

Forbrugerpanelet om madlavning, inspirationskilder m.m.

Forbrugerrådet har fulgt sin panelbaserede undersøgelse fra foråret 2009, om forbrugernes kendskab til råvarer, op med en række spørgsmål om bl.a. hyppigheden af madlavning og inspirationen hertil.

Mere end halvdelen af respondenterne, laver dagligt, eller næsten dagligt, og blandt disse er det $\frac{1}{3}$, der har hjemmeboende børn under 18 år. Knap 15% laver dog maksimalt aftensmad én gang om måneden. Frokosten tilbereder en fjerdedel selv på daglig basis, men flertallet laver dog maksimalt frokost 1-2 gange om ugen, hvilket er en konsekvens af, at mange spiser frokost ude i hverdagene i forbindelse med arbejde eller uddannelsesaktiviteter.

95% af de respondenter som tilbereder deres frokost på hverdage, bruger under 30 min., mens det i weekenderne er 82%.

Aftensmaden kan lige over halvdelen af respondenterne tilberede på 30-45 minutter i hverdagene, mens der i weekenderne typisk bruges 45 min. – 1 time på samme. Et meget simpelt gennemsnit for respondenternes tidsforbrug ved tilberedning af aftensmad siger, at en gennemsnitlig respondent i hverdagene bruger 38 min på tilberedning af aftensmad, og 51 min i weekenden.

Mere end halvdelen af respondenterne ønsker ikke at lave mere mad, end de allerede gør, mens knap hver fjerde forbruger i mere eller mindre omfang gerne vil lave mere mad. De hyppigste årsager hertil er manglen på tid eller det faktum, at de allerede laver så meget mad, som de gerne vil. Dog peger hver femte respondent også på, at de mangler inspiration.

Tid, eller manglen på samme, er altså en betydelig årsag til, at respondenterne ikke laver så meget mad, som de gerne ville. For en del respondenter ville et øget kendskab til (nye) råvarer og ingredienser også øge deres lyst til at lave mere mad. Lige over halvdelen af respondenterne ville imidlertid ikke lave mere mad, selvom de fik mere tid.

Respondenterne har i overvejende grad fået deres grundlæggende færdigheder til at lave mad fra kogeboøger eller forældre, som mere end $\frac{2}{3}$ angiver som kilder. Kogeboøgerne er også den vigtigste kilde til inspiration i madlavningen, men også fællesspisning og samtaler med venner, familie m.fl. er også en inspirationskilde for mange, såvel som ugeblade, magasiner og madprogrammer i TV.

Endelig er respondenterne enige om, at det især er forældrenes ansvar at sikre børn en grundlæggende viden om, og færdigheder til fremstilling af, mad. Især respondenter med hjemmeboende børn under 18 år, mener dog også, at en del kan gøres i folkeskolen. De peger på, at der bl.a. skal tilføres flere penge til hjemkundskabsundervisningen, og bruges flere forskellige råvarer i undervisningen, tilbydes flere hjemkundskabstimer generelt, og etableres tilbud om skolemad i folkeskolerne.

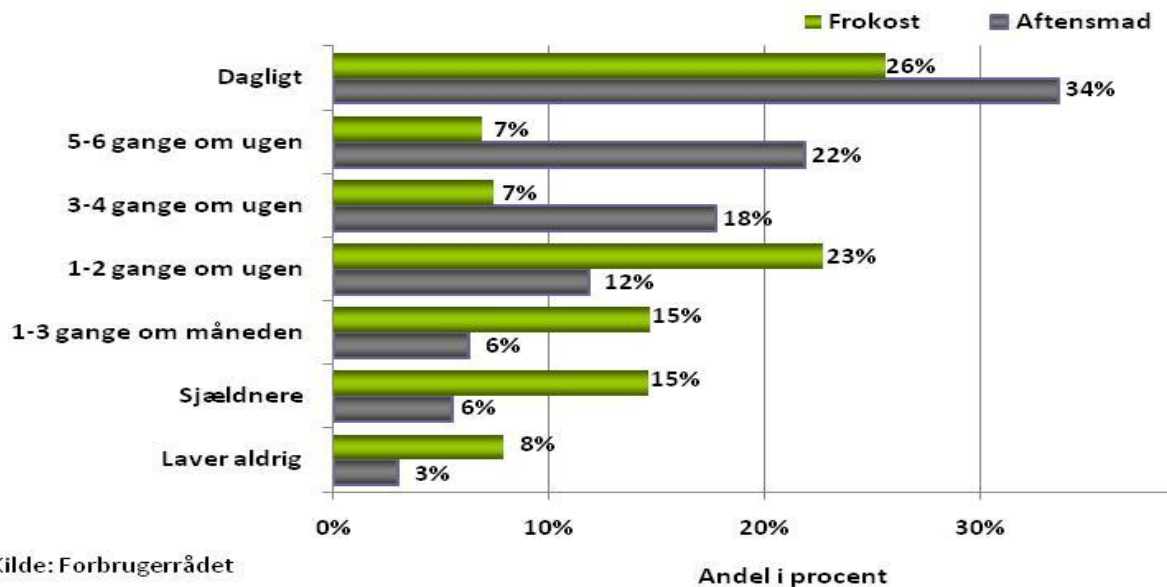
Undersøgelsen er gennemført elektronisk i uge 37 – 39 i 2009 blandt Forbrugerrådets Forbrugerpanel. Resultaterne er baseret på svar fra 950 danske, repræsentativt udtagne forbrugere over 18 år.

