større børn generelt er beslutningsdygtige og har større indflydelse på indtaget af kød og mad generelt (figur 11), hvilket også kendes fra litteraturen om børns indflydelse på familiens madforbrug (Nørgaard, Brunsø, Christensen, & Mikkelsen, 2007).

Figur 11

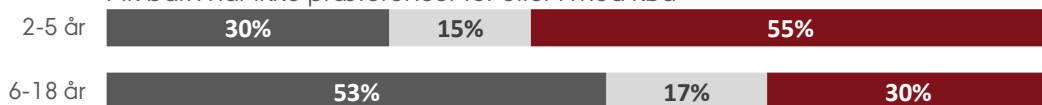
Andel, der er overvejende uenig, neutral eller overvejende enig i de nævnte udsagn. (n=206)

Overvejende uenig | Neutral | Overvejende enig

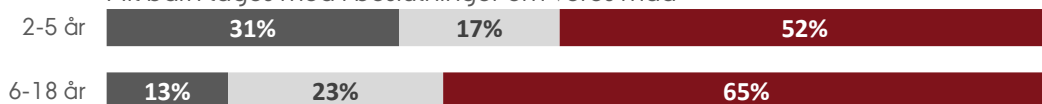
Mit barn spiser generelt hvad der bliver serveret



Mit barn har ikke præferencer for eller i mod kød



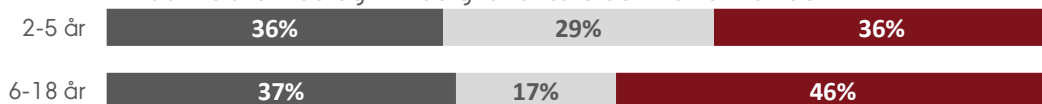
Mit barn tages med i beslutninger om vores mad



Mit barn spiser gerne kødfrie retter



Mit barn elsker kød og vil nødtigt undvære det til sine måltider



8 Overvejelser om ernæring og alternativer til kød

Kødet spiller en stor rolle i mange danskeres kost og indeholder både en del proteiner og vigtige vitaminer (Alt om kost, 2020; Tobberup, 2019). Dette kapitel har til formål at undersøge, hvilke overvejelser de danskere, der har nedsat kødforbruget gør sig omkring ernæring, og hvilke alternativer til kød, de foretrækker. Analysen gælder både opfyldelsen af egne og andre familiemedlemmers ernæringsbehov, samt hvilke alternativer til kød, der foretrækkes blandt grupperne.

Langt størstedelen (87 %) af de personer, der har reduceret deres kødforbrug, mener, at de får dækket ernæringsbehovet med deres nuværende kost. I alt 8 % mener *ikke*, at de får deres ernæringsbehov dækket, mens 5 % svarer 'ved ikke'.

Bliver ernæringsbehovet dækket?

Opfyldelse af eget ernæringsbehov

Som afsnittets indledning røber, mener 87 %, at de får deres ernæringsbehov dækket med deres nuværende (kødreducerede) kost. Langt størstedelen er således af den opfattelse, at selvom de har reduceret deres kødforbrug, bliver deres ernæringsbehov tilstrækkeligt dækket af deres nuværende kost (figur 12).

Figur 12

'Mener du generelt, at du får dit ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost?' (n=886)

Nej | Ved ikke | Ja

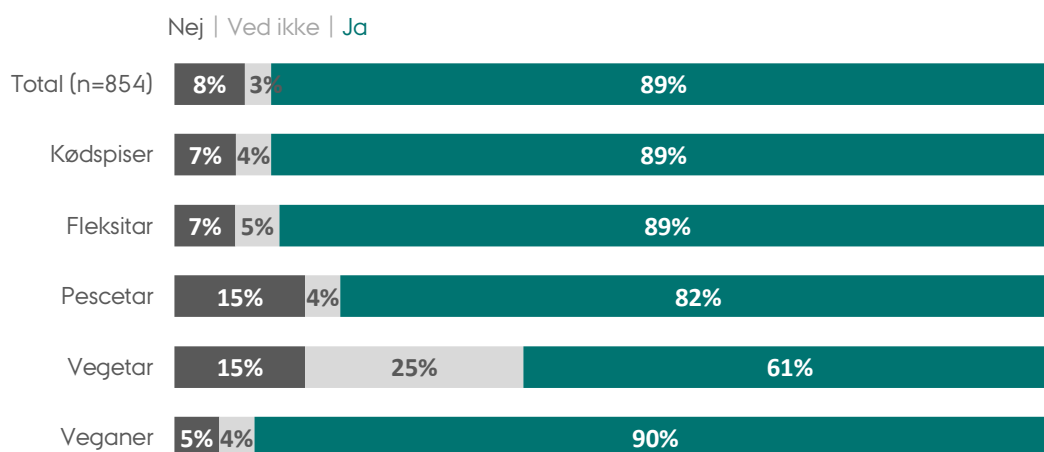


Kigger vi nærmere på den andel, der mener, at de *ikke* får deres ernæringsmæssige behov opfyldt, kan vi se, at 3 ud af 10 *ikke* agter at gøre noget aktivt for at forbedre ernæringsindtaget. Kigger vi på den andel, der ikke ved, om deres ernæringsbehov er opfyldt, har lidt mere end 3 ud af 10 ikke planer om at gøre noget aktivt for at få mere viden om, hvorvidt deres

ernæringsbehov er opfyldt. Der er således en mindre andel, der ikke viser nogen videre interesse for deres ernæringsbehov. Opdeler vi gruppen i forhold til deres egen opfattelse af, hvilket kostprincip de følger, viser det sig, at pescetarerne og, især, vegetarerne er i tvivl om eller *ikke* mener, de får deres ernæringsbehov opfyldt (figur 13).

Figur 13

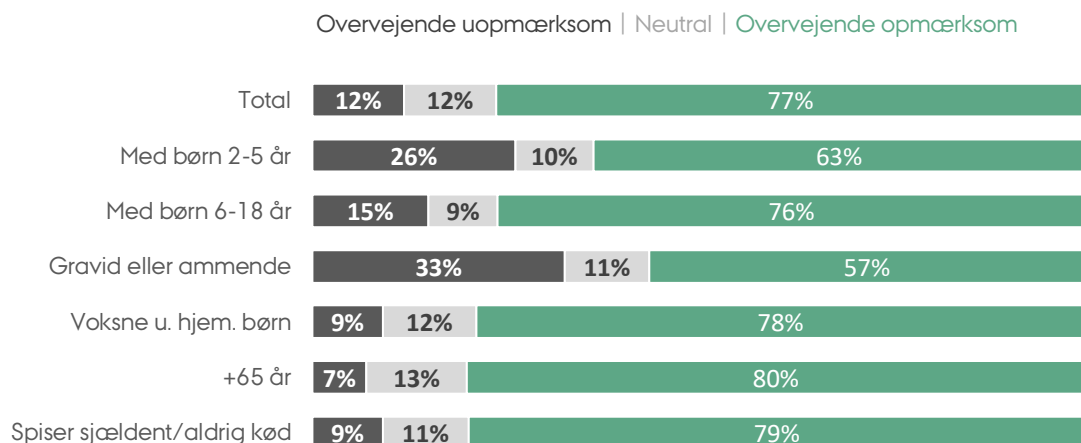
'Mener du generelt, at du får dit ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost?' Total og fordelt på subjektiv kostopfattelse (n=886)



Spørger vi til, i hvilken grad forbrugerne er opmærksomme på deres ernæringsbehov, frem for om det bliver dækket eller ej, kan vi se, at det i tråd med ovenstående, er langt størstedelen, der er opmærksomme på deres ernæringsbehov. Andelen, der i overvejende grad er opmærksomme på deres ernæringsbehov, udgør 77 %, mens andelen, der i overvejende grad er uopmærksomme på deres ernæringsbehov, kun udgør 12 % (figur 14).

Figur 14

'Hvor opmærksom er du på, om du får dit ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost?' Total og fordelt på undergrupper. (n=886)



Når vi kigger på undergrupperne, finder vi, at 80 % af personerne over 65 år er overvejende opmærksomme på deres ernæringsbehov. Det samme gælder for 79 % af de personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, 76 % af forældrene til større børn, 63 % af forældrene til mindre børn og 57 % af de gravide eller ammende (figur 14). På tværs af undergrupperne er langt den største andel således overvejende opmærksomme på deres ernæringsbehov. Resultaterne peger dog på, at småbørnsforældre og gravide har sværere ved at fokusere på egen ernæring sammenlignet med andre personer, der har reduceret deres kødforbrug. I alt 9 % af gruppen "øvrige", er overvejende uopmærksomme på om deres eget ernæringsbehov bliver opfyldt, mens tallet er henholdsvis 26 % for voksne med børn mellem 2-6 år, og 33 % for gravide eller ammende (figur 14). Der er en statistisk signifikant sammenhæng mellem hvorvidt man bor sammen med børn, og hvor opmærksom man er på egen ernæring. Graden af opmærksomhed på egen ernæring, er således mindre blandt voksne, der bor sammen med børn.

