

PR onderzoek Honig

Een onderzoek onder gezinnen

Manuel Kaal

15 juni 2018

H5448

Inhoudsopgave

1	PR onderzoek	4
2	Groente experiment	22
3.	Onderzoeksverantwoording	25

Samenvatting

- Nederlandse gezinnen geven zichzelf gemiddeld een 7,2 wanneer het op hun eigen kookkunsten aankomt.
- Vier op de vijf Nederlandse gezinnen hebben een aantal standaard recepten die rouleren, maar daar zijn meestal geen vaste dagen voor.
- Nederlandse gezinnen koken gemiddeld 5,5 keer per week, daarbij maken ze regelmatig gebruik van 7 ‘vaste’ recepten.
- Circa een vijfde van de Nederlandse gezinnen zou meer tijd met het gezin aan de eettafel willen doorbrengen.
- Nederlandse gezinnen beslissen vaak op de dag zelf wat ze gaan eten. Tijd is de belangrijkste factor bij de keuze voor wat men op een avond gaat eten.
- Meer dan vier op de tien Nederlandse gezinnen vinden het een uitdaging om gerechten te bereiden die iedereen lekker vindt.
- Bijna vier op de tien gezinnen vinden het regelmatig een opgave om elke week weer te bedenken wat men gaat koken.
- Bij een derde van de Nederlandse gezinnen zijn gerechten met groenten niet zo populair bij de kinderen.
- Grote diversiteit aan gerechten die volwassenen niet meer of minder eten nadat zij kinderen kregen.
- Gezinnen die met een pakje of een zakje koken hebben gemiddeld 13 minuten minder tijd nodig bij de bereiding van de maaltijd.
- De hoeveelheid groente die per persoon gebruikt wordt verschilt niet significant tussen maaltijden die met een pakje of een zakje gekookt worden en maaltijden die zonder pakje of zakje worden gekookt.
- Bijna driekwart van de Nederlanders volgt het recept dat op het pakje staat redelijk tot precies op.

1

PR onderzoek

Nederlandse gezinnen geven zichzelf gemiddeld een 7,2 wanneer het op hun eigen kookkunsten aankomt

- Mensen uit een lage sociale klasse geven zichzelf gemiddeld een iets hoger cijfer, namelijk een 7,3.

7,2

Is het gemiddelde cijfer dat
Nederlandse gezinnen hun
eigen kookkunsten geven

Welk rapportcijfer geeft u uw eigen kookkunsten? (L) (n=1.142)

Circa een vijfde van de Nederlandse gezinnen zou meer tijd met het gezin aan de eettafel willen doorbrengen

- Nederlandse gezinnen zitten gemiddeld iets meer dan een half uur aan tafel voor het avondeten.

3u15min

Is de gemiddelde tijd dat een Nederlands gezin per dag met elkaar doorbrengt

33min

Is het gemiddelde aantal minuten dat men aan tafel zit voor het avondeten

21%

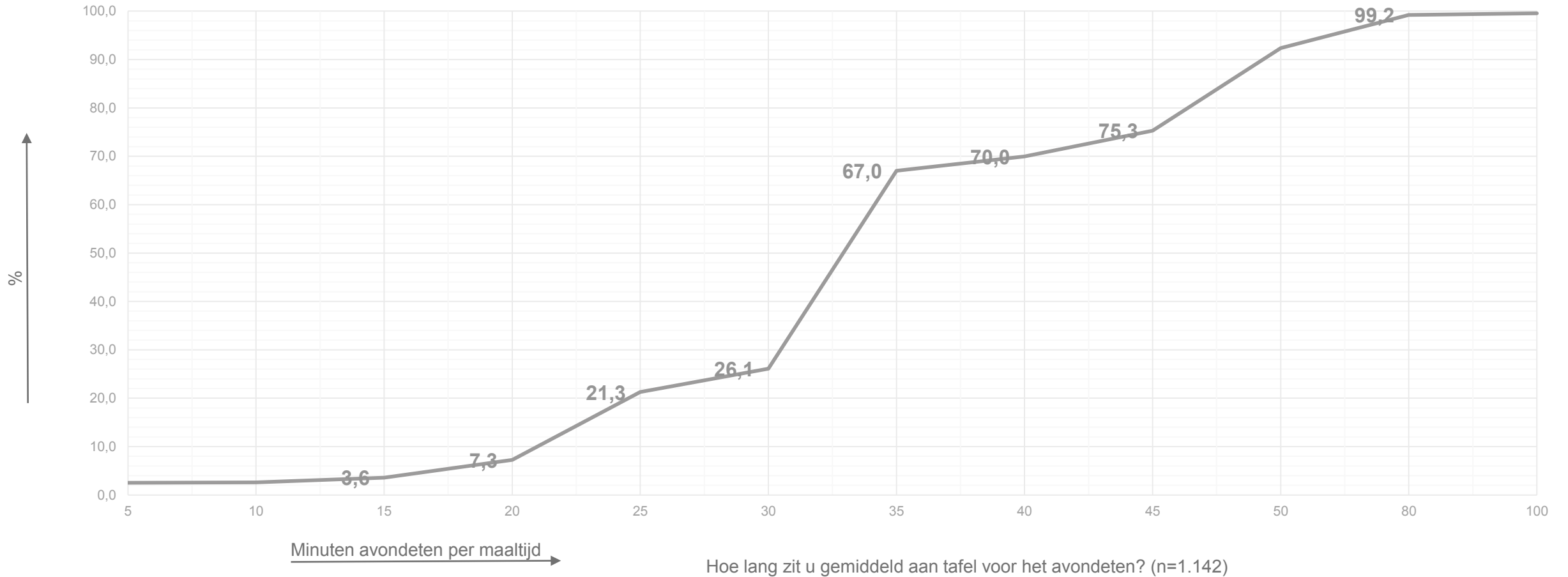
Zou meer tijd aan tafel willen besteden

Kunt u aangeven hoeveel tijd u gemiddeld op een doordeweekse dag doorbrengt met uw gezin? (L) (n=1.142)

