

SZAKDOLGOZAT

Terestyényi-Horváth Zsófia

2025



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Kaposvári Campus
Agrár- és Élelmiszergazdasági Intézet
Kereskedelem és marketing alapképzési szak

A növényi alapú húshelyettesítő élelmiszerek megítélése

Belső konzulens: Dr. Szendrő Katalin
egyetemi docens

**Belső konzulens
intézete/tanszéke:** Agrárlogisztika,
Kereskedelem és Marketing Tanszék

Készítette: Terestyényi-Horváth Zsófia

Kaposvár

2025

Tartalomjegyzék

1	BEVEZETÉS	1
2	IRODALMI ÁTTEKINTÉS	3
2.1	A globális és európai húsmentes hús fogyasztási trendek és fenntarthatósági kihívások	3
2.1.1	<i>A hús fogyasztás jelenlegi helyzete és környezeti kihívásai</i>	4
2.1.2	<i>Fehérjék: egészségi és fenntarthatósági szempontok</i>	6
2.1.3	<i>Alternatív fehérjeforrások és innovációk a fenntartható táplálkozásban</i>	6
2.1.4	<i>Textúrák, ízek és érzékszervi elfogadottság a növényi alapú húshelyettesítők piacán</i> 7	
2.2	Gazdasági szempontok és piaci kilátások Magyarországon	8
2.3	A húsmentes hús fogyasztás társadalmi megítélése Magyarországon	9
2.4	Fogyasztói motivációk a húsmentes étrend elfogadásában Magyarországon	10
2.5	Hazai helyzet és fogyasztói magatartás	11
3	ANYAG ÉS MÓDSZER	13
3.1	Szekunder kutatás	13
3.2	Primer kutatás hólabda mintavétellel	14
4	EREDMÉNYEK ÉS ÉRTÉKELÉSÜK	16
4.1	Demográfiai háttér és minta	16
4.2	Termékismeret, preferenciák és próbálkozási hajlandóság	18
4.3	Fogyasztói hajlandóság és árérzékenység értékelése	19
4.4	Elutasítás és fenntartások: értékelés és nemi különbség	20
4.5	Fogyasztói motivációk és attitűdök: értékelés, részletes adatok és nemi megoszlás	21
4.6	Érzékszervi jellemzők, egészségi preferenciák és környezeti szempontok	22
5	KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK	24
6	ÖSSZEFOGLALÁS	25
	Irodalomjegyzék	26
	Melléklet	28
	Nyilatkozatok	29

1 BEVEZETÉS

Dolgozatom középpontjában a növényi alapú hús- és fehérjealternatívák piaca, fogyasztói szokásai és a fenntarthatósági kihívások állnak, különös tekintettel a magyarországi fogyasztókra specializálva. Az utóbbi években egyre jelentősebb trendként jelenik meg a húsfogyasztás csökkentésének igénye, amelyet a környezettudatosság, egészségtudatosság és állatvédelmi szempontok erősítenek. Munkámban átfogó képet szeretnék adni a piac aktuális állapotáról, a fogyasztói motivációkról, valamint a piaci kilátásokról és jövőbeli tendenciákról.

A témaválasztás aktualitását és társadalmi jelentőségét az adja, hogy a fenntartható fogyasztói magatartás, a környezeti terhelés csökkentése és az egészségesebb életmód iránti igény napjainkban világszerte egyre hangsúlyosabbá válik. A húsfogyasztás mérséklése nemcsak környezeti vagy gazdasági kérdés, hanem mélyen személyes döntés is, amelyet számos tényező, például az egészség iránti tudatosság, az állatok jólétének figyelembevétele, valamint a médiából és szakmai diskurzusokból érkező információk befolyásolnak.

Saját motivációm is erősen meghatározta a témához fűződő személyes érdeklődés és tapasztalat. Évek óta érdekelnek a témában készült dokumentumfilmek és sorozatok a nagyipari hústermelésről, az állattartás körülményeiről, illetve a vegán és húsfogyasztó étrendek összehasonlításáról. Noha ezek a műsorok tudatosabbá tették az állatvédelem és a környezettudatos fogyasztás kérdéseit, kezdetben csak részleges változást eredményeztek táplálkozási szokásaimban. Az áttörést végül az egészségi megfontolások és egy saját életmódváltás hozták meg, amely során időszakos böjtöt alkalmaztam, és tudatosan törekedtem a húsfogyasztás mérséklésére.

A végső fordulópontot Dr. Schwab Richard és Friderikusz Sándor podcast beszélgetése jelentette, amelyben szakmai nézőpontok és hiteles érvek nyomán új perspektívába került számomra a húsmentes alternatívák választása. Ez a személyes és egyben tudományos szemléletváltás vezetett ahhoz, hogy kutatásom irányát a növényi alapú húshelyettesítők piaca és a magyar fogyasztói szokások feltárása felé fordítsam.

A kutatás során alkalmazott módszerek között szerepelt szekunder kutatás, mely révén már a meglévő adatokat, statisztikákat és szakirodalmi forrásokat elemeztem, valamint primer adatgyűjtést végeztem kérdőíves megkérdezés formájában, amelyet a hólabda mintavételi technikával támogatott mintavétel egészített ki. Ezzel a két módszerrel törekedtem arra, hogy

mind a széles körű, általános képet, mind a specifikus, egyedi fogyasztói megközelítéseket feltárjam.

A szakdolgozat tartalmazza a témakör legfontosabb elméleti háttérét, módszertani részleteket, valamint az általam végzett kutatás eredményeit és azok értékelését. Céлом, hogy hozzájáruljak a növényi alapú húsok és fehérjék piacának jobb megértéséhez, valamint segítséget nyújtsak a fenntarthatóbb fogyasztói szokások kialakításához.

2 IRODALMI ÁTTEKINTÉS

2.1 A globális és európai húsmentes hús fogyasztási trendek és fenntarthatósági kihívások

Az elmúlt években a világ hús fogyasztásának növekedése jelentősen lelassult, miközben a baromfi részesedése fokozatosan növekszik, ami a fogyasztói preferenciák változását jelzi (OECD–FAO, 2024). A globális élelmiszerrendszer fenntarthatósági kihívásaira reagálva az IPCC legutóbbi jelentése is kiemeli a növényi alapú étrendek kibocsátáscsökkentő szerepét (IPCC, 2022).

A Good Food Institute (GFI) adatai szerint 2024-ben a növényi alapú élelmiszerek piaca globálisan 28,6 milliárd USD-t ért el, amelyből a növényi hús 6,1 milliárd USD-t tett ki. Európában a növényi alapú élelmiszerek piaca 2023-ban meghaladta az 5,4 milliárd eurót, ebből a növényi alapú hús piaci részesedése mintegy 2 milliárd eurót tett ki (GFI Europe, 2024). A fogyasztók részvétele országonként eltér: Németországban minden harmadik háztartás vásárol növényi alapú húst, az Egyesült Királyságban 33%, míg Spanyolországban 19% (GFI Europe, 2024). A fogyasztók döntését továbbra is leginkább az íz, az egészségi előnyök és az ár befolyásolják (Lang, 2020).

Globális szinten kihívás elé állít minket, hogy egy növekvő népesség táplálását biztosítsuk úgy, hogy közben ne veszélyeztessük az ökoszisztémákat (Kerekes, 2007).

A 20. század során bekövetkezett jelentős táplálkozási átalakulás eredményeként az állattenyésztés vált a fő fehérjeforrássá világszerte. Azonban az állatjóléti és környezetvédelmi aggályok miatt a szakértők a hús fogyasztás csökkentésének szükségességére hívják fel a figyelmet, mely alapvető a globális élelmiszerbiztonság érdekében (Wild, 2014).

Az állati eredetű élelmiszerek magas fogyasztása jelentős környezeti terhelést jelent földek, vízkészletek és energiafelhasználás terén. A gabonafélék növényi eredetű fehérjéről állati fehérjére történő átalakulása energiaigényes folyamat, amelynek mérséklése érdekében szükséges a növényi alapú hústermelés megduplázása 2050-ig, hogy az állattenyésztés környezeti hatását legalább felére csökkentsük (Wild, 2014).

A fenntartható táplálkozás egyik központi célja a környezetterhelő élelmiszerek, különösen az állati fehérjék arányának csökkentése növényi alapú és helyi élelmiszerek javára. Mivel az állati eredetű termékek az ökológiai lábnyom legnagyobb részét adják, a hús fogyasztás mérséklése

kulcsfontosságú stratégia lehet (Stanszus, 2019). Egyes becslések szerint a növényi alapú étrendre való áttérés akár 35-50%-kal is csökkentheti a globális üvegházhatású gázok kibocsátását, mivel mérsékli az állattartásból származó emissziókat és takarmányfelhasználást (Rabindra, 2020).

Nemcsak az egészség- és környezettudatosság, hanem az állatjóléti kérdések is egyre fontosabb motivációként jelennek meg az alternatív, növényi alapú étrendek elterjedésében (Stanszus, 2019). A fenntartható étrend irányelvei között kiemelt szerepe van az intenzív állati fehérjét tartalmazó élelmiszerek helyettesítésének növényi és regionális alternatívákkal. Az egészséges élelmiszerfogyasztás jellemzően kisebb ökológiai lábnyommal jár, ezért a környezeti és egészségtudatos szemlélet együtt szükséges a fenntartható fogyasztás megvalósításához (Szilágyi, 2022).

2.1.1 A húsfogyasztás jelenlegi helyzete és környezeti kihívásai

Az elmúlt ötven évben a hús előállítása világszerte mintegy 3,5-szörösére nőtt, és a 2030-as évekre további 72%-os növekedés várható. Az állati eredetű termékek előállítása jelenleg a mezőgazdasági földterület 83%-át használja fel, miközben a globális fehérjebevitelnek csak 37%-át, a kalóriabevitelnek pedig 18%-át biztosítja. A húsfogyasztás mellett leggyakrabban az íz szeretete és az egészséges táplálkozásban való hit szól (Hillel, 2018).

