Svenskarna och köttet

Ursprung, beredskap och värderingar
– vad styr egentligen svenskarnas köttvanor?



En rapport av Lidl Sverige

Innehållsförteckning

1. Sammanfattning 05

2. Inledning 07

2. Sverigechefen har ordet: Varför svenskt är viktigt för Lidl 09

3. Köttets historia – en överblick 10

4. Konsumenttrender och matvanor 12

4.1 Allt fler äter kött 12

4.2 Hälsa, klimatpåverkan och matpriser 16

4.3 Köttkartan: Så äter Sverige 18

4.4 Unga äter mer kött – men är också mest klimatmedvetna 21

5. Gillar svenskarna svenskt? 22

5.1 Köttet, klimatet och svensk djurhållning 22

5.2 Svenskt i topp 25

5.3 Pris, betalningsvilja och värderingar 25

6. Köttets roll i en osäker omvärld 26

6.1 Livsmedelsberedskap 27

6.2 Svenskarna prioriterar svenskt kött i butik 28

6.3 Fortsatt nötköttbrist kan ändra vanor 29





Sammanfattning

Hela 94 procent av svenskarna uppger att de äter kött eller kyckling, och för de flesta är det en återkommande del av vardagen. Men valet har blivit skarpare. Det handlar inte längre bara om smak och vana, utan också om ursprung, pris, klimat, hälsa och förtroende.

När svenskarna väljer kött är svenskt ursprung den viktigaste faktorn: hela 51 procent anger det som viktigast.

Kött är fortfarande en stark vardagsvana. Nästan sex av tio, 59 procent, äter lika mycket kött som för fem år sedan. Men vanan är inte lika självklar för alla: var tredje svensk, 32 procent, har minskat sin konsumtion. Klimat, pris och hälsa är några av skälen.

I ett oroligare läge blir köttet också en beredskapsfråga. Nio av tio svenskar, 92 procent, tycker att det är viktigt att Sverige ökar sin självförsörjning av kött.

Samtidigt oroar sig två av tre, 66 procent, för att maten inte skulle räcka vid en allvarlig kris eller krig.

Framtiden handlar därför inte om kött eller inte kött. Den handlar om vilket kött och hur ofta.

94%

av svenskarna uppger att de äter kött eller kyckling.

92%

av svenskarna tycker att det är viktigt att Sverige ökar sin självförsörjning av kött.



Inledning

Den här rapporten visar vad svenska konsumenter faktiskt tycker och tänker – från klimatpåverkan och djurhållning till pris, tillgång och livsmedelsberedskap. Syftet är att ge en fördjupad förståelse för de avvägningar svenskarna gör när det gäller kött.

I den här rapporten låter vi konsumenterna svara. Hur ofta äter de kött? Vad väljer de när svenskt saknas? Vad får dem att äta mindre? Och hur ser de på framtidens proteiner?

Rapporten bygger på en undersökning genomförd av Kantar Sifo i april 2026 på uppdrag av Lidl Sverige. Totalt tillfrågades 2 577 personer. Av dem uppgav 2 415 att de äter kött eller kyckling och dessa ingår i rapportens fortsatta resultat. De sex procent som inte äter kött eller kyckling ingår inte i analysen. Respondenterna är 18–79 år och representativa för Sverige. Resultaten har analyserats utifrån bland annat kön, ålder och geografi.



VDn har ordet

De allra flesta svenskar äter kött – och helst ska det vara svenskt. För mer än varannan konsument är det svenska ursprunget den enskilt viktigaste faktorn vid valet av kött. Det visar en undersökning som SIFO gjort åt oss. För konsumenterna handlar det framför allt om förtroendet för svensk djurhållning och viljan att stötta svensk livsmedelsproduktion.

Men medan vi är starkt självförsörjande på tillbehören, som potatis till gratängen och vete till hamburgerbrödet, har bristen på nötkött blivit allt mer påtaglig på senare år. Det är en utmaning som vi vill ta oss an genom att satsa ännu mer på att tillgängliggöra svenskt kött för alla. Och vi gör det genom Matriket, vårt växande varumärke med endast Från Sverige-märkta produkter. Inom ett och samma varumärke samlar vi allt från vardagsfärsen till nischade styckdetaljer – och vi arbetar för att utöka sortimentet inom svenskt kött och fågel. För oss är det ett sätt att skapa tydlighet mot konsumenten: svenskt kött ska inte vara en lyxvara förunnat ett fåtal, utan en självklarhet vid middagsbordet.

En tydlig satsning på vårt svenska varumärke sänder också ett viktigt budskap till våra köttbönder – vi värnar inhemsk matproduktion och svensk livsmedelsberedskap och vi vill satsa på er.

Därför vill vi också fördubbla den svenska livsmedelsexporten innan slutet av 2027. Genom att öppna dörrar till våra internationella marknader stärker vi den svenska livsmedelsberedskapen och bidrar till en mer hållbar matproduktion.

”Svenskt kött ska inte vara en lyxvara förunnat ett fåtal, utan en självklarhet vid middagsbordet.”

Det här är vår största satsning på svenskt kött sedan Lidl etablerades i Sverige 2003. Jag hoppas att den här rapporten ger dig värdefulla insikter om svenskarnas köttvanor – och inspiration till fler goda, svenska måltider.

Jakob Josefson,
vd för Lidl Sverige

Köttets historia – från begränsad resurs till vardagsprodukt

Kött har funnits i människors kost i Sverige i tusentals år – men först i modern tid har det blivit en självklar vardagsvara. Här är köttets resa genom historien.