Hoe lang zit u gemiddeld aan tafel voor het avondeten? (M) (n=1.142)

Zou u meer tijd aan tafel willen besteden dan u op dit moment doet? (R) (n=1.142)

Cumulative grafieken percentage groepen mensen

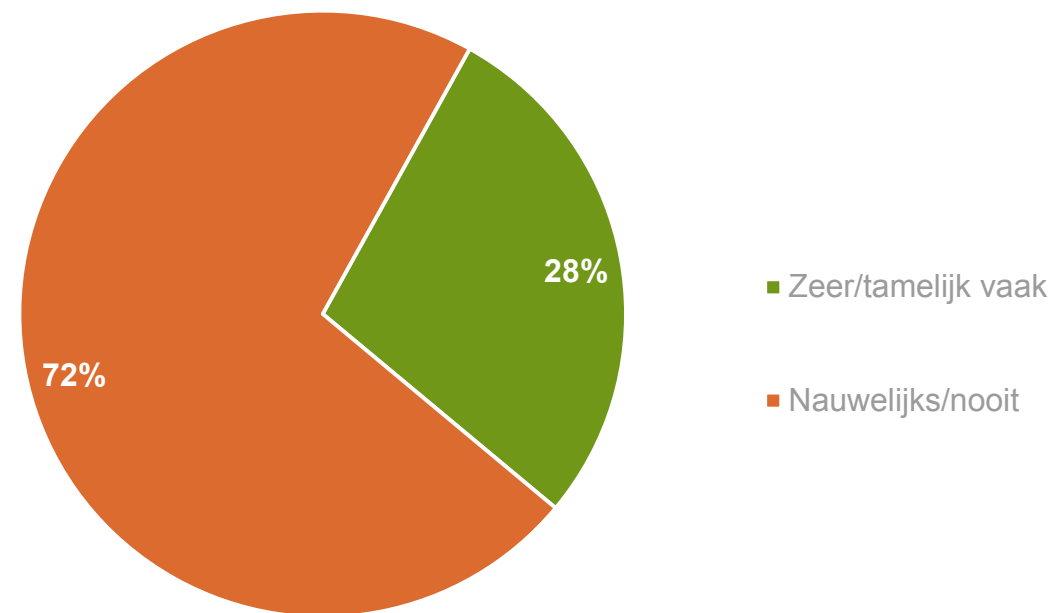


Vier op de vijf Nederlandse gezinnen hebben een aantal standaard recepten die rouleren, maar daar zijn meestal geen vaste dagen voor

- Mensen uit de laagste sociale klasse hebben minder vaak vaste standaard recepten die rouleren (71% vs 84% gemiddeld).

84%

Heeft een aantal standaard gerechten die rouleren



In hoeverre kookt u terugkerend dezelfde gerechten? (L) (n=1.142)
Kookt u op bepaalde dagen van de week vaste gerechten? (R) (n=1.142)

Nederlandse gezinnen koken gemiddeld 5,5 keer per week, daarbij maken ze regelmatig gebruik van 7 'vaste' recepten

- Vooral eenouder huishoudens of huishoudens met 6 of meer personen koken gemiddeld vaker zelf (6 keer per week).