Børnenes ernæringsbehov

I alt 86 % af forældrene til større eller mindre børn er overvejende opmærksomme på børnenes ernæringsbehov, og 90 % mener, at børnene får deres behov dækket med den nuværende kost. I alt 6 % angiver, at de er overvejende uopmærksomme på børnenes ernæringsbehov, og 7 % mener *ikke*, at deres børn får deres ernæringsbehov opfyldt (figur 15 og 16). 9 ud af 10 af forældrene er altså opmærksomme på deres børns ernæringsbehov, og mener ligeledes, at den nuværende kost opfylder behovene. Resultaterne viser også, at mere end

halvdelen af forældrene er *mere* opmærksomme på deres børns ernæring, end de er på deres egen – det gælder 6 ud af 10 forældre til mindre børn, og 5 ud af 10 forældre til større børn.

Figur 15

'Mener du generelt, at børn i husstanden får deres ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost?' (n=192)

Nej | Ved ikke | Ja



Figur 16

'Hvor opmærksom er du på, om børn i husstanden får deres ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost?'. Sammenlagte svarkategorier. (n=192)

Overvejende uopmærksom | Neutral | Overvejende opmærksom



Partnerens ernæringsbehov

89 % mener, at deres partner får sit ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost, mens 8 % *ikke* mener, at behovet opfyldes – 3 % svarer at de ikke ved det. Dertil kommer, at 70 % er overvejende opmærksomme på partneres ernæringsbehov, mens 13 % er overvejende uopmærksomme. 16 % placerer sig neutralt i midten. Langt størstedelen af de personer, der bor sammen med en partner, er således opmærksomme på, hvorvidt partneren får dækket sit ernæringsbehov (figur 17 og 18).

Figur 17

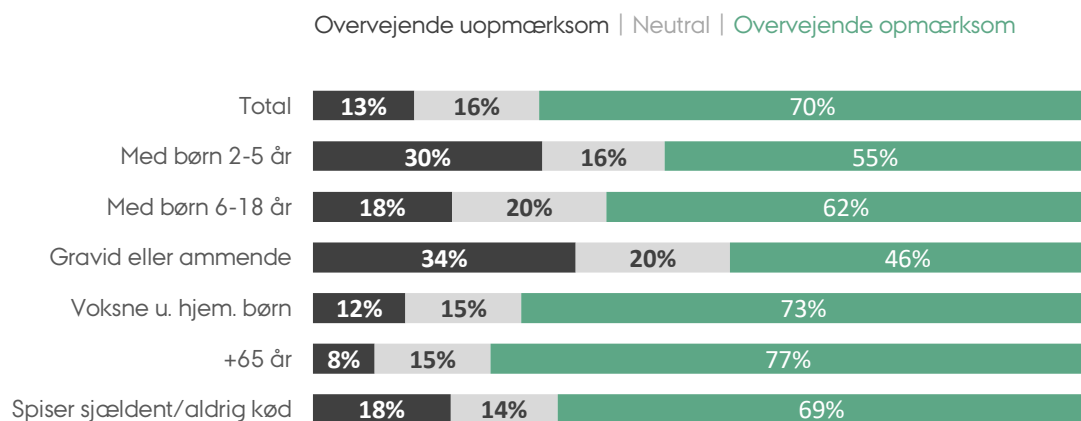
'Mener du generelt, at din partner får sit ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost?' (n=513)

Nej | Ved ikke | Ja



Figur 18

'Hvor opmærksom er du på, om din partner får sit ernæringsbehov opfyldt med den nuværende kost?'. (n=513)



Resultaterne viser også, at hovedparten af personer, der bor sammen med en partner, er lige så opmærksomme på partnerens som på egne ernæringsbehov (67 %). 1 ud af 5 er *mindre* opmærksom på partnerens behov, mens 1 ud af 10 er *mere* opmærksom på partnerens ernæringsbehov.

Samlet set peger resultaterne på, at langt størstedelen af de personer, der har reduceret deres kødforbrug, selv mener, at de gør sig overvejelser omkring ernæring og de dertilhørende behov. Hvis man bor sammen med sine børn eller sin partner, tænker de fleste i mindst lige så høj grad på børnenes og samlevernes ernæringsbehov, som på deres eget. Slutteligt indikerer resultaterne, at forældre til små børn, relativt set, har sværere ved at fokusere på de voksnes ernæring. I alt er 55 % af forældrene til mindre børn (2-5 årige) overvejende opmærksomme på om partneren får opfyldt sit ernæringsbehov, mens tallet er 77 % for personer over 65 år, og 62 % for personer med ældre børn (figur 18).

Alternativer til kød i kosten

Som forrige afsnit belyser, tænker de fleste forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug på, hvordan deres ernæringsbehov opfyldes. Langt de fleste af disse forbrugere, mener at de får deres ernæringsbehov opfyldt. I følgende afsnit kigges der nærmere på, hvilke fødevarer, der indgår som supplement, erstatning eller alternativ til kød, protein eller mejeriprodukter. I spørgeskemaet er respondenterne blevet bedt om at angive på en skala fra 1-7, hvor enige de er i, at de spiser en række fødevarer (hvis de spiser kød i begrænset omfang), eller at de ville spise de nævnte fødevarer (hvis de spiser kød på daglig basis), i en kost med reduceret kødforbrug. Hver fødevarerkategori blev eksemplificeret ved to eller tre produkter i spørgeskemaet. I dette afsnit tager vi udgangspunkt i den andel af respondenter, der er overvejende enige i, at de nævnte fødevarer indgår eller ville indgå i deres kost. Hertil ønsker vi at pointere, at afsnittet *ikke* har til formål at gøre rede for forbrugernes kost i præcise mål eller mængder, men snarere ønsker at give et overordnet indtryk af, hvilke fødevarer forbrugerne foretrækker, når de ønsker at reducere deres forbrug af kød eller mejeriprodukter i dagligdagen.

Reduktion af kødforbrug: De kødreducerende forbrugere versus ”gennemsnitsdanskerne”

I figur 19 er der en oversigt over andelen, der er overvejende enige i, at nævnte fødevarer indgår eller ville indgå i deres kost som supplement, erstatning eller alternativ til kød. I figuren er der ligeledes tilføjet en rød streg, der markerer udsagnene fra den samlede stikprøve (n=2985). Ud af 19 fødevarer er mere end 50 % af de forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug, overvejende enige i, at mørkegrønne grøntsager, nødder, ærter, bønner, fersk eller frossen fisk, svampe, frø, linser, fisk på dåse eller i glas og fiskepålæg, er en del af deres kødreducerende kost. Denne top 10 af fødevarer viser med andre ord, at forbrugere, der har reduceret deres kødforbrug, primært foretrækker at kompensere med fisk, grøntsager, nødder, ærter, svampe, bønner, frø og linser. Disse fødevarer, med undtagelse af fisk, kan forarbejdes, så de minder om kød i fx udseende eller erstatter kød i særlige retter – dog er fødevarerne ikke nødvendigvis erstatning for kød rent ernæringsmæssigt (figur 19).

Figuren viser også, at forarbejdede, plantebaserede produkter, som minder om kød eller andre animalske produkter, angives af relativt få forbrugere. Disse produkttyper, der i øjeblikket vinder frem på det danske marked, angives dog alligevel af en betydelig del af respondenterne. Således er 28 % overvejende enige i, at de spiser/ville spise plantebaserede produkter, der skal varmes op (fx plantebøffer eller svampefrikadeller), mens 18 % angiver plantebaserede færdigretter. I den nedre halvdel finder vi også kødfars, der er tilsat grøntsager (40 %) og

