YOUNG YENZ 2024 Mai
VKZ-Jugendseite / E-Mail: yenz@vkz.de

Fabelhafte Foodtrends:

Von Rainbow-Burger über Mocktails bis zu Female Food

Vegetarisch? Vegan? Darüber weißt du alles. Paleo? Frutarisch? Davon hast du auch schon gehört. Du denkst also, du kennst bereits alle aktuellen Strömungen hinsichtlich des Essens? Doch sicherlich nicht jeden der folgenden leckeren, interessanten oder absolut verrückten Foodtrends! Unsere Yenz-Autorin Alicia Eckhardt hat sie unter die Lupe genommen. Lass dich in die Welt des Essens von Heute und Morgen locken und vielleicht von dem einen oder anderen Hype überraschen.

Zu den Foodtrends 2024 zählt die Geschmacksrichtung „Pfirsich".

Wie wäre es zum Beispiel mit einem erfrischenden Pfirsicheis?

Es geht auch prima ohne Alkohol. Mocktails sind eine leckere Erfrischung.

Food? Verwandelt!

Pommes rot-weiß, Burger und Nudeln sind dir zu langweilig? Hier kommt deine Rettung! Wie von Zauberhand strahlen altbekannte Speisen in neuem Gewand und auf dem Speiseplan stehen jetzt Pommes braun-weiß, Rainbow-Burger und Algen-Nudeln. Hinter diesen mysteriösen Begriffen verbergen sich Pommes mit brauner und weißer Schokoladensoße, mit Lebensmittelfarbe kunterbunt gefärbte Burger und Nudeln aus Braunalgen.

Apropos Nudeln: Liebhaber und Liebhaberinnen von Proteinen können sich auf Nudeln aus Hülsenfrüchten (Erbsen, Kichererbsen und roten Linsen) freuen. „Pink Pasta", ein Nudelgericht mit Roter Bete und Feta, erfreut sich dank des Barbie-Films von 2023 zunehmender Beliebtheit. Ferner soll Instant-Ramen zukünftig innovativ und gesund – ganz ohne Konservierungsstoffe – hergestellt werden. Nachtisch gefällig? Black Ice Cream verlockt mit Vanille- oder Kokosgeschmack, beinhaltet aber zugleich Aktivkohle, um sich dir rabenschwarz zu präsentieren (Wichtig: Zu oft sollte nicht von ihr genascht werden; jeden Tag Aktivkohle zu essen, ist ungesund!). Mocktails, die alkoholfreie Entsprechung von Cocktails, sowie der mit essbarem Glitzer verzierte Kaffee, der die wunderbare Bezeichnung „Glitter Coffee" oder „Diamond Coffee" trägt, stillen deinen Durst auf kreative Weise. Und, Lust bekommen auf Verzaubern? Oder bleibst du doch lieber beim Original?

Food? Vermischt

Du hast zwei Lieblingsgerichte und kannst dich einfach nicht entscheiden, welches von beiden du essen möchtest? Dank „Hybrid-Food" ist diese Hürde Schnee von gestern! Zum Frühstück hast du die Wahl zwischen dem herzhaften Porridge „Oatsotto" und „Feta Fried Eggs", welche knusprige mit Fetakäse ummantelte Spiegeleier darstellen. Dein Mittagessen beginnt mit Lasagnesuppe, einer One-Pot-Speise mit Tomaten, Käse und zerkleinerten Lasagneplatten aus dem Suppenkessel. Weiter geht es entweder mit Cheeseburgertacos oder Burgerquesadillas: Bei Ersterem werden flach ausgerollte Burger-Buns mittels Toaster in Taco-Shells verwandelt und im Cheeseburger-Stil belegt, bei Letzterem werden – sozusagen genau umgekehrt – Tortillafladen statt Brötchen mit Burger-Zutaten befüllt. Freundinnen und Freunde der italienischen Küche kommen bei Spaghetti-Donuts, für welche Spaghettinester mittels einer Mischung aus Tomaten, Mozzarella und Ei in Donuts verwandelt werden, und Hotdog Stuffed Crust Pizza, einer Pizza, die ein (Veggie-)Würstchen im Rand versteckt, auf ihre Kosten. Ist noch Platz im Bauch für Nachtisch, steht Cake Milkshake auf dem Programm: Kuchen wird in einen Milchshake hineingemixt und dient zudem als Topping für denselben. Alternativ gibt es für dich einen Cotton Candy Ice Cream Burrito: Hier werden Eis, bunte Streusel und Zuckerwatte zur knallbunten Rolle, und der Zuckerschock ist garantiert! Noch Hunger auf ein Abendbrot? Dann lass dir das Leopardenbrot, bei dem helles und dunkles Brot fleckenartig miteinander kombiniert werden, keinesfalls entgehen. Wie du feststellst, sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt! Welche Lieblingssnacks würdest du gerne vereinen?

