



## Pressemitteilung

Nummer 8 vom 29.01.2025

Seite 1 von 2

Deichmanns Aue 29  
53179 Bonn

Telefon: 0228 6845-3080

[presse@ble.de](mailto:presse@ble.de)

[www.ble.de](http://www.ble.de)



### Neuer Trendreport Ernährung 2025 erschienen

**Nachhaltig, gesund und individuell: Immer mehr Menschen kombinieren nachhaltige und gesunde Ernährung unter dem Motto „Ein bisschen Klimaschutz, ein bisschen Self-Care“; dabei gesund, flexibel und selbstbestimmt. So lautet das Fazit des neuen „Trendreport Ernährung 2025“, der die zehn wichtigsten Prognosen aufzeigt und Anregungen für eine bedarfsgerechte Ernährungskommunikation ableitet.**

199 Expertinnen und Experten aus Wissenschaft und Praxis hatte das Netzwerk „Nutrition Hub“ dazu im Herbst 2024 befragt. Auf Platz eins steht 2025 die pflanzenbetonte und flexitarische Ernährung. 82 Prozent der Expertinnen und Experten bewerten diesen Trend als „steigend“. „Wir nehmen dieses positive Ergebnis als Bestätigung unserer Arbeit als Kommunikations- und Kompetenzzentrum für Ernährungsfragen in Deutschland wahr“, so Dr. Barbara Kaiser, Leiterin des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE). „Wir liefern Inspiration und Handwerkszeug dafür, wie ein solches buntes, vielfältiges und leckeres Essen in den Alltag der Menschen eingebaut werden kann“, so Kaiser.

#### **Gesundheit selbst optimieren: Kommunikatoren sind gefragt**

Aufwind sehen die befragten Expertinnen und Experten beim Trend der personalisierten Ernährung. Er nimmt mit 69 Prozent Platz zwei ein. Der Trend spiegelt sich etwa in technischen Innovationen und neuen Dienstleistungen wider, die einen Aufschwung erleben – so die Einschätzung der Befragten. Sie beobachten beispielsweise, dass Blutzuckermessgeräte – ursprünglich für Menschen mit Diabetes mellitus entwickelt – zunehmend Anwendung bei Gesundheitsbewussten finden. „Die eigene Gesundheit selbstbestimmt zu optimieren ist ein bestimmendes Motiv unserer Zeit. Daher müssen Ernährungsfachleute diesen Trend über ihre Kommunikationskanäle fundiert, verständlich und dennoch zielgruppengerecht einordnen können und sollten es auch bei Bildungsangeboten berücksichtigen“, sagt Dr. Barbara Kaiser.



Nummer 8 vom 29.01.2025

Seite 2 von 2

Die klimafreundliche und nachhaltige Ernährung belegt Platz drei und wird von den Expertinnen und Experten als „Megatrend“ bezeichnet – gekommen, um zu bleiben.

### **Wandel mit klaren Botschaften gestalten**

„Die Top 3 der Ernährungstrends 2025 zeigen, wie eng Nachhaltigkeit als Grundlage unserer Zukunft, Gesundheit als persönlicher Wert und individuelle Lebensstile miteinander verbunden sind. Unsere Aufgabe ist es, diese Entwicklungen mit klaren, wissenschaftlich fundierten und zugleich lebensnahen Botschaften in den öffentlichen Diskurs zu bringen, gesellschaftliche Resonanz zu erzeugen und so den Wandel zu einer nachhaltigeren und gesünderen Gesellschaft aktiv mitzugestalten“, resümiert Eva Zovko, Leiterin der Kommunikationsabteilung der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE), zu der das BZfE gehört.

Den vollständigen Trendreport Ernährung 2025 mit den weiteren wichtigsten Prognosen für das Jahr 2025 gibt es unter [www.nutrition-hub.de/reports](http://www.nutrition-hub.de/reports).

### **Hintergrundinformationen**

Der Trendreport Ernährung 2025 wurde von einem Expertenkonsortium unter der Leitung von Dr. Simone Frey, Nutrition Hub, gemeinsam mit dem Bundeszentrum für Ernährung (BZfE), der Dr. Rainer Wild-Stiftung, der Dualen Hochschule Baden-Württemberg sowie dem EIT Food Region West konzipiert und umgesetzt.