

Kurczak i ryż wyparły wołowinę i ziemniaki

30 lipca 2018

Kurczak i ryż wyparły wołowinę i ziemniaki, wynika z analizy nawyków żywieniowych Kanadyjczyków przeprowadzonej przez CBC News na podstawie danych o dostawach żywności pokrywających okres 50 lat. Wzięto pod uwagę ilość zakupionej żywności w przeliczeniu na Kanadyjczyka w danym czasie.



Nie wiadomo, ile jedzenia się zmarnowało (przeciętnie każdy mieszkaniec Kanady wyrzuca 170 kilogramów żywności rocznie), jednak nie przeszkadza to w śledzeniu zmian w nawykach żywieniowych. Popyt rządzi podażą, czyli to, jaką żywność sprzedawano i dostarczano, zależało i zależy od tego, co obywatele chcą jeść. Zmiany w menu wiążą się ze zróżnicowaniem społeczeństwa, trendami z zakresu zdrowego żywienia i dostępności produktów z innych części świata.

Do niedawna głównym źródłem węglowodanów były ziemniaki. W XX wieku na przeciętnego Kanadyjczyka przypadało 70 kilogramów ziemniaków rocznie. Sytuacja zaczęła się zmieniać kilkanaście lat temu, kiedy wzrosło zapotrzebowanie na mąkę. Obecnie podaż ziemniaków i mąki utrzymuje się na podobnym poziomie,

aczkolwiek w przypadku obu produktów widać tendencję spadkową. Spożycie ziemniaków systematycznie spada od lat 1930. W 2004 roku nastąpiła jeszcze jedna zmiana – na trzecie miejsce, zajmowane do tej pory przez kukurydzę, wskoczył ryż.

Następny składnik diety to mięso. W latach 1970. przeciętny Kanadyjczyk miał do dyspozycji prawie 37 kilogramów wołowiny. Obecnie ilość ta zmniejszyła się o połowę. Konsumenci przeszli na drób, tak że obecnie zapotrzebowanie na mięso z kurczaka i indyka sięga 25 kilogramów rocznie. Są to najpopularniejsze rodzaje mięsa. Wołowina jest droga, a do tego wyniki badań naukowych nie zachęcają do jej spożywania. Kurczaki są zdecydowanie tańsze.

Jeśli chodzi o owoce, to 20 lat temu trendy zaczęła wyznaczać globalizacja. Najczęściej spożywanym w Kanadzie owocem stały się banany, a nie – jak wcześniej – rodzime jabłka. Banany mogą być dostarczane przez cały rok i są atrakcyjne cenowo. Do tego są łatwe w transporcie, naturalnie „zapakowane” w skórę, którą się wyrzuca, i niekłopotliwe w spożyciu. Z łatwością jedzą je też osoby starsze, a kanadyjskie społeczeństwo się starzeje.

Kategorią, w której niewiele się zmieniło przez 50 lat, są warzywa. Pomidory, marchewka, sałata i cebula zawsze są na czasie. Zauważono jednak wzrost popytu na inne warzywa, np. na szpinak, szparagi, brokuły czy rapini.

Z biegiem lat pierwsze miejsce wśród napojów zajęła kawa, której z pewnością przysłużył się rozwój takich sieci jak Tim Hortons czy Starbucks. Popularne wcześniej piwo spadło na drugie miejsce. W latach 1990-2004 karierę robiły napoje gazowane i słodzone, ale potem Kanadyjczycy zaczęli ograniczać ilość spożywanego cukru. Systematycznie wzrasta konsumpcja wina. 10 lat temu wino wyprzedziło sok pomarańczowy. Warto zauważyć, że kanadyjskie winnice działają coraz prężniej, produkują coraz lepsze wina.

Kanadyjczycy odchodzą z kolei od picia mleka. W latach 1960. na przeciętnego obywatela przypadało ponad 70 litrów pełnotłustego mleka, a teraz – około 10. Nie chodzi tu tylko o zawartość tłuszczu, jako że spada również konsumpcja mleka o zmniejszonej zawartości tłuszczu. Od około 10 lat konsumentów zniechęca się do spożywania nabiału i glutenu hasłami typu „nie jestem krową, nie piję mleka”. Pojawiają się liczne substytuty z migdałów lub soi.

Analiza pokazała jeszcze kilka zmian w przypadku produktów, które nigdy nie były masowo spożywane, ale znacząco zyskały na popularności. Tak jest np. z borówkami i żurawiną – w latach 1980. na przeciętnego Kanadyjczyka przypadało 0,3 kg, a obecnie po ponad 2 kg każdego z owoców. Tak samo rzecz wygląda w przypadku bardziej wyszukanych serów – w latach 1960. 0,6 kg na osobę, obecnie – 8 kg.

Autorstwo: Katarzyna Nowosielska-Augustyniak

Zdjęcie: [Bru-n0](#) (CC0)

Źródło: [Goniec.net](#)