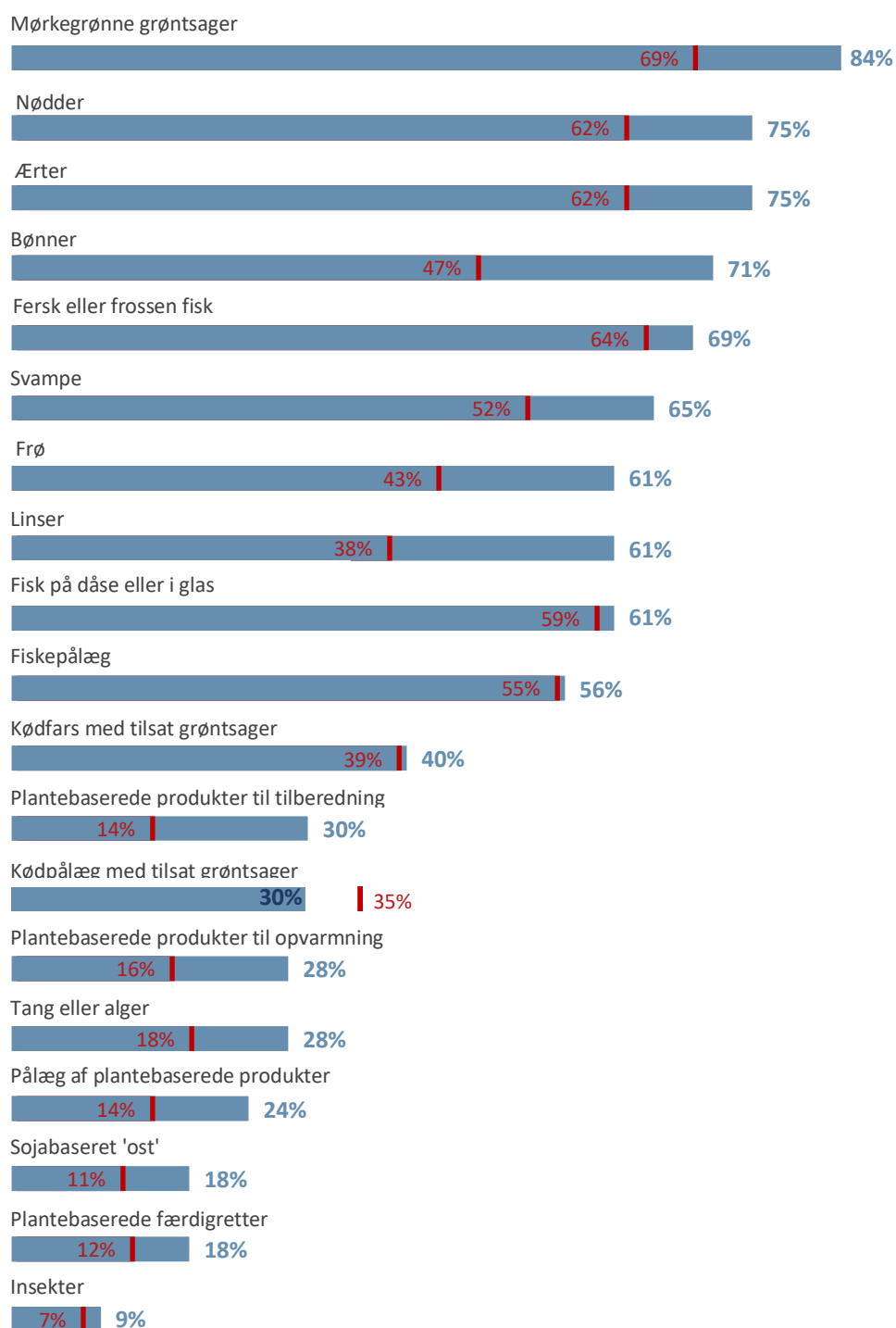
kødpålæg tilsat grøntsager (30 %). Der er således også en væsentlig del af forbrugerne, der angiver blandingsprodukter, der består af både animalsk og plantebaserede indhold som fx oksefars med grøntsager. Disse produkter er med til at reducere mængden af kød ved at supplere med fx grøntsager (figur 19).

Overordnet set indikerer resultaterne, at forbrugerne i højere grad, på nuværende tidspunkt, foretrækker fødevarer, der kan opfattes som mere 'naturlige' eller 'rene' i sin form, som fx grøntsager (84 %), bønner (71 %), svampe (65 %) eller fersk og frossen fisk (69 %), frem for fødevarer, der kan defineres som forarbejdede 'erstatninger' for kød og andre animalske produkter, som fx plante/kød-baserede blandingsprodukter og sojabaseret 'ost'.

Sammenligner vi resultaterne fra de respondenter, der har reduceret eller stoppet deres kødforbrug, med den samlede stikprøve (n=2985), kan vi især se forskelle i produktkategorierne: mørkegrønne grøntsager, bønner, frø, linser og plantebaserede produkter til tilberedning og opvarmning. Der er derimod ikke store forskelle, når det kommer til fisk; vi finder således ikke væsentlige forskelle hvad angår fersk eller frossen fisk, fisk på dåse eller i glas, eller fiskepålæg. Herudover er der ikke forskel, når det gælder kødfars tilsat grøntsager ligesom andelen, som angiver kødpålæg tilsat grøntsager, faktisk er større i hele populationen end blandt dem, der har nedsat eller reduceret kødforbruget (figur 19).

Figur 19

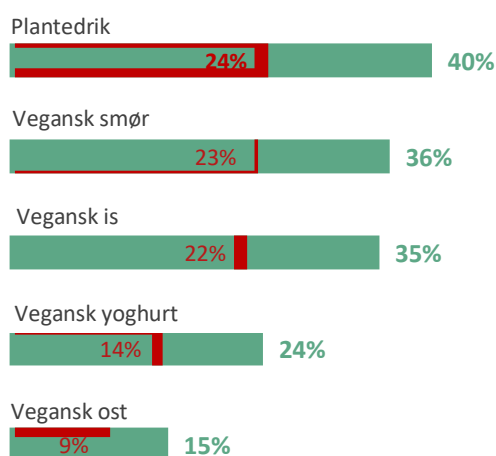
Andel, der er overvejende enige i, at de nævnte fødevarer indgår/ville indgå i deres kost for at reducere mængden af kød (n=886) De røde streger markerer den samlede stikprøve. (n=2985)



I figur 20 finder vi en kort liste over fødevarer, der kan erstatte traditionelle mejeriprodukter. Listen viser, at de fleste respondenter angiver plantedrik (40 %) efterfulgt af vegansk smør (36 %), vegansk is (35 %), vegansk yoghurt (24 %) og vegansk ost (15 %). Det mest udbredte produkt er altså plantedrik, som 4 ud af 10 er overvejende enige i, at de bruger eller ville bruge for at reducere forbruget af mejeriprodukter (figur 20). Den røde streg i figuren markerer den samlede stikprøve (n=2985), og som figuren viser, er alle produkter væsentligt mere fremtrædende som alternativ, hos de personer, der har reduceret deres kødforbrug.

Figur 20

Andel, der er overvejende enige i, at de nævnte fødevarer indgår i deres kost for at reducere mængden af mejeriprodukter. (n=886). Røde streger markerer den samlede stikprøve. (n=2985)

