# Die Deutschen essen an Heiligabend Kartoffelsalat mit Würstchen, aber kaum vegetarisch oder vegan

**09.12.2022** - Die Deutschen mögen es in der Advents- und Weihnachtszeit in Sachen Essen traditionell und klassisch: Kartoffelsalat mit Würstchen an Heiligabend und Geflügel, z. B. Gans, an den Feiertagen. Das sind die Ergebnisse einer repräsentativen Civey-Umfrage im Auftrag des Lebensmittelverbands Deutschland.

Lebensmittelverband Deutschland e. V.

Was essen Sie Heiligabend?

Mehr als die Hälfte aller Befragten (56,7 Prozent) weiß bereits Anfang Dezember, was an Heiligabend auf den Tisch kommt - der Klassiker Kartoffelsalat mit Würstchen (30 Prozent) *(vgl. Grafik 1)*. Auf den Plätzen zwei und drei folgen Geflügel (13,3 Prozent) und Fondue oder Raclette (11,8 Prozent). Auffallend: nur 3,8 bzw. 1,4 Prozent der Befragten essen ein vegetarisches bzw. ein veganes Hauptgericht. Damit ist sowohl die Zahl derer, die sich fleischfrei an Heiligabend ernähren im Vergleich zu 2020 (5 Prozent*) gesunken und diejenigen, die auf eine rein pflanzliche Kost setzen, sind ebenfalls weniger geworden (2 Prozent* in 2020). Der vermeintliche Trend hin zu einer vegetarischen oder veganen Ernährung scheint sich zumindest an Weihnachten nicht widerzuspiegeln. Wahrscheinlich spielen die Flexitarier:innen, also diejenigen, die nur ab und zu Fleisch und Fisch essen, eine größere Rolle. Wo sonst verzichtet wird, wird an Heiligabend eine Ausnahme gemacht.

Was an den Weihnachtsfeiertagen zubereitet wird, wissen immerhin schon 45,6 Prozent. Spitzenreiter ist trotz der Vogelgrippe und steigender Preise das Geflügel, also z. B. die Weihnachtsgans mit 42,2 Prozent. Weit dahinter sind Rinder- oder Schweinebraten (15,2 Prozent) und Wild (12,1 Prozent) *(vgl. Grafik 2).*

**Besonderheiten an Heiligabend:**

- Starke Unterscheide gibt es in den verschiedenen Altersklassen. Kartoffelsalat mit Würstchen wird vor allem von den Seniorinnen und Senioren gegessen (35,6 Prozent). Bei den 18- bis 29-Jährigen sind es hingegen nur 15,2 Prozent. Sie essen lieber Geflügel (27,4 Prozent) oder Vegetarisch (18,9 Prozent).


© LUMITOS AG

- Bemerkenswert ist die Verteilung der vegetarischen und veganen Gerichte. Vegetarisch wird in erster Linie von den 18- bis 29-Jährigen verzehrt (18,9 Prozent), an zweiter Stelle folgen die 30- bis 39-Jährigen mit 4,3 Prozent. In den weiteren Altersgruppen sind es dann nur noch knapp 3 Prozent. Rein pflanzlich feiern vor allem die 30- bis 39-Jährigen (4,4 Prozent). In den weiteren Altersgruppen sind es knapp 1 Prozent. ABER - die jungen Menschen von 18 bis 29 Jahren essen überhaupt nicht vegan (0 Prozent).
- Auch regionale Unterschiede sind erkennbar - beim Kartoffelsalat gibt es ein starkes Ost-West-Gefälle: In allen östlichen Bundesländern wie Mecklenburg-Vorpommern, Brandenburg, Sachsen-Anhalt, Sachsen und Thüringen liegt der Klassiker bei über 50 Prozent, in jedem zweiten Haushalt kommt er hier an Heiligabend auf den Tisch. In allen Bundesländern sind es zwischen 21,6 Prozent (Rheinland-Pfalz) und 34,6 Prozent (Berlin). Ganz anders konsumieren die Saarländer:innen, dort gibt es nur bei 12,2 Prozent der Befragten Kartoffelsalat mit Würstchen. Hier isst man am häufigsten Geflügel. Die meisten pflanzlichen Mahlzeiten gibt es in Schleswig-Holstein (2,1 Prozent), die meisten vegetarischen ebenso (4,8 Prozent).

**Besonderheiten an den Weihnachtstagen:**

- Fondue oder Raclette werden am liebsten von jungen Menschen gegessen (13,6 Prozent), die sich vermutlich an den Weihnachtstagen abseits der Familie mit Freunden in geselliger Runde treffen. Wildfleisch isst diese Gruppe mit 4,1 Prozent am wenigsten. Das wird eher von der älteren Generation, den 50- bis 64-Jährigen genossen (14,9 Prozent). Jede:r Zehnte der 18- bis 29-Jährigen isst nur ein normales Abendbrot (9,5 Prozent). In den anderen Altersgruppen bleibt es am 1. und 2. Weihnachtstag beim Essen feierlich mit Braten (Rind, Schwein oder Geflügel).
- Fisch wird am ehesten von den Jüngeren oder den Älteren konsumiert mit je 5 Prozent in den Altersgruppen 18 bis 29 Jahre und 65+. In den Altersgruppen dazwischen wird Fisch an den Feiertagen fast gar nicht genossen, sondern eher an Heiligabend (zwischen 6 und 9 Prozent).

**Das wurde in den letzten Jahren gegessen**

43,3 Prozent der Befragten, die noch nicht wissen, was sie dieses Jahr zu Weihnachten essen möchten, haben Auskunft darüber gegeben, was sie in den letzten Jahren zubereitet und kredenzt haben. Auch hier führt an Heiligabend *(vgl. Grafik 3)* der Kartoffelsalat mit Würstchen (21,7 Prozent). Auf den Plätzen zwei und drei gibt es eine leichte Verschiebung, denn Fondue/Raclette liegt auf Platz zwei (15,8 Prozent), gefolgt von Geflügel (12,6 Prozent) auf Platz drei.

An den Weihnachtstagen *(vgl. Grafik 4)* bleibt die Rangfolge mit Geflügel (26,3 Prozent), Rinder- oder Schweinebraten (14,5 Prozent) und Wild (9,8 Prozent) zwar gleich, aber das Geflügel wird deutlich weniger genannt als von denen, die schon wissen, was es geben wird. Interessant: Hier sind auch die


© LUMITOS AG

>> https://www.yumda.de/news/1178823/?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=yumdade

Zahlen für Fisch, vegetarisches und veganes Essen höher. Das lässt die Vermutung zu, dass, sobald die Unentschlossenen eine Entscheidung getroffen haben, die tatsächlichen Zahlen für diese drei Hauptspeisen an Weihnachten doch höher ausfallen könnten, als es sich jetzt darstellt.

*Civey hat für den Lebensmittelverband Deutschland e. V. vom 18. bis zum 28.11.2022 rund 5.000 Bundesbürger ab 18 Jahren online zum Thema "Weihnachtsessen" befragt. Alle Daten wurden im Civey eigenen Panel mit verifizierten Teilnehmer:innen erhoben. Die Ergebnisse sind unter Berücksichtigung des angegebenen statistischen Fehlers repräsentativ für die angegebene Grundgesamtheit. Weitere Informationen zur Methodik finden Sie hier.*

**repräsentative Forsa-Umfrage des Lebensmittelverbands im Dezember 2020*


© LUMITOS AG