5,5

Is het gemiddelde aantal keer dat Nederlandse gezinnen per week avondeten koken

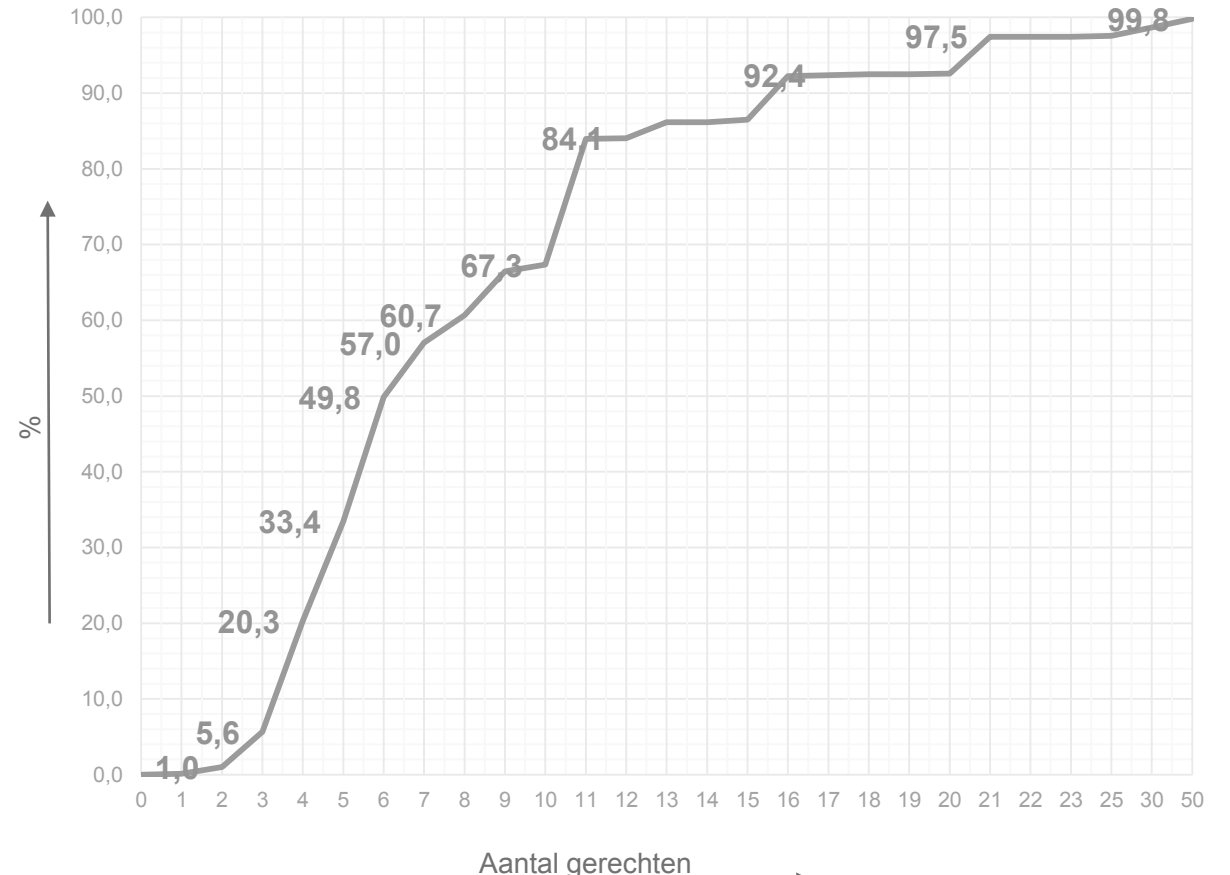
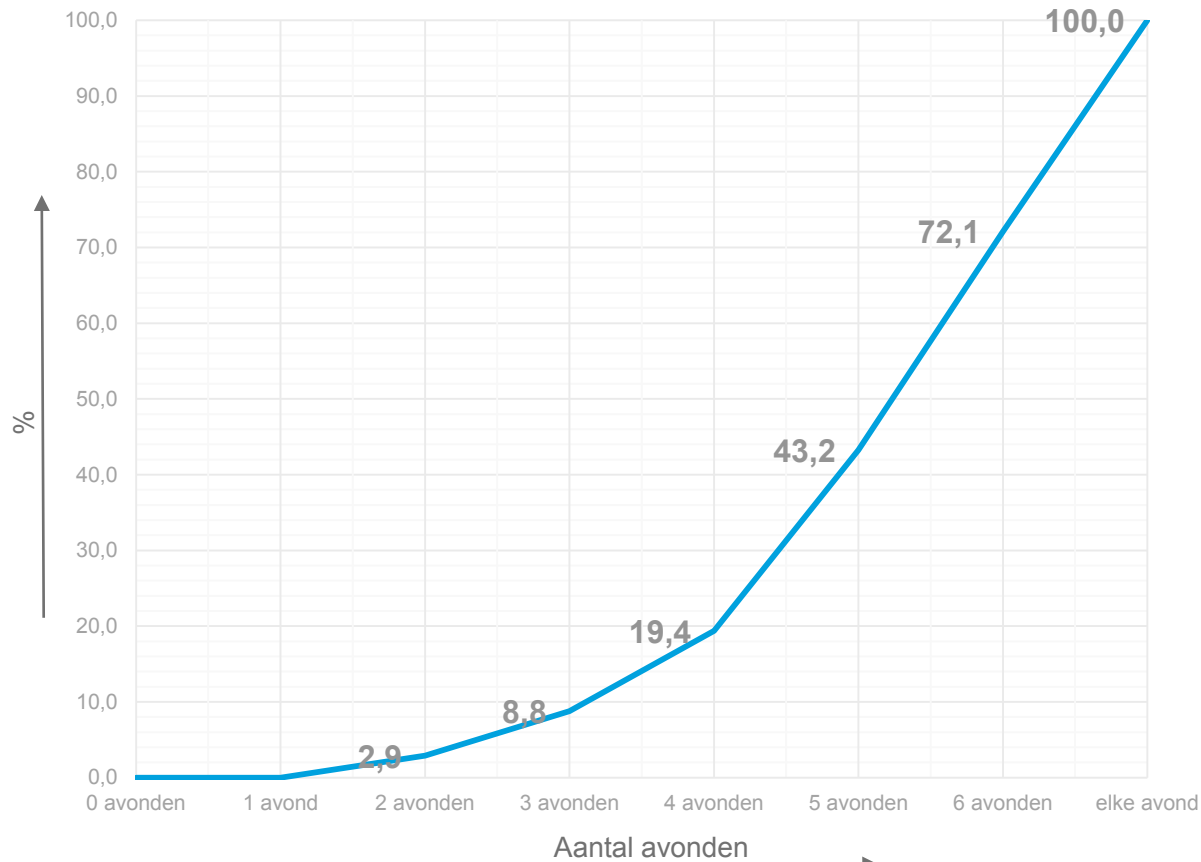
7

Is het aantal vaste gerechten dat men regelmatig gebruikt

Hoeveel dagen per week kookt u (gemiddeld) het avondeten? (L) (n=1.142)

Hoeveel vaste recepten/gerechten kookt u regelmatig? (R) (n=1.142)

Cumulative grafieken percentage groepen mensen



Hoeveel dagen per week kookt u (gemiddeld) het avondeten? (L) (n=1.142)

Hoeveel vaste recepten/gerechten kookt u regelmatig? (R) (n=1.142)

Nederlandse gezinnen beslissen vaak op de dag zelf wat ze gaan eten. Tijd, aanwezigheid van gezinsleden en sport zijn belangrijke redenen voor een keuze

- Ook kinderen en aanbiedingen zijn erg bepalend voor de keuze van de avondmaaltijd.