Under figurerne i det følgende er der kort beskrevet, hvad der kan læses af figuren, som viser forbrugernes svar.

Spørgsmål 1 - ALLE

Hvor ofte laver du mad?

Her tænker vi på mad fremstillet af dig selv. Vi mener således ikke, når du f.eks. smører en rugbrødsfad eller opvarmer halv- eller helfærdigjorte retter



En god tredjedel af respondenterne laver aftensmad dagligt, mens en fjerdedel laver frokost dagligt. $\frac{3}{5}$ af respondenterne laver maksimalt frokost 1-2 gange om ugen, hvilket er en konsekvens af, at mange spiser frokost ude i hverdage i forbindelse med arbejde eller uddannelsesaktiviteter, og dermed kun laver frokost lørdag eller søndag.

15% af respondenterne laver maksimalt aftensmad 1 gang om måneden, eller sjældnere. Blandt disse har blot 17% hjemmeboende børn under 18 år. Over halvdelen af respondenterne laver dog aftensmad dagligt, eller næsten dagligt, og blandt disse er det $\frac{1}{3}$, der har hjemmeboende børn under 18 år. Der er altså en tendens til, at man hyppigere laver hjemmegjort mad, hvis man har børn i huset.

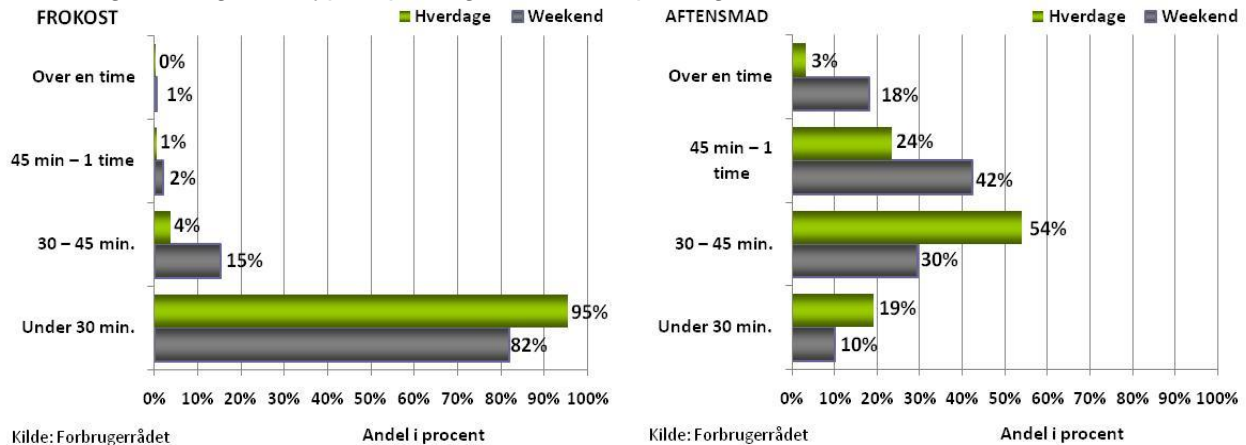
Generelt bruger børnefamilierne også længere tid på at lave aftensmaden. I hverdage bruger 42% af respondenterne med hjemmeboende børn tre kvarter eller mere på madlavningen, mens det blandt respondenterne uden børn er 30% som bruger tilsvarende tid.

