



2021-02-15 11:00 CET

FRUKOSTEN KAN BLI STARTEN PÅ ETT MER KLIMATSMART LIV

Undersökningen 'Hur hållbara är svenskarnas frukostvanor' genomfördes av oberoende analys- och undersökningsföretaget Novus på uppdrag av Wasa, genom 1080 webintervjuer i Novus Sverigepanel.

Syftet med undersökningen var att undersöka vad Sveriges befolkning äter till frukost, hur klimatvänlig den genomsnittliga frukosten egentligen är, samt hur bra koll den svenska befolkningen faktiskt har på det klimatavtryck de gör varje morgon.

Nedan ett utdrag av undersökningens resultat samt analys baserat på data om produkters olika klimatavtryck från forskningsinstitutet RI.SE.



SVENSKARNAS FRUKOSTVANOR

- Nära åtta av tio (78%) äter frukost varje dag.
- Nästan 70% av svenskarna äter samma frukost merparten av veckans dagar.
- Bland de som äter frukost åt två av tre (66%) bröd till frukost. Bland boende i Stockholm är den siffran högre - 73%.
- Bland de som äter frukost drack drygt hälften (55%) kaffe till frukost.
- Bland de som äter frukost är det viktigaste att frukosten är god (75%).
- Den svenska genomsnittsfrukosten består av en kopp bryggkaffe, ett ägg, två skivor bröd, smör och hårdost.
- De vanligaste påläggerna på smörgåsen är (i rangordning); smör, hård ost, kött-pålägg, grönsaker, margarin, marmelad, kaviar, leverpastej, färskost och nötsmör.
- 0% svarade att de äter hummus, bönor och andra baljväxter till frukost några av de produkter som ger allra lägst klimatavtryck.
- Bland de som äter frukost har majoriteten (79%) inte ändrat sina frukostvanor under coronapandemin. Bland de vars frukostvanor har ändrat sig under coronapandemin uppges att man äter frukost hemma nu, och lägger ner mer tid på frukosten.

FRUKOSTEN OCH KLIMATET

- Bland de som äter frukost tycker var tredje (32%) att det är viktigt att deras frukost är klimatvänlig.
- Bland de som äter frukost är nära fyra av tio (38%) öppna för att ändra sin frukost för att bli mer klimatvänlig. Framförallt de yngre (18-29 år).
- Bland de som är öppna för att ändra sin frukost för att bli mer klimatvänliga kan framförallt var femte (21%) tänka sig att äta mer när-/lokalproducerat.



- Var femte (21%) tror att köttprodukter på frukostbordet står för den största klimatpåverkan.
- En av fem vet inte vilka klimatbovarna på frukostbordet är.
- Framförallt äldre män och de som ofta äter kött tycker att det är mycket eller ganska oviktigt med en klimatvänlig frukost.

DEN SVENSKA FRUKOSTEN OCH DESS KLIMATAVTRYCK

Den rekommenderade nivån av utsläpp för en frukost uppgår till 0.4 Co₂e (koldioxidekvivalenter) enligt WWF "One Planet Plate", för att nå FN:s klimatmål om maximalt 1.5 C uppvärmning år 2030. Baserat på RI.SE klimatdatabas för livsmedel version 1.7 gäller följande:

- Svenskarnas genomsnittsfrukost räknat på en kopp kaffe (250 ml), ett ägg, två skivor bröd (42 g/st), 2 portioner smör (5 g/st) och fyra skivor ost (10g/st) uppgår till ett klimatavtryck på ca 0.55 Co₂e – över gränsen för vad en frukost får "kosta" klimatomåttligt.
- De vanligaste pålägggen på smörgåsen (2 skivor ost 10g och 5 g smör) uppgår bara de till ett värde av 0.404 Co₂e, vilket överskrider den totala rekommenderade nivån för en hel frukost, och utgör hela 2/3 av det totala Co₂e värdet för genomsnittsfrukosten.
- Rågknäckebröd har ett klimatavtryck på 0.006kg Co₂e per skiva, det är så pass lågt att man kan äta 66 stycken knäckebröd för sin frukostbudget på 0.4kg Co₂e.