“Ik koop in de supermarkt voor 4 dagen groenten. Kijk waar ik zin in heb en welke in de aanbieding zijn. Vervolgens koop ik vlees, waar ik zin in heb en wat in de aanbieding is. Dan gaat er ook voor een keer iets van pasta mee. dan hebben we een frietjes dag en nog een dag dat we meestal alleen brood eten, of chinees/shoarma of zo iets, gaan halen.”

“Ik bekijk per dag wat we gaan eten. Of we alle 4 mee-eten en wat er in de aanbieding is of waar we zin in hebben.”

“We kiezen meestal met het gezin wat we gaan eten. Omdat er veel wordt gesport hebben we een aantal maaltijden die we geregeld eten omdat die makkelijk en snel zijn en niet te zwaar op de maag liggen. Op de dagen dat ik uitgebreid de tijd heb om te koken beslis ik meestal op de dag zelf wat ik ga maken.”

“Welke dag van de week het is bepaalt hoeveel tijd ik kan besteden aan het koken, of er gezinsleden moeten kunnen na-eten (dus of het eten nog smakelijk is als het opgewarmd wordt), of ik tijd heb om voor de volgende dag een maaltijd voor te bereiden .”

“Rekening houden met sporten van kinderen, makkelijke maaltijd. inhoud koelkast.”

“Wissel bij voorkeur groente en gerechten zonder groente (zoals patat en pannenkoeken) af anders zouden de kinderen te vaak ongezond eten.”

“Hangt af van mijn energie en wat de kinderen willen.”

“Vraag de kinderen regelmatig. Zo mogen ze allemaal eens kiezen.”

“Op zondag ga ik de reclame folders langs van 3 supermarkten. Naar aanleiding van de aanbiedingen maak ik een lijstje voor de hele week.”

Kunt u beschrijven hoe u tot een keuze komt wat u gaat eten? (n=1.142)

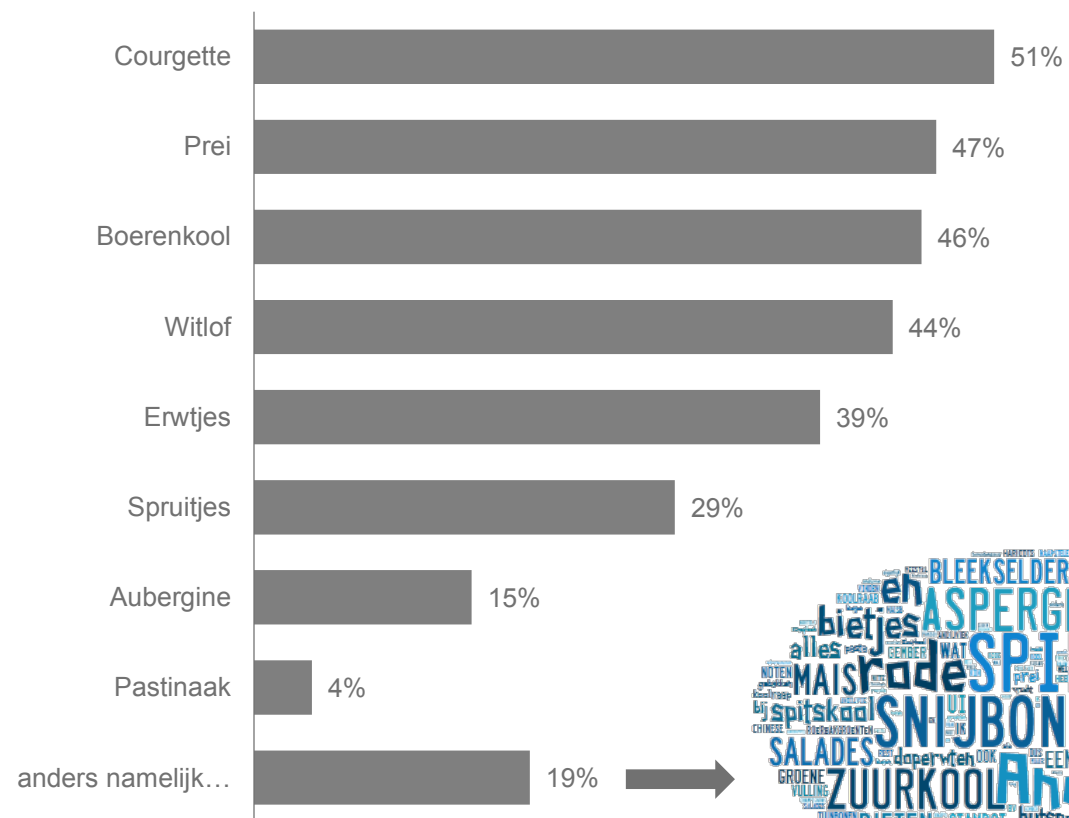
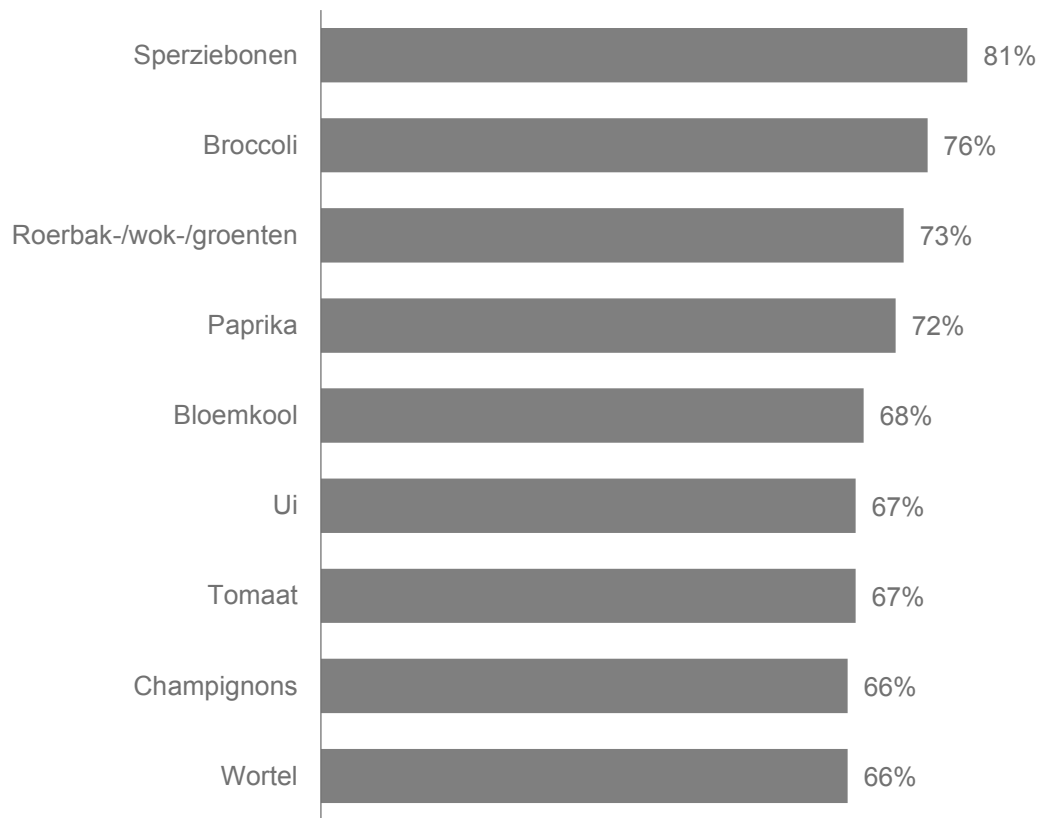
Tijd is de belangrijkste factor bij de keuze voor wat men op een avond gaat eten