Köttets resa i Sverige – kort tidslinje

ca 12 000 f.Kr.
Jakt och fiske är viktiga delar av hur människan får tag på mat.

ca 4 000 f.Kr.
Människor börjar använda sig av jordbruk, odla och hålla djur.

ca 1 800 f.Kr.
Spannmål och bröd blir vanligare. Kött äts fortfarande sparsamt.

1050–1500-tal
Kött blir en statusmarkör och hör främst till fest och högtider.

1600-tal
Kött saltas, röks och torkas för att kunna lagras längre.

1800-tal–tidigt 1900-tal
Industrialiseringen gör kött tillgängligt för fler.

1900-tal
Kött blir en mer regelbunden del av kosten. Importen ökar efter EU-inträdet.

2000-tal–idag
Svenskt ursprung, klimat, hälsa och djurhållning lyfts oftare som viktiga frågor kring valet av kött.

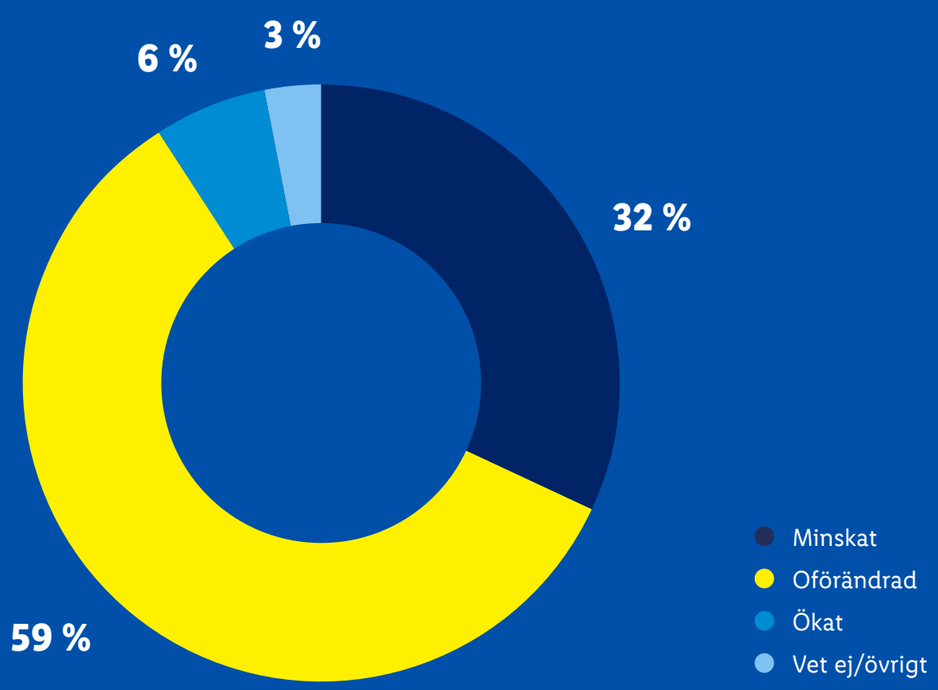
Konsumenttrender och matvanor

I det här kapitlet följer vi köttet från tallriken till kartan: hur ofta svenskarna äter kött, vad de helst väljer och hur skiljer sig vanorna mellan generationer och län.

De flesta svenskar äter kött

Hela 94 % uppger att de äter kött. Oftast fågel. Men helst nötkött.