Food? For future!

Stehen Nachhaltigkeit und mentales Wohlbefinden für dich an erster Stelle, so sind die nächsten Trends deine absoluten Food-Favoriten! Da es am besten ist, wenn Tiere nicht für unser Essen sterben müssen, sei Cultured Meat zuerst aufgelistet. Jenes Fleisch, das im Labor ganz ohne Tier hergestellt wird, könnte sich zum Ernährungs-Hype der Zukunft für all diejenigen entwickeln, die nicht auf ihr tägliches Steak verzichten möchten. Gemüseliebhaber greifen bei Misfits zu, das heißt bei Obst oder Gemüse, das die Form betreffend nicht der Norm entspricht (krumme Karotten, herzförmige Kartoffeln und Ähnliches). Aktueller Trend ist auch die Nutzung der App „Too Good To Go", mit welcher Lebensmittel, die am Ende des Tages unverkauft sind, sehr günstig in einer Art „Wundertüte" in teilnehmenden Geschäften zu erhalten sind; auf diese Weise reduziert sich die Lebensmittelverschwendung. Eine weitere Idee der Food-Produzenten ist es, zuvor vernachlässigte Bestandteile eines Lebensmittels ebenfalls zu nutzen. In diesem Sinne sind nicht nur Kakaopulver und Kakaonibs essbar, auch Kakaopulpe und Kakaowasser werden zukünftig verzehrt.

Ein neues Zeitalter pflanzlicher Ernährung könnte bevorstehen; statt auf Geschmacksverstärkern in Ersatzprodukten liegt der Fokus auf echten, gesunden Pflanzen, sodass Walnüsse, Pilze und Hülsenfrüchte die Hauptrolle in modernen Veggie-Burgerpattys und Milchalternativen spielen. Des Weiteren soll für den eigenen Körper besser denn je gesorgt werden; Essen wird also funktional. Bereits beliebt sind Snacks für guten Schlaf oder außerordentliche Konzentration; auch erlebt sogenanntes Female Food (spezielle Energieriegel und anderes), das den weiblichen Zyklus unterstützt, einen Aufschwung. Hygge – die dänische Gemütlichkeit – liegt ebenfalls im Trend. Ein hyggeliger Moment kann bedeuten, es sich mit Familie und Freunden sowie heißem Kakao, einem leckeren Stück Kuchen und Kerzen gemütlich zu machen. Kurz den Alltag auszublenden, sich Zeit zu nehmen und bewusst zu genießen – sowohl im Allgemeinen hinsichtlich des Lifestyles als auch im Konkreten hinsichtlich des Essens – ermöglicht ein achtsames und glückliches Leben. Na, Appetit auf Zukunft und Zufriedenheit?

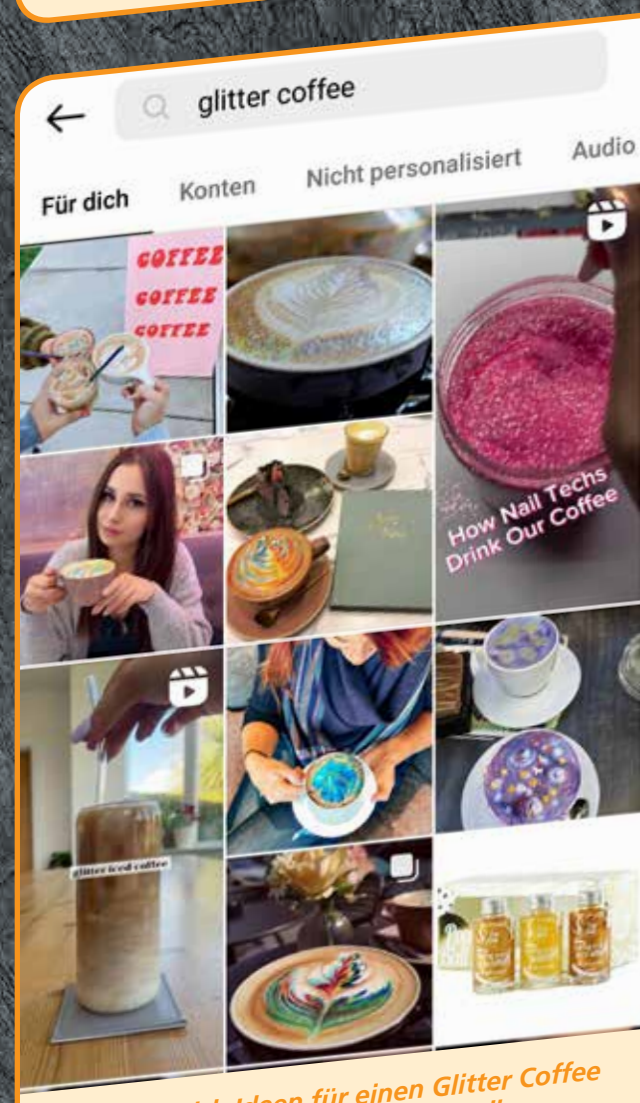
Food? En vogue!