- Gezinnen uit één van de drie grote steden laten zich veel meer leiden of men zin heeft in een bepaalde keuken (51% vs 37% gemiddeld).



Wat bepaalt voor u het meest wat u gaat eten? (n=1.142)

Sperziebonen, broccoli en (voorverpakte) roerbak-/wok groenten zijn de meest favoriete groenten van Nederlandse gezinnen



Met welke van onderstaande groenten kookt u het liefst een avondmaaltijd? (n=1.142)

Gemak en snelheid worden als de belangrijkste voordelen ervaren van het koken met een pakje of een zakje

- Een kwart van de Nederlandse gezinnen (25%) kookt tamelijk tot heel vaak met een pakje of een zakje.

25%

Van de Nederlandse gezinnen kookt heel/tamelijk vaak met een pakje of een zakje

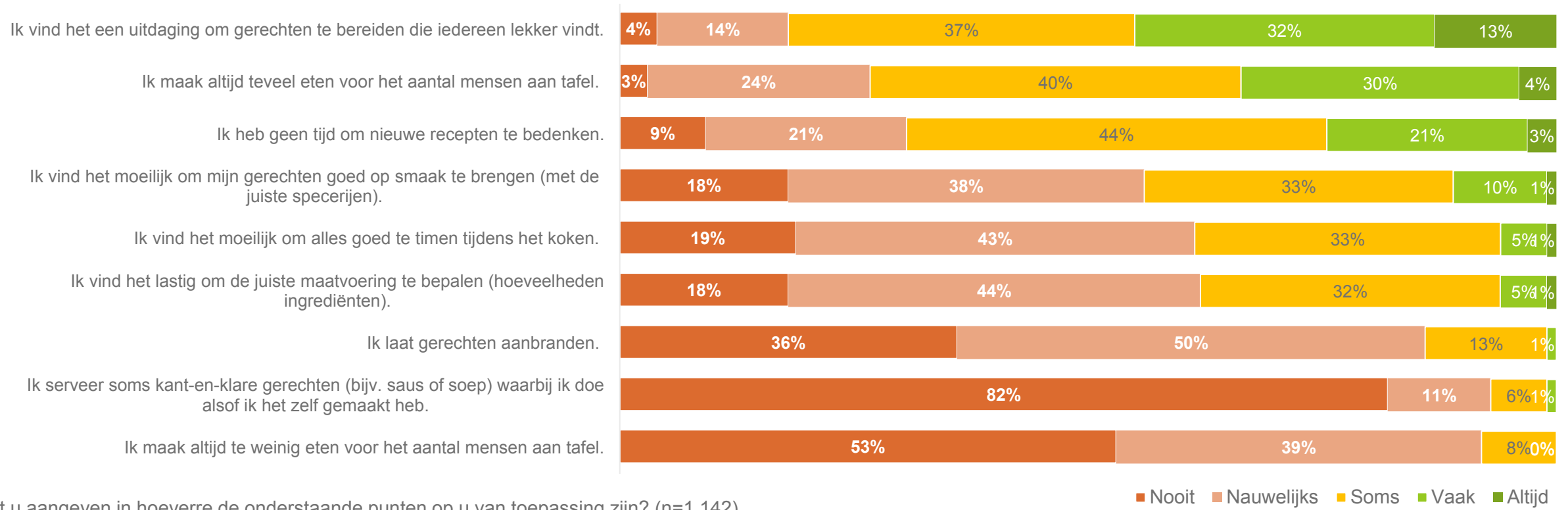


Kookt u wel eens met een pakje of een zakje? (L) (n=1.142)