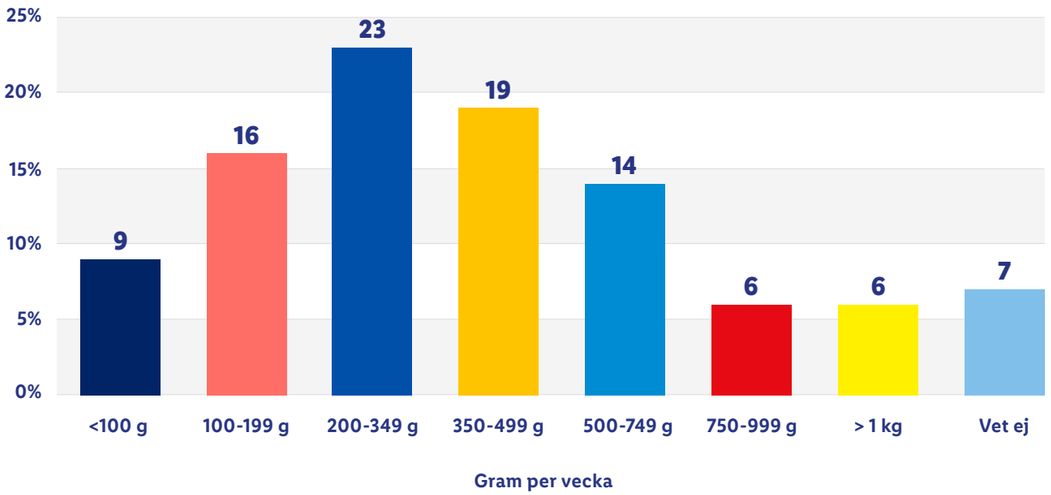
Köttkonsumtionen de senaste fem åren



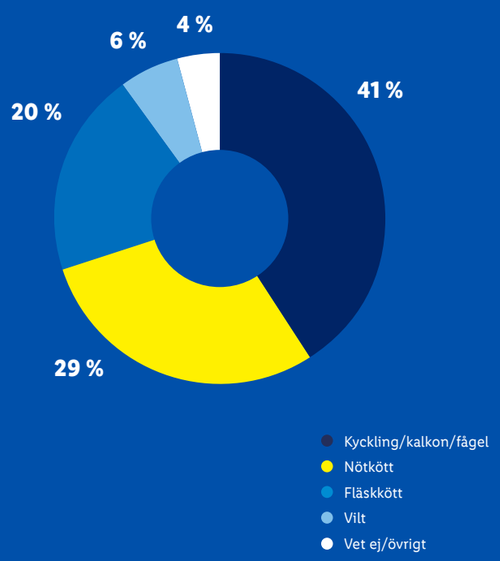


- 6 procent av svenskarna uppger att de inte äter kött eller kyckling alls.
- Nästan sex av tio, 59 procent, säger att de inte har förändrat sin köttkonsumtion de senaste fem åren.
- 84 procent av svenskarna uppger att de äter kött flera dagar i veckan, varav 16 procent av dessa äter kött varje dag.
- 45 procent uppger att de äter mer än 350 gram tillagat rött kött per vecka. Samtidigt rekommenderar Livsmedelsverket att inte äta mer än 350 gram tillagat rött kött och chark per vecka med hänvisning till hälsorisker.
- Bland köttätare uppger 41 procent att de oftast äter fågel. Flest uppger samtidigt att de helst äter nötkött, 42 procent.
- Män väljer helst nötkött, 49 procent. Kvinnor är mer delade: 35 procent föredrar nötkött och 33 procent fågel.

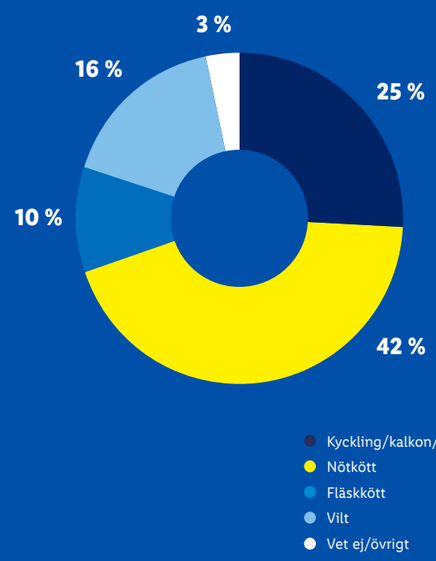
Hur mycket rött kött äter du per vecka?



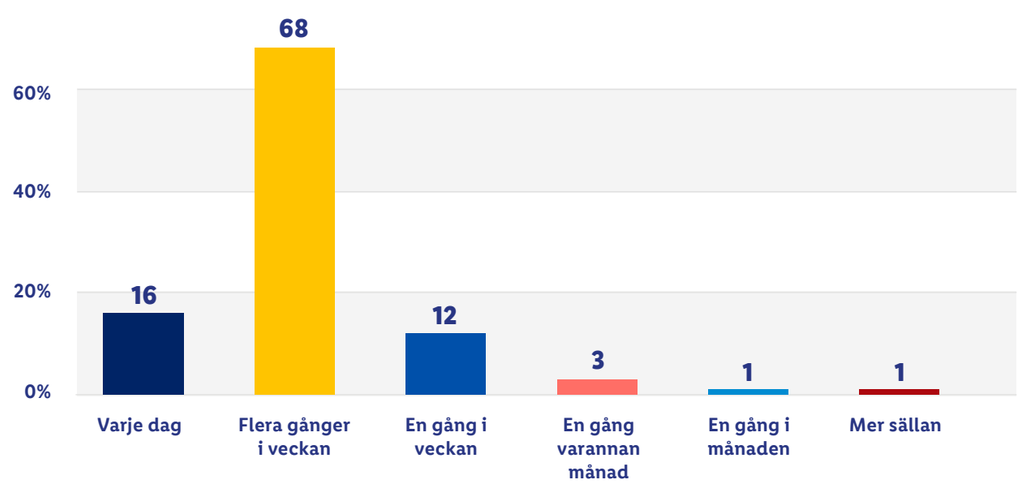
Vilken/vilka av följande sorters kött äter du oftast?



Vilket/vilka av följande sorters kött äter du helst?



Hur ofta äter du kött (t.ex. nöt, fläsk, fågel, lamm)?







Bland de som uppger att de har minskat sin köttkonsumtion anger 25 procent att orsaken är att kött har blivit för dyrt.

