

MAILING

Nachhaltig, gesund und gut fürs Portemonnaie

Wunderwaffe Tiefkühlkost

Trotz zahlreicher Vorteile hat Tiefkühlkost noch immer mit festgefrorenen Mythen zu kämpfen. Die positiven Aspekte, wie die Haltbarkeit, Portionierbarkeit, Saisonunabhängigkeit und viele mehr sind noch nicht in allen Küchen angekommen.

Passend zum Tag der Tiefkühlkost am 6. März räumt iglo deshalb ein für alle Mal auf – und feiert Tiefkühlprodukte für das, was sie sind: ganz schön cool.

Vor hundert Jahren wurde mit dem Schockfrostungsverfahren die Konservierung von Lebensmitteln revolutioniert. Seit jeher nimmt die Zahl der TK-Liebhaber kontinuierlich zu: 76 % der Verbraucher konsumieren regelmäßig Tiefkühlprodukte (Quelle: dti). Und für alle restlichen Skeptiker taut iglo die Mythen rund um Tiefkühlkost ab.

Fakten-Bubbles

Im Durchschnitt verzehren die Deutschen pro Person 46,1 kg Tiefkühlkost im Jahr (Zahl aus 2021, Quelle Statista).

Im Durchschnitt isst jeder Deutsche pro Jahr 27 Fischstäbchen (Quelle: LZ)

Bei der TK-Gemüseproduktion dauert der Weg von der Ernte ins Tiefkühlager nur zwei bis drei Stunden. (Quelle: LZ) Spinat ist der Frische-Rekordhalter: In max. 180 Minuten kommt er bei iglo vom Feld in die Verpackung.

Eiskalte Mythen

1. Tiefkühlkost ist weniger gesund als frische Lebensmittel

FALSCH. Die Schockfrostung ist die schonendste Art der Lebensmittelkonservierung – ohne Geschmacks- und Qualitätsverlust und ohne Zugabe von Konservierungsstoffen. Bei der Schockfrostung wird der Abbau von Nährstoffen gestoppt, sodass iglo Produkte sogar mehr Nährstoffe enthalten können als frische Lebensmittel. Das gilt vor allem für Gemüse und Obst, das nach der Ernte sofort eingefroren wird.

2. Mit Tiefkühlprodukten werden weniger Lebensmittel verschwendet

WAHR. Tiefgekühlte Produkte sind viel länger haltbar als frische Lebensmittel. Das bedeutet, dass wir Tiefkühlprodukte auch außerhalb ihrer Saison essen und damit gleichzeitig die Lebensmittelverschwendung reduzieren können. Somit sind die

Fertiggerichte von iglo oftmals die klimafreundlichere Option als frische, da diese eine kürzere Haltbarkeit haben und häufiger weggeschmissen werden.

3. Tiefkühlkost ist viel teurer als frische Lebensmittel

FALSCH. Über das Jahr hinweg, hält sich der Preis für Tiefkühlkost weitestgehend konstant, während der Preis beispielsweise für frisches Gemüse wöchentlich schwankt. Zudem ist das Gemüse von iglo bereits geputzt, geschält, zerkleinert und portioniert und verursacht viel weniger Abfall als die Zubereitung von frischem Gemüse. Somit sind die tiefgekühlten Produkte im Verhältnis meist günstiger als frische Lebensmittel.

Mit Tiefkühlkost fällt es also leicht, sich gesund, umweltbewusst und frisch zu ernähren und dabei gleichzeitig den Geldbeutel zu schonen. Genau diese Aspekte sind Verbrauchern bei der Wahl ihrer Lebensmittel besonders wichtig. (Quelle: dti). Mit iglo werden die relevantesten Ernährungsaspekte zusammengeführt – für eine leckere und ausgewogene Ernährung ohne schlechtes Gewissen. Allen Grund, die Wunderwaffe Tiefkühlkost das ganze Jahr über zu feiern!

Rezepte

Gerichte für den großen Hunger und den kleinen Geldbeutel

Backfisch auf Kartoffel Rote Beete Püree mit Dill und karamellisierten Zwiebeln



iglo Filegro Ofenbackfisch
UVP: 4,89 Euro
240 Gramm

Chili sin Carne mit Quinoa, Kürbis & Süßkartoffeln in Limetten Butter



iglo Gemüse-Ideen Kürbis & Süßkartoffeln
UVP: 3,29 Euro
400 Gramm

Kartoffel Rösti Quiche mit italienischem Gemüse



Iglo Gemüse-Ideen Italienische Art
UVP: 3,29 Euro
400 Gramm

Kontakt:

Kim Laureen Tresp
segmenta communications GmbH
+49 174 77 44 200
iglo@segmenta.de

Marlene Munsch
iglo Deutschland
040 / 18 02 49 – 334
marlene.munsch@iglo.com