Respondenter bruger generelt mere tid på fremstillingen af aftensmaden i weekenderne, og også her bruger respondenter med hjemmeboende børn mere tid end dem uden hjemmeboende børn. 78% af respondenterne med hjemmeboende børn under 18 år bruger mere end tre kvarter på tilberedningen af aftensmaden i weekenden, mens 65% af respondenter uden hjemmeboende børn bruger tilsvarende tid.

I figur 2 herunder kan respondenternes generelle angivelse af deres tidsforbrug på madlavningen ses.

Spørgsmål 2 – ALLE

Hvor lang tid bruger du typisk på følge aktiviteter pr. dag?



95% af de respondenter som tilbereder deres frokost på hverdage, bruger under 30 min., mens det i weekenderne er 82%.

Lige over halvdelen af respondenterne bruger typisk 30-45 minutter på aftensmaden i hverdage, mens yderligere $\frac{1}{5}$ kan gøre det på under 30 min. I weekenderne er der flest, 42%, der bruger 45 min. – 1 time på samme, mens knap $\frac{1}{5}$ her bruger over en time på at tilberede aftensmaden. Som nævnt ovenfor, bruger respondenter med børn generelt mere tid på tilberedning af aftensmaden end dem uden børn (ikke illustreret).

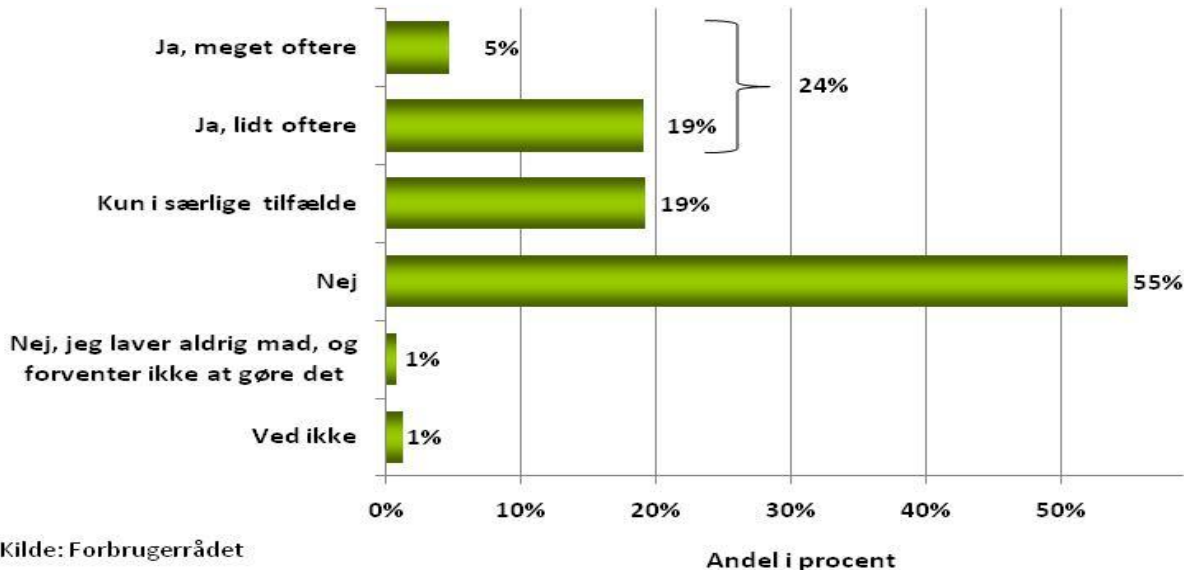
Et meget simpelt gennemsnit for respondenternes tidsforbrug ved tilberedning af aftensmad siger, at en gennemsnitlig respondent i hverdage bruger 38 min på tilberedning af aftensmad, og 51 min i weekenden¹.

Mere end halvdelen af respondenterne ønsker ikke at lave mere mad, end de allerede gør, mens knap hver fjerde forbruger i mere eller mindre omfang gerne vil lave mere mad, jf. figuren på næste side.