Az állati eredetű élelmiszerek nemcsak jelentős ökológiai lábnyommal bírnak, hanem a magyar fogyasztók étkezési szokásaiban is központi szerepet töltenek be. A hús az étkezés élvezeti értékének és a társadalmi szokásoknak fontos része maradt (Bauerné Gáthy, 2019). Egy netnográfiai vizsgálat rámutatott, hogy bár a kiegyensúlyozott étrend nem feltétlenül igényel húst, sokan úgy vélik, nem a hús maga, hanem a túlzott fogyasztás és a nagy állatpopulációk okozzák a környezeti problémákat (Budai-Balsa, 2023).

Az állati eredetű élelmiszerek jelentik az egyik legnagyobb ökológiai terhet, ezért a húsfogyasztás mérséklése kiemelt stratégia lehet a fenntartható fejlődés érdekében. Ugyanakkor a hús társadalmi-kulturális szerepe továbbra is jelentős, hiszen hozzájárul az étkezési kultúra teljességéhez és az étkezési élményhez (Budai-Balsa, 2023).

A hús a legmagasabb minőségű fehérjeforrásnak számít, nemcsak táplálkozási értékei, hanem egyedülálló íze miatt is. A húsfehérjék tartalmazzák az összes esszenciális aminosavat, és összetételük nagyon hasonlít az emberi szervezet aminosavösszetételéhez, így rendkívül táplálókák (Xiong, 2004). Ezen felül jelentős szerepet játszanak az élelmiszeriparban specifikus

funkcionális tulajdonságaik révén, hiszen a hús és hústermékek megjelenése, textúrája ezen fehérjék funkcionalitásán alapul, amelyet más élelmiszerfehérjék nem képesek teljesen reprodukálni (Asgar, 2010).

A húsanalóg, amely húshelyettesítőként vagy imitációs húsnak is ismert, célja megközelíteni a hús esztétikai és kémiai jellemzőit. A növényi fehérjék fogyasztásának növekedését számos tényező indokolja, így az állatbetegségek terjedése, a globális állati fehérjehiány, az egészséges és vallási étrendek iránti megnövekedett kereslet, illetve gazdasági szempontok. Az állati alapú étrendek jóval több környezeti erőforrást igényelnek kalóriánként, mint a gabonaalapú diéták: 1 kilogramm hús előállításához 2–15 kilogramm növényi eredetű élelmiszerre van szükség (Temme, 2013).

Az új élelmiszerek fejlesztése mindig kihívást jelentenek a fogyasztók számára, különösen, ha olyan elfogadott termékeket kell helyettesíteni, mint a hús. E kihívás ellenére számos új fenntartható húshelyettesítő fejlesztése folyik az ipari termelés ökológiai hatásainak csökkentése érdekében. A hüvelyesek és olajfehérjék egyre fontosabb szerepet töltenek be funkcionális élelmiszerek előállításában magas fehérjetartalmuk miatt. Az antinutriensek, vagyis a tápanyagok felszívódását akadályozó természetes vagy szintetikus vegyületek jelenléte komoly akadályt jelent, amelyet különböző feldolgozási eljárásokkal sikeresen lehet csökkenteni (Temme, 2013).

A növényi eredetű fehérjék, mint például a szójafehérje, búzaglutén és kókuszfehérje, már sikeresen alkalmazhatók húskészítmények előállításához. A texturált növényi fehérjék, amelyeket leggyakrabban szójababból, ritkábban borsóból vagy más hüvelyesekből állítanak elő speciális extrudálási technológiával, gazdaságos, funkcionális és magas fehérjetartalmú összetevők, amelyek közvetlenül húsanalógnaként is fogyaszthatók. Népszerűségüket egészséges imázsuknak, hússzerű textúrájuknak és alacsony költségüknek köszönhetik (Temme, 2013).

A mikoprotein, amely gombából származik, magas fehérjetartalmú, alacsony zsírtartalmú és jó textúrájú, így egészséges húsanalógnaként használható. A húsanalógok előállítása és fogyasztása népszerűsítésének köszönhetően további kutatások szükségesek az alternatív fehérjeforrások molekuláris, táplálkozási és funkcionális tulajdonságainak optimalizálására, valamint a közösségi ismeretterjesztésre (Temme, 2013).

2.1.2 Fehérjék: egészségi és fenntarthatósági szempontok

A globális élelmiszerrendszer átalakulásának egyik kulcstényezője a növényi alapú fehérjeforrások iránti növekvő érdeklődés. Az EAT-Lancet Bizottság szakértői sürgős és radikális változásokat sürgetnek, amelyek célja a növényi eredetű élelmiszerek fogyasztásának növelése, miközben a vöröshús-fogyasztás jelentős csökkentése szükséges (Hörccsik, 2022).

A növényi fehérjékre való átállás számos egészségügyi és környezetvédelmi előnyt kínál; ugyanakkor nem minden növényi alapú alternatíva egyformán egészséges. Fontos a termékek minőségének, allergénmentességének és összetevőinek megfelelő figyelembevétele, hiszen a fogyasztók egyre inkább megkövetelik, hogy az alternatív fehérjék, mint például a vegán vagy növényi tejhelyettesítők, egyszerű összetevőkből, allergén- és szójamentesen készüljenek (Budai-Balsa, 2023).

Az állati eredetű fehérjék alternatívái iránti piaci kereslet folyamatosan növekszik. Ezt nem kizárólag fogyasztói trendek ösztönzik, hanem ár, hozzáférhetőség, illeszthetőség az új termékekbe, valamint a fehérjék funkcionális tulajdonságai is, mint például oldhatóság, emulgeálási vagy habosítási képesség, amelyek elengedhetetlenek a húsanalógok megfelelő szerkezetéhez. Ezek a tulajdonságok erősen függenek a fehérje típusától és a környezeti tényezőktől (pH, hőmérséklet, ionerősség) (Kyriakopoulou, 2019).

Egyre több fehérjeforrást kutatnak innovatív megoldásokkal, amelyek célja a húsanalógok minőségének, táplálkozási és funkcionális tulajdonságainak javítása. A húsanalógok többsége jelenleg szójafehérje alapon készül, amely gazdaságos és különleges tulajdonságokkal rendelkezik. Ugyanakkor rohamosan nő az olajmagokból és mikroorganizmusok erjedése során előállított fehérjék alkalmazása is (Kyriakopoulou, 2019).

2.1.3 Alternatív fehérjeforrások és innovációk a fenntartható táplálkozásban

A szakirodalom négy fő alternatív fehérjecsoportot különböztet meg a növényi eredetű húshelyettesítők piacán: a növényeket (hüvelyesek, szójamentes termékek), a mikroorganizmusokat (algák, gombák, élesztők), a rovarfehérjét, valamint a laboratóriumban, *in vitro* körülmények között előállított húst. Az első három csoport már elérhető a piacon, miközben a negyedik, a szövettenyésztett hús várhatóan 2035-re kerülhet megfelelő áron a fogyasztók elé (Hörccsik, 2022).

Az elmúlt időszakban jelentős számú új növényi, mikroorganizmus-eredetű, rovaralapú és laboratóriumi hús- és tejhelyettesítő termék jelent meg, amelyek célja az eredeti állati termékek ízének és állagának megközelítése. Magyarországon a szójamentesség (allergénvédelmi okokból), a pálmaolaj-mentesség (környezeti és egészségügyi szempontok), valamint a gyártás elkülönítése az állati eredetű termékektől (etikai, vallási és élelmiszerbiztonsági okokból) váltak kiemelten fontos követelménnyé az ipar és a fogyasztók részéről (Budai-Balsa, 2023).

Sok magyar fogyasztó kritikus azzal szemben, hogy az alternatív termékek tökéletesen utánozni próbálják az állati húsokat ízben és megjelenésben. Megfigyelhető egy külön szegmens, akik nem vegán vagy vegetáriánus életmódot folytatnak, hanem kipróbálóként vagy élvezeti céllal fogyasztanak húsimitációkat, nem teljes elutasítással (Budai-Balsa, 2023).

A fehérjék az emberi test alapvető építőkövei; az állati eredetű fehérjék aminosavösszetétele nagyon hasonlít az emberi szervezetre, így különösen táplálóak. A növényi alapú fehérjék fogyasztása egyre inkább elismert alternatívává válik a húsfogyasztás csökkentésére egészségügyi és környezetvédelmi okokból (Wild, 2014).

Szójafehérje és búzaglutén régóta a húshelyettesítők domináns alapanyagai, azonban új növényi eredetű fehérjék is megjelentek az utóbbi években, mint például árpa, csicseriborsó, lupin, rizs, kukorica és canola (repce). Emellett elérhetők már állati eredetű, például tejből vagy tojásból származó fehérjék, valamint különféle gombákból és baktériumokból előállított fehérjetermékek, amelyek különleges technológiai, funkcionális és táplálkozási tulajdonságokkal bírnak (Wild, 2014).

Ezeknek az új fehérjeforrásoknak a kombinációja lehetőséget ad a jobb ízű és funkcionálisabb húsanalógok kifejlesztésére, miközben figyelembe veszik a glutén-, szója-, lupin- vagy laktózérzékenységet, valamint az állati eredetű fehérjék korlátozását, így szélesebb fogyasztói réteghez juttathatják el az alternatív húsokat (Wild, 2014).

A növényi alapú élelmiszerek elfogadását jelentősen befolyásolja ízük, egészségügyi előnyeik, fenntarthatóságuk, áruk és innovatív jellege (Lang, 2020).