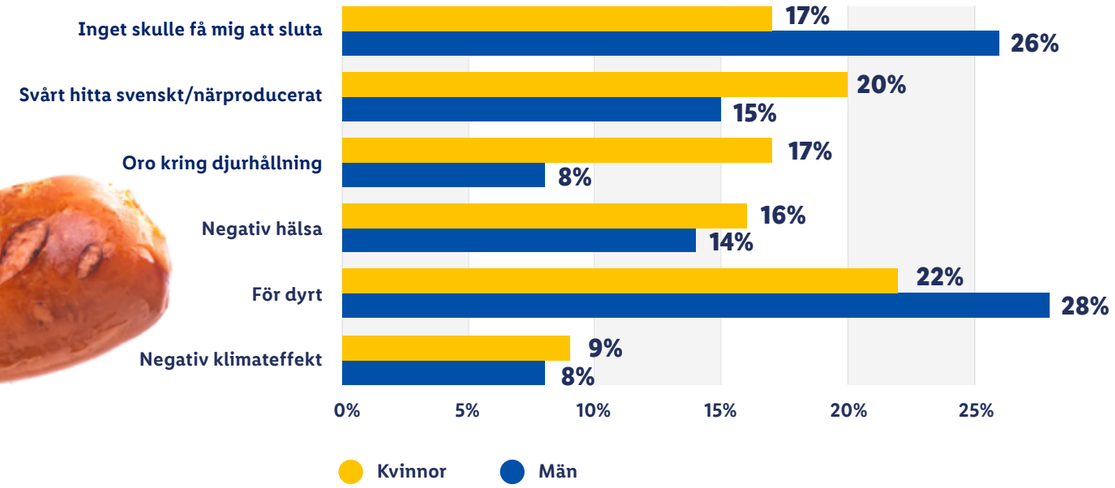
Hälsa, klimatpåverkan och matpriser

- 59 procent uppger att de äter lika mycket kött som för fem år sedan.
- Bland dem som uppger att de har förändrat sin konsumtion syns tre drivkrafter: klimat, pris och hälsa. 6 procent uppger att de äter mer kött än för fem år sedan – hälsan är det vanligaste skälet. Ökningen syns särskilt bland unga och män. 32 procent uppger att de har minskat sin köttkonsumtion, främst på grund av klimatpåverkan och högre matpriser.
- 31 procent upplever att den egna köttkonsumtionen har stor påverkan på klimatet, medan 41 procent ser påverkan som låg eller obefintlig.
- Mer än dubbelt så många män som kvinnor uppger att deras köttkonsumtion inte påverkar klimatet alls, 14 procent jämfört med 6 procent. Kvinnor är mer benägna att minska eller sluta äta kött på grund av oro för djurhållning. Män svarar oftare att inget skulle få dem att sluta äta kött.
- Pris väger tyngre bland låginkomsttagare, medan höginkomsttagare oftare lyfter smak och kvalitet.



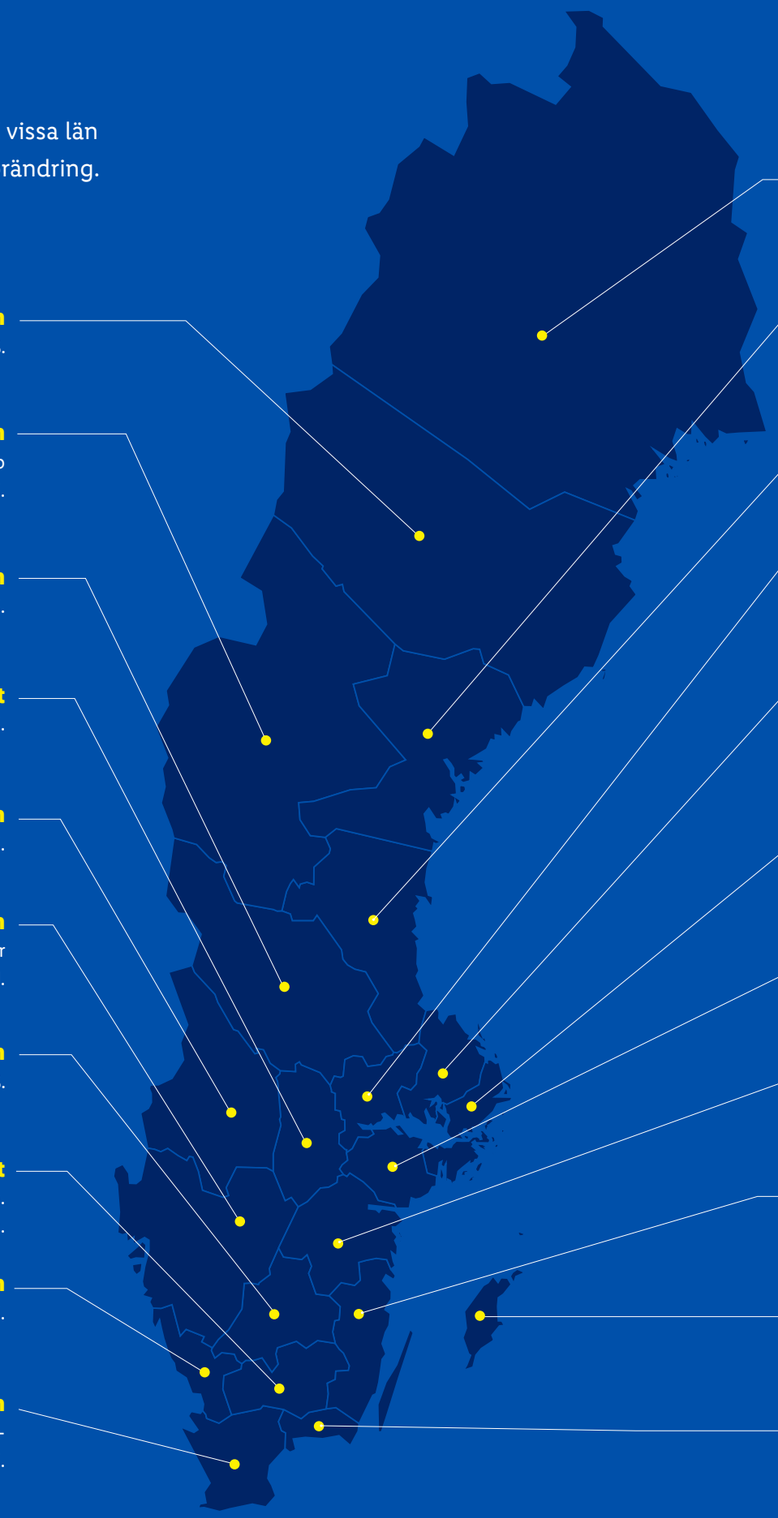
Männen håller fast vid köttet – kvinnorna är mer benägna att tänka om

Vad skulle främst få dig att minska eller sluta äta kött?