¹ Gennemsnittet er fundet ved at tage midterpunktet i intervallerne, gange med antallet af respondenter som har svaret det givne, og dividere med totalen (under 30 min regnes at være 15 min., 30-45 min regnes at være 37,5 min, 45-60 min regnes at være 52,5 min. og over en time regnes for at være 90 min.)

Spørgsmål 3 – ALLE

Ville du gerne lave mad oftere, end du allerede gør?



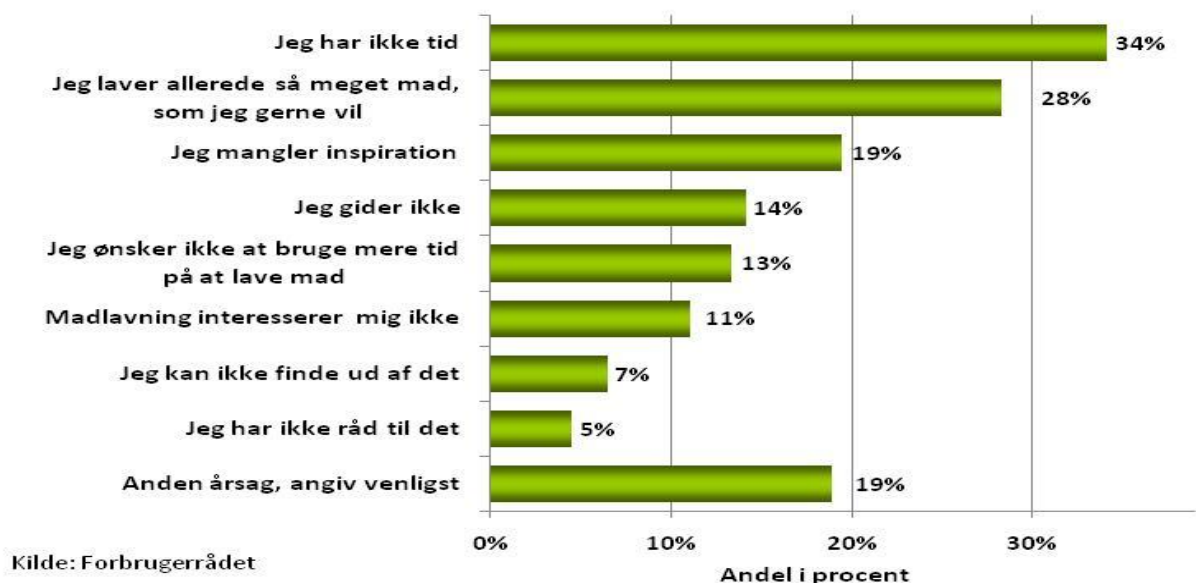
Respondenternes ønske om at lave mad oftere, end de allerede gør, afhænger af, hvor ofte de allerede laver mad. Blandt dem som svarer, at de gerne vil lave mad lidt eller meget oftere, laver $\frac{2}{3}$ på nuværende tidspunkt maksimalt mad 1-2 gange om ugen.

Blandt dem som *ikke* ønsker at lave mad oftere, laver halvdelen nemlig allerede mad mindst 3-4 gange om ugen eller oftere.

De hyppigste årsager til, at de som i større eller mindre omfang gerne vil lave mad oftere, ikke gør det, er manglen på tid eller det faktum, at de allerede laver så meget mad, som de gerne vil.

Spørgsmål 4 – HVIS RESPONDENTEN I MERE ELLER MINDRE GRAD GERNE VIL LAVE MAD OFTERE

Hvad er årsagen til, at du ikke laver mad oftere?