Dein Motto ist es, immer up-to-date zu sein? Aufgepasst: Im Jahr 2024 können wir den Foodtrends im folgenden Abschnitt sicherlich nicht entkommen! Gleich zu Beginn sei die Geschmacksrichtung „Pfirsich" genannt. Sie erscheint nicht nur in Konfitüren und Kuchen, sondern zunehmend auch in Tees, Soßen, Dips und Gewürzen. Des Weiteren gewinnt tropischer Geschmack an Beliebtheit; von Kokos-Protein-Shakes bis hin zu Ananas-Chutneys ist alles vertreten. Komplexe Gewürze (zum Beispiel Chipotle und Kurkuma) erfreuen Weltenbummler, und wer sich belohnen möchte, gönnt sich ab und zu ein Luxus-Produkt: So halten Champagner, Kaviar und Co. mehr und mehr Einzug in „normale" Haushalte. Der letzte Schrei ist es, mittels scharf-süßer Speisen (Chili-Schokoladendesserts, Mango-Honig-Jalapeño-Dressings …) geschmackliche Abenteuer zu erleben. Wem durch diese Schärfe noch nicht warm geworden ist, der kocht sich eine Suppe; insbesondere via TikTok (in diesem Zusammenhang auch „SoupTok" genannt) verbreiten sich einfache Eintöpfe als Top-Trend für Gemütlichkeit und gesunde Ernährung. Foodtrucks mit qualitativem Streetfood sind ebenfalls angesagt; so ersetzen die hippen Wägen mit Süßkartoffelplätzchen, Falaffelbratlingen und veganen Wraps allmählich die simple Pommesbude. Alternativ zum Foodtruck bietet die Lunchbox ein sättigendes Mahl: Den Inhalt der Brotdose besonders ästhetisch und appetitlich anzurichten, ist vor allem durch Social Media beliebt geworden. Interessant ist auch, dass sich manche Bäckereibetriebe auf nur ein einziges Produkt spezialisieren, dieses aber aufpimpen und in zahlreichen Varianten anbieten. So findest du bei „Cinnamood" (Stuttgart) Zimtschnecken in allen erdenklichen Geschmacksrichtungen, zum Beispiel als Cookie Dough Chip Choc Roll und als White Chocolate Raspberry Roll. „Jones Donuts" (Stuttgart) verkauft süße vegane Donut-Kringel mit kreativen Namen wie Berry Supreme und Pistachio Paradise. Und bei der Bäckerei „Lafayette" in New York stehen Kunden sogar stundenlang Schlange, um eines der berühmten runden, flachen Croissants mit Füllung und Glasur zu erhalten. Bei welchem 2024er-Hype bist du dabei?

Besonders schön oder schräg gewachsen? Das spielt keine Rolle. Gemüseliebhaber greifen nun ganz bewusst zu sogenannten Misfits.

Essen und Trinken ist mehr als nur Nahrungsaufnahme. Beides kann für gemütliche Momente sorgen – wenn man es denn passend arrangiert. Zum Beispiel im Kuschelpullover mit Freunden einen heißen Kakao genießen. Wohltuend für Körper und Seele.

Instagram ist wieder einmal eine tolle Inspirationsquelle. Food-Influencer wie Brotboxenideen zeigen, wie sich Vesperdosen hübsch gestalten lassen.



Auch wer sich Ideen für einen Glitter Coffee holen möchte, wird hier fündig.

Fotos: Alana Jordan, Andrew, Chiriac Ciprian, Satheesh Sankaran (alle Pixabay), Screenshots Instagram