Köttkartan: Så äter Sverige

Svenskarnas köttvanor skiljer sig åt beroende på var i landet man bor. I vissa län är köttet starkt förankrat i vardagen, i andra syns tydligare tecken på förändring. Vad som hamnar på tallriken skiljer sig mellan olika län.



Svenskarnas köttvanor i alla län

Norrbotten – Viltets län
Här är vilt det kött som flest helst väljer: 40 %.

Västerbotten – Restaurangköttets län
Här uppger flest att de främst äter kött vid restaurangbesök: 10 %.

Västernorrland – Det beredskapsmedvetna länet
Här är oron för livsmedelsförsörjningen vid kris eller krig betydligt större än rikssnittet: 73 % jämfört med 66 % i riket.

Jämtland – Viltets och gårdarnas län
Här är viltet starkast i vardagen: 19 %, och direktköp från gård vanligast: 15 %.

Gävleborg – Nötköttets län
Här uppger flest att de oftast äter nötkött: 44 %.

Dalarna – Prispressens län
Här väger priset tyngst som skäl att minska eller sluta äta kött: 36 %.

Västmanland – Det grillförsiktiga länet
Här är andelen som inte grillar högst: 13 %.

Örebro – Köttundvikande länet
Här uppger flest att de inte äter kött eller kyckling alls: 13 %.

Uppsala – Det gröna alternativets län
Här är viljan att välja vegetariskt störst när svenskt kött saknas i butik: 18 %.

Värmland – Djurhållningens län
Här är upplevelsen att svensk djurhållning är bättre starkast: 70 %.

Stockholm – Fågelns län
Här uppger flest att de oftast äter fågel: 53 %

Västra Götaland – Köttbalansens län
Här ligger många svar nära rikssnittet; exempelvis uppger 57 % att köttkonsumtionen är oförändrad.

Södermanland – Grillsommarens län
Här är sommaren tydligast som köttets högsäsong: 30 %.

Jönköping – Glesätarnas län
Här är andelen som äter kött varannan vecka högst: 9 %.

Östergötland – Framtidsproteinets län
Här är intresset för odlat kött högst: 35 %.

Kronoberg – Det prismedvetna länet
Här vill flest ha svenskt kött utan att det kostar skjortan. Nära var fjärde (24 %) vill betala max 9 % extra för svenskt kött.

Kalmar – Vardagsköttets län
Här uppger flest att de äter kött varje dag: 25 %.

Halland – Svenskköttets län
Här upplevs svenskt kött ha högre kvalitet: 35 %.

Gotland – Lammens län
Här uppger 9,4 % att lamm är köttet de helst väljer och 3,5 % att de oftast äter det.

Skåne – Förändringens län
Här har störst andel minskat sin kött-konsumtion de senaste fem åren: 43 %.

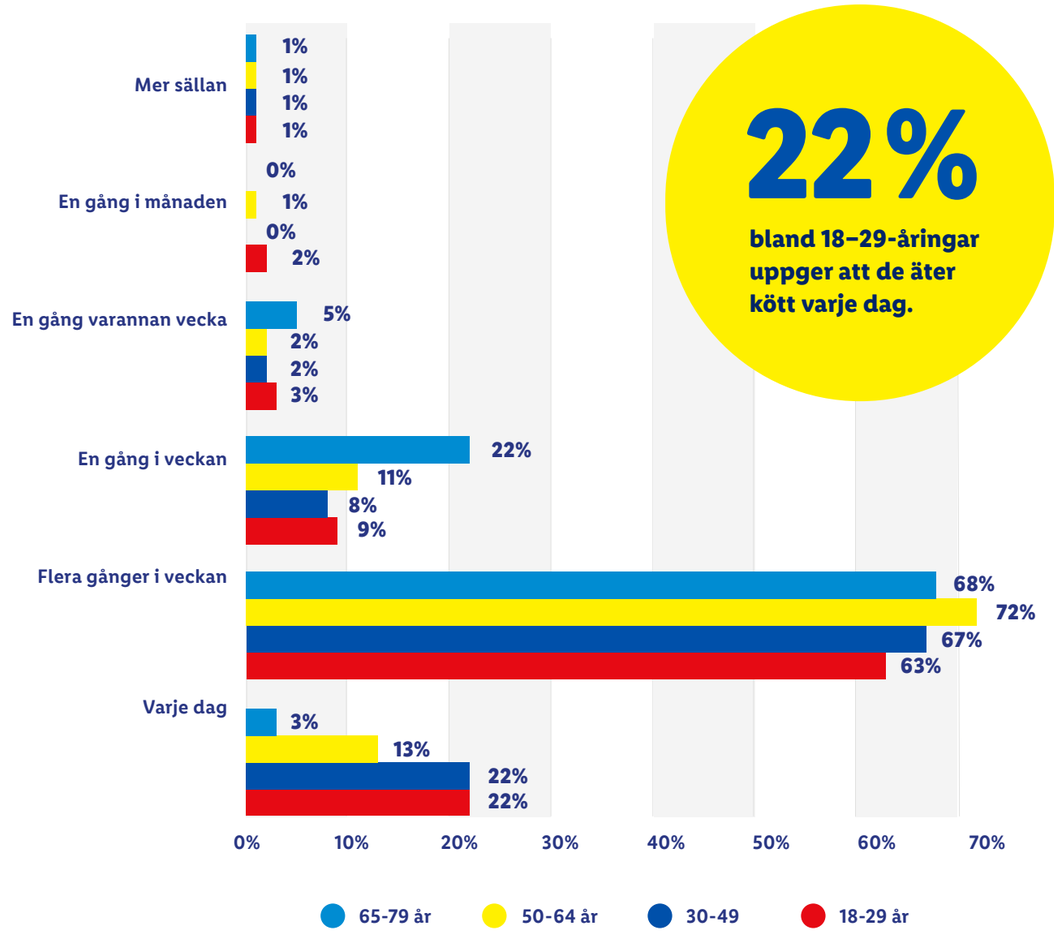
Blekinge – Fläskköttets län
Här uppger flest att de oftast äter fläskkött: 36 %.

