

P R E S S E M I T T E I L U N G

Das kommt auf den Tisch: die Ernährungstrends im neuen Jahr Ernährungs- und Diätportal abnehmen.net gibt einen Ausblick auf die Koch- und Ess-Themen 2009

Berlin, 17. Dezember 2008 – Wirtschaftliche und kulturelle Entwicklungen spiegeln sich in der Koch- und Esskultur genauso wieder wie meist kurzlebige Einflüsse aus dem In- und Ausland. Was tut sich 2009 Neues im Hinblick auf die Ernährung der Deutschen? Peggy Reichelt und ihr Team vom Ernährungs- und Diätportal abnehmen.net sind dieser Frage nachgegangen und geben einen Überblick über die Lebensmitteltrends, die fürs neue Jahr zu erwarten sind.

Wie so oft in wirtschaftlich unsicheren Zeiten findet eine Rückbesinnung auf die Häuslichkeit statt, „Cocooning“ genannt. Ob hausgemachte Marmeladen, selbstgebackenes Brot oder der Anbau von Obst und Gemüse im heimischen Garten – „Do it Yourself“ ist in. Das gilt auch für Müsli, Kaffee, Tee oder Schokolade: Bei immer mehr Internetanbietern kann sich der Verbraucher seine Lieblingsmischungen selbst zusammenstellen. Ausgerechnet aus den USA, dem Land der Super-Size Menüs, kommt der Trend zum „Weniger ist mehr“. Vor allem in Restaurants werden die servierten Mahlzeiten immer kleiner und damit auch kalorienärmer.

Kohl im Winter, Spargel im Juni: Die landestypische, regionale und saisonale Kost kommt wieder in Mode. „Es wird gegessen, was die Jahreszeit auf den Tisch bringt“, sagt Reichelt von abnehmen.net. Beim sogenannten „Slow Food“ werden lange Transportwege vermieden und damit CO² gespart. Außerdem kehrt damit der reine, unverfälschte Geschmack regionaler Küche an den Esstisch zurück. Auch in Spitzenrestaurants geht es nicht mehr unbedingt ausgefallen und spartanisch zu: Beim Comeback des „Comfort Food“ gibt es statt extravaganter Molekularküche traditionelle Gerichte mit heimischen Kräutern und Zutaten. Zum Beispiel mit frischem Estragon, der in den letzten Jahren nur selten den Weg in den Kochtopf fand. Das Aroma erinnert leicht an Anis, passt perfekt zu Fleisch oder Salaten und ist auch für eigene Kochexperimente zu empfehlen.

„Generell fällt auf, dass Verbraucher sich bewusster ernähren und mehr Transparenz einfordern“, fasst Peggy Reichelt zusammen. Insgesamt 14 kulinarische Trends haben die Ernährungsexperten von abnehmen.net ausgemacht. Das neue Internetportal gibt unter www.abnehmen.net Restaurant-, Website- und Kochtipps und informiert unterhaltsam über die „Kleiner Teller Initiative“, Functional Food, essbare Landschaften oder Gewürze wie das Allroundtalent Ingwer.

Über abnehmen.net

Das neue unabhängige Internetportal abnehmen.net (www.abnehmen.net) bietet eine im deutschsprachigen Raum einzigartige Kombination aus aktueller redaktioneller Berichterstattung, kompetenter Diätberatung sowie der Möglichkeit, sich direkt mit anderen Usern auszutauschen. Ein Diät-Finder hilft, in nur wenigen Schritten schnell und unkompliziert die für den jeweiligen Nutzer beste Diät zu finden.

Für Rückfragen: Frank Plümer | plümer)communications
Tel. 040/35 70 13 50 | E-Mail: fp@pluecom.de

abnehmen.net ABNEHMEN IM NETZ GmbH

Chausseestrasse 8 · 10115 Berlin

Tel. +49 30 30605032

Fax +49 30 30605033

Email kontakt@abnehmen.net

Web www.abnehmen.net