2.1.4 Textúrák, ízek és érzékszervi elfogadottság a növényi alapú húshelyettesítők piacán

A növényi alapú húspótlók piaci sikerének egyik legfontosabb feltétele az íz és a textúra minősége, amely nagyban befolyásolja a fogyasztói elfogadottságot. A növényi alapú húspótlók ma már ízben és állagban jelentősen közelítenek az állati húsokhoz, így egyre fontosabb tényezővé váltak a fogyasztói választásban (Höröcsik, 2022).

Magyarországon azonban a legnagyobb akadályt a hús ízének szeretete és a hagyományos magyaros ételekhez való ragaszkodás jelenti (Hörcsik, 2022). A vásárlók elsősorban a jó ízre, autentikus állagra és az élvezeti értékre helyezik a hangsúlyt. Számos fogyasztói visszajelzés szerint az alternatív termékek íze nem mindig kielégítő, és az állaguk a hagyományos húsétól eltérő, ami akadályozza a szélesebb körű elterjedést (Budai-Balsa, 2023).

Az alternatív húsok piacán vita tárgyát képezik az olyan elnevezések, mint például a “Vegán Hentes”, amelyek esetleges félrevezető vagy sértő hatása miatt a szabályozás szigorítását sürgetik (Budai-Balsa, 2023).

Az íz és a textúra fejlesztése az új húsalternatívák piaci sikere szempontjából kulcsfontosságú. Ezeknek a termékeknek ízesítetlen alapanyagoknak kell lenniük, ugyanakkor meg kell felelniük a fogyasztók elvárásainak, ami nem egyszerű feladat. Korábbi sikertelen húsalternatívák esetében a nem megfelelő aroma- és ízminőség jelentett fő problémát (Wild, 2014).

Az élelmiszerek ízesítésének módszerei közé tartozik a természetes aromák vagy fűszerek hozzáadása, valamint szagtalan és íztelen összetevők alkalmazása, amelyek hőkezelés során ízletes érzékszervi hatóanyagokká alakulnak. A Maillard-reakció, egy biológiai kémiai folyamat, során aminosavak és cukrok alakulnak át barna színanyagokká és illó aromakomponensekké, amelyek különösen fontos szerepet játszanak az ételek jellegzetes ízében, illatában és színében (Wild, 2014).

Lang kutatása szerint a növényi összetevők húsételekben való alkalmazásának érzékszervi vonzerejét az egyéni életmódbeli és motivációs különbségek jelentősen befolyásolják. Online felmérések eredményei alapján az íz, egészségügyi előnyök, fenntarthatóság, ár és az újdonság ereje a legfontosabb tényezők, amelyek alakítják a fogyasztók értékeléseit (Lang, 2020).

Ez a kutatás átfogó képet nyújt a fogyasztók növényi alapú élelmiszerekhez való viszonyáról, és a termékek piaci sikerét befolyásoló tényezőkről, amelyek fontos irányadóként szolgálnak a vállalatoknak a hatékony bevezetés és népszerűsítés terén (Lang, 2020).

2.2 Gazdasági szempontok és piaci kilátások Magyarországon

A növényi alapú élelmiszerek globális piaca jelentős növekedést mutat, és várhatóan 2025-ben eléri a 22 milliárd USD-t, míg 2034-re akár az 55 milliárd USD-t is meghaladhatja. Ezt az emelkedést főként a fogyasztói egészségtudatosság, a környezetvédelem, az állatvédelem és az alternatív fehérjék megjelenése, valamint elfogadottsága hajtja előre (Hörcsik, 2022).

A texturált búzaglutén, amely a búzában természetesen előforduló fehérje, többféle formában is kapható a kereskedelmi forgalomban, eltérő méretben, formában, sűrűségben, színben és textúrában. A búza bőséges termelése világszerte növeli ennek a fehérjének a népszerűségét, miközben a kutatók olyan búzafajták fejlesztésén dolgoznak, amelyek minimális mennyiségű glutént tartalmaznak, miközben megőrzik technológiai tulajdonságaikat. Emellett a géntechnológia új lehetőségeket biztosít a növényi alapú élelmiszerek minőségének javítására (Joshi, 2015).

Az új növényi alapú húskészítmények piacán a fogyasztók azt várják el, hogy termékeik legalább olyan ízletesek legyenek, mint a hagyományos állati húsok. Különösen az íz és a hússzerű textúra (például szálás állag) számítanak a siker kulcsfontosságú tényezőinek, ugyanakkor ezek jelentős kihívást jelentenek a fejlesztők számára (Joshi, 2015).

A piaci kereslet jelenleg is jelentős, és várhatóan tovább növekszik, amennyiben sikerül leküzdeni az előbb említett technológiai és érzékszervi kihívásokat (Joshi, 2015).

Nemzetközi előrejelzések szerint 2050-re Európában akár 100 millióra is nőhet a vegetáriánus és vegán életmódot folytatók száma. A globális vegán élelmiszerpiac éves növekedése körülbelül 18–20% között mozog, amely folyamatos iparaggá fejleszti az ágazatot, új lehetőségeket és kihívásokat teremtve a hagyományos élelmiszeripar számára (Hörcsik, 2022).

A fenntartható élelmiszerek piacán a növényi alternatívák iránti kereslet egyre erősödik, a cégek innovatív termékeket hoznak létre. Azonban a piaci sikerhez elengedhetetlen a termékek folyamatos készletgazdálkodása, a korrekt termék megnevezés, valamint a kiváló íz és az élvezeti érték biztosítása (Budai-Balsa, 2023).

Az újrahasznosítható műanyag csomagolások és a betétdíjas rendszerek bevezetése vegyes fogadtatásban részesülnek, a fogyasztói bizalom hiánya továbbra is jelentős kihívást jelent (Budai-Balsa, 2023).

2.3 A húsmentes húsfogyasztás társadalmi megítélése Magyarországon

Magyarországon a vegetarianizmus elterjedtségéről mindeddig korlátozott mennyiségű statisztikai adat állt rendelkezésre, amely nehézséget okoz annak gazdasági és társadalmi következményeinek értékelésében. Eredetileg a mezőgazdasági ágazatra gyakorolt hatások feltérképezésére irányultak kutatások, de releváns adatok hiányában a vizsgálatok végül a hazai társadalom érendi szokásaira koncentráltak (Hörcsik, 2022).

A húsevés mellett szóló leggyakoribb érvek közé tartozik a hús ízének szeretete és az a meggyőződés, hogy egészséges életet hús nélkül nem lehet élni. Jelenleg a választást a költségek nem befolyásolják jelentősen, azonban áremelkedés esetén a magyar fogyasztók többsége érzékenyen reagálna. A mindenevő étrendet követők elsősorban egészségügyi problémák miatt lennének hajlandóak feladni a húsevést. (Hörcsik, 2022).

A növényi étrend különböző formái – a flexitáriánustól (főként növényi alapú étrendet követ, de időnként mérsékelt mennyiségben állati eredetű élelmiszerek is fogyaszt) a vegánig, a makrobiotikustól (jin és jang egyensúlyán alapul, főként teljes kiőrlésű gabonákra, szezonális zöldségekre és természetes, minimálisan feldolgozott ételekre épít) a fruitariánusig (szinte kizárólag gyümölcsöket fogyaszt, és elutasít minden más élelmiszert) – jelentősen befolyásolják az agrárgazdaságot, az élelmiszeripart és a vidéki turizmust, hozzájárulva egy fenntarthatóbb földhasználati és fogyasztási szerkezet kialakulásához (Hörcsik, 2022).

A világban és Magyarországon egyaránt egyre népszerűbbé válik a növényi alapú étrend, különösen az egészségtudatos, állat- és környezetvédelmi szempontokat előtérbe helyező csoportok körében. Az előrejelzések szerint a húsmentes és hús csökkentett étrendek tartós változásnak ígérkeznek, nem csupán átmeneti trendnek (Budai-Balsa, 2023).

A sikeres átállást nem csak a személyes választás segíti elő, hanem az ipari innovációk, a piac kínálatának bővülése és a tudatos vásárlói magatartás is, amelyek elősegítik a húsmentes termékek széleskörű elfogadását (Budai-Balsa, 2023).

A netnográfiai kutatás alapján két fő fogyasztói csoport különíthető el: az egyik a vegán/vegetáriánus és az élelmiszer-intoleranciában szenvedő fogyasztók, akik örömmel fogadják az új helyettesítő termékeket; a másik az innovációra nyitott, de mindenevő kísérletezőké, akik inkább élményszerzés céljából fogyasztják a növényi alternatívákat, nem teljes állati eredetű elutasítással (Budai-Balsa, 2023).

Számos fogyasztó panaszodik arra, hogy a növényi alapú húsalternatívák „korlátozottan elérhetők a boltokban” vagy „túl drágák”, emellett szkepticizmus is megjelenik a piac méretével és a vegán termékek üzemi elkülönítésével kapcsolatban (Szilágyi, 2022).

2.4 Fogyasztói motivációk a húsmentes étrend elfogadásában Magyarországon

A vegetáriánus életmód fő motivációi között az egészség (69%), az állatvédelem (68%) és a környezetvédelem (59%) emelkednek ki, mint legfontosabb okok. A fiatalabb korosztályban

(16–24 évesek) a növényi étrend elfogadottsága a legmagasabb, ami jelentős növekedési potenciált jelez a jövőben (Hörcsik, 2022).

Magyarországon a növényi alapú étrend elterjedését leginkább a hús íze (70%) és a hagyományos magyar ételekhez való ragaszkodás (64%) akadályozza meg (Hörcsik, 2022). A vásárlói döntéseket a legjobban az egészségtudatosság, a jó íz, a megbízható minőség és a korrekt ár-érték arány befolyásolja, miközben a környezettudatosság egyelőre inkább kiegészítő szempontként jelenik meg (Budai-Balsa, 2023).