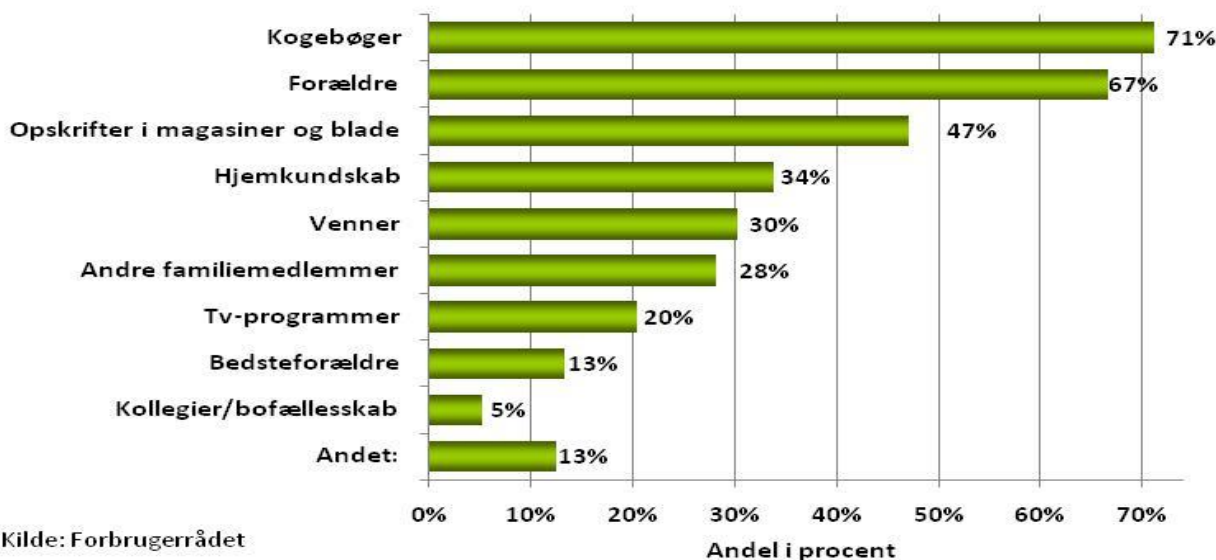


Anm.: Tallene summerer ikke til 100%, da respondenterne har kunne angive flere årsager

En anden hyppig årsag til, at respondenterne ikke laver mad oftere, trods ønsket herom, er at de mangler inspiration. Det angiver hver femte forbruger som årsag til, at de ikke laver mad oftere.

Spørgsmål 5 – ALLE

Hvordan/ hvorfra, har du fået dine grundlæggende færdigheder til, og viden om, at lave mad?



Anm.: Tallene summerer ikke til 100%, da respondenterne har kunne angive flere årsager

Respondenterne har i overvejende grad fået deres grundlæggende færdigheder til at lave mad fra kogebøger eller forældre, som mere end $\frac{2}{3}$ angiver som kilder.