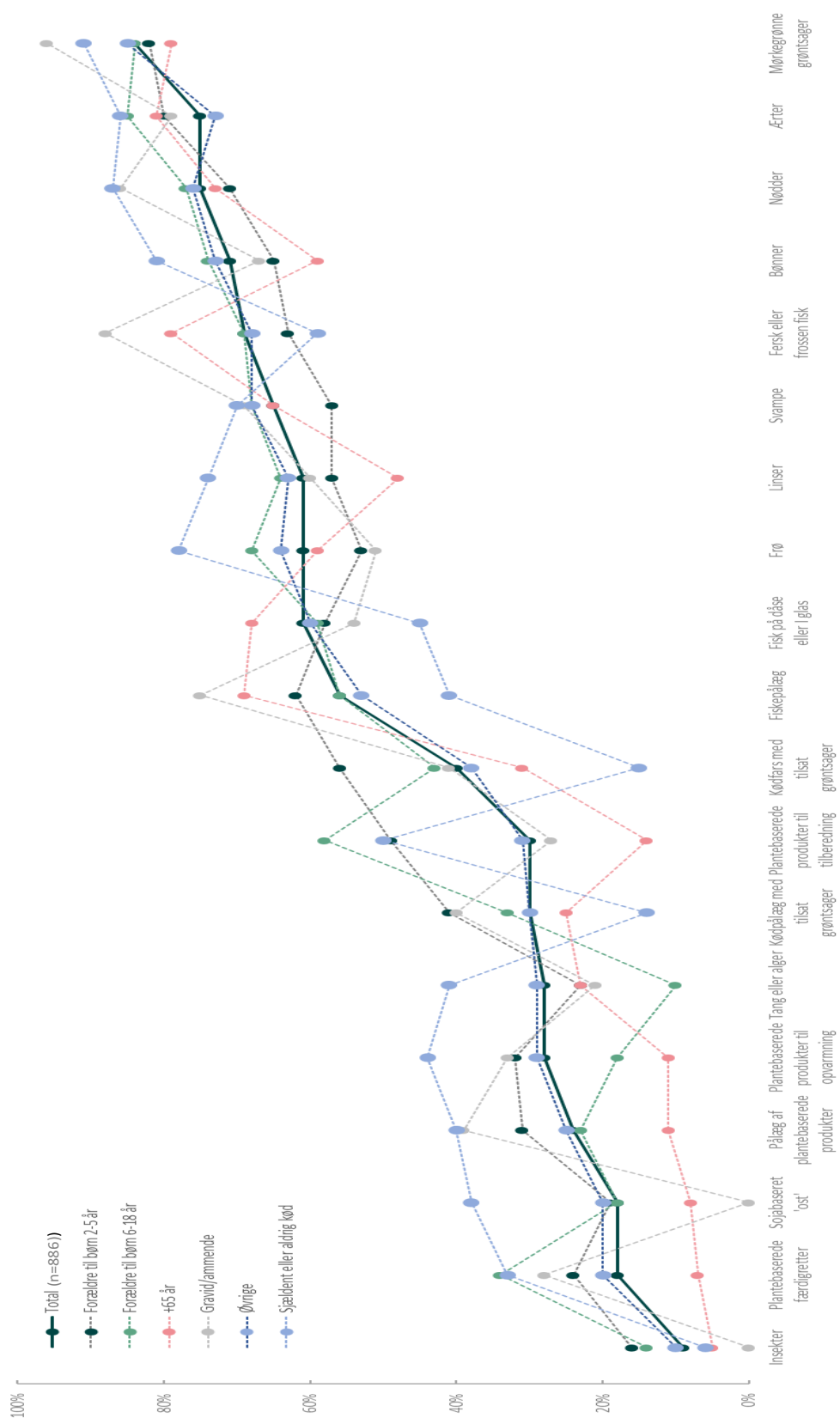


Undergruppernes præferencer

I nærværende afsnit beskriver vi de overordnede tendenser og de væsentligste forskelle mellem undergrupperne. Forældre til børn 2-5 år, forældre til børn 6-18 år, personer over 65 år, gravide eller ammende, og personer der sjældent eller aldrig spiser kød. I figur 21 er der en oversigt og sammenligning over, hvorledes grupperne er overvejende enige i, at de spiser/ville spise de nævnte fødevarer som supplement/erstatning til kød.

Figur 21

Andel, der er overvejende enige i, at de spiser/ville spise de nævnte fødevarer som supplement/erstatning for kød. (n=886).



Overordnet set følger undergrupperne de generelle tendenser; fisk, mørkegrønne grøntsager, nødder, ærter, svampe, bønner, frø og linser er de mest foretrukne fødevarer, når det kommer til at reducere kødforbrug, mens forarbejdede, plantebaserede produkter, blandingsprodukter samt insekter, sojabaseret 'ost' og tang/alger sjældnere foretrækkes.

Kigger vi på de enkelte undergrupper, er det særligt de personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, der skiller sig ud. De bruger i mindre grad fisk og blandingsprodukter sammenlignet med den samlede forbrugergruppe. Til gengæld er der væsentligt flere, der bruger sojabaseret 'ost' samt plantebaserede produkter, både til opvarmning og tilberedning, samt plantebaserede færdigretter og pålæg. Yderligere bruger flere af dem frø og linser i deres kost, sammenlignet med den samlede forbrugergruppe (figur 21).

Personer over 65 år angiver væsentligt færre plantebaserede, forarbejdede produkter og sojabaseret 'ost' sammenlignet med den samlede forbrugergruppe. Hertil kommer, at de også i mindre grad angiver linser og bønner. Flere personer over 65 år angiver til gengæld fisk sammenlignet med den samlede forbrugergruppe (figur 21).

Slutteligt er der forældre til børn samt gravide eller ammende, hvis valg af produkter i en kost med mindre kød, følger den samlede forbrugergruppe, og har fisk, grøntsager, nødder, ærter, svampe, bønner, frø og linser som de mest udbredte fødevarer. Dog peger resultaterne på, at de i lidt højere grad bruger blandingsprodukter af kød og grøntsager. Det stemmer godt overens med tidligere beskrevne resultater, hvor børnefamilier så ud til at spise mere kød generelt.

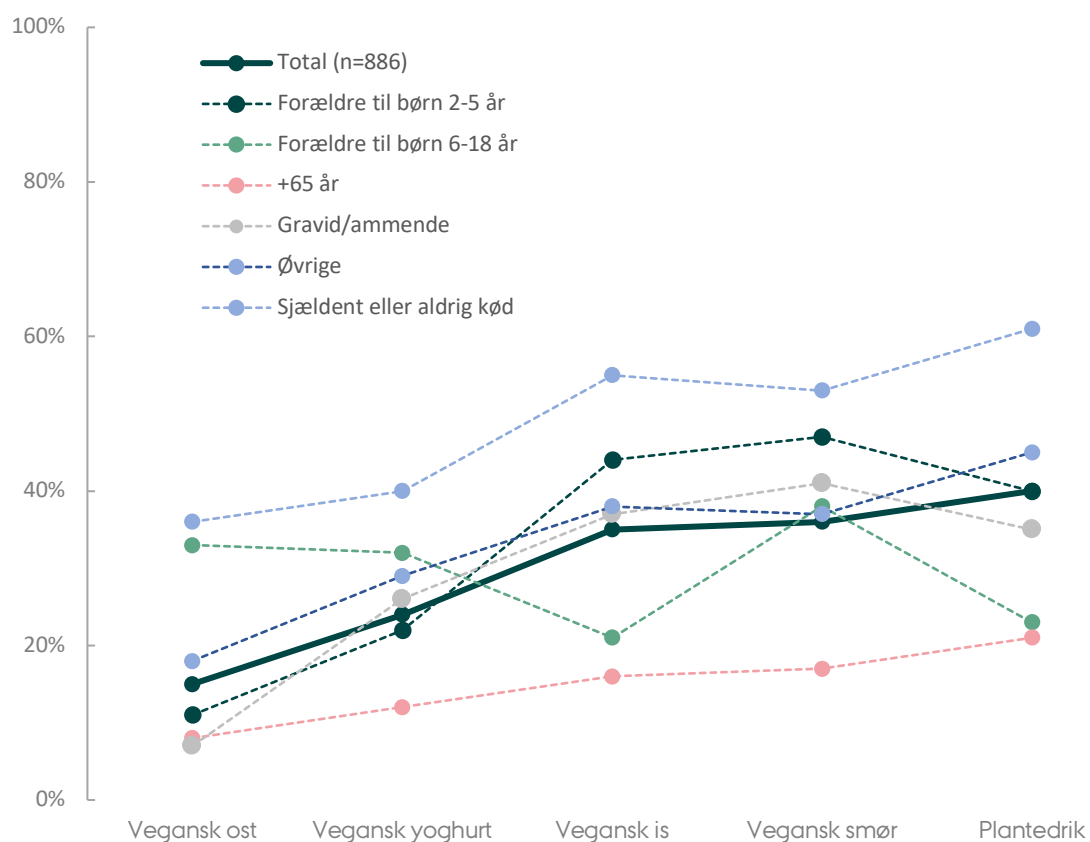
Alternativer til mejeriprodukter

Med hensyn til veganske alternativer til mejeriprodukter, er der større variation mellem undergrupperne. Her finder vi, at personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, bruger samtlige fødevarer markant mere end den samlede forbrugergruppe. Derimod er der ikke den store popularitet til de alternative mejeriprodukter blandt personer over 65 år, der markerer disse fødevarer væsentligt mindre end den samlede forbrugergruppe. Herimellem finder vi forældre til børn samt gravide eller ammende, der i stor udstrækning følger den samlede forbrugergruppe, hvor andelen, der i overvejende grad bruger de veganske alternativer til mejeriprodukter ligger mellem 20 og 40 % med undtagelse af vegansk ost, der ligger lavest med 15 % (figur 22).

Personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, bruger relativt set hyppigst plantedrik (61 %), efterfulgt af vegansk is (55 %) og vegansk smør (53 %). Til sammenligning er tallet 40 % for plantedrik hos den samlede gruppe, der har reduceret kødforbruget, mens vegansk is og vegansk

smør henholdsvis benyttes som supplement eller erstatning af 35 % og 36 %. Personer over 65 år ligger 20 procentpoint lavere end den samlede forbrugergruppe med hensyn til plantedrik, vegansk is samt vegansk smør, mens de ligger 10 procentpoint lavere i forhold til vegansk ost og vegansk yoghurt (figur 22).

Figur 22
Andel, der er overvejende enige i, at de spiser/ville spise de nævnte fødevarer som supplement eller erstatning for mejeriprodukter. (n=886).



8 Motiver for at nedbringe kødforbruget

I dag er kød så let tilgængeligt, relativt billigt samt, ikke mindst, en vigtig del af den danske madkultur, at beslutningen om at fravælge eller reducere kødforbruget ofte vil være drevet af bevidste motiver. I dette, afsluttende kapitel dykker vi derfor ned i spørgsmålet om, hvorfor forbrugere vælger at skære ned på kødet, dvs. hvad er det, som motiverer dem til denne adfærd?

I analysen har vi fokuseret på seks områder, der kan motivere forbrugeren til at reducere kødforbruget. De områder er; sundhed, smag, miljø og klima, dyrevelfærd, identitet samt sociale normer. Respondenten har svaret på en række udsagn, der alle indledes med 'jeg spiser mindre eller ingen kød, fordi...' Herefter angiver respondenterne, hvor enige eller uenige de er med et relateret udsagn på en skala fra 1-7, hvor 1 er 'meget uenig' og 7 er 'meget enig'. I kapitlet fokuserer vi på den andel, der er overvejende enige (5, 6 eller 7) med de nævnte udsagn.