A fenntartható csomagolás, különösen a cukormentes, adalék- és allergénmentes összetevők, valamint a termék megbízhatósága kiemelt szerepet kapnak a vásárlók körében. Ugyanakkor a tradicionális magyar ízekhez való ragaszkodás továbbra is erős ellenállást jelent a növényi alapú termékek fogyasztásával szemben (Budai-Balsa, 2023).

Európában az elmúlt években jelentős növekedést mutatott a vegetáriánusok és a húsfogyasztást csökkentők száma, amely elsősorban a környezeti, etikai és egészségügyi megfontolásokhoz köthető. A fogyasztók egyre nyitottabbak az étrendi változatosságra és az új élelmiszerek kipróbálására (Wild, 2014).

A húsfogyasztás csökkentésére irányuló stratégiák között megkülönböztethető a húsanalógok fejlesztése, amelyek versenyeznek a hagyományos hústermékekkel, valamint azok a fehérjetermékek, amelyek a változatosság és az újdonság iránti igényt elégítik ki. A fogyasztók preferenciáinak és elvárásainak figyelembevétele alapvető a piac bővítése szempontjából (Wild, 2014).

2.5 Hazai helyzet és fogyasztói magatartás

Hazai viszonylatban a szezonális és a helyi termékek vásárlása ritkán jelenik meg fenntarthatósági motívumként; a vásárlók inkább a minőség vagy a gazdasági támogatás miatt választják ezeket. Ugyanakkor a biotermékekkel szembeni bizalmatlanság és a hozzáadott értékek átláthatatlansága gátolja a piac fejlődését (Budai-Balsa, 2023).

A növényi fehérjék elfogadásának egyik legfontosabb oka az alacsony költség és a kedvező rostos textúra. Az élelmiszer-mérnökök számára ugyanakkor kihívás a rostos, háromdimenziós szerkezet kifejlesztése ezekből a fehérjékből úgy, hogy megőrizzék a táplálkozási tulajdonságokat és ugyanazt a húsos textúrát biztosítsák (Joshi, 2015).

A húsevés leggyakoribb indokai közé tartozik a hús ízének kedvelése és az a hit, hogy hús nélkül nem lehet egészségesen élni. Bár jelenleg az ár nem döntő szempont, áremelkedés esetén a magyar fogyasztók többsége csökkentené fogyasztását. A mindenevők főként egészségügyi okokból mondanának le a húsról. (Hörccsik, 2022).

A növényi étrend népszerűségének és a fogyasztói csoportok jellemzőinek részletes bemutatását az 2.3 fejezet tartalmazza, mely rávilágít a különböző fogyasztói motivációkra és piacbefolyásoló tényezőkre.

A hazai piacon a növényi alapú húshelyettesítők elérhetősége és árképzése gyakran akadályt jelent a fogyasztók számára, emellett bizalmi kérdések is felmerülnek a termékek elkülönítésével kapcsolatban. (Szilágyi, 2022).

3 ANYAG ÉS MÓDSZER

Kiemelten fontosnak tartottam, hogy témámat komplex módon közelítsem meg, ezért mind szekunder, mind primer forrásokat analizáltam. Ezek a módszerek kiegészítik egymást, hiszen a szekunder kutatás összegyűjti és rendszerezi a már elérhető, korábbi eredményeket, míg a primer kutatás új információkat, véleményeket és fogyasztói attitűdöket tár fel. A szekunder adatok elemzése megfelelő szakmai alapot biztosított a primer kutatás célzott megtervezéséhez. Így primer kutatásom módszertana tudatosan a szekunder feltáráson alapult, segítségével a hazai növényi alapú húsfogyasztás specifikumait és fogyasztói motivációit vizsgáltam.

3.1 Szekunder kutatás

A szekunder kutatás során meglévő, mások által korábban gyűjtött adatokat használtam fel, például hivatalos statisztikai adatokat, korábbi tanulmányokat, cégszámításokat, iparági elemzéseket és szakirodalmi forrásokat. E módszer célja a kutatási probléma pontosabb meghatározása, a jelenlegi helyzet feltérképezése, korábbi trendek elemzése, valamint a saját primer kutatás megtervezésének előkészítése volt (Szente, 2019).

A szekunder kutatás során elemzett szakirodalom legfontosabb célja, hogy bemutassa a húsmentes és növényi alapú termékek piacát meghatározó globális és európai trendeket. A szakirodalmi háttér alapján (OECD–FAO, 2024; IPCC, 2022; Wild, 2014; Stanszus, 2019; Saroniya, 2020) a húsfogyasztás mérséklése nemcsak környezeti, hanem gazdasági és társadalmi kihívás is, hiszen a növényi fehérjeforrások iránti kereslet dinamikusan növekszik, ami jelentősen befolyásolja az élelmiszer-fogyasztási szokásokat és a fenntarthatóság megítélését.

A vizsgálat során feldolgozott piaci és statisztikai adatok értelmezéséhez különösen fontos volt a magyar piacra jellemző fogyasztói trendek és attitűdök ismerete. A hazai szakirodalom (Budai-Balsa, 2023; Hörcsik, 2022; Szilágyi, 2022) rámutat, hogy a magyar fogyasztók döntéseit elsősorban az érzékenység, az ízvilág és a hagyományos ételekhez való kötődés befolyásolja, ugyanakkor egyre nagyobb szerepet kapnak az egészségtudatos és környezetvédelmi motivációk. Ez a háttér alapozta meg a szekunder adatelemzés fókuszát, amely a fenntarthat fogyasztási attitűdök vizsgálatára irányult.

A szekunder kutatás előnye a gyors és költséghatékony információgyűjtés, miközben átfogó képet ad a témáról. Hátránya, hogy az adatok nem mindig illeszkednek teljesen a kutatás

konkrét céljához, illetve előfordulhat, hogy elavultak vagy reprezentativitásuk korlátozott (Szente, 2019). Az elemzés lehet kvalitatív (pl. szövegelemzés) vagy kvantitatív (statisztikai adatfeldolgozás). Kiemelten ügyeltem arra, hogy az adatforrások hitelesek és relevánsak legyenek (Szente, 2019).

Összességében a szakirodalmi források elemzése alátámasztotta, hogy a növényi alapú húshelyettesítők fogyasztásának elfogadottságát az árérzékenység, az érzékszervi tulajdonságok és a bizalom kérdése egyaránt meghatározza (Lang, 2020; Budai-Balsa, 2023; Hörcsik, 2022). Ezek a tényezők világosan kijelölték a primer kutatás irányát, amely ennek megfelelően a magyar fogyasztói motivációk, attitűdök és vásárlási hajlandóság feltárására koncentrált.

3.2 Primer kutatás hólabda mintavétellel

A primer kutatás alapját egy online kérdőív képezte, amelyet a Google Forms felületén készítettem el. A kérdőív összesen 19 kérdésből állt, amelyek öt fő témakört érintettek:

- demográfiai jellemzők (nem, életkor, iskolai végzettség, településtípus, jövedelmi helyzet),
- a húsfogyasztás jelenlegi gyakorisága és szokásai,
- a növényi alapú húshelyettesítők ismertsége és fogyasztása,
- a fogyasztói attitűdök, motivációk és megítélések,
- valamint az árérzékenység és vásárlási hajlandóság.

A primer adatgyűjtés során a hólabda mintavételi technikát alkalmaztam, amely lehetővé tette, hogy a kérdőívem elérje azokat a speciális célcsoportokat, akik rendszeresen vagy alkalmanként fogyasztanak növényi alapú húshelyettesítő termékeket. Ez a módszer hatékony, ha a célcsoport nehezen hozzáférhető vagy specifikus, ugyanakkor nem reprezentatív, így általános statisztikai következtetések levonására nem alkalmas. Mélyebb, kvalitatív jellegű információk gyűjtésére és feltáró kutatásra viszont kiváló (Szente, 2019). A kitöltés önkéntesen történt, és a kérdőív terjesztésében ismerősi és közösségi médiás megosztások segítettek az elérést.

A felmérés 2025 júliusa és szeptembere között zajlott, összesen 119 fő részvételével. A minta nem reprezentatív a magyar lakosság egészére, azonban alkalmas a húsmentes húsfogyasztással kapcsolatos fogyasztói tendenciák és attitűdök kvalitatív vizsgálatára.

Az adatok feldolgozását Microsoft Excel programban végeztem. Az elemzéshez leíró statisztikai módszereket használtam: százalékos megoszlások, átlagértékek és szórások számítása alapján vizsgáltam a főbb változók közötti összefüggéseket. Az eredmények segítségével azonosíthatóvá váltak a válaszadók viselkedési mintái, motivációs eltérései és a különböző attitűdcsoportok sajátosságai, amelyek a következő fejezetekben kerülnek részletesebb bemutatásra.

4 EREDMÉNYEK ÉS ÉRTÉKELÉSÜK

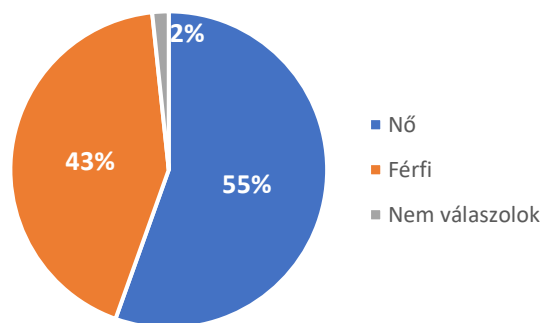
4.1 Demográfiai háttér és minta

A kutatási minta releváns szociodemográfiai adatai alapján a résztvevők iskolai végzettsége magas: 38 %-uk egyetemi-, 28 %-uk főiskolai diplomával rendelkezik. Ez azt jelenti, hogy a kutatásban szereplő fogyasztók többsége vélhetően tudatosabb, nyitottabb és informáltabb, ami visszatükröződik a motivációkban és a fenntartásokban is. A településtípus szerinti megoszlás szerint a kitöltők 44 %-a kisvárosban, 28%-a faluban/községben, 28 %-a pedig nagyvárosban él, így a kutatás lehetőséget ad városi-vidéki különbségek elemzésére is.

