PRESSEMEDDELELSE

PRESSEMEDDELELSE – Æg er madspildshelten – både til hverdag og til påskefest

Stop Spild Af Mad · Sundhed og socialvæsen



Nye undersøgelser viser en bred folkelig opbakning til kampen mod madspild. Alligevel ved op mod hver anden dansker ikke, at æg er en af de bedste råvarer til at hjælpe med at reducere madspild.

Påsken venter lige om hjørnet med sine søde løfter om tid til familie og venner og hyggeligt samvær over en påskefrokost. Som altid skal vi fortsat give den fuld gas på hyggen, men i år ønsker foreningen Stop Spild Af Mad og brancheorganisationen Danske Æg også, at vi har fokus på at smide mindre mad ud.

Bred folkelig opbakning

Løsningen på mindre madspild findes i de allerfleste køleskabe. Nemlig ægget. Det byder på både søde og salte muligheder, det er et vidundermiddel til at binde resterne fra køleskabet sammen til nye spændende og velsmagende retter, og så er det et godt bud på at reducere vores klimaaftryk.

"Op mod halvdelen af danskerne angiver økonomien som den stærkeste motivationsfaktor for at undgå madspild i 2026. Det viser nyeste undersøgelse af Verian, som Stop Spild Af Mad har fået gennemført. Samlet set viser tallene, at næsten 9 ud af 10 danskere er motiveret for at reducere madspild – og kun 6 pct. siger, at de ikke ønsker at sætte fokus på madspild i 2026. Der er med andre ord en bred folkelig opbakning for kampen mod madspild, siger Selina Juul," stifter og bestyrelsesformand for foreningen Stop Spild Af Mad.

Madspildskampen er også klimakamp

Hun har i knap 20 år kæmpet for at sætte madspild øverst i danskernes bevidsthed. Derfor glæder de nye tal hende. For kampen mod madspild er ikke kun en økonomisk kamp. Den handler også om at finde konkrete løsninger på klimakrisen.

Tal fra Fødevareministeriet viser, at Danmarks samlede madspild svarer til 3,4 pct. af Danmarks samlede CO2-udledninger. Et tidligere estimat fra Landbrug & Fødevarer viser, at madspild alene i påskeugen løb op i 279 mio. kr., og at danskerne købte ind for 24 pct. mere i påskeugen sammenlignet med en gennemsnitlig uge i resten af året.

For lidt viden om æggets egenskaber

Danske Æg er en brancheorganisation under Landbrug & Fødevarer, der organiserer ægproducenter, ægproduktfabrikker og ægpakkerier, herunder Danæg, DAVA Foods og Vallø Øko. I en tid med højere fødevarepriser oplever alle et større salg af æg.

Men når Danske Æg og Landbrug & Fødevarer i den seneste undersøgelse af danskernes forbrug af og forhold til æg spørger danskerne til æggets rolle i forhold til madspild og klima, så er der forbavsende få, der kender til æggets fordele.

Bl.a. svarer hele 43 pct., at de ikke ved, at æg kan hjælpe mod madspild. Og i forhold til klimaaftryk er kun 4 ud af 10 danskere opmærksomme på æggets fordele.

“Vi har helt sikkert et uforløst potentiale i at få formidlet ud til danskerne, at med æg i køleskabet har du fundet den helt rigtige madspildshelt. For æggets fantastiske egenskaber som bindemiddel kan nemt forvandle gårsdagens rester og de småslatne grøntsager i bunden af grøntsagsskuffen til en velsmagende og mættende omelet, æggekage eller frittata,” siger Jørgen Nyberg Larsen, sektorchef for Danske Æg.

Ægget har flere fordele

Æggets fordele holder sig ikke blot til madspild. Det er nemlig en ferskvare, der kan holde sig i betragtelig længere tid end andre animalske fødevarer, ligesom det er rigt på proteiner og indeholder en række vitaminer. Og så har æg et noget mindre klimaaftryk end andre animalske fødevarer.

“Vi ved, at ægget har et betydeligt mindre klimaaftryk end mange andre animalske fødevarer, men det er lige så mættende. Lige om lidt står vi over for påsken, en højtid, som om nogen er æggets. Vi nyder den på påskebordet med sild, rejer og tomat, og vi bruger den i kager og desserter. Når nu påskefrokosterne er slut, og køleskabet bugner med rester, kan du med de æg, du har tilbage i æggebakken, forvandle alle dine rester til et helt nyt måltid, som måske endda ender med at blive familiens nye yndlingsret,” siger Jørgen Nyberg Larsen.

En hjælp til trængte børnefamilier

Selina Juul ser også ægget som en særlig kærkommen helt for de familier, der måske kæmper med at få enderne til at nå sammen.

“Vi lever i en ret usikker tid med høje fødevarepriser, og det sætter flere børnefamilier under pres. Viljen til at undgå madspild er til stede. Men løsningerne mangler måske. Her kan ægget være den nemme løsning og dermed blive en ægte madspildshelt,” siger hun.

FAKTABOKS: Sådan redder æg dine rester

Hvorfor er æg det ultimative redskab? Fordi æg binder ingredienser sammen, giver struktur til retter, kan bruges i både søde og salte retter, kan tilberedes på utallige måder, holder længe i køleskabet – og så er æg relativt billige.

En glimrende ret med æg som madspilds-helt er æggetærte. Har du en rest kogte kartofler, en lille rest ost, nogle lidt trætte grøntsager fra grøntsagsskuffen og måske lidt tilberedt kød, fisk eller kylling fra forleden, kan det hele proppes i en velsmagende æggetærte og tilberedes i ovnen eller mikrobølgeovnen.

Find inspiration til retter med æg:

https://voresmad.dk

https://www.danskeæg.dk/materialer-2

https://www.danaeg.dk/inspiration

https://davafoods.dk/opskrifter

Yderligere information:

Link til undersøgelser:

https://lf.dk/media/niwl5mnm/koeb-og-brug-af-aeg_jan2026.pdf

Akkreditering: Danske Æg og Landbrug & Fødevarer

https://stopspildafmad.dk/artikler/veriandecember2025.pdf

Akkreditering: Verian for Stop Spild Af Mad

Link til fotos:

https://www.transfernow.net/dl/20260318COFtWwiX/2Y4vBwlY

Akkreditering: Landbrug & Fødevarer

(OBS: linket udløber den 25. marts – kontakt Landbrug & Fødevarer for at få fotos tilsendt igen).

Pressekontakt Danske Æg:

Jørgen Nyberg Larsen, sektorchef for brancheorganisationen Danske Æg

tlf.: +45 27 24 56 91

e-mail: jnl@lf.dk

Pressekontakt Stop Spild Af Mad:

Tlf.: +45 40 72 06 01

e-mail: info@stopspildafmad.org

KILDE: Stop Spild Af Mad

CVR 38217291 · Online: https://pressemeddelelse.dk/pressemeddelelser/pressemeddelelse-aeg-er-madspildshelten-baade-til-hverdag-og-til-paaskefest/

Pressemeddelelsen er udgivet af Stop Spild Af Mad og videreformidlet af Pressemeddelelse.dk. Pressemeddelelse.dk er ikke ansvarlig for indholdet. Spørgsmål til indholdet rettes til afsenderen.