Unga äter mer kött – men är också mest klimatmedvetna

Bland unga tar köttet stor plats. Bland 18–29-åringar uppger 22 procent att de äter kött varje dag, vilket är högre än i äldre åldersgrupper. Samtidigt är de mest klimatmedvetna. 42 procent upplever att den egna köttkonsumtionen har stor klimatpåverkan, jämfört med 24 procent bland 50–64-åringar.

Men medvetenheten har inte alltid blivit handling. 65 procent av de unga uppger att deras köttkonsumtion är oförändrad eller har ökat de senaste fem åren. Priset spelar också in. Nästan var femte, 18 procent, säger att priset är viktigast när de väljer kött, och 34 procent säger att priset skulle kunna få dem att minska sin köttkonsumtion.

Hur ofta äter du kött?



Gillar svenskarna svenskt?

I en tid när matpriser, klimat och beredskap diskuteras allt mer får ursprung en större roll. Svenskt ursprung väger tungt i svenskarnas svar om köttval. Strax över hälften, 51 procent, säger att det viktigaste är att köttet är svenskt.

Svenskt kött förknippas framför allt med förtroende: djurhållning, kvalitet, trygghet och svensk livsmedelsproduktion. Det blir ett sätt att känna kontroll över vad man lägger på tallriken och över vilken matproduktion man vill ska finnas kvar i Sverige.

Köttet, klimatet och svensk djurhållning

Klimatfrågan finns tydligt med när köttet diskuteras. Samtidigt tycks den ofta få mindre betydelse i själva köpbeslutet. Tre av tio, 31 procent, upplever att den egna köttkonsumtionen påverkar klimatet mycket eller ganska mycket. Nästan lika många, 29 procent, tycker att påverkan är liten eller obefintlig.

Det finns ett starkt förtroende för svensk djurhållning. Fler än hälften av svenskarna, 55 procent, säger att de har högt förtroende för svensk djurhållning. Var tredje, 32 procent, vill aktivt stötta svenska bönder och svensk livsmedelsproduktion genom sina val. Var fjärde, 26 procent, uppger dessutom att de skulle avstå från att köpa kött eller välja vegetariskt om svenskt kött inte finns.





Fler än hälften av svenskarna, 55 procent, säger att de har högt förtroende för svensk djurhållning.



Du angav att det är viktigt att köttet är svenskt/ närproducerat. Vilken är den främsta anledningen till det?

55 % Större förtroende för svensk **djurhållning/djurskydd**

32 % Jag vill **stödja svenska bönder** och svensk livsmedelsproduktion (till exempel för att stärka Sveriges ekonomi)

Jag stöttar att svenska djur får mindre antibiotika: **9%**

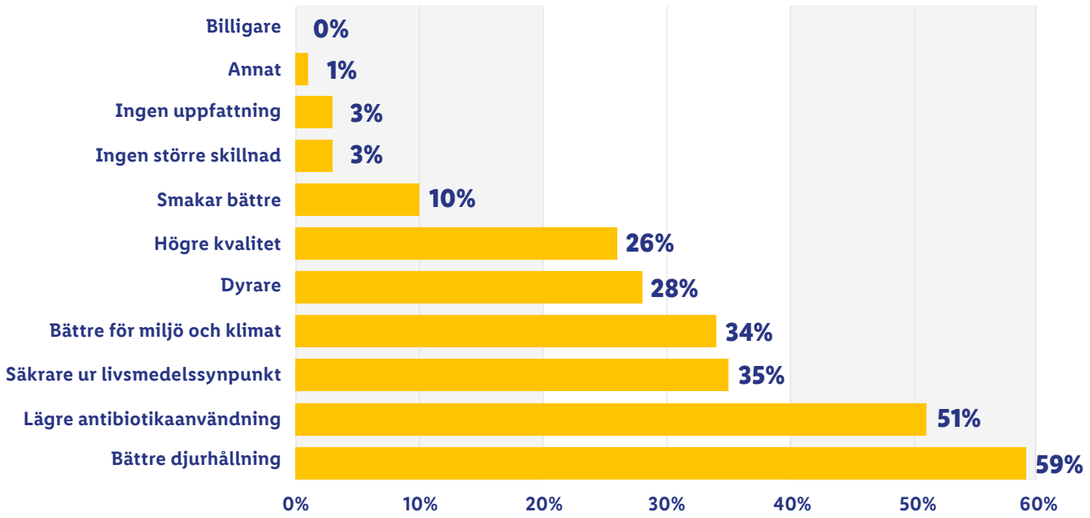
Jag upplever att svenskt kött har bättre smak och kvalitet: **2%**

Annat: **3%**



Djurhållningen stärker förtroendet för svenskt kött

Uppfattning om svenskt kött jämfört med kött från andra länder



Svenskt i topp

För 51 procent är svenskt ursprung viktigast vid valet av kött – främst tack vare bättre djurhållning, låg antibiotikaanvändning, högre kvalitet och livsmedelstrygghet.