A háztartási jövedelem alapján a válaszadók 43%-a nagyon jól megél a jövedelméből és félre is tud tenni, míg 17% -uk csak éppen megél és nem tud félretenni. Ez a pénzügyi helyzet a vásárlási hajlandóság és az árérzékenység elemzésekor különféle jelentőséget kap, hiszen a magasabb jövedelmű csoportokban lehetne sikeresebb a prémium növényi húshelyettesítők piacra vezetése.

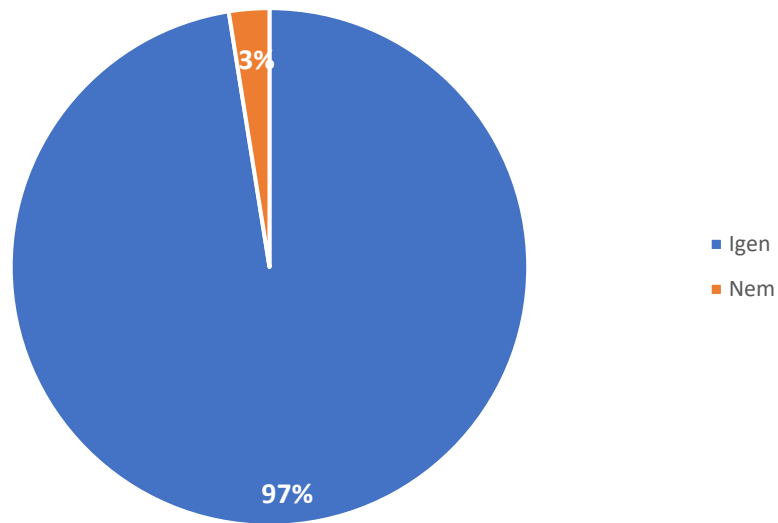
Nemi bontásban női és férfi fogyasztók is minden társadalmi csoportban képviseltetik magukat, ám a motivációk, fenntartások és vásárlási hajlandóság összefüggéseiben markáns különbségek figyelhetők meg, amelyek a célzott marketing és piaci stratégiák tervezésében kiemelt jelentőséggel bírnak.

Ahogy az 1. ábrán is látható, a kutatásban összesen 119 fő vett részt, közülük 66 nő (55%), 51 férfi (43%), és 2 fő (2%) nem kívánt válaszolni a nemére vonatkozó kérdésre.



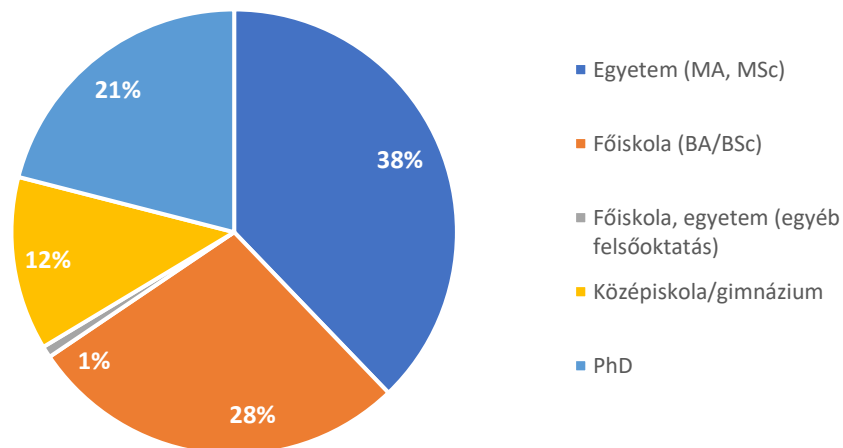
1. ábra: A minta nemek szerinti megoszlása, % (N= 119)

A 2. ábra szemlélteti, hogy a válaszadók legnagyobb része húsfogyasztónak vallja magát, mindkét nem esetében.



2. ábra: A válaszadók húsfogyasztási szokásai% (N=119)

A demográfiai adatokból az látható a 3. ábrán, hogy a résztvevők többsége diplomás (egyetem: 38 %, főiskola: 28 %).



3. ábra: Válaszadók legmagasabb iskolai végzettsége, % (N= 119)

Ahogy az 1. táblázat is mutatja, a mintában erősen reprezentáltak a kisvárosban élők (45,4 %), de jelentős arányban képviselik magukat nagyvárosokból (28,6 %) és faluból/községből (32 %) érkezők is.

1. táblázat: A válaszadók lakóhely szerinti megoszlása % (N=119)

Település típus	Válaszadók eloszlása (%)
Kisváros (Kevesebb, mint 100 ezer fő)	45,4
Falu/Község	32,0
Nagyváros (több, mint 100 ezer fő)	28,6

A jövedelmi helyzet alapján a 2. táblázat azt szemlélteti, hogy a válaszadók többsége megél, de csak keveset tud félretenni (47%), míg 36,2 % nagyon jól megél és félre is tud tenni.

2. táblázat: A válaszadók háztartásának jövedelmi helyzete % (N= 119)

Hogyan ítéli meg háztartása jövedelmét?	Válaszadók eloszlása (%)
Megélünk belőle, de keveset tudunk félretenni	47,0
Nagyon jól megélünk belőle és félre is tudunk tenni	36,2
Éppen elegendő, hogy megéljünk belőle, de félretenni már nem tudunk	14,3
Nem tudom/Nem válaszolok	2,5

A kutatásban 62 %-uk már fogyasztott valaha növényi alapú húshelyettesítőt, 38 %-uk pedig még soha.

A kutatás demográfiai összetétele lehetővé teszi, hogy komplex képet kapjunk a növényi húshelyettesítők társadalmi elfogadottságáról, különösen abból a szempontból, hogy a fogyasztói attitűdök és motivációk milyen háttérrel rendelkező csoportokban jelennek meg.

4.2 Termékismeret, preferenciák és próbálkozási hajlandóság

Vizsgálatom során 95,8% hallott már növényi eredetű húshelyettesítőről, 4,2 % számára viszont ismeretlenek voltak a termékek.

Ez magas ismertségi arányt jelez, ami a piaci bevezetés szempontjából kedvező. Mindazonáltal, a fogyasztási gyakorlat ettől némileg elmarad: a mintából 74-en próbáltak már ilyen terméket, míg 45 válaszadó még soha. Ez az arány arra utal, hogy a termékek ismertsége önmagában nem elég: az elfogadáshoz erősebb meggyőződés, bizalom, vagy vonzó termékjellemzők szükségesek.

A próbálkozók között a nők (közel 60%) gyakoribbak, náluk az egészségtudatosság és a kíváncsiság motivációja dominál. Férfiaknál inkább alkalmi, próbaképp történő fogyasztás figyelhető meg (31,3%), illetve az is, hogy sokan egyszer kipróbálják, de nem válnak rendszeres fogyasztóvá.

4.3 Fogyasztói hajlandóság és árérzékenység értékelése

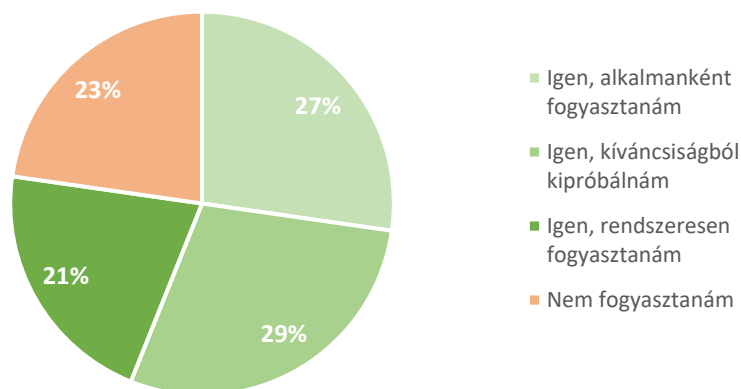
A primer kutatás eredményeit a 3. táblázat kiválóan mutatja, miszerint a növényi alapú húshelyettesítők vásárlási hajlandóságát elsősorban az ár határozza meg. Az árérzékenységi kérdésekre adott válaszokból kiderül, hogy a megkérdezettek mindössze 1%-a hajlandó lenne a hagyományos húsnál jóval drágább növényi terméket vásárolni. Legnagyobb arányban azok a fogyasztók jelentek meg, akik csak jelentős, legalább 30%-os árengedmény esetén választanák a növényi alternatívát (26 %), ezt követi a 10%-os árengedmény elfogadása (16,9 %) és azok, akik azonos áron is vásárolnák (21,8 %). Fontos jelzés, hogy a teljes minta 26,9 % semmilyen áron nem venné meg a terméket, ami komoly piacfejlesztési korlátot jelent.

