

Die vierte Studie der Coop-Initiative «Ess-Trends im Fokus» liegt vor

Schweizerinnen und Schweizer kochen oft und gern

Mindestens einmal pro Tag eine warme Mahlzeit selber kochen – für mehr als die Hälfte der Schweizer Bevölkerung ist dies eine Selbstverständlichkeit. Das zeigt die vierte Coop-Studie «Ess-Trends im Fokus» auf. Dabei wurde das Kochverhalten unter die Lupe genommen. Die meisten können als Hobbyköchin oder -koch charakterisiert werden, nur für 11 % der Befragten ist Kochen eine Pflicht. Die Schweizer Bevölkerung wendet im Schnitt beinahe eine Stunde auf, um unter der Woche ein Mittag- oder Abendessen zuzubereiten.

Die Coop-Initiative «Ess-Trends im Fokus» untersucht regelmässig das Ernährungsverhalten und -bewusstsein der Schweizer Bevölkerung. Nachdem sich die vorhergehenden Studien mit der Schweizer Einstellung zu gesundem, schnellem Essen und der Zusammenhang von Essen und Gesundheit befassten, behandelt die vierte Befragung das Thema «So kocht die Schweiz». Ermittelt wurde unter anderem, ob und wie gekocht wird, welche Zutaten zum Kochen verwendet werden, sowie von wem die Schweizer Bevölkerung Kochen gelernt hat.

So kocht die Schweiz

In der Schweiz wird oft gekocht – und gemäss der Selbsteinschätzung der Befragten auch gut. 85 % der Befragten kochen mehrmals pro Woche eine warme Mahlzeit, 64 % kochen täglich. Der Zeitaufwand dafür ist beträchtlich. Er beträgt unter der Woche knapp eine Stunde, am Wochenende sogar beinahe eineinhalb Stunden. Nur gerade 4 % der Befragten kochen nie, der grösste Teil davon sind Männer. In der Westschweiz wird häufiger gekocht als in der Deutschschweiz.

Frische Zutaten werden von 94 % der Befragten beim Kochen verwendet und sind für 75 % gar wichtig. So werden Salat- und Pastasaucen meist selber zubereitet, eine Minderheit von rund 10 % bäckt sogar das Brot selber. Ebenfalls hohes Augenmerk wird auf saisonale Produkte und Ausgewogenheit gelegt. Und auch der Preis und Aktionen spielen beim Menü eine Rolle. Nur für 11 % der Befragten ist Kochen eine Pflicht. Der grösste Teil sieht Kochen als Hobby und probiert gerne neue Rezepte aus, in der Westschweiz sind die Kochenden kreativer als in der Deutschschweiz. Auch wärmen die Deutschschweizerinnen und Deutschschweizer mehr Fertiggerichte.

Italianità und Autodidaktik

Bei den Gerichten liegen Speisen aus Italien leicht vor der Schweizer Kost; 85 % der Befragten kochen immer oder oft italienische Gerichte, und 80 % bevorzugen traditionelle Menüs. Da erstaunt auch nicht, dass Pastagerichte hoch im Kurs liegen. Vegetarisch kochen nur 25 %, es sind eher weibliche Köchinnen aus der Deutschschweiz. Kochen gelernt wurde meist von den Eltern. Etwas mehr als die Hälfte der Befragten hat sich das Kochen jedoch selbst beigebracht. Die Schweizer Bevölkerung hat traditionelle Vorbilder, so nennen 30 % der Befragten die Mutter

Diese Meldung finden Sie auch unter www.coop.ch/medien und www.coop.ch/fachdossier

Kontaktpersonen

Susanne Sugimoto-Erdös, Leiterin Medienstelle

Nicolas Schmied, Mediensprecher

Denise Stadler, Mediensprecherin

Sabine Vulic, Mediensprecherin

Tel. +41 61 336 71 96

Tel. +41 61 336 71 39

Tel. +41 61 336 71 10

Tel. +41 61 336 71 92

oder den Vater als Vorbild in der Küche. Promiköche hingegen haben einen geringeren Stellenwert.

Mehr als die Hälfte der Befragten kocht nach Rezepten aus Betty-Bossi-Kochbüchern. Auch andere Kochbücher, das Internet und Bekannte sind Freund und Helfer in der Küche. Die Kreativität kommt aber nicht zu kurz; ein Drittel kreiert eigene Rezepte. Gekocht wird am häufigsten am Herd oder im Backofen.

Vier unterschiedliche Kochtypen

Durch die Befragung konnten vier verschiedene Kochtypen identifiziert werden. Diese unterscheiden sich hauptsächlich durch ihre Einstellung zum Preis und den Zutaten. So sind die «desinteressierte Köchin» und die «umwelt- und gesundheitsbewusste Köchin» nicht besonders preisbewusst. Ganz im Gegensatz zur «Hobbyköchin» und der «preisbewussten Pflichtköchin»; hier wird auf den Preis der Lebensmittel geachtet. Die Zutaten müssen bei der «Hobbyköchin» und der «umwelt- und gesundheitsbewusste Köchin» frisch sein, wobei die anderen beiden Kochtypen eher Fertigprodukte beim Kochen bevorzugen. Mit einem Anteil von 44 % stellen die Hobbyköchinnen und -köche die grösste Gruppe.

Fachliche Unterstützung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

Die repräsentativen Coop-Studien zum Ernährungsverhalten und -bewusstsein der Schweizer Bevölkerung werden regelmässig durchgeführt und publiziert. Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE (www.sge-ssn.ch) begleitet das Projekt «Ess-Trends im Fokus» fachlich und stellt sicher, dass es hohen ernährungswissenschaftlichen Ansprüchen genügt.

Alle Studienergebnisse sind publiziert unter www.coop.ch/esstrends und unter www.sge-ssn.ch/de/fuer-medienpresse/medienmitteilungen.html.

Kontaktpersonen Coop

Susanne Sugimoto-Erdös, Leiterin Medienstelle
Denise Stadler, Mediensprecherin

Tel. +41 61 336 71 96
Tel. +41 61 336 71 10

Kontakte mit der Coop Fachstelle Ernährung werden über die Medienstelle koordiniert.

Kontaktperson Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Marion Wäfler, dipl. Ernährungsberaterin HF, Medienservice

Tel. +41 31 385 00 08