Knap $\frac{1}{3}$ har fået deres viden fra hjemkundskabsundervisningen, og i denne gruppe er især respondenter over 50 år underrepræsenteret, jf. tabellen herunder, hvor kilderne til tilegnelsen af færdigheder er opgjort på aldersgrupper.

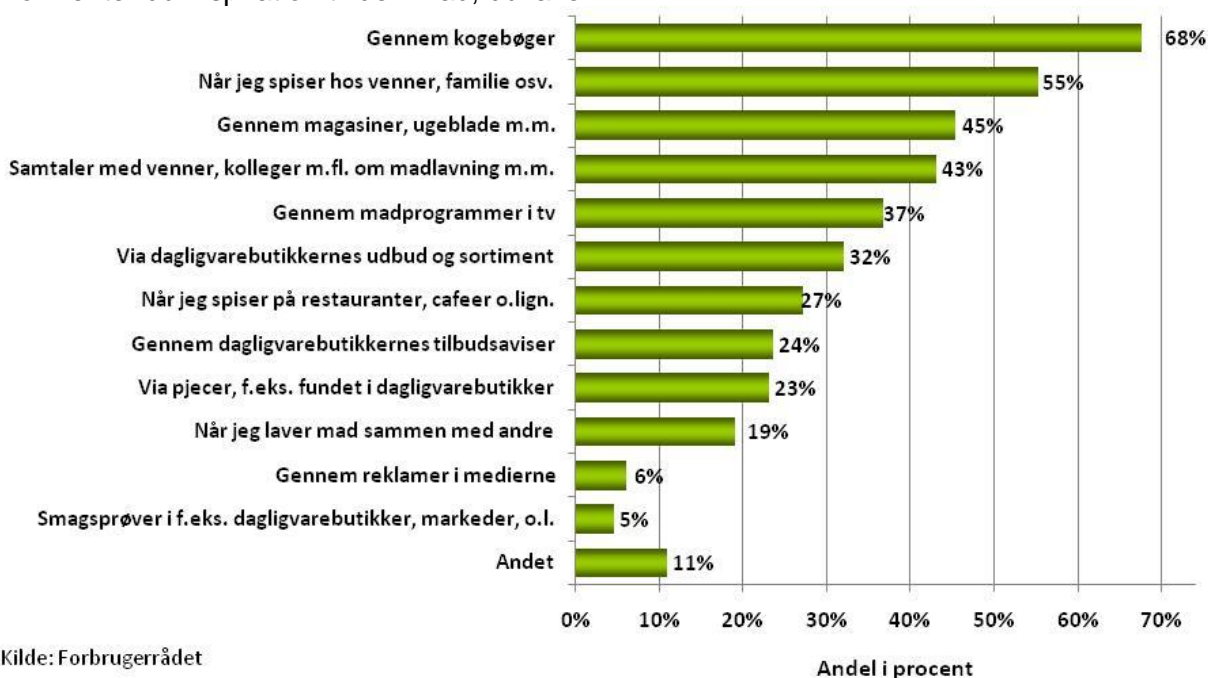
	18-30 år	31-50 år	51-65 år	65 + år	ALLE
Kogebøger	85%	74%	68%	62%	71%
Forældre	89%	72%	59%	52%	67%
Opskrifter i magasiner og blade	44%	48%	49%	42%	47%
Hjemkundskab	41%	43%	28%	14%	34%
Venner	53%	34%	24%	19%	30%
Andre familiemedlemmer	32%	30%	26%	26%	28%
Tv-programmer	25%	21%	19%	20%	20%
Bedsteforældre	18%	17%	10%	5%	13%
Kollegier/bofællesskab	13%	7%	3%	3%	5%
Andet	7%	12%	15%	12%	13%