Hvorfor reducere kødforbruget?

Hensynet til miljø og klima, dyrevelfærd samt egen sundhed, er de mest udbredte motiver for at reducere kødforbruget.

Miljø og klima er den vigtigste motivation: Henholdsvis 75 % og 70 % siger, at de spiser mindre kød, fordi det er bedre for miljø og klima, og de ønsker at spise på en miljø- og klimavenlig måde.

Dernæst er sundhed et vigtigt argument. I alt 67 % angiver, at de spiser mindre kød, fordi de går op i sund mad. Sundhed er dog ikke det samme som vægttab, og kødet bliver ikke nødvendigvis reduceret, fordi respondenterne ønsker at reducere tallet på vægten – 26 % spiser mindre kød, for at tabe sig.

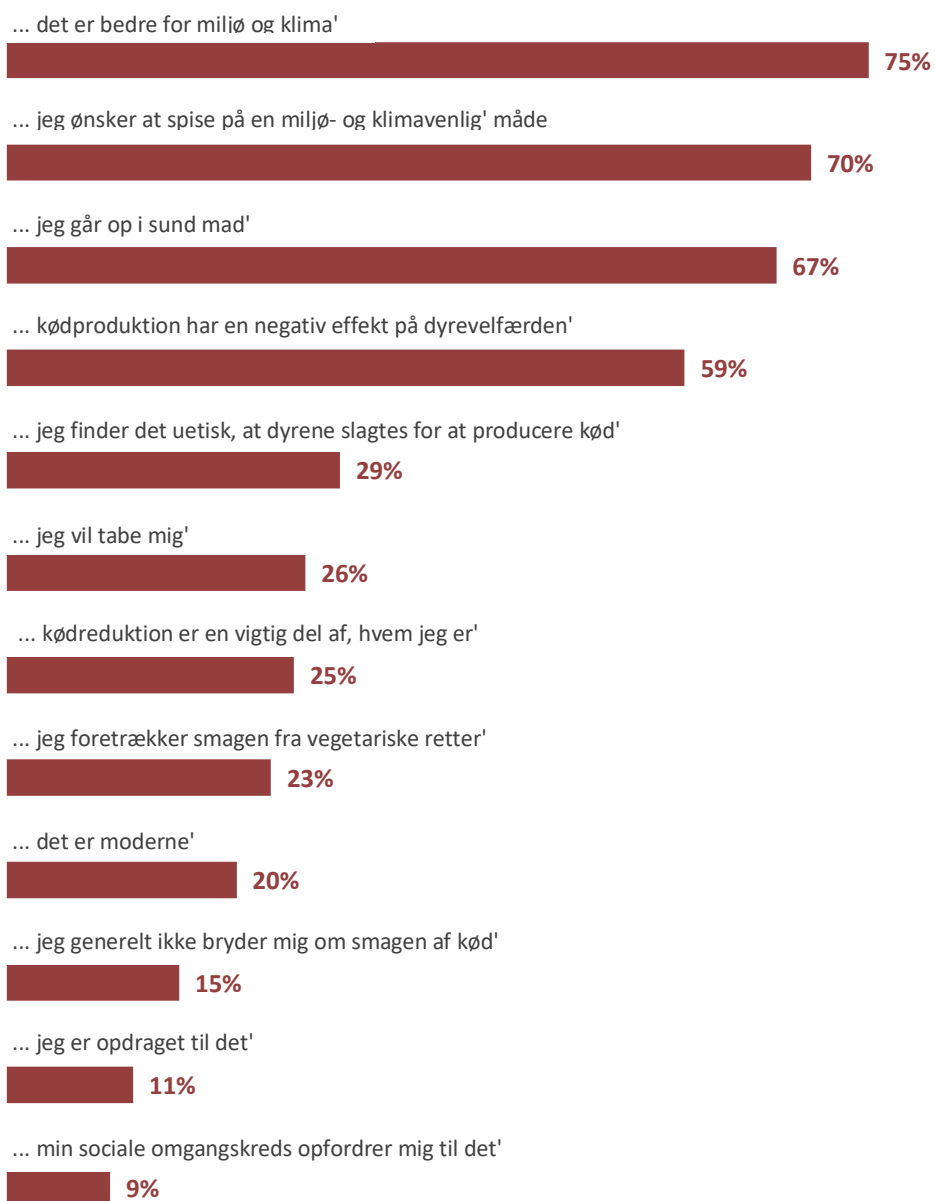
I alt 59 % spiser mindre kød, fordi de mener, at kødproduktion har en negativ effekt på dyrevelfærden, men kun 29 % finder det uetisk, at dyrene slagtes for at producere kød. Det peger på, at dyrevelfærd ofte opfattes som dyrenes omgivelser og vilkår, mens de lever, mere end det faktum, at de slagtes. Flere forbrugere bekymrer sig således om dyrevelfærd uden nødvendigvis at være modstander af kødproduktion eller slagtning (figur 23).

Resultaterne indikerer, at smagen af kød har en mindre betydning for valget om at reducere kødforbruget. Kun 15 % siger, at de har reduceret deres kødforbrug, fordi de ikke bryder sig om smagen af kød, mens 23 % er overvejende enige i, at de foretrækker smagen fra vegetariske retter over kød. Ud fra disse resultater kan man sige, at de fleste personer, der vælger at reducere kødforbruget, ikke gør det ud fra en ændring af kødets smag eller egenskaber, men ud fra andre omstændigheder som miljø, klima, dyrevelfærd og egen sundhed (figur 23).

Sammen med smag står sociale faktorer som det mindst udbredte motiv for reducere kødforbrug. Kun 9 % har rapporteret, at de bliver opfordret af den sociale omgangskreds til at nedsætte kødforbruget, mens kun 11 % er opdraget til at mindske kødforbruget. Dog angiver 20 %, at de har reduceret deres kødforbrug, fordi det er moderne. Herudover angiver 1 ud af 4, at de er overvejende enige i, at de spiser mindre kød, fordi kødreduktion er en vigtig del af, hvem de er – altså en vigtig del af deres identitet. Vi ser altså at 20 % spiser mindre kød, blandt andet fordi det er moderne, og 25 % mener, at kødreduktion er vigtigt for deres opfattelse af, hvem de er (figur 23).

Figur 23

'Jeg spiser mindre eller ingen kød, fordi...' Andel, der er overvejende enig i de nævnte udsagn.
(n=599)



Motiver blandt undergrupperne

I figur 24 nederst i afsnittet ses linjefiguren, der er udgangspunktet for afsnittet omkring undergruppernes motiver for at nedsætte kødforbruget. Vi fokuserer på, hvordan undergrupperne adskiller sig fra den samlede forbrugergruppe.

Det overordnede billede af motiverne for at reducere kødforbruget går på tværs af undergrupperne. Hensynet til miljø og klima er generelt det mest udbredte motiv, efterfulgt af sundhed og dyrevelfærd. For personer, der sjældent eller aldrig spiser kød samt gravide og ammende, er motivet dog oftere kødproduktionens negative effekt på dyrevelfærd, sammenlignet med både sundhed og hensynet til miljø og klima.

