

## Fünf Kulinarik-Trends aus Schweden

In der vielfältigen kulinarischen Landschaft Schwedens zeichnen sich fünf Trends ab, die nicht nur den Gaumen erfreuen, sondern auch den Tourismus des Landes revolutionieren. Von Clean Meat, über Blue Food bis hin zu Outdoor Dining.

In der heutigen Reisewelt sucht der moderne Tourist nicht nur nach Sehenswürdigkeiten, sondern nach einzigartigen, nachhaltigen und gesunden kulinarischen Erlebnissen. Schweden, ein Land von beeindruckender Größe und vielfältiger Landschaft, gekennzeichnet durch ausgeprägte Jahreszeiten. Es ist daher keine Überraschung, dass die kulinarische Szene hier genauso facettenreich ist wie die Natur selbst.

Die schwedische Kochtradition erfüllt das Land mit Stolz, da sie hauptsächlich auf den natürlichen Schätzen des Waldes und des Meeres basiert. Ob es der herzliche Geschmack von klassischen schwedischen Fleischbällchen ist oder die innovative Frische pflanzlicher Köstlichkeiten – die nordische Küche und der schwedische Lebensstil sind mittlerweile echte Trendsetter und erfreuen sich großer Beliebtheit. Schweden setzt dabei auf fünf zentrale Trends, die den kulinarischen Tourismus revolutionieren.

### 1. Nachhaltige Esskultur

Nachhaltigkeit ist in aller Munde, und Schweden ist da keine Ausnahme. Immer mehr Reisende legen Wert auf die Umweltfreundlichkeit ihrer Speisen. Ob lokal, biologisch oder saisonal – schwedische Restaurants setzen verstärkt auf umweltfreundliche Zutaten. Pflanzliche Alternativen, [Blue Food](#) und innovative Proteine wie kultiviertes Fleisch („[Clean Meat](#)“) sind weltweit auf dem Vormarsch, getrieben von einer umweltbewussten jungen Generation. Schwedische Restaurants tragen ihren Teil bei, indem sie Lebensmittelverschwendung minimieren und nachhaltige Praktiken fördern. Das sorgt nicht nur für ein gutes Gewissen, sondern auch für genussvolle, authentische Erlebnisse.

### 2. Gesundheit geht durch den Magen

Gesundheit wird ganzheitlich betrachtet, und Schweden steht dabei an vorderster Front. Neben gesunder Ernährung spielen auch Bewegung, Naturerlebnisse und soziale Kontakte eine wichtige Rolle. Die skandinavische Küche, bekannt für ihre frischen und natürlichen Zutaten, spricht gesundheitsbewusste Reisende an. Restaurants bieten zunehmend vegetarische und vegane Optionen an, und innovative Start-ups entwickeln gesunde Snacks und alkoholfreie Getränke, die den Genussfaktor nicht vernachlässigen. Mit einem zunehmenden Fokus auf ganzheitliches Wohlbefinden steigt die Nachfrage nach Nahrungsmitteln, die nicht nur ernähren, sondern auch zusätzliche Vorteile für Geist und Körper bieten. Die Verbreitung von [Trends](#) wie probiotischen und fermentierten Lebensmitteln reflektiert einen Wandel zu einer bewussteren Ernährungsweise.

### 3. Ganzheitliche kulinarische Erlebnisse

In Schweden wird Essen zu einem Fest für alle Sinne. Von Mahlzeiten im Dunkeln bis hin zu Gerichten, die mit Musik oder speziellen Lichteffekten serviert werden – die Möglichkeiten sind nahezu unbegrenzt. Besonders beliebt waren Outdoor-Dining-Erlebnisse wie "[Schweden – Ein Land wird Restaurant](#)" und "[Schweden – Ein Land wird trinkBa](#)", bei denen Gäste inmitten der schwedischen Natur ihre eigenen Mahlzeiten zubereiteten. Obwohl diese Initiativen nicht mehr aktiv sind, können Besucher dank den [Jahreszeiten](#) angepassten Onlinerezepten diese einzigartigen Erlebnisse selbst nachstellen und so Kulinarik und Naturgenuss auf eigene Faust kombinieren.

