



## Opsummering af analysen “Plantebaserede kødalternativer på det danske marked”

### Hovedkonklusioner

Her følger korte konklusioner på data, som understøttes af arkene ”Proteinkilde”, ”Mærker”, ”Næringsstofindhold”.

### Ingredienser

Et generelt billede tegner sig, at der primært anvendes meget forarbejdede proteinkilder såsom ærte-, hvede- og sojaprotein frem for hele proteinholdige råvarer som bælgfrugter. Denne hårde forarbejdning kan både forbedre og forringe proteinkvaliteten og dermed vores evne til at optage proteinet. Forarbejdning i form af hydrolysering ændrer også proteiners egenskaber og dermed muligheder for anvendelse i forskellige typer af produkter. Direkte og langsigtede konsekvenser for human ernæring og sundhed er ikke undersøgt.

### Næringsstofindholdet

**Fedt:** Som det ses i arket “Næringsstofindhold”, så har produkterne, der enten er eller bruges som skiveskårede pålægsprodukter, et gennemsnitligt fedtindhold på **11 g fedt pr. 100 g**, hvilket betyder, at de gennemsnitligt set ikke lever op til Fødevarestyrelsens anbefaling\*, som lyder på **max 10 g fedt pr. 100 g** for netop denne fødevarerkategori. De øvrige produkter har et gennemsnitligt fedtindhold på lige under **10 g pr. 100 g**, og møder derfor denne anbefaling.

**Sukker:** Sukkerindholdet ligger i gennemsnit på 2,2 g sukker pr. 100 g, hvilket betyder, at produkterne generelt set lever op til Fødevarestyrelsens anbefaling, som lyder på **max 3 g sukker pr. 100 g** for netop denne fødevarerkategori og begge undergrupper.

**Salt:** Det gennemsnitlige saltindhold for de skiveskårede pålægsprodukter ligger på **2,1 salt pr. 100 g**, hvilket er for højt i forhold til Fødevarestyrelsens anbefaling, som er max



**1,5 g salt pr. 100 g** for netop denne fødevarerkategori. De øvrige produkter har et gennemsnitligt saltindhold på **1,3 g pr. 100 g**, hvilket overstiger grænsen på **1 g salt pr. 100 g**.

\*Fødevarestyrelsens anbefalinger i "Bekendtgørelse om anvendelse af Nøglehulsmærket på fødevarer m.v."

**Protein:** Det gennemsnitlige indhold af protein på hhv. 15 g pr. 100 g for de produkter der ikke anvendes som skiveskåret pålæg og 18 g pr. 100 g for dem, der er beregnet til skiveskåret pålæg. Generelt ligger plantebaserede produkter højere i proteinindhold end spiseklare bælgfrugter som bønner og linser, men lavere end kød og kødprodukter med en tilsvarende fedtprocent.

### Primære proteinkilder

Opgørelse af de 291 produkter i analysen viser, at de primære proteinkilder er:

- Soja (37%)
- Hvede (35%)
- Ærter (21%)

Øvrige proteinkilder er:

- Gær
- Havre
- Kikærter
- Nødder
- Æg
- Tang
- Diverse bælgfrugter (linser, lupin, hestebønner, hvide bønner, belugalinser m.m.)

### Økologimærke

Som det ses i arket "Mærker" har 136 af de i alt 291 produkter økologimærket, hvilket svarer til 47% af produkterne.

### Nøglehulsmærket

Kun 9 af de 291 produkter har Nøglehulsmærket svarende til 3 % af produkterne. Det skyldes som udgangspunkt et saltindhold, som generelt er for højt. Herudover så ligger fedtindholdet også for højt for mange af produkterne (se arket "Næringsstofindhold").

Produkterne i analysen tilhører fødevarekategori 25 i "[Bekendtgørelse om anvendelse af Nøglehulsmærket på fødevarer m.v.](#)" Fødevarekategorien dækker over "Helt eller delvist vegetabiliske produkter med samme anvendelsesområde som fiske- og kødprodukter i fødevaregruppe 22 og 24. Produktet kan indeholde sovs eller lage. Procentandelen og kriterierne gælder for den del af produktet, som er beregnet til at spise. Produktet kan være paneret, hvis tilberedningen ifølge producentens anvisning ikke medfører, at produktet tilføres fedt."