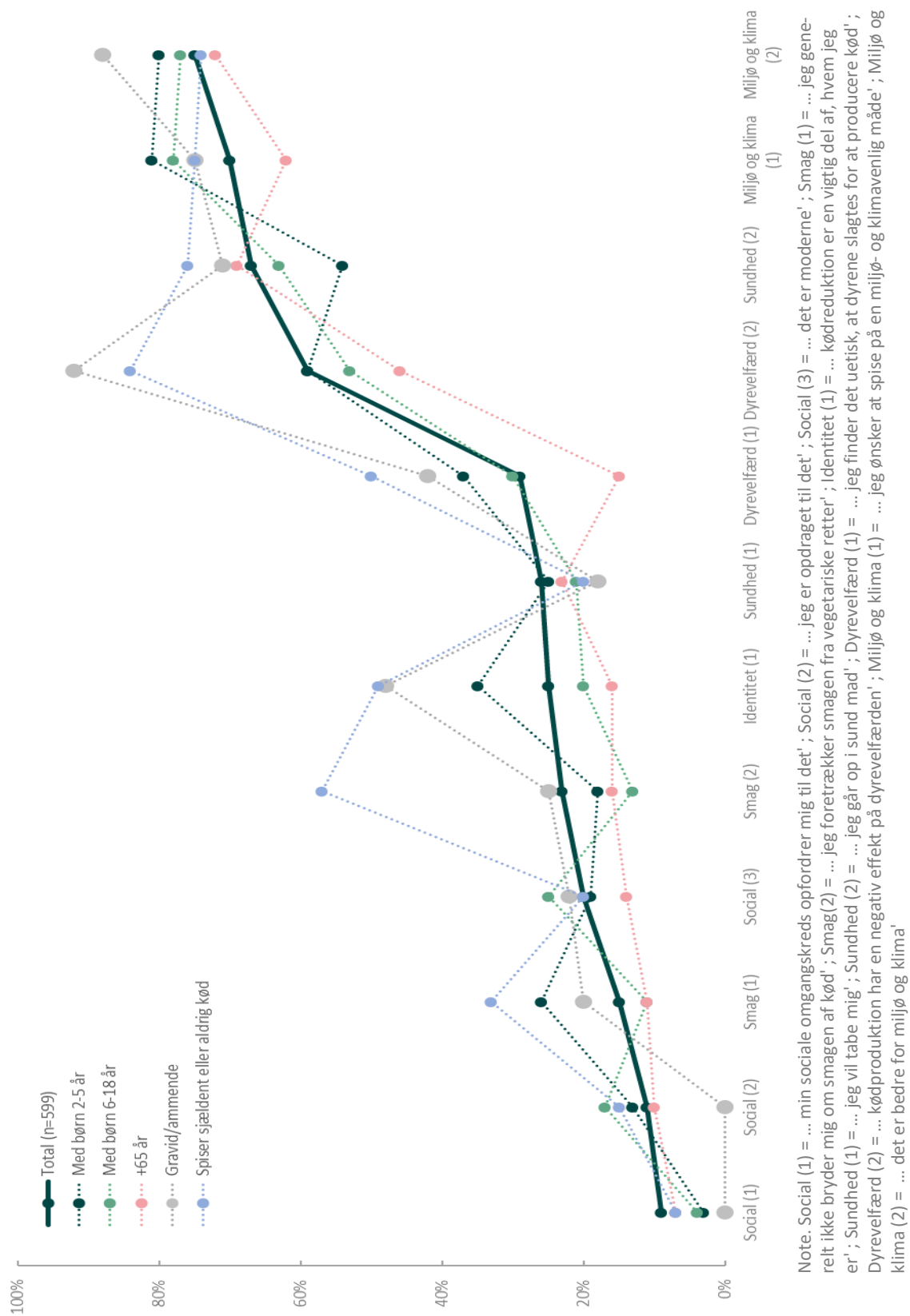
De personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, skiller sig endvidere ud fra den samlede gruppe, ved at de i flere tilfælde foretrækker smagen fra vegetariske retter, og ikke bryder sig om kød. I alt 57 % af de, der sjældent eller aldrig spiser kød, foretrækker smagen fra vegetariske retter, sammenlignet med 23 % af den samlede forbrugergruppe. Samme mønster ses i spørgsmålet omkring smagen af kød. Hos de, der sjældent eller aldrig spiser kød, svarer 33 % at de generelt ikke bryder sig om smagen af kød, mens tallet er 15 % for den samlede forbrugergruppe. Hertil kommer, at dobbelt så mange af de, som sjældent eller aldrig spiser kød, sammenlignet med den samlede forbrugergruppe, ser kødreduktion som en vigtig del af hvem de er.

Gruppen 65+, der har reduceret deres kødforbrug, skiller sig ud ved, at færre af dem finder, at sociale normer, smag og dyrevelfærd i særdeleshed, udgør motiver til at reducere kødforbruget – 46 % er overvejende enige i, at de spiser mindre kød, fordi kødproduktion har en negativ effekt på dyrevelfærd, mens 15 % finder det uetisk at dyrene slagtes for at producere kød. Disse tal skal sammenlignes med henholdsvis 59 % og 30 % for den samlede forbrugergruppe. Gruppen 65+ er lige så optaget af sundhed, og mener i ligeså høj grad, som den samlede forbrugergruppe, at det er bedre for miljø og klima at reducere kødforbruget. Dog svarer en mindre andel, at de selv ønsker at spise på en mere miljø- og klimavenlig måde.

Som det er tilfældet i rapportens øvrige analyser, følger børnefamilierne overordnet set i dette tilfælde også den samlede gruppe af personer, der har reduceret kødforbruget. Dog er hensyn til miljø og klima lidt mere udbredt hos børnefamilier, mens sundhed er mindre. Sidstnævnte kan stemme overens med, at forældre til børn også var mindre opmærksomme på deres egen ernæring (jævnfør kapitel 3 om ernæring). Forældre til større og mindre børn adskiller sig umiddelbart mest fra hinanden i spørgsmålet om identitet, hvor 35 % af forældrene til mindre børn siger, at kødreduktion er en vigtig del af, hvem de er, mens andelen er 20 % blandt forældre til større børn.

Figur 24

Andel, der er overvejende enige i, at de nævnte udsagn motiverer dem til kødreduktion. (n=599)



Note. Social (1) = ... min sociale omgangskreds opfordrer mig til det'; Social (2) = ... jeg er opdraget til det'; Social (3) = ... det er moderne'; Smag (1) = ... jeg generelt ikke bryder mig om smagen af kød'; Smag (2) = ... jeg foretrækker smagen fra vegetariske retter'; Identitet (1) = ... kødreduktion er en vigtig del af, hvem jeg er'; Sundhed (1) = ... jeg vil tabe mig'; Sundhed (2) = ... jeg går op i sund mad'; Dyrevelfærd (1) = ... jeg finder det uetisk, at dyrene slægtes for at producere kød'; Dyrevelfærd (2) = ... kødproduktion har en negativ effekt på dyrevelfærd'; Miljø og klima (1) = ... jeg ønsker at spise på en miljø- og klimavenlig måde'; Miljø og klima (2) = ... det er bedre for miljø og klima'

9 Konklusion og diskussion

Reduktion af kødforbruget

Nærværende rapport er baseret på en repræsentativ spørgeskemaundersøgelse (n=2985) med danske fødevarerforbrugere mellem 18 og 70 år. Af de adspurgte angav 886 respondenter, svarende til en lille tredjedel (29,6 %), at de har reduceret eller stoppet deres kødforbrug inden for det sidste halve år eller tidligere. Disse 29,6 % af de danske fødevarerforbrugere er fokus for denne rapport. Denne gruppe har en overrepræsentation af kvinder, unge mellem 18-34 år, personer bosat i Storkøbenhavn og, især, personer med en videregående uddannelse.

Det største forbrug af kød findes i husstande med børn mellem 2 og 18 år. Det gælder både for forbruget af fjerkræ, oksekød, kødpålæg og grisekød. Til sammenligning er den gruppe, som spiser mindst kød, gruppen "Øvrige". Denne gruppe består primært af personer under 65 år uden hjemmeboende børn.

At der ikke nødvendigvis er tale om en kraftig reduktion af kødforbruget for personer, der har reduceret kødforbruget ser vi ved, at 38 % stadig spiser kød hver dag. At det samme gælder for knap 70 % af stikprøven for den samlede population (n=2985) viser dog, at kødfrie dage er mere almindelige blandt de, der har reduceret kødforbruget, og selvom vi ikke har et mål for de mængder, der konsumeres af de kødreducerende forbrugere, må vi antage at de er væsentlige lavere end for gennemsnitsdanskere.

At andelen af danske fødevarerforbrugere, der angiver at have reduceret deres kødforbrug, er så stor skal ses i lyset af den omfattende medieomtale af emnet de senere år, og i sammenhæng med, at salget af kød i detailhandlen er faldet. Fx har Coop fra 2015 til 2019 oplevet et fald i salget af fersk kød på 5 %, mens salget af kødalternativer fortsat stiger støt (Mortensen, 2019). Det kan dog ikke udelukkes, at væksten i udespisning delvis kompenserer for detailhandelns faldende kødsalg, eftersom miljøhensyn for de fleste ikke er et prioriteret emne, når man vælger at spise ude (Gantriis & Grunert, 2020)

Motiver for reduktion

I overensstemmelse med hvad vi ser i tidligere forskning, er hensynet til miljø, klima, sundhed og dyrevelfærd vigtige motiver for at reducere kødforbruget (fx Bastian et al., 2012; Stoll-Kleemann & Schmidt, 2017). Sociale normer, det at andre mener, at man bør nedsætte kødforbruget, anses af forbrugerne som den mindst vigtige grund til at reducere kødforbruget. Det skal dog nævnes at sociale normer ofte opererer på et ubevidst plan, hvor man ikke nødvendigvis er sig bevidst om, at andre kan have en betydelig indflydelse på éns holdninger og handlinger (Nolan, Schultz, Cialdini, Goldstein, & Griskevicius, 2008), herunder også, at andre kan have en betydelig indflydelse på mad- og måltidsvanerne (Higgs, 2015).

Præferencer og uoverensstemmelser

Mens de mindre børn ofte følger forældrerens kostvaner, er der oftere uoverensstemmelser eller konflikt omkring kødets rolle i husstande med børn på 6-18 år. Det skyldes formentlig, at større børn har en mere aktiv rolle i forhold til præferencer og beslutningstagning, ligesom de har en holdning til, hvad der serveres, og hvilket kød de foretrækker (Nørgaard & Brunsø, 2011). Det bemærkes her, at 9 % af børnene mellem 6-18 år, ifølge deres forældre, aldrig spiser kød.