Waarom gebruikt u wel eens een pakje of een zakje bij de bereiding van de maaltijd? (R) (n=989)

Meer dan vier op de tien Nederlandse gezinnen vinden het een uitdaging om gerechten te bereiden die iedereen lekker vindt

- Daarnaast heeft een derde van de gezinnen (34%) moeite om in te schatten hoeveel men moet koken en maakt teveel eten. Daarentegen maakt men vrijwel nooit te weinig.

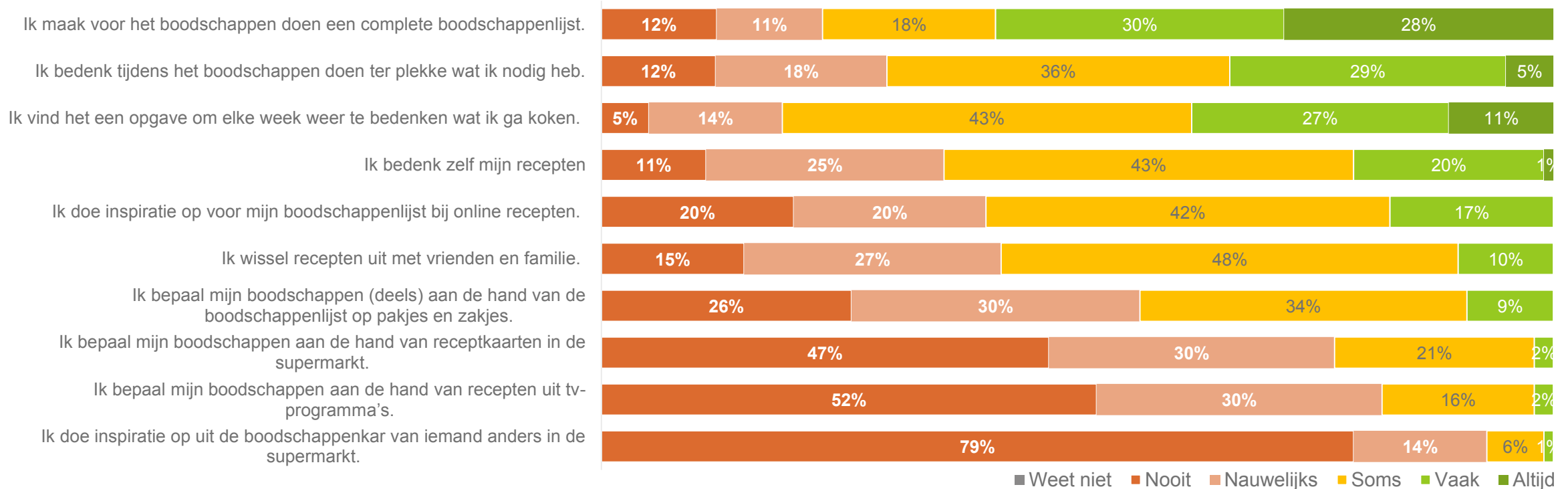


Kunt u aangeven in hoeverre de onderstaande punten op u van toepassing zijn? (n=1.142)

■ Nooit ■ Nauwelijks ■ Soms ■ Vaak ■ Altijd

Bijna vier op de tien gezinnen vinden het regelmatig een opgave om elke week weer te bedenken wat men gaat koken

- Ongeveer één op de tien gezinnen (9%) bepaalt de boodschappen vaak aan de hand van de boodschappenlijst op pakjes en zakjes.



Kunt u aangeven in hoeverre de onderstaande punten op u van toepassing zijn? (n=1.142)

Bij een derde van de Nederlandse gezinnen zijn gerechten met groenten niet zo populair bij de kinderen

- Bij meer dan een kwart van de gezinnen (28%) kost het teveel tijd om elke dag 'from scratch' een verse maaltijd te koken.

Ik kook andere gerechten (bijv. minder pittig) dan voordat ik kinderen had.



Ik ben gezonder gaan eten sinds ik kinderen heb.



Ik vind gezelligheid aan tafel belangrijker dan een overheerlijke maaltijd.



Buitenschoolse activiteiten van mijn kind(eren) zorgen ervoor dat we minder...



Gerechten met veel groenten zijn niet populair bij mijn kinderen.



Elke dag een verse maaltijd koken (from scratch) kost mij teveel tijd.



Ik ben sneller gaan eten sinds ik kinderen heb.



Mijn werk zorgt ervoor dat we met het gezin minder lang aan tafel zitten.



Voordat ik kinderen kreeg kookte ik uitgebreider.



Ik vind gerechten minder lekker wanneer ik ze zelf heb gekookt dan wanneer...



Ik maak me vaak zorgen of anderen mijn gerechten wel lekker vinden.



Ik vind gezelligheid aan tafel belangrijker dan een voedzame maaltijd.



Voor mijn kinderen kook ik een andere maaltijd dan voor mijzelf.



Mijn kinderen bepalen wat er 's avonds op tafel staat.



Ik vind het belangrijker dat we snel kunnen eten, de smaak is minder belangrijk.



