

Food Trends 2020: Du bliver, hvad du spiser!

Berlin, 23.01.2016 **Kosten er danskernes toptemwa og bliver mere og mere et spørgsmål om commitment: Du bliver, hvad du spiser! Men hvordan ernærer vi os i fremtiden? Her er ernæringseksperternes trend-overblikket.**



Trend 1: Fusion Food

Søde tærter med skinke. Sandwich med nødde-nougat-creme. Eller marmorkager med stærk tomat-salsa? Det lyder ret mærkeligt, men opfylder ikke desto mindre den nye kost-trend i USA. Fusion food er et modigt mix af smagsretninger, som ved første øjekast ikke passer godt sammen. Men fusion food har længe været en del af det traditionelle køkken: Vildt med tranebær eller vaniljeis med pepper peger lige præcist i den retning! Michael Divé fra ernæringsportalen nu3.de siger: "Intet er umuligt. De nye smagsekspllosioner er ganske vist et spørgsmål om tilvænning, men faktisk har de mange sundhedsmæssige fordele." Den, der blander farver og smag, nyder godt af et mere forskelligartet spektrum af næringsstoffer! Allerede beviser de trendy grønne smoothies med broccoli, kiwi og spinat, at sød, sur og krydret harmonerer godt.

Trend 2: At spise bevidst

Specielle ernæringsformer er i fremgang: Hver femte lever allerede efter en bestemt ernæringsform, som det aktuelle nu3 ernæringstype-studie beviser. Hvad end det er vegan, clean eating eller efter den indiske Ayurveda-lære, så vælger den fremtidige forbruger sin kost mere bevidst og kigger mere kritisk på etiketten! Dette må industrien reagere på. Der er allerede angivet 35 officielle ernæringstyper, og der tilføjes hele tiden flere. Dette gør, at maden i stigende grad er et spørgsmål om samvittighed og erstatning for religion: Du er, hvad du spiser!

Trend 3: Smart Food

Fremtidens ernæring kommer fra rumforskning: Compleat hedder det gullige pulver, som forskere har beskæftiget sig med i nu to år. Hvad indeholder dette pulver? Strengt taget kun ren natur: Maltodextrin som energikilde, vegetabiliske proteiner og en præcis afbalanceret blanding af et næringsstofs-mix og vitaminer. 20 ingredienser fra C-vitamin til zink, jern og calcium. nu3-eksperter udtaler: "Forbrugerne er i et dilemma, fordi de har lidt tid og stadig ønsker at ernære sig perfekt. Smart food er på den måde en løsning, der er anvendelig i forbrugernes hverdag. Et fuldt måltid, der er klar på under 60 sekunder? Innovationer som disse ville snart kunne udrydde fast food og færdig-pizza.

Trend 4: Jungle food

De elskede superfoods kommer fra Brasilien, Bolivia eller Peru. Dog er trend-planter som lucuma (tropisk blomme fra højlandet i Sydamerika) eller camu camu (jungle-kirsebær fra Amazonas-regionen) kun begyndelsen! Omdrejningspunktet for interesse er de ægte plantesorter, som ikke er blevet ændret gennem avl eller gensplejsning. Man kender mange af effekterne af de nye trend-produkter som moringa eller acerola, men man har langt fra en viden om alle deres egenskaber. Det er vores tip, at du ubetinget er opmærksom på økologisk dyrkning, så junglen også har en fremtid.

Trend 5: Alger

Søgen efter naturlige, ikke genetisk ændrede fødevarer fører tilbage til dybet i havene. Alger, tang & Co er klart de ernæringsmæssige trends, fordi de vokser hurtigt, er rige på jern og klorofyl (vigtigt for bloddannelse og iltransporten i kroppen) og giver omkring 6 gram protein per 100 gram. Allerede nu er chlorella og spirulina som kosttilskud en del af mange menneskers kostplan. Fremtidens kost, fører os tilbage i havet, hvor alt begyndte for 3 milliarder år siden.

Kontakt:

Michael Divé

Leder i virksomhedskommunikation

Email: michael.dive@nu3.de

Telefon: +49 (0) 30 / 340 443 857

Om nu3 – Ernæringseksperterne:

nu3 er Europas førende udbyder af intelligent ernæring. Kunden finder via nu3's online-shop produkter, der passer til vedkommendes mål og filosofi i kategorierne vægttab, naturkost, sport, sundhed og skønhed. Teamet i nu3 af ernæringsforskere, sportsforskere og medicinere er konstant på udkig efter innovative produkter til det stadigt voksende sortiment, der i øjeblikket består af omkring 6.500 artikler. nu3 GmbH med hovedsæde i Berlin blev grundlagt i 2011 og beskæftiger omtrent 230 medarbejdere, og virksomheden er aktiv i 25 lande, herunder Kina siden november 2015. <http://www.nu3.dk>