Der er følgende krav til sammensætningen:

"Produktet skal bestå af mindst 50 % cerealier (100 % fuldkorn), grøntsager (undtagen kartofler), bælgrugter (undtagen jordnødder), rodfrugter eller ikke-animalsk protein. Produktet må ikke indeholde kød eller fiskevarer."

I fødevarekategori 25 skelnes mellem to grupper:

- 25a) For skivede pålægsprodukter
- 26b) For øvrige produkter i fødevaregruppe 25

Nedenfor ses kravene til næringsstofindholdet for henholdsvis fødevarekategori 25a. og fødevarekategori 25b:

25 a). For skivede pålægsprodukter	<ul style="list-style-type: none"> <li>- fedt højst 10 g/100 g</li> <li>- mættede fedtsyrer højst 3,5 g/100 g</li> <li>- tilsatte sukkerarter højst 3 g/ 100 g</li> <li>- salt højst 1,5 g/100 g</li> </ul>
------------------------------------	---

25 b). For øvrige produkter i fødevarergruppe 25	- fedt højst 10 g/100 g - mættede fedtsyrer højst 3,5 g/100 g - tilsatte sukkerarter højst 3 g/100 g - salt højst 1,0 g/100 g
--	--

### Lokalt produceret

Markedsanalysen finder at 100 af de 291 produkter er produceret i Danmark, hvilket svarer til 34% af de analyserede produkter. De produkter der er markeret med "Danmark\*" er talt med som dansk produceret. Producenten er dansk, men produktet er ikke blevet til i Danmark.

De producenter der sidder på markedet i de udvalgte dagligvare-udbydere er:

- Naturli'
- Den grønne slagter
- Hanegal
- K-salat
- Rømer Vegan
- Planteslagterne
- Urtekram
- Daloon
- Pure Food Line
- Delle Kompagniet
- Plantekompagniet
- Beauvais
- Organic Plant Protein
- Foodture
- Edgy
- Butchers Choice
- Gourmandiet
- Earth Control
- Det Glutenfrie Verksted
- Easis

## Metodebeskrivelse

Analysen er udarbejdet af Birgitte Mie Hansen – Fødevareguiden for Landbrug & Fødevarer.

Nedenfor ses en kort beskrivelse af dataindsamlingsmetoden samt valg af kategorier.

## Indsamling af data

Data er blevet indsamlet i perioden 6.-17. december 2021.

Supplerende er der tilføjet 8 produkter fra Den grønne slagter den 19. januar 2022.

Der blev i dataindsamlingsperioden taget kontakt til nedenstående detailkæder for at få oplyst udførlige produktlister/data over samtlige plantebaserede kødalternativer i sortiment. Det var detailkæderne:

- Salling Group (Netto, Føtex, Bilka)
- Aldi
- Lidl
- Coop

Salling Group meldte tilbage, at de ikke havde mulighed for at udlevere sådanne produktlister og henviste til deres online supermarkeder.

Aldi meldte tilbage, at de grundet travlhed og sygdom p.t. ikke kunne være behjælpelige før medio januar. Coop og Lidl vendte ikke tilbage.

Det betyder, at data er indhentet fra nedenstående online butikker samt fysiske butikker

Online butikker:

- Bilkatogo.dk
- Føtex.dk
- Rema1000.dk
- Coop.dk
- Nemlig.com
- Greenos.dk



- Nuttyvegan.dk
- Helsam.dk
- Helsebiksen.dk
- Allergikost.dk
- Skagenfood.dk
- Naturkost-odense.dk
- Aarstiderne.com

#### Fysiske butikker (i København)

- Aldi (2 forskellige)
- Lidl (2 forskellige)
- Meny
- Superbrugsen
- Irma
- Kvickly

#### Valg af kategorier

Produkterne er opdelt i 37 kategorier. Der er skelnet mellem vegetariske og veganske produkter.

Der er valgt de kategorier, som via markedsføringen synes at være direkte plantebaserede kødalternativer.

Der er ligeledes medtaget produkter, som er direkte alternativer til fjerkræ som kylling og and.