3. táblázat: Válaszadók árérzékenysége a húshelyettesítő termékek vásárlásánál % (N= 119)

A hagyományos hús árához képest mennyiért lenne hajlandó megvenni az alábbi húshelyettesítőket?	Válaszadók eloszlása (%)
Soha nem venném meg	26,9
Ha lényegesen (legalább 30%-kal) olcsóbb lenne	26,0
Ugyanolyan áron	21,8
Ha 10%-kal olcsóbb lenne	16,9
Kicsit (kb 10%-kal) magasabb árat lennék hajlandó fizetni érte	7,5
Magasabb (kb 30%-kal) árat is hajlandó lennék fizetni érte	0,9

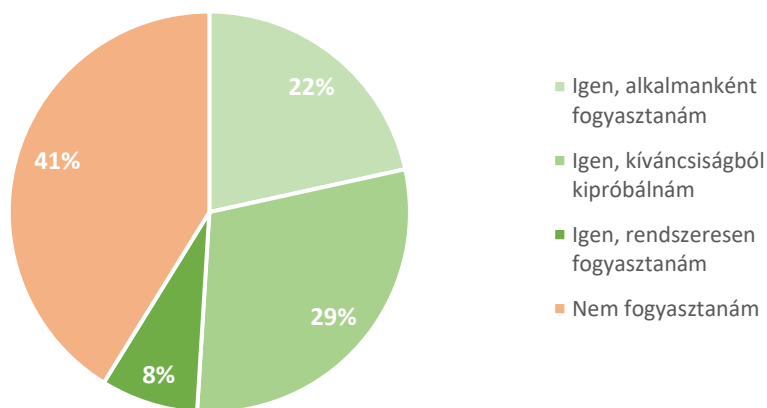
Az eredmények azt mutatják, hogy bár van kereslet, az árkritérium döntő súlyt képvisel, ezért a termékek árazása és költséghatékony előállítása alapvető feltétel a szélesebb körű elterjesztéshez.

A 4. ábrán a nemi különbségek vizsgálata szerint, a nők körében némileg nagyobb a vásárlási hajlandóság a növényi húshelyettesítők iránt — különösen azok körében, akik egészség- vagy környezetvédelmi szempontból indokolják a fogyasztást.



4. ábra: A női válaszadók növényi alapú húshelyettesítők fogyasztási hajlandósága, %
(N=66)

Az 5. ábra megerősíti, hogy a férfiak között nagyobb az aránya azoknak, akik semmilyen áron nem választanák a növényi alternatívát, vagy csak a megszokott árnál jóval olcsóbban vennék figyelembe. Ez a nemek közötti különbség a motivációs felmérésekben később is visszaköszön.

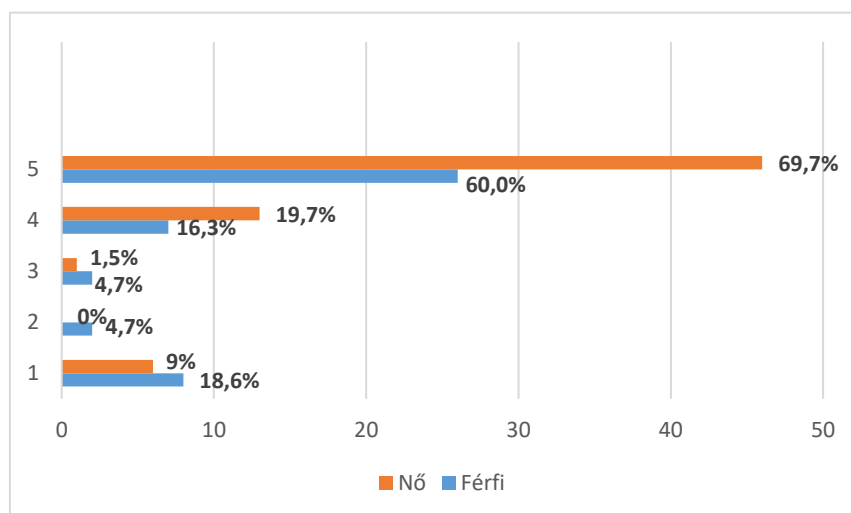


5. ábra: A férfi válaszadók növényi alapú húshelyettesítők fogyasztási hajlandósága, % (N=51)

4.4 Elutasítás és fenntartások: értékelés és nemi különbség

A kutatás világosan rámutat, hogy számos fogyasztóban jelentős fenntartások élnek a növényi alapú húshelyettesítőkkel szemben, ami a piaci elfogadottság egyik fő akadálya. A válaszadók elutasításának leggyakoribb okai között szerepelt az íz bizonytalansága (46%), a termékek magas ára (53%), az állaggal kapcsolatos aggályok (68%) Ezek az arányok jól mutatják, hogy főként a szenzoros tulajdonságok és az ár képezik a legnagyobb akadályt a növényi alapú húshelyettesítők elfogadása előtt.

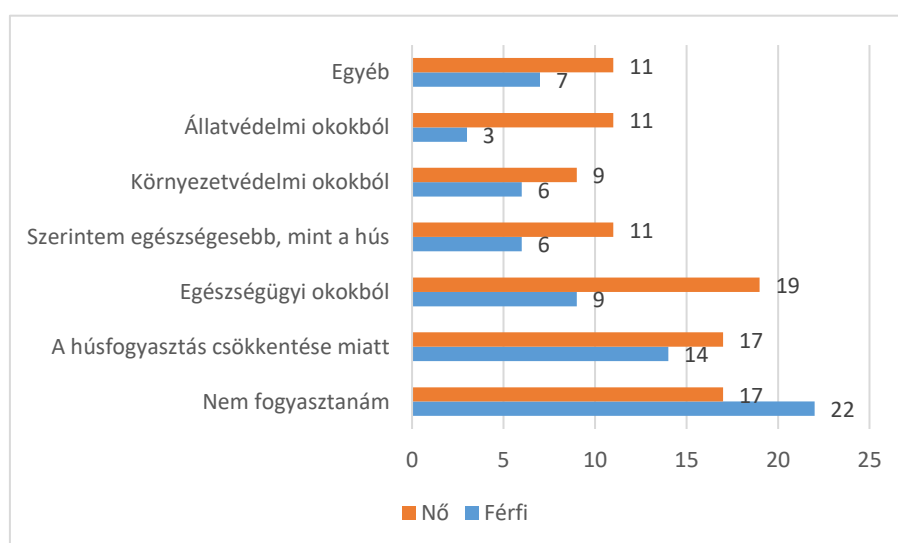
A nemi bontás alapján megfigyelhető, hogy a nők körében az elutasítás leggyakoribb indokai az egészségügyi (28,7 %) és környezetvédelmi fenntartások (13,6%), valamint gyakrabban utasítják el a növényi alapú húshelyettesítőket érzékszervi (íz: 69,7%), illetve egészségügyi szempontból is. A férfiaknál ezzel szemben az ár (53%) és a megszokás bír nagyobb jelentőséggel, illetve sokan közülük kifejezetten ragaszkodnak a hagyományos ízekhez, és nem tekintik valós alternatívának a növényi termékeket.



6. ábra: A növényi alapú húshelyettesítők ízvilágának fontossága nemenként, fő (N=117)

4.5 Fogyasztói motivációk és attitűdök: értékelés, részletes adatok és nemi megoszlás

A kutatásból egyértelműen látszik a 6. ábrán, hogy a növényi alapú húshelyettesítő termékeket választó fogyasztók legfőbb motivációi az egészségtudatosság, a környezetvédelem és az állatvédelem. Ezek az indokok komplexen jelennek meg, gyakran egyszerre több szempont is vezérli a döntést.



7. ábra: A válaszadók növényi alapú húshelyettesítők fogyasztásának főbb okai, fő (N=164)

A nők esetében az egészségesebb életmód iránti igény különösen hangsúlyos: a női válaszadók döntő többsége egészségügyi okból nyitott ezekre a termékekre, valamint nagyobb arányban jelölnék meg környezeti és állatvédelmi szempontokat is, mint a férfiak. A férfi válaszadók között szintén megjelenik az egészségtudatosság és a környezetvédelem, de náluk a motivációk többnyire higgadtabbak, gyakran a kíváncsiság vagy alkalmi fogyasztás motiválja a próbát.

A válaszadói megoszlás szerint 42,4 % egészségügyi, 22,7 % környezetvédelmi, 21,2 % pedig állatvédelmi okból választana növényi húshelyettesítőt. Ezek a csoportok szoros átfedésben lehetnek, hiszen egy fogyasztó egyszerre több motivációval is rendelkezhet.

4.6 Érzékszervi jellemzők, egészségi preferenciák és környezeti szempontok

A kutatás érzékszervi jellemzők vizsgálatakor az 5. és 6. táblázat alapján is megállapítható, hogy az íz bizonytalansága jelenti az egyik legnagyobb fogyasztói kifogást. Ez a szempont minden csoportban domináns; a nők valamivel hajlamosabbak kompromisszumra, szívesebben próbálnák ki az új ízeket, míg a férfiaknál a hagyományos húszízhez való ragaszkodás és a textúra iránti elvárások markánsabbak.

5. táblázat: A válaszadók szerint mennyire fontos a növényi alapú hús íze, %
(N=119; $\mu=4,23$; $\sigma=1,36$)

Mennyire tartja fontosnak az ízelményt a növényi alapú hús fogyasztásának tekintetében? (1 - legkevésé fontos, 5 - leginkább fontos)	Válaszadók megoszlása (%)
1	12,6
2	1,7
3	2,5
4	16,8
5	66,4

A 5. táblázaton látható kérdésre adott válasz átlaga (4,23) alapján kijelenthető, hogy a válaszadók döntő többsége nagyon fontosnak tartja az ízt. A szórás relatíve nagy, ami azt mutatja, hogy a fogyasztók többégének fontos az íz, de van egy kisebbség, akinek szinte egyáltalán nem fontos.

A növényi alapú húsalternatívák textúrájának fontosságát a 6. táblázat mutatja.