### 4. Ein dynamisches kulinarisches Landschaftsbild

Schwedens Gastronomielandschaft ist im Wandel. Neue Geschäftsmodelle und innovative Konzepte entstehen, um den wachsenden und vielfältigen Ansprüchen der Konsumenten gerecht zu werden. Von [Essenslieferdiensten](#) bis hin zu „Gesunder Fast-Casual-Küche“ – die schwedische Gastro-Szene zeigt sich schon länger kreativ und anpassungsfähig. Schnellrestaurants bieten heute weit mehr als nur Hamburger und Pizza. Von Poke-Bowls über Salatbars bis hin zu herzhaften Sandwiches reicht die Vielfalt. Im Einklang mit dem Gesundheits- und Wellness-Trend erweitern viele von ihnen ihre Speisekarten um gesündere und pflanzliche Optionen. Trotz globaler Herausforderungen wie der Pandemie und geopolitischen Spannungen bleibt Schweden ein Vorreiter in der Anpassung und Innovation der Gastronomie.

### 5. Neue kulinarische Wegweiser

Mit dem steigenden Interesse an Authentizität und Kreativität gewinnen spezialisierte Food-Guides an Bedeutung. In Schweden hilft beispielsweise der "[Stockholm Good Food Guide](#)" den Besuchern, nachhaltige und einzigartige kulinarische Erlebnisse in der Hauptstadt zu entdecken. In Malmö kann man sich einer thematisierten [Food-Karavane](#) anschließen. Online helfen Videos und digitale Restaurantführer wie „[Plant Based by Thess](#)“ als Orientierungshilfe. Diese Plattformen sind eine wichtige Quelle der Inspiration und helfen interessierten Reisenden, die gastronomischen Schätze Schwedens zu erkunden.

Schweden zeigt, dass kulinarischer Tourismus weit mehr sein kann als nur gutes Essen. Es geht um nachhaltige, gesunde und einzigartige Erlebnisse, die alle Sinne ansprechen und unvergessliche Erinnerungen schaffen.

**Mehr Infos unter:**

[Typisch schwedisches Essen in vier Regionen](#)

[Die schwedische Küche: lokale Produkte, internationale Aromen und fortschrittliches Denken](#)

[Der Geschmack des schwedischen Sommers](#)

[Schweden – Zutaten direkt aus der Natur](#)

[Fünf schwedische Restaurants in fantastischer Lage](#)

[Streetfood- und Getränkefestivals für jeden Geschmack](#)

[Sterneregen für vier neue Restaurants](#)

Pressebilder: <https://imagebank.sweden.se/my-selections/nyiga4ekv>

Visit Sweden GmbH  
Sabine Klautzsch  
Senior PR Manager  
Große Bäckerstr. 10  
20095 Hamburg

[sabine.klautzsch@visitsweden.com](mailto:sabine.klautzsch@visitsweden.com)  
[www.visitsweden.de](http://www.visitsweden.de)

Visit Sweden hat den offiziellen nationalen Auftrag der schwedischen Regierung, Schweden als Reiseziel zu vermarkten. Unsere Vision ist, dass Schweden bis 2030 das nachhaltigste und attraktivste Reiseziel der Welt ist. Zielgerichtetes Reisen muss heute mehr denn je sinnvoll und bewusst sein und einen dauerhaften Wert für unsere Gäste, die lokale Gemeinschaft und unseren Planeten schaffen. Visit Sweden ist ein staatliches Unternehmen mit rund 50 Mitarbeitern in aller Welt.  
<https://corporate.visitsweden.com>

Willkommen in Schweden.

---

Additional assets available online:  [Photos \(1\)](#)

<https://stage.mediaroom.com/visitsweden/2024-06-04-Funf-Kulinarik-Trends-aus-Schweden>