Kvinnor anger oftare än män att svenskhet är viktigast när de väljer kött: 58 procent av kvinnorna jämfört med 44 procent av männen. Män prioriterar i högre grad smak och kvalitet: 24 procent jämfört med 12 procent bland kvinnor.

Svenskt kött får olika betydelser i olika delar av landet. I Dalarna lyfter 16 procent bättre smak. I Uppsala kopplar 44 procent svenskt kött till bättre miljö och klimat, medan 70 procent i Värmland upplever att svensk djurhållning är bättre.

Sammantaget visar resultaten att svenskt kött inte bara bedöms med smaklökarna. Det bedöms också genom förtroende för hur svenskt kött produceras.

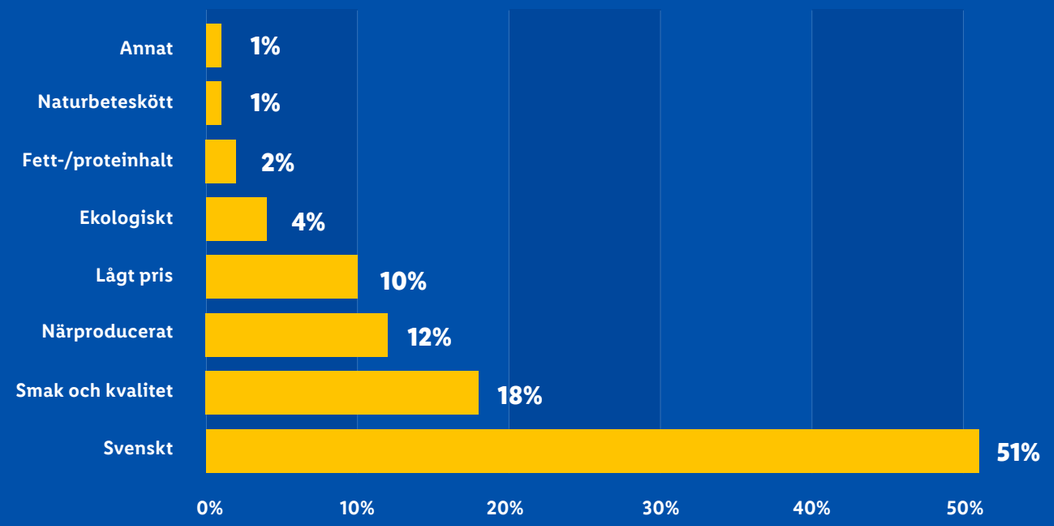
Pris, betalningsvilja och värderingar

Pris spelar roll. Men det inte är den avgörande faktorn för majoriteten för svenskarna. 51 procent anger att det är viktigast att köttet ska vara svenskt – en prioritering som anges ungefär fem gånger oftare än lågt pris (10 %). Betalningsviljan för svenskt kött ökar med inkomsten. Bland låginkomsttagare uppger 40 procent att de inte vill betala mer för svenskt kött. Bland höginkomsttagare är motsvarande siffra 24 procent.

51%

anger att det är viktigast att köttet är svenskt.

Vad är viktigast när du väljer kött?

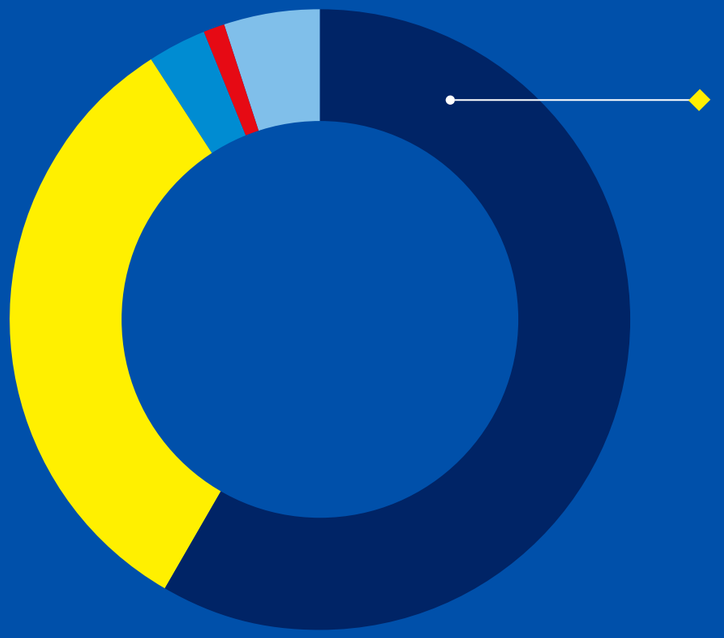


Köttets roll i en osäker omvärld

Köttets roll har fått ökad uppmärksamhet i en mer osäker omvärld. Frågor om livsmedelsberedskap, självförsörjning och sårbara leveranskedjor har blivit allt mer framträdande i både politik och samhällsdebatt: Hur mycket kan vi i Sverige producera själva?