■ Helemaal mee oneens ■ Mee oneens ■ Niet mee oneens, niet mee eens ■ Mee eens ■ Helemaal mee eens

In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande stellingen?

Grote diversiteit aan gerechten die volwassenen niet meer of minder eten nadat zij kinderen kregen

71%

Van de volwassenen met een gezin eet een gerecht niet of minder nu zij kinderen hebben

Meest genoemd:

- Pittige gerechten
- Gerechten met champignons
- Gerechten met vis
- Gerechten met rijst
- Zuurkool (stampot, schotel)
- Witlof (schotel)
- Nasi
- Chili Con Carne
- Indiase of Thaise curry

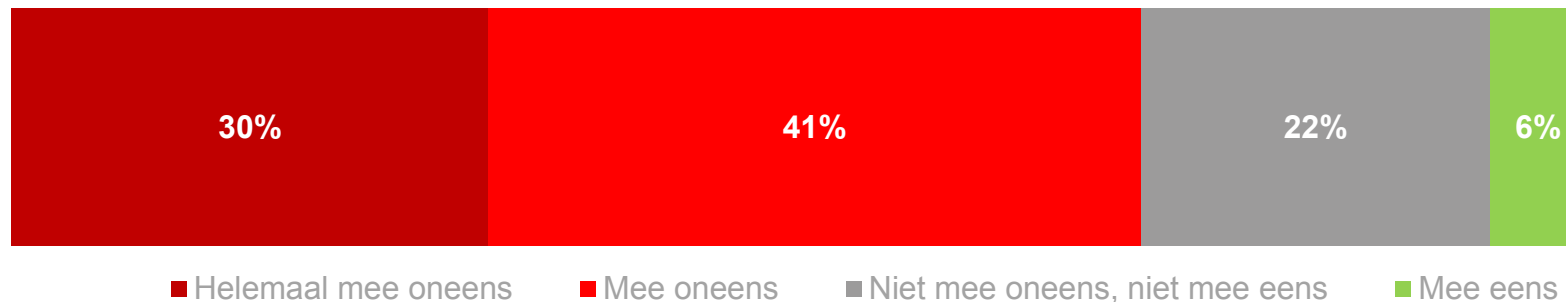
Is er een gerecht dat u minder of niet meer eet nu u kinderen heeft en daarom mist? Om welk gerecht gaat dat? (n=1.142)

Merendeel van de Nederlandse gezinnen gelooft niet dat men vaker met een pakje of een zakje is gaan koken nadat men kinderen heeft gekregen

Stelling:

Sinds ik kinderen heb kook ik vaker met een pakje of een zakje.

Met een pakje of zakje bedoelen we een maaltijdmix, een smaakmaker voor de maaltijd, een maaltijdpakket of een boemboe/poederkruidenmix. Dus geen losse of verse kruiden zoals peper, zout, tijm etc.



Gezinnen die met een pakje of een zakje koken hebben gemiddeld 13 minuten minder tijd nodig bij de bereiding van de maaltijd

40

Is het aantal minuten dat men kwijt is aan het bereiden van een maaltijd zonder pakjes en zakjes

27

Is het aantal minuten dat men kwijt is aan het bereiden van een maaltijd met pakjes en zakjes

Als u zonder pakjes en zakjes kookt hoeveel tijd bent u dan kwijt aan de bereiding van de maaltijd? (n=1.142)

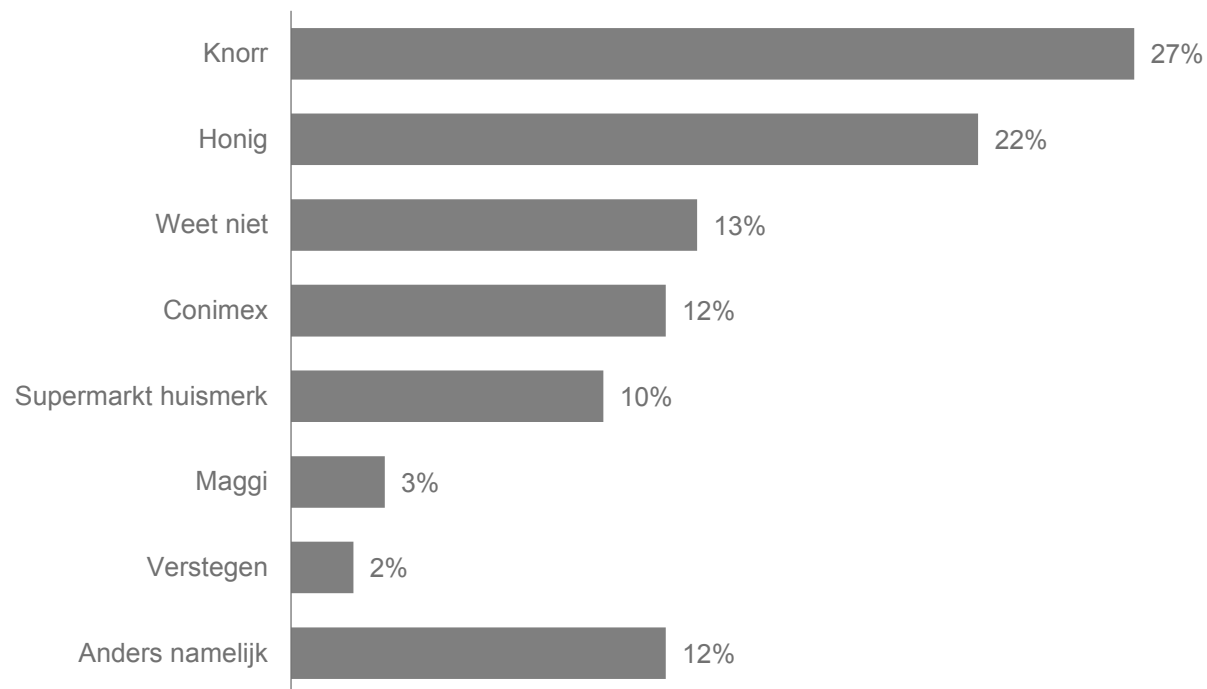
Als u met pakjes en zakjes kookt hoeveel tijd bent u dan kwijt aan de bereiding van de maaltijd? (n=1.142)

Honig is het op één na meest gebruikte pakje of zakje binnen Nederlandse gezinnen

- Een kwart van de Nederlandse gezinnen is bekend met de 365 dagen challenge.

