



Lentils.™

Fallstudie:

Die schnell wachsende Salatkette Sweetgreen bietet mit Linsen ein nachhaltiges Menü mit pflanzlichen Proteinen

November 2021

Sweetgreen, eine der trendigsten und am schnellsten wachsenden Fast-Casual-Ketten in den USA, hat es sich zur Aufgabe gemacht, gesündere Gemeinschaften aufzubauen, indem sie die Menschen mit echtem Essen in Kontakt bringt. Es ist also keine Überraschung, dass Linsen auf ihrer Speisekarte eine wichtige Rolle spielen.

Der Super Green Goddess Salad enthält Linsen, Kichererbsen, geröstete Süßkartoffeln, rohe Karotten, würzigen Brokkoli, geschredderten Kohl, rohe Rüben, geröstete Mandeln, Babyspinat, geschredderten Grünkohl und Green Goddess Ranch Dressing. Das pflanzliche Gericht kostet 9,95 Dollar und enthält 485 Kalorien, davon 20 Gramm Eiweiß. Es kann das ganze Jahr über in jeder der 121 Filialen der Kette gekauft werden.

Pflanzliche Gerichte haben in den letzten Jahren stark an Beliebtheit gewonnen, und dieses Gericht ist ein hervorragendes Beispiel dafür, wie Linsen das vegetarische und vegane Angebot um Eiweiß erweitern können. Wenn Linsen in der Mitte des Tellers oder der Schüssel liegen, wie im Super Green Goddess Salad von Sweetgreen, kommen sie dem Wunsch der Verbraucher nach pflanzlichem Eiweiß und gesünderen Menüoptionen entgegen. Lebensmittel, die eine bestimmte Funktion erfüllen, z. B. durch eine Kombination aus Eiweiß und Ballaststoffen satt machen, liegen auf den Speisekarten von Schnellrestaurants (QSR) im Trend. [1] Linsen erfüllen beide Bedürfnisse - eine halbe Tasse gekochter Linsen liefert 12 Gramm Eiweiß und 8 Gramm Ballaststoffe, die den Hunger zügeln und gleichzeitig langanhaltende Energie für den Verbraucher liefern, wenn er unterwegs ist.

Linsen können auch als nährstoffreiche Supernahrung eingestuft werden, ein weiterer Trend auf der Speisekarte, der bei QSRs auf dem Vormarsch ist. [1]

Eine aktuelle Studie zeigt, dass 81 % der Verbraucher Linsen kennen, und 36 % der Verbraucher mögen oder lieben sie mehr als alle anderen Lebensmittel. Unter den Bevölkerungsgruppen, die sich für Linsen auf der Speisekarte interessieren, stehen selbsternannte Feinschmecker und gesundheitsbewusste Verbraucher an der Spitze der Liste. [1] Dank der Nachfrage der Verbraucher tauchen Linsengerichte in immer mehr Restaurants auf. In den letzten 10 Jahren hat sich das Angebot an Linsengerichten in Schnellrestaurants um 42 % erhöht, und das Angebot an Linsengerichten auf den Speisekarten aller Restaurants ist in den letzten zehn Jahren um 28 % gestiegen. [1]

Die Speisekarte von Sweetgreen konzentriert sich auf Salate und Protein-Bowls, und das Unternehmen legt Wert auf Nachhaltigkeit und innovative, abenteuerliche, selbstgemachte Gerichte. Auf der Online-Speisekarte der Kette wird darauf hingewiesen, dass der Super Green Goddess Salad eine kohlenstoffarme Option ist, ein wichtiger Bestandteil der Mission des Unternehmens, bis 2050 kohlenstoffneutral zu werden.

Mit einer pflanzenreichen Speisekarte behauptet Sweetgreen, dass ihr Angebot 30 % weniger Kohlenstoffintensität aufweist als die durchschnittliche amerikanische Ernährung. Dieser Nachhaltigkeitsfokus spricht Verbraucher an, die auf der Suche nach pflanzlichen Optionen sind, die ihnen Nährstoffe liefern und ihnen gleichzeitig helfen, ihren CO₂-Fußabdruck zu verringern. [1] Sweetgreen geht mit gutem Beispiel voran, wenn es darum geht, die Transparenz in der Gastronomie zu erhöhen und die Kommunikation in Bezug auf Nachhaltigkeit und Reduzierung des Kohlenstoffausstoßes zu verbessern.

Restaurantketten können ihre Ziele zur Verbesserung des Klimaschutzes leichter erreichen, wenn sie Linsen auf die Speisekarte setzen. Linsen sind eine kohlenstoffnegative Nutzpflanze, die außergewöhnlich wenig Wasser benötigt. Das bedeutet, dass Linsenpflanzen mehr Kohlenstoff im Boden speichern, als sie bzw. ihre Produktion in die Atmosphäre abgeben. Das einzige Wasser, das während des Anbaus verbraucht wird, stammt aus Niederschlägen aus der Umgebung, und Linsenpflanzen sind gut an halbtrockene Bedingungen angepasst und vertragen Trockenstress gut. Linsen haben außerdem die einzigartige Fähigkeit, während ihres Wachstums ihren eigenen Stickstoff im Boden zu fixieren, was nicht nur die Menge an Stickstoffdünger reduziert, die für den Anbau von Linsen und den nachfolgenden Anbau auf diesem Land benötigt wird, sondern auch die Bodengesundheit insgesamt verbessert.

Eine Auswahl von Power Bowl-Rezepten mit gesunden und nachhaltigen Linsen [finden Sie hier](#).

Wenn Sie weitere Ideen für die Verwendung nachhaltiger Linsen in pflanzlichen Angeboten auf Speisekarten haben, senden Sie uns eine E-Mail an info@lentils.org.

[1] Datassential-Studie Flavor 2020