Hur beroende är vi av import? Och vad händer när svenskt kött efterfrågas mer än vad som finns i hyllan? Det här kapitlet visar hur svenskarna ser på köttets roll i beredskapen.

Hur viktigt är det att Sverige ökar sin självförsörjning av kött?



Livsmedelsberedskap

Sverige producerar i dag drygt hälften av det nötkött vi själva konsumerar enligt jordbruksverket. Resten behöver importeras. För livsmedel som helhet brukar Sveriges självförsörjningsgrad uppskattas till omkring 50 procent, enligt Lantbrukarnas riksförbund, LRF. Det gör Sverige beroende av import och fungerande internationella leveranskedjor.

Så länge handeln och transporterna fungerar märks beroendet knappt. Men vid krig, pandemier, extremväder eller handelsstörningar kan det snabbt bli en sårbarhet.

I regeringens livsmedelsstrategi kopplas svensk produktion tydligt till beredskap, försörjning och samhällssäkerhet. Den bilden delas av svenskarna. Över 90 procent tycker att Sverige behöver öka sin självförsörjning av kött. Samtidigt oroar sig 66 procent för att maten inte skulle räcka vid krig eller allvarliga störningar.



66 procent är mycket eller ganska oroliga för att Sverige inte skulle kunna producera tillräckligt med livsmedel vid en allvarlig kris eller krig.

Svenskarna prioriterar svenskt kött i butik

När svenskt kött saknas i butik säger många att de skulle söka ett annat alternativ. I praktiken har bristen framför allt gällt svenskt nötkött och till viss del lamm, men i undersökningen handlar frågan om kött ur ett bredare perspektiv.

Svaren visar att brist på svenskt kött främst får människor att byta inom köttkategorin – till en annan produkt, butik eller ursprung. Inte att lämna köttet helt.

Nära en tredjedel skulle byta till en annan typ av svenskt animaliskt protein, som kyckling, lamm, vilt eller fisk. Nära en av tio skulle i stället gå till en annan butik.

Importerat kött är också ett alternativ för ungefär var fjärde. Knappt var femte skulle avstå från att köpa kött vid det tillfället, medan färre än en av tio skulle välja vegetariskt.

Fortsatt nötköttbrist kan ändra vanor

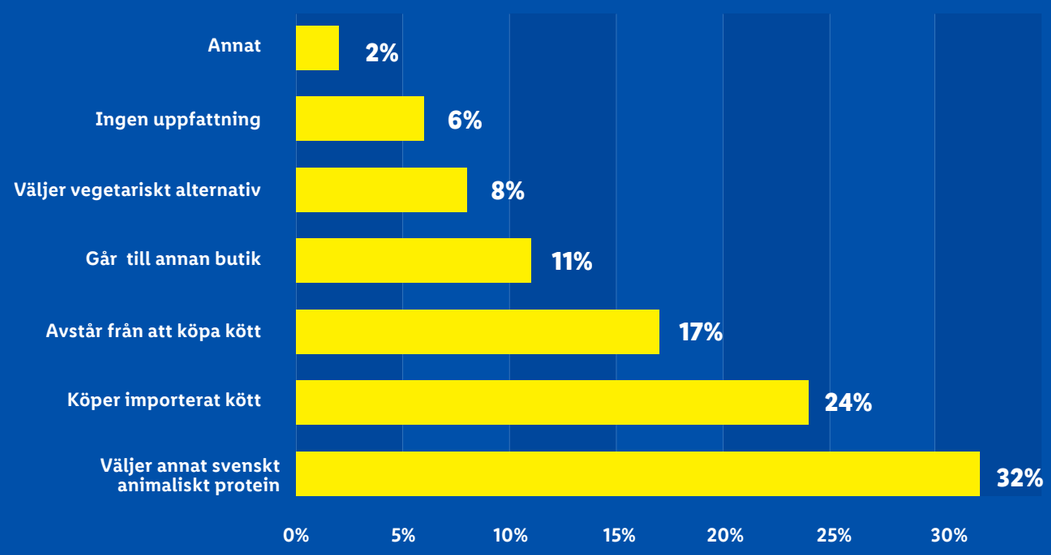
Tillgången på svenskt nötkött väntas vara fortsatt ansträngd de kommande åren, även om vissa förbättringar har börjat synas. Bättre skördar, mer foder och högre ersättning i delar av kedjan har stärkt förutsättningarna något.

Men återhämtningen tar tid. Det föds fortfarande få kalvar, vilket gör att bristen på svenskt kött sannolikt finns kvar de närmaste åren, även om gapet kan minska steg för steg.

Bristen påverkar inte bara vad som finns i butik. Den kan också påverka hur människor äter. I undersökningen uppger var femte svensk, 18 procent, att svårigheten att hitta svenskt eller närproducerat kött skulle kunna få dem att minska på eller sluta äta kött.

Det gör tillgången till en större fråga än sortimentet. Om svenskt kött ska finnas kvar som ett möjligt val i vardagen krävs stabila och långsiktiga villkor i hela kedjan – från gård till butik.

Vad gör du om svenskt kött är slut?



1 av 5

(18 %) uppger att bristen på svenskt/närproducerat kött skulle vara den främsta anledningen till att minska på eller sluta äta kött.