6. táblázat: A válaszadók szerint mennyire fontos a növényi alapú húshelyettesítő textúrája/állaga, % (N=119; $\mu=3,99$; $\sigma=1,33$)

Mennyire tartja fontosnak a textúrát a növényi alapú hús fogyasztásának tekintetében? (1 - legkevésé fontos, 5 - leginkább fontos)	Válaszadók megoszlása (%)
1	11,8
2	4,2
3	5,9
4	29,4
5	48,7

A 119 fős minta alapján a növényi alapú hús textúrájának fontosságát a válaszadók átlagosan 3,99-es értékre értékelték egy ötfokú skálán. Ez arra utal, hogy a fogyasztók többsége számára a textúra kifejezetten fontos tényező a termék megítélésében. A 1,33-as szórás magas értéke azt jelzi, hogy a válaszadók véleménye nagymértékben eltér egymástól.

Az íz és a textúra viszonylatában a magas szórás amiatt lehet, hogy az egészségi preferenciák, mint motiváló tényezők, főleg a női válaszadók körében erősek. Ők gyakrabban tartják egészségesebbnek a növényi húshelyettesítőket, szívesebben választanak alacsonyabb zsír- és koleszterintartalmú alternatívát. A férfiaknál viszont nagyobb arányban jelenik meg a szkepticizmus az összetevők természetességét és a hosszú távú egészséghatást illetően.

A felmérésből az is kiderült, ahogy az ábra is mutatja, hogy a válaszadók 9%-a környezetvédelmi okból, 9%-uk állatvédelmi okból választaná a növényi alapú húshelyettesítőket. Ezek főként olyan személyek, akik tudatosan figyelnek a saját ökológiai lábnyomukra, különösen a nők körében mutatható ki ez a motiváció. A férfiak itt is kevésbé elkötelezettek, bár a fiatalabb férfi korcsoportban erősödő tendencia látszik.

Következtéseiben a kutatás rámutat, hogy a fogyasztói preferenciák fejlesztése szempontjából kulcsfontosságú a termékek élvezeti értékének növelése, az egészségügyi előnyök kommunikációja és a környezeti tudatosság elmélyítése. E három terület együttesen segítheti elő a növényi húshelyettesítők társadalmi elterjedését.

5 KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK

A kutatás eredményei alapján megállapítható, hogy a növényi alapú húshelyettesítő termékek társadalmi elfogadottsága Magyarországon többféle tényező összetett kölcsönhatásán múlik. Az árérzékenység jelentős szerepet játszik a vásárlói döntésekben, hiszen a válaszadók nagy része csak árengedmény mellett vásárolna ilyen termékeket, ugyanakkor az ár önmagában nem elégséges a teljes elfogadottság eléréséhez.

Kiemelt fontossággal bírnak azok a fenntartások, miszerint az íz, továbbá a fogyasztói bizalom hiánya egyaránt akadályozza a húshelyettesítők térnyerését. A kutatás felszínre hozta azokat a motivációkat is, melyek elősegíthetik az átváltást: az egészségtudatosság, a környezetvédelem és az állatvédelem szempontjai egyre nagyobb szerepet kapnak a fogyasztói döntésekben.

Ezen eredmények alapján javasolt a termékfejlesztések fókuszának kiterjesztése az ár/érték arány javítására és az érzékszervi tulajdonságok fejlesztésére, hogy a növényi alapú húshelyettesítők élvezeti értéke megfeleljen a hagyományos húsokénak. Fontos továbbá a fogyasztói bizalom erősítése, amihez elengedhetetlen a termékek természetességének és egészségességének megismertetése, valamint a piaci tájékoztatás átláthatóságának növelése.

A piacra lépési stratégiák terén ajánlott többféle fogyasztói szegmens célzásával, rugalmas marketing megoldásokkal növelni a termékek elfogadottságát. A fenntarthatósági és egészségi előnyök hangsúlyozása, illetve a fogyasztói edukáció erősítése hozzájárulhat a fogyasztói magatartás hosszú távú átalakulásához.

Végül fontos hangsúlyozni, hogy a kutatás folytatása szükséges a fogyasztói szegmensek részletesebb vizsgálatára, valamint a fogyasztói attitűdök és magatartásváltozások monitorozására. Különösen értékesek lehetnének a hosszú távú trendek elemzése és a fejlesztési javaslatok gyakorlati megvalósulásának vizsgálata.

6 ÖSSZEFOGLALÁS

A dolgozat célja a hazai növényi alapú húshelyettesítő termékek fogyasztói elfogadottságának és motivációinak átfogó vizsgálata volt. A szakdolgozat alapját egy komplex kutatási megközelítés adta, mely során szekunder és primer kutatási módszereket alkalmaztam. A szekunder kutatás során korábban elérhető statisztikákat, szakirodalmi forrásokat és piaci elemzéseket elemeztem, amelyek segítették a kutatási probléma pontos meghatározását és a magyarországi növényi alapú húshelyettesítők piacának háttérfeltárását. A primer kutatás egy online kérdőíves adatgyűjtés volt Google Forms platformon, amelyet hólabda mintavételi technikával bonyolítottam le, 119 válaszadó részvételével. A kérdőív 19 kérdésből állt, melyek a demográfiai jellemzőkön túl a fogyasztói szokásokat, motivációkat, attitűdöket és árérzékenységet vizsgálták. Az adatok elemzését Microsoft Excelben végeztem, leíró statisztikai mutatókat (százalékos megoszlás, átlag, szórás) alkalmazva, amellyel betekintést nyertem a fogyasztói magatartás főbb jellemzőibe. Ez a módszertani kombináció lehetővé tette, hogy átfogó képet kapjak a piaci tendenciákról és a fogyasztók attitűdjeiről, valamint, hogy a primer kutatás eredményeit megalapozottan értelmezsem.

Vizsgálatom eredményei rámutattak az árérzékenység jelentőségére, amely egy kulcstényezője a fogyasztói döntéseknek a növényi alapú húshelyettesítők piacán. Ugyanakkor az ár mellett egyéb tényezők – például a termék érzékszervi tulajdonságai, az egészséges és természetes kép, valamint a fogyasztói bizalom – egyaránt alapvető hatással vannak az elfogadottságra. Kiemelt szerepet kaptak a fenntartások és elutasítási okok, amelyek szoros összefüggésben állnak a fogyasztói ismeretek és attitűdök szintjével.

A kutatás továbbá megerősítette, hogy a környezettudatosság, az egészségtudatosság és az állatvédelem, mint motivációk mind erőteljesen hozzájárulnak a növényi alapú étrend iránti nyitottsághoz. Ezen eredmények alapján javaslom a termékfejlesztés irányainak bővítését az ár/érték arány javításával, valamint a fogyasztói edukáció és a kommunikáció erősítését annak érdekében, hogy a fogyasztókban csökkenjenek a fenntartások és nőjön a bizalom.

Összességében a dolgozat képet ad a magyarországi növényi alapú húshelyettesítők mögötti fogyasztói attitűdökről és piaci lehetőségekről, egyúttal rámutat azokra a fejlesztési irányokra, amelyek elősegíthetik a termékek sikeres bevezetését és elterjedését a hazai piacon.

Irodalomjegyzék

- Asga M.A.- Fazilah A, Huda N., Bhat R., and Karim A.A. (2010). Nonmeat Protein Alternatives as Meat Extenders and Meat Analogs. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, vol 9, 513-525.
- Bauerné Gáthy A., Szűcs Z. (2019). Fenntartható élelmiszer-fogyasztás a debreceni egyetem hallgatóinak körében. *Élelmiszer, Táplálkozás és Marketing*, 3-10.
- Budai-Balsa N., Szakály Z. (2023). Fenntartható élelmiszer-fogyasztással kapcsolatos fogyasztói megítélés feltárása netnográfiaival. *Marketing & Menedzsment*, 57 (Különszám EMOK 1), 5–13.
- Egbert R., Borders C. (2006). Achieving success with meat analogs. *Food Technology*, 60, 28-34.
- GFI (2024). Plant-based retail sales in six European countries, 2022 to 2024
<https://gfieurope.org/european-plant-based-sales-data/>
- Hillel, D., Rosenzweig, C. (2011): Handbook of climate change and agroecosystems: impacts, adaptation, and mitigation. Imperial College Press. London.
- Hörcsik Zs.T., Csabai J., Szabó B., Kosztyuné Krajnyák E., Szabóné Berta O. (2022). The current state of vegetarianism in Hungary, its possible effects on the agricultural structure and the food system. *South Western Journal of Horticulture, Biology and Environment*, 31-57.
- IPCC (2022). Sixth Assessment Report-Impacts, Adaptation and Vulnerability
<https://www.ipcc.ch/report/ar6/wg2/>
- Joshi VK, Kumar S. (2015). Meat Analogues: Plant based alternatives to meat products-. *Agricultural and Food Sciences International Journal of Food and Fermentation Technology*, 5(2), 107-119.
- Kerekes S. (2007). *A környezetgazdaságtan alapjai*. Budapest, AULA kiadó kft. 166.o.
- Kyriakopoulou K., Dekkers B., Goot van der A. J (2019). Plant-Based Meat Analogues. *Sustainable Meat Production and Processing*, 103-126.
- Lang, M. (2020). Consumer acceptance of blending plant-based ingredients into traditional. *Food Quality and Preference*, 79, 1-9.
- OECD-FAO (2024). Agricultural Outlook 2024-2033.
https://www.oecd.org/en/publications/oecd-fao-agricultural-outlook-2024-2033_4c5d2cfb-en/full-report.html
- Rabindra Kumar Saroniya, Manish Kumar Verma (2020). A Review on Sustainable Eating and Eco-Friendly Diets. *Flora and Fauna*, 257-260.
- Rákos J., Szendrák D., Fróna M. (2022). Consumer Acceptance of Plant-Based Meat Substitutes: A Narrative Review. *Foods*.

Stanszus LS, Frank P, Geiger SM. Healthy eating and sustainable nutrition through mindfulness? Mixed method results of a controlled intervention study. *Appetite*. 2019 Oct 1;141:104325.