Kilde: Forbrugerrådet

Anm.: Tallene summerer ikke til 100%, da respondenterne har kunne angive flere årsager

Spørgsmål 6 – ALLE

Hvor henter du inspiration til den mad, du laver?



Kilde: Forbrugerrådet

Anm.: Tallene summerer ikke til 100%, da respondenterne har kunne angive flere årsager

Udover at kokebøgerne har været en vigtig kilde til at udvikle respondenternes færdigheder inden for madlavningen, er de også den mest brugte kilde til inspiration i madlavningen. Mere end $\frac{2}{3}$ af respondenterne bruger kokebøgerne som kilde hertil.

Fællesspisning og samtaler med venner, familie m.fl. er også en inspirationskilde for mange, såvel som ugeblade, magasiner og madprogrammer i TV.

Især de unge under 30 år bliver også inspireret, når de laver mad sammen med andre. De yngre respondenter bruger generelt flere inspirationskilder end de ældre. Gruppen af respondenter i alderen 18-30 år har i gennemsnit angivet 5 inspirationskilder, men antallet falder med alderen, og gruppen over 65 år angiver således "blot" angivet 3 inspirationskilder.

I tabellen herunder er inspirationskilderne fordelt på aldersgrupper gengivet.

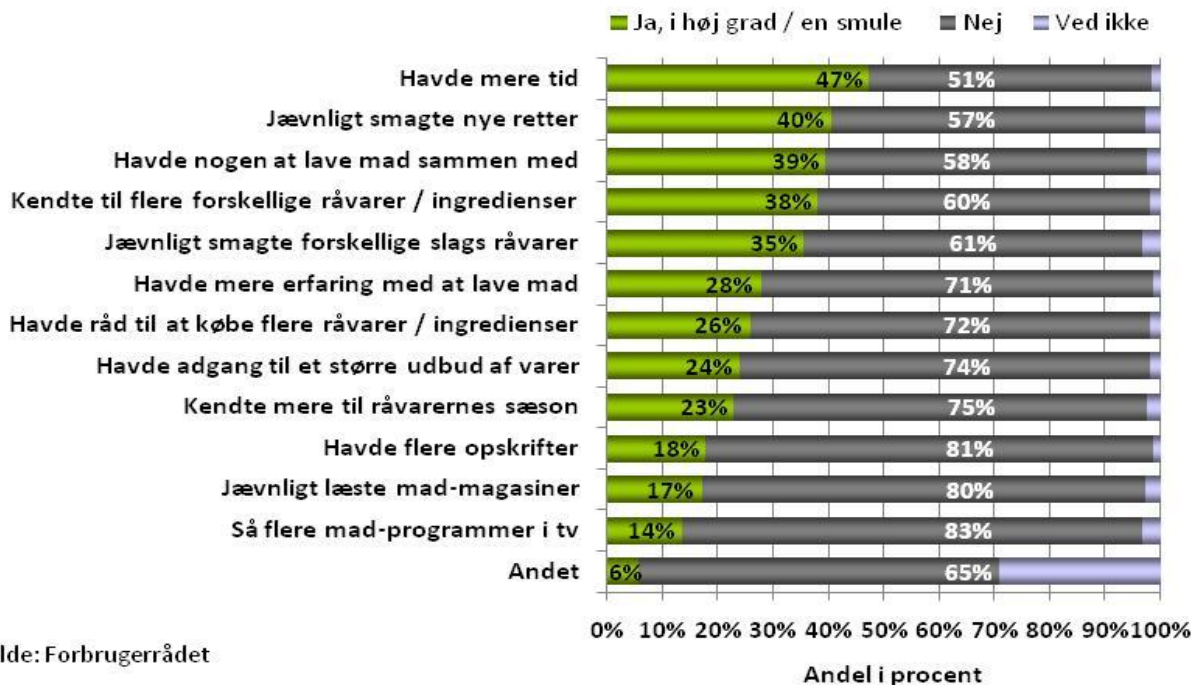
	18-30 år	31-50 år	51-65 år	65 + år	ALLE
Gennem kokebøger	81%	72%	63%	54%	68%
Når jeg spiser hos venner, familie osv.	75%	64%	46%	38%	55%
Gennem magasiner, ugeblade m.m.	47%	48%	42%	43%	45%
Samtaler med venner, kolleger m.fl. om madlavning m.m.	60%	54%	34%	21%	43%
Gennem madprogrammer i tv	45%	39%	33%	31%	37%
Via dagligvarebutikkernes udbud og sortiment	34%	32%	30%	32%	32%
Når jeg spiser på restauranter, cafeer o.lign.	40%	31%	22%	20%	27%
Gennem dagligvarebutikkernes tilbudsaviser	22%	26%	21%	21%	24%
Via pjecer, f.eks. fundet i dagligvarebutikker	25%	23%	24%	17%	23%
Når jeg laver mad sammen med andre	52%	21%	11%	11%	19%
Gennem reklamer i medierne	5%	7%	6%	3%	6%
Smagsprøver i f.eks. dagligvarebutikker, markeder, o.l.	4%	5%	5%	4%	5%
Andet	11%	12%	11%	8%	11%

Kilde: Forbrugerrådet

Anm.: Tallene summerer ikke til 100%, da respondenterne har kunne angive flere årsager

Spørgsmål 7 – ALLE

Tror du, at du ville lave mere mad, hvis du?



Tid er den faktor, der i størst omfang kunne få øget madproduktionen hos respondenterne.

Samlet set angiver 47% af respondenterne, at de ville lave en smule eller i høj grad mere mad, hvis de havde mere tid. Blandt de respondenter, som i høj grad ville lave mere mad, hvis de havde mere tid, angav næsten $\frac{2}{3}$ tidligere i undersøgelsen, at de gerne ville lave mad lidt eller meget oftere, end de allerede gør, jf. spørgsmål 3. Tid, eller manglen på samme, er altså medvirkende til, at respondenterne ikke laver så meget mad, som de gerne ville.

Lige over halvdelen af respondenterne ville imidlertid ikke lave mere mad, hvis de fik mere tid. Blandt disse angav $\frac{3}{4}$ allerede i spørgsmål 3, at de ikke ønsker at lave mere mad, end de allerede gør.