Kødets rolle skaber sjældent en anledning til konflikt hos de andre forbrugergrupper, ligesom der sjældent er uenighed omkring kødets rolle i måltider blandt partnere i samme husstand. Andelen af forbrugere, der er uenige om, hvorvidt der skal spises kød til aftensmad er generelt lavere end andelen, der oplever forskellige præferencer i forbindelse med valget af kød. Det peger på, at partnere, der har forskellige individuelle præferencer, ofte kan nå til enighed omkring fælles måltider. Ifølge Cong, Olsen og Tuu (2013) er en vigtig metode til at undgå konflikt i husstanden, at vi tilpasser vores egne præferencer til familiens ønsker, behov og forventninger. Når man indgår i en familie eller husstand med flere medlemmer, vil dagligdagens madlavning og indkøb derfor ofte være et udtryk for kompromisser, tilpasninger og hensyn, snarere end individuelle præferencer (Grønhøj, 2006). Ud fra det perspektiv, kan vi forklare, hvorfor andelen af personer, der oplever forskellige præferencer og tilfredshed i forhold til deres partner, er større, end den andel, der oplever konflikt med hensyn til aftensmåltidet.

Brug af alternativer

Mørkegrønne grøntsager, nødder, ærter, bønner, svampe, linser og fersk eller frossen fisk er hyppigt valgte fødevarer, hos de forbrugere, der har reduceret eller helt udeladt kødet i kosten. Især mørkegrønne grøntsager, bønner og linser bliver oftere valgt af disse forbrugere, sam-

menlignet med resten af befolkningen, mens fisk generelt følger samme niveau som den samlede befolkning. Af alternativer til klassiske mejeriprodukter er især plantedrik og vegansk smør hyppigt anvendt hos de forbrugere, der har reduceret kødforbruget. Plantebaserede produkter til opvarmning og tilberedning, samt færdigretter og pålæg af plantebaserede produkter har endnu ikke opnået stor udbredelse, hos de personer, der har nedsat kødforbruget, men stadig spiser kød.

Selvom de ikke er de mest hyppigt anvendte alternativer, anvendes plantebaserede produkter hyppigere hos personer, der sjældent eller aldrig spiser kød, sammenlignet med de andre grupper. Personer over 65 år har ikke taget plantebaserede produkter til sig, men spiser til gengæld fisk i højere grad end resten af befolkningen. Fisk og fødevarer som mørkegrønne grøntsager, nødder, ærter, svampe, bønner, frø og linser de mest populære hos forældre til mindre børn (2-5 år) samt gravide og ammende.

Ernæringsbehov

For de 29,6 % af forbrugerne, der har reduceret kødindtaget, giver dette generelt ikke anledning til bekymring om opfyldelse af ernæringsbehovet. Størstedelen mener, at de får dækket deres ernæringsbehov i en kost med mindre kød, og for forældre til børn i alderen 6-18 år og personer over 65 år og "Øvrige" (personer uden hjemmeboende børn i alderen 2-18 år), er langt de fleste opmærksomme på, at de selv såvel som deres partnere får dækket ernæringsbehovet. I modsætning til de andre grupper er forældre til mindre børn (2-5 år) samt gravide og ammende mindre opmærksomme på opfyldelsen af egne samt partnerens ernæringsbehov. Det er ikke et ukendt fænomen, at gravide og småbørnsforældre er tilbøjelige til at være mindre opmærksomme på egne sunde spisevaner i den overgangsfase, som graviditet og nybagt forældreskab udgør (Aschemann-Witzel, 2013; Moura & Aschemann-Witzel, 2020.). Eftersom denne undersøgelse inkluderer et meget lavt antal gravide/ammende må vi nøjes med at konstatere, at resultaterne indikerer, at gravide er mindre opmærksomme på eget ernæringsbehov, hvilket naturligvis bør give anledning, dels til flere undersøgelser blandt disse grupper, men også ekstra opmærksomhed i forhold kostvejledninger om kødreducerende kostvaner til grupperne. Herudover er det værd at bemærke, at forbrugere, som efter eget udsagn er vegetarer eller pescetarer, i højere grad ikke mener (eller er i tvivl, for vegetarernes vedkommende), at de får dækket deres ernæringsbehov ved deres nuværende kost. Det kan tyde på, at der er en del, som har "startvanskeligheder" i forhold til at omlægge til en kost, der er både ernæringsrigtig og miljøvenlig.

Subjektivt versus "objektivt" kostprincip

Næsten halvdelen af de danskere, der har reduceret kødforbruget, definerer sig selv som kødspisere, mens næsten en tredjedel opfatter sig selv som fleksitarer, hvilket er ca. dobbelt så stor en andel, som i den samlede stikprøve (15 %). En sammenligning af disse selvopfattelser med eksisterende definitioner af vegetariske, veganske og andre kostprincipper (Lassen et al., 2020; Pedersen & Ovesen, 2015; Stamer et al., 2019) og forbrugernes spisevaner, viser at personer, som angiver at have reduceret kødforbruget, har en varierende forståelse af, hvad de enkelte kostprincipper indebærer. Dette illustreres for eksempel af, at 22 % af de, der opfatter sig selv som vegetarer, angiver, at de spiser fisk, og at 23 % af denne gruppe også oplyser, at det hænder, at de spiser kød. Når der tages udgangspunkt i de eksisterende definitioner af kostprincipper, tyder undersøgelsen på, at der selv blandt de personer, der angiver at have reduceret kødforbruget, ikke er mere end hhv. 2 % og 3 %, der kan betegnes som egentlige veganere eller vegetarer. De ovenstående resultater kan tages som udtryk for, at identiteten som vegetar/veganer er kommet på mode blandt store dele af befolkningen, men at der er mange, der ikke ved hvad disse kostprincipper indebærer. På samme måde viser der sig et stort antal, som betegner sig som fleksitarer, 35 %, mens de i forhold til en "objektiv" definition kun ville udgøre 16 %.

Resultaterne af denne undersøgelse betyder, at man bør regne med et fortsat fald i danskeres kødforbrug i de kommende år. Sandsynligheden for dette styrkes af, at undersøgelsen også viser, at kødreduktion motiveres af bekymringer for miljø, klima og personlige sundhed – motiver, som næppe bliver mindre relevante i de kommende år. Det samme gælder det forhold, at undersøgelsen viser, at flertallet af de kødreducerende forbrugere ikke oplever familiemæssige uenigheder om kødbruget, idet det dog bemærkes, at der er lidt større tendens til uoverensstemmelser blandt familier til de ældre børn (6-18 år). Blandt forbrugerne findes der ikke en opfattelse af, at der er større ernæringsmæssige udfordringer ved et reduceret kødforbrug, og tilgængeligheden af alternativer til kød ser ikke ud til at udgøre væsentlige problemer, hvilket dog ikke er undersøgt til bunds i denne rapport. At betydningen af sådanne barrierer for at reducere kødforbruget generelt ser ud til at være mindre vigtige, skal dog ikke tages som udtryk for, at kødreduktion ikke kan stimuleres ved en fortsat indsats for at nedbringe barriererne. At det således er de forbrugere, der er mest konsekvente i forhold til en fortsættelse og yderligere reduktion af kødforbruget, der oplever de største familiemæssige udfordringer i forhold til reduktionen, indikerer, at der er et potentiale for kommercielle og offentlige tiltag i forhold til at gøre kødfrie fødevarer mere tilgængelige, ernæringsrigtige og velsmagende.