Szente V., Fülöp N., Sántosi P. (2019). *Marketingkutató*.

Szilágyi C., Szakály Z. (2022). A növényi alapú húsimitátumok fogyasztói preferenciáinak vizsgálata. *Gazdálkodás*, 215-238.

Temme El. HM, Voet van der H., Thissen J. TNM, Verkaik-Kloosterman J., Donkersgoed van G. and Nonhebel S.. (2013). Replacement of meat and dairy by plant-derived foods: estimated effects on land use, iron and SFA intakes. *Public Health Nutrition*, 16(10), 1900-1907.

Wild F., Czerny M., Janssen A. M., Kole A. P.W., Zunabovic M., Domig K. J. (2014). The evolution of a plant-based alternative to meat, From niche markets to widely accepted meat alternatives. *Agro FOOD Industry Hi Tech*, 25(1), 45-49.

Xiong, Y. L.(2004). Proteins in food. *Proteins in Food Processing*, 100-122.

Melléklet

- Fogaszt Ön húst (bármilyen gyakorisággal)? -igen; nem
- Hallott már a növényi eredetű húshelyettesítőről? – igen; nem
- Milyen az Ön hozzáállása a növényi alapú húshelyettesítőhöz? (1=teljesen negatív; 5=teljesen pozitív)
- Fogasztott már valaha növényi alapú húshelyettesítőt? - igen; nem
- Ha lenne rá lehetősége, fogyasztana növényi alapú húshelyettesítőt? - Igen, rendszeresen fogyasztanám; Igen, alkalmanként fogyasztanám; Igen, kíváncsiságból kipróbálnám; Nem fogyasztanám
- Milyen okból fogyasztja/fogyasztana növényi alapú húshelyettesítőt? - Nem fogyasztanám; A húsfogyasztás csökkentése miatt; Egészségügyi okokból; Szerintem egészségesebb, mint a hús; Környezetvédelmi okokból; Állatvédelmi okokból; Egyéb
- Véleménye szerint mennyire jellemzőek a következő állítások a növényi alapú húshelyettesítőre, a hagyományos húshoz képest? - Egyáltalán nem ízletes; Kevésbé ízletes; Kissé ízletesebb; Nem tudom/ Nem válaszolok; Nincs köztük különbség; Sokkal ízletesebb
- Mennyire tartja fontosnak a következő tulajdonságokat a növény alapú hús tekintetében? (1= nem tartom fontosnak, 5= nagyon fontosnak tartom) [Íz]
- Mennyire tartja fontosnak a következő tulajdonságokat a növény alapú hús tekintetében? (1= nem tartom fontosnak, 5= nagyon fontosnak tartom) [Szín]
- Mennyire tartja fontosnak a következő tulajdonságokat a növényi alapú hús tekintetében? (1= nem tartom fontosnak, 5= nagyon fontosnak tartom) [Illat]
- Mennyire tartja fontosnak a következő tulajdonságokat a növényi alapú hús tekintetében? (1= nem tartom fontosnak, 5= nagyon fontosnak tartom) [Textúra/állag]
- Mennyire tartja fontosnak a következő tulajdonságokat a növényi alapú hús tekintetében? (1= nem tartom fontosnak, 5= nagyon fontosnak tartom) [Táplálóanyag tartalom]
- Mennyire tartja fontosnak a következő tulajdonságokat a növényi alapú hús tekintetében? (1= nem tartom fontosnak, 5= nagyon fontosnak tartom) [Ugyanúgy nézzen ki, mint a hagyományos húsból készült termék]
- A hagyományos hús árához képest mennyiért lenne hajlandó megvenni a növényi alapú húst? - Soha nem venném meg; Ha lényegesen (legalább 30%-kal) olcsóbb lenne; Ugyanolyan áron; Ha 10%-al olcsóbb lenne; Kicsit (kb. +10%-kal) magasabb árat lennék hajlandó fizetni érte; Magasabb (kb. +30%) árat is hajlandó lennék fizetni érte
- Az Ön neme?- Nő; Férfi; Nem válaszolok
- Melyik évben született Ön?
- Milyen végzettséggel, fokozattal rendelkezik?- Egyetem (MA, MSc); Főiskola (BA/BSc); Főiskola, egyetem (egyéb felsőoktatás); Középiskola/gimnázium; PhD
- Milyen típusú településen él?- Kisváros (Kevesebb, mint 100 ezer fő); Nagyváros (több, mint 100 ezer fő); Falu/ község
- Hogyan ítéli meg háztartása jövedelmét?- Megélünk belőle, de keveset tudunk félretenni; Nagyon jól megélünk belőle és félre is tudunk tenni; Éppen elegendő, hogy megéljünk belőle, de félretenni már nem tudunk; Nem tudom/ nem válaszolok

Nyilatkozatok

Konzulensi nyilatkozat

Terestyényi- Horváth Zsófia- MCK3F0 konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a szakdolgozatot áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A szakdolgozatot a záróvizsgán történő védelemre javaslom / nem javaslom.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem

Kelt: Kaposvár, 2025. november 3.

Horváth Zsófia

belső konzulens

A szakdolgozat nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: Terestyényi-Horváth Zsófia
A Hallgató Neptun kódja: MCK3F0
A dolgozat címe: A növényi alapú húshelyettesítő élelmiszerek megítélése
A megjelenés éve: 2025
A konzulens intézetének neve: Agrár- és Élelmiszergazdasági Intézet
A konzulens tanszékének a neve: Agrárlogisztika, Kereskedelem és Marketing Tanszék

Kijelentem, hogy az általam benyújtott szakdolgozat egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, és az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítottam, tudomásul veszem, hogy a záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkori szellemitulajdonkezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem MATER Hallgatói Dolgozatok repozitóriumába. Tudomásul veszem, hogy a megvédett és

- nem titkosított dolgozat a védést követően
- titkosításra engedélyezett dolgozat a benyújtásától számított 5 év eltelté után nyilvánosan elérhető és kereshető lesz az Egyetem MATER Hallgatói Dolgozatok repozitóriumában.

Kelt: Kaposvár 2025 év 11. hó 03. nap



Hallgató aláírása

Hallgatók, doktoranduszok nyilatkozata mesterséges intelligencia (MI) alkalmazásáról

1. Általános adatok

Hallgató neve:	Terestyényi-Horváth Zsófia
Neptun-kódja:	MCK3F0
Képzési szint (a megfelelőt jelölje X-szel):	<input checked="" type="checkbox"/> BSc/BA <input type="checkbox"/> MSc/MA <input type="checkbox"/> Doktori (PhD) <input type="checkbox"/> Egyéb:
Tantárgy neve/kódja*:	Kereskedelem és marketing
A munka címe:	A növényi alapú húshelyettesítő élelmiszerek megítélése

* doktori értekezés esetén nem kitöltendő

2. Nyilatkozat az MI használatáról

Alulírott, etikai felelősségem teljes tudatában az alábbi nyilatkozatot teszem:

(Kérjük, válasszon egyet az alábbi lehetőségek közül!)

A) Nem alkalmaztam mesterséges intelligencia rendszert vagy szolgáltatást.

(Amennyiben ezt jelölte, a további táblázatok kitöltése nem szükséges.)

B) Alkalmaztam mesterséges intelligencia rendszert vagy szolgáltatást.

(Kérjük, töltsse ki a vonatkozó táblázatokat!)

3. A mesterséges intelligencia használatának részletezése

I. TÁBLÁZAT: Asszisztensi vagy kisebb mértékű felhasználás (pl. fordítás, nyelvi korrektúra, ötletelés stb.)

(Ezen felhasználások esetében a konkrét promptok és válaszok csatolása nem szükséges.)

A felhasználás célja	Alkalmazott MI-eszköz neve és verziója	Érintett rész (ha nem a szöveg egészére vonatkozik)
-fordítás -nyelvi korrektúra	-perplexity pro -chatGPT 5	

II. TÁBLÁZAT: Jelentős tartalmi hozzájárulás (pl. egy teljes ábra vagy egy hosszabb szövegrész generálása)

(Ezekben az esetekben a felhasznált kulcsfontosságú promptok és az MI által adott nyers válaszok dokumentálása és a munka mellékletében való csatolása szükséges.)

A felhasználás célja	Alkalmazott eszköz verziója, elérhetősége	MI-neve, Az érintett fejezet / ábra / táblázat pontos sorszáma	A prompt-naplót tartalmazó melléklet bejegyzésének sorszáma

3/A. Oktató által előírt kiegészítő szabályok (ha vannak)

Amennyiben az adott tantárgy oktatója vagy témavezetője az MI-eszközök használatára vonatkozóan külön szabályokat vagy elvárásokat határozott meg, kérjük, az alábbi mezőben foglalja össze ezeket:

Pl. az MI használatának tilalma bizonyos feladattípusokra; csak konkrét eszköz használata engedélyezett; eltérő hivatkozási elvárások; dokumentációs forma stb.

Oktató vagy témavezető által előírt szabályok:

.....

.....

.....

.....

4. Minden hallgatóra vonatkozó nyilatkozat:

Kijelentem, hogy az MI által esetlegesen generált tartalmakat minden esetben kritikailag felülvizsgáltam, szerkesztettem és a munkába illesztettem. A leadott munka minden eleméért, annak eredetiségéért és tudományos helytállóságáért teljes körű felelősséget vállalok. Tudomásul veszem, hogy a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem a benyújtott munkát mesterséges intelligencia detektorral ellenőrizheti, és eljárást kezdeményezhet, amennyiben a nyilatkozatom valótlan vagy hiányos.

Kelt: Kaposvár....., 2025.11..... hó ..03.. nap

B

Heidi Kocz

.....
Hallgató aláírása

.....
Konzulens/Témavezető aláírása