25%

Is bekend met de 365-dagen challenge van Honig



Bent u bekend met de 365-dagen challenge van Honig? (L) (n=1.142)
Welk merk pakje of zakje heeft u gebruikt?(R) (n=1.142)

2

Groente experiment

De hoeveelheid groente die per persoon gebruikt wordt verschilt niet significant tussen maaltijden die met een pakje of een zakje gekookt worden en maaltijden die zonder pakje of zakje worden gekookt

205

Is het aantal gram groente dat men gebruikt bij het koken zonder pakje of zakje

229

Is het aantal gram groente dat men gebruikt bij het koken met pakje of zakje

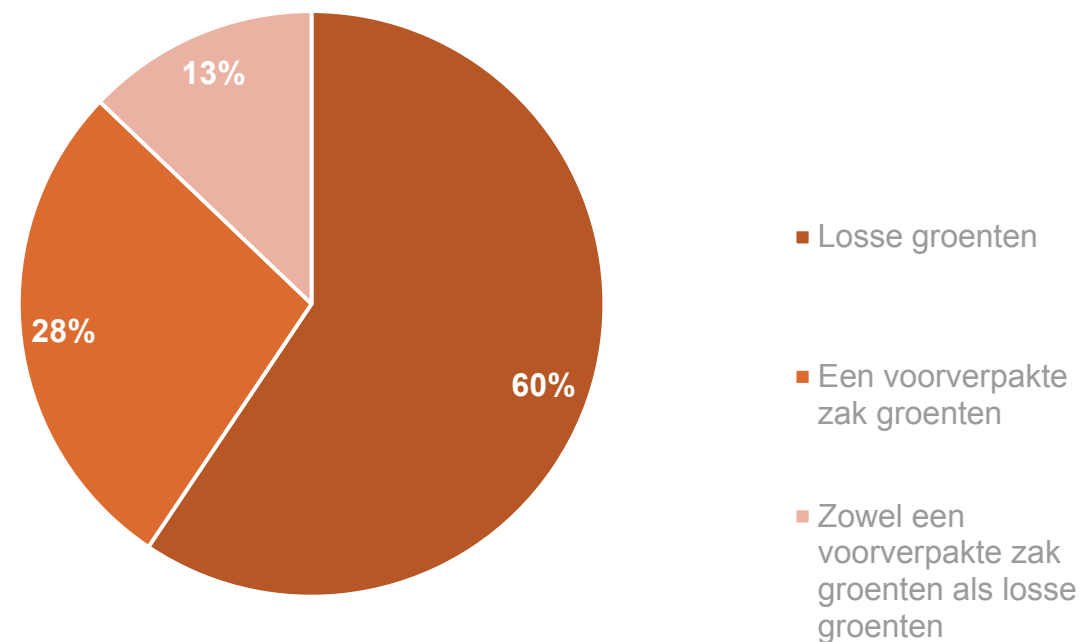
Gemiddeld aantal gram groenten gebruikt bij de maaltijd met pakje of zakje gekookt?
Gemiddeld aantal gram groenten gebruikt bij de maaltijd zonder pakje of zakje gekookt?

Bijna driekwart van de Nederlanders volgt het recept dat op het pakje staat redelijk tot precies op

- Meer dan de helft van de Nederlandse gezinnen (60%) gebruikt losse groenten bij de bereiding van de maaltijd.

70%

Van de Nederlanders volgt het recept dat op het pakje staat redelijk tot heel precies



Op een pakje of een zakje staat vaak een recept beschreven hoe u dit het beste klaar kan maken. Volgt u altijd het recept op het pakje of zakje precies?

3

Onderzoeksverantwoording

Onderzoeksverantwoording

Onderzoek	Honig – Groente eten in Nederlandse gezinnen
Doel onderzoek	Kantar Public heeft in opdracht van Honig onderzoek gedaan naar de eetgewoontes van Nederlandse gezinnen met kinderen tussen de 4 en 18 jaar oud. Daarbij is gekeken naar gedrag, kookskills, het sociale aspect van koken en attitude tegenover het groente.
Werving	Respondentenpanel Nipobase
Steekproefgrootte	De steekproef is samengesteld uit Nederlandse gezinnen met kinderen tussen de 4 en 18 jaar oud afkomstig uit NIPObase. De steekproef bestond uit een representatieve ouders op de kenmerken huishoudgrootte, regio en sociale klasse. Binnen het huishouden is de ouder aangeschreven die verantwoordelijk is voor de boodschappen in het huishouden.
Respons	Nederlandse gezinnen met kinderen tussen de 4 en 18 jaar oud (n=1114)
Veldwerkperiode	4 juni t/m 11 juni 2018
Methode	Computer Assisted WebInterviewing (online)
Vragenlijstlengte	Gemiddeld 7 minuten