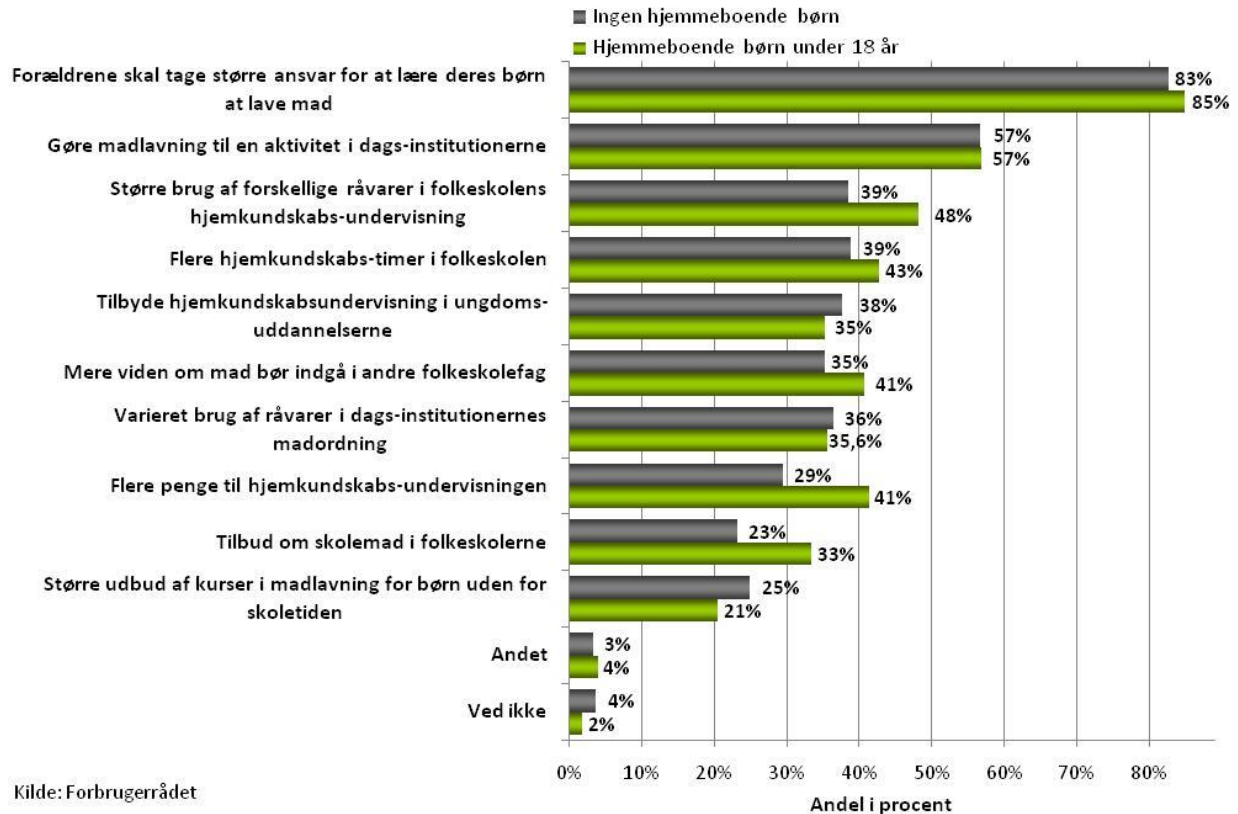
For en del respondenter ville et øget kendskab til (nye) råvarer og ingredienser også øge deres lyst til at lave mere mad. Mindst $\frac{1}{3}$ af respondenterne angiver, for hver af en række faktorer, at det ville få dem til at lave mere mad; hvis de jævnligt smagte nye retter, jævnligt smagte forskellige råvarer og kendte til flere forskellige råvarer. Samlet set har halvdelen af respondenterne dog angivet, at mindst en af disse tre tiltag i større eller mindre grad kunne få dem til at lave mere mad.

$\frac{2}{5}$ af respondenterne ville lave meget eller en smule mere mad, hvis de havde nogen at lave det med, og knap $\frac{1}{5}$ ville gøre det, hvis de havde flere opskrifter.

Respondenterne er slutteligt blevet spurgt om, hvad de mener, kan sikre børn en grundlæggende viden om mad, og som figuren på næste side illustrerer, mener et overvejende flertal, at det især er forældrene, der skal sikre deres børn viden om, og færdigheder til fremstilling af, mad.

Spørgsmål 8 – ALLE

Hvordan mener du, at man bedst kan hjælpe børn og unge til at udvikle en grundlæggende viden om, og færdigheder til fremstilling af, mad?



Generelt er respondenterne forholdsvis enige om uanset om de har hjemmeboende børn under 18 år eller ej. Der hvor der er størst udsving er de tiltag, som vedrører aktiviteter knyttet til folkeskolen.

En større andel af respondenter med hjemmeboende børn under 18 år (grønne søjler), end dem uden, mener således, at der skal tilføres flere penge til hjemkundskabsundervisningen i folkeskolerne, bruges flere forskellige råvarer i undervisningen, flere hjemkundskabstimer generelt, og mere viden om mad i andre skolefag, ligesom flere i denne gruppe støtter, at der skal etableres tilbud om skolemad i folkeskolerne.