

THE GREAT DELAY



FOOD &
FRIENDS

TRENDSPANING
2026

Det blev inte som vi trodde. Allt har blivit försenat.
Vi beklagar detta.
Pendeln som skulle slå om till bättre tider har
fastnat halvvägs. Nu är vi mitt i ett stort väntande.
Vi väntar på att matpriserna ska sluta stiga.
Vi väntar på att tullarna ska lugna sig.
Vi väntar på ett slut på alla konflikter.
Vi väntar och väntar och väntar.
Under tiden så anpassar vi oss. Vi kommer
fortsätta att äta och dricka, men på nya sätt.
Vi gör det bästa av situationen.
Medan vi väntar.

**Välkommen till Food & Friends 22:a trendspaning
”The Great Delay”.**

TRENDSPOTTING 2026

© 2025 Food & Friends

Citera oss gärna i media, men ange källa:
matkommunikationsbyrån Food & Friends.

Papper: Arctic Volume

Tryck: Printografen, Halmstad

Stort tack!

So, it didn't turn out quite as we expected.
Everything has been delayed.
We are sorry about this.
The pendulum that shifts to better times got stuck
halfway. Now we all are in a great delay.
We are waiting for food prices to stop rising.
We are waiting for tariffs to settle.
We are waiting for an end of conflicts.
We are waiting and waiting and waiting.
In the meantime, we adapt. We will continue
to eat and drink, but in new ways.
We make the best of the situation.
While we wait.

**Welcome to Food & Friends 22nd trendspotting
"The Great Delay".**



Home cooking.

När det är dåliga tider så stannar vi hemma mer och går på krogen mindre, det kan knappast förvåna någon. I England saknar många krogmaten, och försöker nu på olika sätt att återskapa restaurangupplevelsen hemma, men gärna med en genväg eller två.

When times are tough, we stay home more and frequent restaurants less, which is hardly surprising. In England, many miss restaurant food and are now trying to recreate the restaurant experience at home, preferably with a shortcut or two.



↑ 36 MIN

▲ Tiden man lägger på att laga vardagsmiddag i Sverige, en ökning från 34 min förra året.
Time we spend cooking dinner on a daily basis, an increase from 34 min last year.

bit.ly/4gi4Kg7



FAKEAWAY

▲ Mat som serveras hemma som försöker efterlikna vad restauranger erbjuder i smak och upplägg.

Food served at home that attempts to recreate the taste and presentation of restaurants.

bit.ly/42kOu6P



▲ Dagligvarubranschens hittills utveckling i år, enligt Svensk Dagligvaruhandel.

The grocery industry's development this year, according to Swedish Grocery retail.

bit.ly/3JSmoeo



▲ Restaurangmarknadens utveckling första halvåret 2023 till 2025 enligt Visita. Jämfört med 2024 är utvecklingen -0,8%.

Restaurant market development first six months 2023 to 2025 according to Visita. Compared to 2024 the change is -0,8%.

bit.ly/463qN5q



◀ FAKEAWAY COOKBOOK.

Efter 25 år har Englands största krogkritiker Jay Rayner släppt sin första kokbok. Här avslöjar han hemligheter bakom olika restaurangers paradrätter och visar hur man återskapar dem hemma.

After 25 years England's greatest restaurant critic Jay Rayner has released his first cookbook. Here he reveals secrets behind various restaurants' signature dishes and how to recreate them at home.

jayrayner.co.uk/books



Instore ingredient.

Intresset att servera Fakeaway-mat hemma får allt fler restauranger att satsa på att sälja sina specialiteter i matbutikerna. Båda vinner på detta, butikerna får starka varumärken och restaurangerna får en kanal till utöver matsal och take away.

The drive to serve Fakeaway food at home is causing more restaurants to bet on launching their specialties in grocery stores. This is a win-win situation, the stores get strong brands and the restaurants get another channel on top of dining and take away.

◀ SAUCE AND EFFECT.

Såser är en växande del av Fakeaway. I UK finns såser från alla restaurangnivåer, som fast casual Wagamama, fine dining Fallow och tvåstjärniga indiska Gymkhana.

Sauces are a growing part of Fakeaway. In the UK there are sauces from different restaurant levels, such as fast casual Wagamama, fine dining Fallow and two-star Indian Gymkhana.

bit.ly/4nmSDkc



▲ YOTAM OTTOLENGHI.

Kocken som gjort sig känd för recept med 25-30 ingredienser gör sedan nyligen det enkelt för Waitroses kunder att Fakeaway hans restaurangmat.

The chef who has become famous for recipes with 25-30 ingredients has recently made it easy for Waitrose customers to Fakeaway his restaurant food.

ottolenghi.co.uk



▶ OCADO.

I UK har e-handlaren Ocado satsat på Fakeaway, och ökade den försäljningen med 77% förra året. Många restauranger har gått med Ocado för att nå hemmamarknaden.

In the UK, e-retailer Ocado has invested in Fakeaway products, increasing sales by 77% last year. Many restaurants have joined Ocado to reach the domestic market.

bit.ly/423vJ9n

▶ PREMIUM PIZZA.