10 Referencer

- Alt om kost (2020). (19. November 2020) *De officielle kostråd*. Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. Retrieved from:
<https://altomkost.dk/raad-og-anbefalinger/de-officielle-kostraad/>
- Aschemann-Witzel, J. (2013). Danish mothers' perception of the healthiness of their dietary behaviors during transition to parenthood. *Journal of Family Issues*, 34(10), 1335-1355.
- Bastian, B., Loughnan, S., Haslam, N., & Radke, H. R. (2012). Don't mind meat? The denial of mind to animals used for human consumption. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(2), 247-256.
- Clune, S., Crossin, E., & Verghese, K. (2017). Systematic review of greenhouse gas emissions for different fresh food categories. *Journal of Cleaner Production*, 140, 766-783.
- Corrin, T., & Papadopoulos, A. (2017). Understanding the attitudes and perceptions of vegetarian and plant-based diets to shape future health promotion programs. *Appetite*, 109, 40-47.
- Cong, C.L, Olsen, S. O. & Tuu, H.H. (2013). "The roles om ambivalence, preference conflict and family identity: A study of food choice among Vietnamese consumers". *Food Quality and Preference*. 28 92-100.
- Gantriis, R. F., & Grunert, K. G. (2020). *Analyse af barrierer og potentialer for at udbrede Det Økologiske Spisemærke hos de private professionelle spisesteder. Delundersøgelse 4, 5 og 6* (2245-1684). Aarhus: DCA – Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug.
- Garnett, T. (2014). Changing what we eat: A call for research & action on widespread adoption of sustainable healthy eating. *Food Climate Research Network, June*, at http://www.fcrn.org.uk/sites/default/files/fcrn_welcome_gfs_changing_consumption_report_final.pdf.
- Graça, J., Godinho, C. A., & Truninger, M. (2019). Reducing meat consumption and following plant-based diets: Current evidence and future directions to inform integrated transitions. *Trends in Food Science & Technology*, 91, 380-390.
- Grønhøj, A. (2006). Communication about consumption: a family process perspective on 'green' consumer practices. *Journal of Consumer Behaviour: An International Research Review*, 5(6), 491-503.
- Hallström, E., Carlsson-Kanyama, A., & Börjesson, P. (2015). Environmental impact of dietary change: a systematic review. *Journal of Cleaner Production*, 91, 1-11.
- Hesselberg, J., Skjøt, S. H., Grønhøj, A., og Bech-Larsen, T. (under udgivelse). *Kvalitetsindeks 2020*. Aarhus: DCA – Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug.
- Higgs, S. (2015). Social norms and their influence on eating behaviours. *Appetite*, 86, 38-44.

- Klöckner, C. A. (2017). A stage model as an analysis framework for studying voluntary change in food choices-The case of beef consumption reduction in Norway. *Appetite*, *108*, 434-449.
- Lassen, A. D., Christensen, L. M., Fagt, S., & Trolle, E. (2020). Råd om bæredygtig sund kost. Fagligt grundlag for et supplement til De officielle Kostråd. Lyngby: DTU Fødevareinstituttet.
- Martin, M., & Brandão, M. (2017). Evaluating the environmental consequences of Swedish food consumption and dietary choices. *Sustainability*, *9*(12), 2227.
- Mortensen, M. W. (Producer). (2019, 20. november 2020). Kødfrie produkter er populære som aldrig før: - Vi har ændret en smule i vores kostkultur. Retrieved from <https://nyheder.tv2.dk/samfund/2019-07-08-koedfrie-produkter-er-populaere-som-aldrig-foer-vi-har-aendret-en-smule-i-vores>
- Moura, A. F., & Aschemann-Witze, J. (2020). A downturn or a window of opportunity? How Danish and French parents perceive changes in healthy eating in the transition to parenthood. *Appetite*, 104658.
- Nath, J. (2011). Gendered fare? A qualitative investigation of alternative food and masculinities. *Journal of Sociology*, *47*(3), 261-278.
- Nolan, J. M., Schultz, P. W., Cialdini, R. B., Goldstein, N. J., & Griskevicius, V. (2008). Normative social influence is underdetected. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *34*, 913-923.
- Nørgaard, M. K., & Brunsø, K. (2011). Family conflicts and conflict resolution regarding food choices. *Journal of Consumer Behaviour*, *10*(3), 141-151.
- Nørgaard, M. K., Brunsø, K., Christensen, P. H., & Mikkelsen, M. R. (2007). Children's influence on and participation in the family decision process during food buying. *Young Consumers*.
- Olsen, S. O., & Grunert, K. G. (2010). The role of satisfaction, norms and conflict in families' eating behaviour. *European Journal of Marketing*.
- Olsen, S. O., & Tuu, H. H. (2013). The roles of ambivalence, preference conflict and family identity: A study of food choice among Vietnamese consumers. *Food Quality and Preference*, *28*(1), 92-100.
- Pedersen, A., & Ovesen, L. (2015). *Anbefalinger for den danske institutionskost*. 5. udgave. Fødevarestyrelsen, Sundhedsstyrelsen og DTU Fødevareinstituttet.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1983). Stages and processes of self-change of smoking: Toward an integrative model of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *51*, 390-395.
- Prochaska, J. O., & Velicer, W. F. (1997). The transtheoretical model of health behavior change. *American Journal of Health Promotion*, *12*(1), 38-48.
- Randers, L., Grønhøj, A., & Thøgersen, J. (2020). Coping with multiple identities related to meat consumption. *Psychology & Marketing*.

- Schösler, H., De Boer, J., & Boersema, J. J. (2012). Can we cut out the meat of the dish? Constructing consumer-oriented pathways towards meat substitution. *Appetite*, *58*(1), 39-47.
- Springmann, M., Wiebe, K., Mason-D'Croz, D., Sulser, T. B., Rayner, M., & Scarborough, P. (2018). Health and nutritional aspects of sustainable diet strategies and their association with environmental impacts: a global modelling analysis with country-level detail. *The Lancet Planetary Health*, *2*(10).
- Stamer, N. B., Hoff, H., Dich, I., Westergaard, K., Hypolit, A., & Jakobsen, G. S. (2019). *Madkultur 2019. Råvarer*. Roskilde: Madkulturen.
- Stoll-Kleemann, S., & Schmidt, U. J. (2017). Reducing meat consumption in developed and transition countries to counter climate change and biodiversity loss: a review of influence factors. *Regional Environmental Change*, *17*(5), 1261-1277.
- Tobberup, R. (2019). (19. November 2020). Vegetarkost – tilstrækkelig næringsrig? Retrieved from <https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/sundhedsoplysning/kost/vegetarkost-tilstraekkelig-naeringsrig/>
- Tonsor, G. T., Mintert, J. R., & Schroeder, T. C. (2010). US meat demand: Household dynamics and media information impacts. *Journal of Agricultural and Resource Economics*, 1-17.
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Wood, A. (2019). Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*, *393*(10170), 447-492.

Bilag 1

Sandsynlighed for at reducere kødforbruget:

		Odds
<i>Køn</i>		
Mand		0,22
Kvinde	0,59***	0,33
<i>Alder</i>		
18-34 år		0,37
35-49 år	-0,57***	0,25
50-70 år	-0,47***	0,27
<i>Uddannelse</i>		
Folkeskole		0,17
Gymnasial	0,59***	0,26
Erhvervsfaglig	0,42**	0,23
Videregående	0,91***	0,32
<i>Urbanitet</i>		
Storkøbenhavn		0,37
Aarhus, Odense, Aalborg	-0,34***	0,3
Større by (>15.000)	-0,49***	0,27
Mindre by eller på landet	-0,71***	0,23
Konstant	-1,2***	

Note. *** = p-værdi <0,01 ; ** = p-værdi <0,05

Om DCA

DCA - Nationalt Center for Fødevarer og Jordbrug er den faglige indgang til jordbrugs- og fødevarerforskningen ved Aarhus Universitet.

Centret omfatter institutter og forskningsmiljøer, der har aktiviteter på jordbrugs- og fødevarerområdet. Det er primært Institut for Agroøkologi, Institut for Husdyrvidenskab, Institut for Fødevarer, Center for Kvantitativ Genetik og Genomforskning samt dele af Institut for Ingeniørvidenskab.

Aktiviteterne i DCA understøttes af en centerenhed, der varetager og koordinerer opgaver omkring myndighedsbetjening, erhvervs- og sektorsamarbejde, internationalt samarbejde og kommunikation.

Forskningsresultater fra DCA

Resultater fra forskningen publiceres i internationale, videnskabelige tidsskrifter. Publikationerne kan findes via universitets publikationsdatabase (pure.au.dk).

DCA rapporter

DCA's rapportserie formidler hovedsageligt myndighedsrådgivning fra DCA til Miljø- og Fødevareministeriet. Der kan også udgives rapporter, som formidler viden fra forskningsaktiviteter. Rapporterne kan frit hentes på centrets hjemmeside: dca.au.dk.

Nyhedsbreve

DCA udsender et nyhedsbrev, der løbende orienterer om jordbrugs- og fødevarerforskningen og herunder om nye forskningsresultater, rådgivning, uddannelse, arrangementer og andre aktiviteter. Det er gratis at tilmelde sig nyhedsbrevet, og det kan ske på dca.au.dk.



RESUME

Er danskerne begyndt at reducere kødforbruget hen imod en sundere og mere bæredygtig kost? På baggrund af to online spørgeskemaundersøgelser med knap 3.000 forbrugere i alderen 18-70 år finder vi, at knap 30% har reduceret eller stoppet deres kødforbrug, og for 12% er dette sket inden for de seneste seks måneder. Herudover kortlægger vi borgernes ernæringsmæssige overvejelser og finder, at en kost med reduceret kødforbrug ikke giver anledning til bekymringer om opfyldelse af ernæringsbehov hos borgerne selv. I rapporten undersøges også motiver for kødreduktion, som især udgøres af hensyn til miljø, klima samt egen sundhed. Endelig undersøges graden af overensstemmelse mellem familiemedlemmers præferencer og adfærd i en kost med mindre kød.