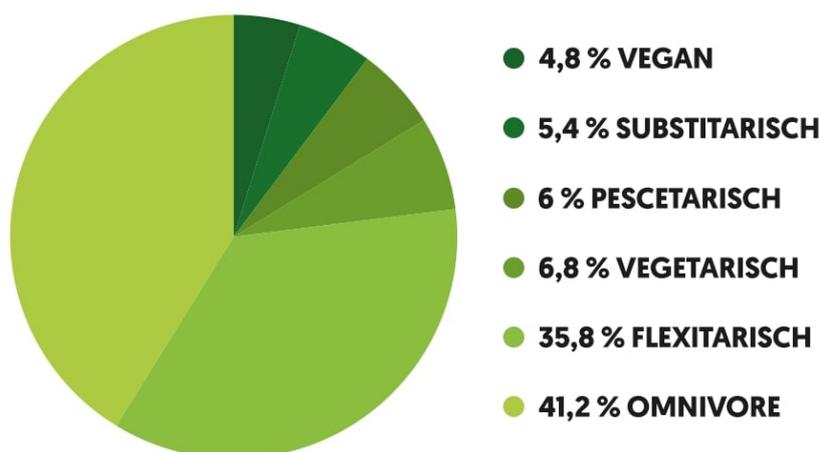


## Veganuary mit gurkerl.at: Jede:r Dritte möchte Fleischkonsum reduzieren

Neues Jahr, Neujahrsvorsätze: Neben den Klassikern, mehr Sport, weniger Screentime, steht auch das Thema Ernährung bei vielen ganz oben auf der Agenda. Im „Veganuary“, dem veganen Jänner, dreht sich alles um rein pflanzliche Lebensmittel.

### SO ERNÄHRT SICH ÖSTERREICH 2023



So ernährt sich Österreich. (©gurkerl.at)

Wie eine Umfrage des größten Wiener Online-Supermarkts gurkerl.at zeigt, spielen pflanzliche Ernährungsweisen oft bereits eine große Rolle: Im Jahr 2023 möchten sich 23 Prozent der

Befragten zumindest teilweise pflanzlich (vegan) ernähren, ein Drittel (32 %) den Fleischkonsum reduzieren.

Bewusste Ernährung wird ebenfalls groß geschrieben, denn 55 Prozent stimmen zu, dass sie sich heuer bewusster ernähren möchten. Gurkerl.at positioniert sich als Vorreiter und bietet über 3.700 Plant-based-Produkte an – und das zu besten Preisen.

## **Veganuary - ein Monat vegan**

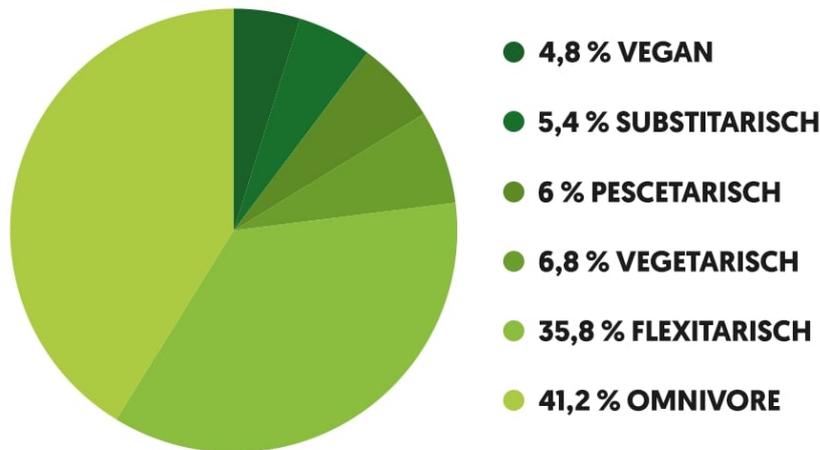
Die Zahlen sind eindeutig: Die Mehrheit der Österreicher:innen isst gerne Fleisch. Der Veganuary geht dabei in eine andere Richtung, klärt über Veganismus auf und lädt dazu ein, sich selbst einen Monat – und gerne auch darüber hinaus – vegan zu ernähren.

Jede:r zehnte Befragte möchte 2023 daran teilnehmen und auf Fleisch, Fisch und tierische Produkte verzichten, weitere 20 Prozent überlegen dies noch. Sechs von zehn (58 %) greifen in der Regel bereits jetzt mindestens ein Mal im Monat zu pflanzlichen Ersatzprodukten (Fleischersatzprodukte, Käseersatzprodukte, Milchersatzprodukte).

## **Die Vorteile der plant-based- Ernährung**

Plant-based-Produkte überzeugen mit gutem Geschmack, aber nicht nur das: Vegane Ernährung kann auch gesundheitliche Vorzüge mit sich bringen. Pflanzliche Lebensmittel haben meistens weniger Fett, aber einen hohen Ballaststoffgehalt – Veganer:innen haben unter anderem öfters einen niedrigeren Cholesterinspiegel und niedrigeren Blutdruck, das Risiko für Bluthochdruck und Typ 2 Diabetes kann sinken, wie Gesundheit.gv.at schreibt. Wichtig sei es jedoch, stets auf eine ausgewogene Ernährung zu achten, um Mängeln vorzubeugen.

# SO ERNÄHRT SICH ÖSTERREICH 2023



*So ernährt sich Österreich. (©gurkerl.at)*

## Veganer Online-Handel

Speziell Veganer:innen sind sehr online-affin: 36 Prozent kaufen ihre veganen Ersatzprodukte im Onlineshop des Herstellers (direkt bei der Marke) ein, 32 Prozent bestellen ihre veganen Ersatzprodukte im Online-Handel, zum Beispiel bei gurkerl.at.

"Wir versuchen mit unserem Sortiment die Wünsche unserer Konsument:innen bestmöglich abzudecken, bedarfsorientiert zu planen und verschiedenste Optionen zu bieten – immerhin kauft bereits jede:r Fünfte, der pflanzliche Ersatzprodukte in seinem Warenkorb hat, diese bei Online-Händlern wie gurkerl.at ein“, führt Beurskens aus.

## Pflanzlicher Shop bei gurkerl.at

"Dafür haben wir maßgeschneiderte pflanzliche Kategorien eingeführt, wie einen Shop-in-Shop, damit unsere Kund:innen unser Angebot leicht entdecken können und ein Sortiment, das

wir jede Woche mit innovativen Produkten erweitern. So lassen sich pflanzliche Produkte hervorheben und auch neue Produkte sowie Spezialitäten lassen sich ganz einfach erkennen.“

## **Tausende pflanzliche Produkte bei Gurkerl.at**

Damit gehören weite Wege, welche vor kurzem noch mit einem pflanzlichen Wocheneinkauf verbunden waren, der Vergangenheit an. gurkerl.at liefert mehr als 3.700 pflanzliche Produkte in 3 Stunden, perfekt planbar in 15-minütigen Zeitfenstern und garantiert Qualität. Denn sollte Wiens größter Online-Supermarkt Produkte bringen, die nicht den Erwartungen entsprechen, bekommen Kund:innen in nur wenigen Klicks und Minuten ihr Geld in Form von Credits zurückerstattet.

Die Zahlen sind die Ergebnisse einer von gurkerl.at und Appinio durchgeführten Studie im Dezember 2022 zum Ernährungsverhalten in Österreich. Für die Umfrage wurden 500 Personen im Alter von 16 bis 65 Jahren befragt.

**Besuchen Sie uns auf: [fleischundco.at](https://fleischundco.at)**