



Tiedote 4.10.2017

Tutkimus: 81 % suomalaisista haluaisi ostaa enemmän kalaa

Tuoreessa tutkimuksessa valtaosa suomalaisista nimeää kalan yhdeksi tärkeimmistä proteiininlähteistään ja söisi sitä mielellään enemmänkin. Säännöllinen kalansyönti on yhdistetty useissa tutkimuksissa muun muassa kognitiivisten kykyjen paranemiseen.

Kala on tärkeä osa suomalaisten ruokavaliota, sillä 81 % nimesi sen ruokavalionsa viiden tärkeimmän proteiininlähteen joukkoon. Jäljessä tulivat kana ja kalkkuna 79 % osuudella sekä punainen liha ja riisi 78 % osuudella. Kanamunat ja maitotuotteet viiden tärkeimmän proteiininlähteen joukkoon nimesi noin 70 % vastaajista.

Tiedot selviävät Innolink Research Oy:n toteuttamasta tutkimuksesta, jonka tilasi aiemmin V. Hukkanen nimellä toiminut Kalaneuvos Oy. Kyselytutkimukseen vastasi 1 200 suomalaista.

Kala mieluisin proteiinin lähde

Tutkimuksessa 66 % vastanneista nimesi kalan mieluisimmaksi proteiininlähteekseen. Toisena tulivat pähkinät ja siemenet, joista piti 22 % vastaajista ja kolmantena kana ja kalkkuna 18 % osuudella.

– Suomalaisille tutun Norjan lohen lisäksi tuomme aktiivisesti suomalaisten lautasille myös uusia kalatuotteita, joita valmistamme muun muassa kirjolohesta, siiasta, makrillista, muikusta ja silakasta. Viime aikoina erityisesti kirjolohi-tuotteet ovat kasvattaneet suosiotaan, Sastamalassa tuotteensa valmistavan Kalaneuvoksen varatoimitusjohtaja **Toni Hukkanen** sanoo.

Kala on tutkitusti terveellistä

Kalan terveysvaikutuksia on tutkittu paljon.

– Useissa pitkittäistutkimuksissa on todettu, että säännöllinen kalan syönti on yhteydessä parempaan kognitioon ja pienempään riskiin sairastua muistisairauteen, kertoo ravitsemustieteilijä **Satu Jyväkorpi** Gerontologinen ravitseminen Gery ry:stä.

Jyväkorven mukaan kalassa on runsaasti ihmiselle välttämättömiä omega-3-rasvahappoja.

– Omega-3-rasvahapot voivat suojata aivoja ikääntymiseen liittyviltä vaurioilta esimerkiksi säätelämällä geenejä, vähentämällä hermokudoksen tulehdusta, lisäämällä hermosolujen solukalvojen liukoisuutta ja edesauttamalla hermosolujen signaalinvälitystä. Kalaa suositellaankin syötävän ainakin kaksi kertaa viikossa lajeja vaihdellen.

Enemmän kalaa lautaselle

Vaikka vastaajista suurin osa nimesi kalan viiden tärkeimmän proteiininlähteensä joukkoon, 81 % kertoi, että haluaisi syödä kalaa enemmänkin. Suurimmaksi esteeksi kalan syönnille koettiin korkea hinta. Myös kalatuotteiden saatavuus koettiin hankalaksi. Säännöllisesti kalatuotteita kertoi käyttävänsä 57 % tutkimukseen vastanneista ja satunnaisesti 43 %.



Tutkimuksen mukaan suurin osa suomalaisista etsi inspiraatiota ruuanlaittoon internetistä. 77 % vastaajista hyödynsi eniten blogeista ja sosiaalisesta mediasta sekä ruokasivustoilta löytämiään reseptejä. Toiseksi käytetyin tietolähde olivat ruokakaupat ja kauppojen lehdet, joita hyödynsi 36 % vastaajista.

Kuluttajatutkimuksen tilasi Kalaneuvos - V. Hukkanen Oy ja sen toteutti Innolink Research paneelikyselynä kesäkuussa 2017. Kyselyyn vastasi 1 200 suomalaista, jotka olivat iältään yli 18-vuotiaita.

Lisätiedot:

Toni Hukkanen, varatoimitusjohtaja
puh. 010 4111 495
toni.hukkanen@kalaneuvos.fi

Kalaneuvos Oy

Kalaneuvos Oy, aiemmin V. Hukkanen Oy, on suomalainen perinteikäs perheyritys. Valmistamme herkullisia kalatuotteita yli 40 vuoden kokemuksella. Korkean laadun ja ylivoimaisen maun takaavat taidokkaasti jalostetut tuotteet ja puhtaissa vesissä kasvaneet ja kasvatetut kalat.

Kalaneuvos Oy on nykyään alan vahva, moderni edelläkävijä, joka työllistää yli 100 henkilöä ja saavutti vuonna 2016 noin 60 miljoonan euron liikevaihdon.

Valmistamme kaikki jalosteemme vastuullisesti Suomessa.

www.kalaneuvos.fi