Det var med pizza det började: Pizza Express lanserade för retail redan 1988. Nu har även premium pizzerior klivit in med tillbehör.

It all started with pizza: Pizza Express launched for retail as early as 1988. Now premium pizzerias have also entered the market with add ons.

francomanca.co.uk/cook-at-home



▲ FULL MENU.

Även aktörer med komplexa menyer, som brittiska LEON som serverar mat inspirerad av medelhavsköket, erbjuder ett brett och brokigt butikssortiment.

Even operators with more unusual dishes, such as the British LEON with a menu inspired by Mediterranean cuisine, offers a wide and varied retail range.

leon.co

"Why can't fast food be good food?"

LEON



▼ WHERE TO FIND.

Trots mealkitens fördelar så är det sällan man ser dem i matbutiker. De som satsar är Urban Deli-kedjan, Sturehof samt större ICA butiker som plockar fram det till helgen.

Despite the advantages of meal kits, they are rarely seen in retail. Those selling it are the Urban Deli chain, Sturehof and larger ICA stores that offers them for the weekend.

bit.ly/48an6O1 bit.ly/3VEEH9I

► A SHORT HISTORY.

Mealkits dök upp runt 2010 och fick ett lyft när corona stängde restaurangerna. Nu får det fart internationellt.

Meal kits emerged around 2010 and got a boost when corona closed restaurants. Now it is expanding internationally.

bit.ly/3i6LW78



▲ PIZZA KIT.

En byggsats för pizza – få den precis som du vill! Färdig tomatosås, skivade ingredienser och två degar som längtar efter att hamna i ugnen.

A pizza kit – get it exactly how you want it! Ready-made tomato sauce, sliced ingredients and two doughs eager to get into the oven.

francomanica.co.uk/cook-at-home
menomale.se/pizzakit

Build your meal.

Nästa steg på Fakeaway-resan är mealkits. Med de menar vi byggsatser där måltidens alla delar är preppade i ett restaurangkök och redo att servera på 15-20 min hemma. Snabbare, svinn-smartare och troligen godare än att laga själv från grunden.

Next step on the Fakeaway journey is meal kits. By these, we mean kits where all the parts of the meal are prepped in a restaurant kitchen and ready to serve at home in 15-20 minutes. Faster, waste-smarter and probably tastier than cooking yourself from scratch.

► EXPERIENCE AND CONVENIENCE.

I USA har mealkits uppgraderats med bättre råvaror, förbättrad prepp, enklare tillagning och anpassning till individuella preferenser. Prognosen är en skarp ökning av volymerna de närmsta åren.

In the US, meal kits have been upgraded with better ingredients, improved prep, easier cooking and customization to individual preferences. The forecast is a sharp increase in volumes in the coming years.

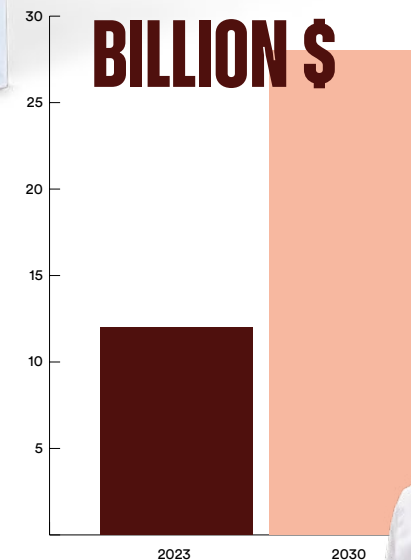
bit.ly/3K8WK6d

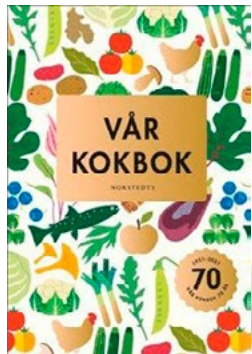
► DISHPATCH.

Waitrose känner vart vindarna blåser och köpte mealkits-företaget "Dishpatch" där måltiderna presenteras med en videohälsning från kockar som Angela Harnett och Michael Roux.

Waitrose is right on track and bought the meal kit company "Dishpatch", where meals are presented with a video greeting from chefs such as Angela Harnett and Michael Roux.

dishpatch.co.uk



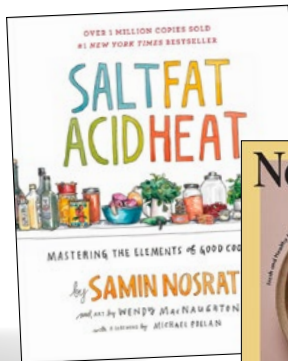


▲ FROM GLUG TO GRAM.

"Vår Kokbok" var tidig med att ersätta "en kaffekopp" och "en nypa" med gram och deciliter.

"Vår Kokbok" was early to replace "a coffee cup" and "a pinch" with grams and decilitres.

bit.ly/4mrBDbP



▲ NO RECIPE-COOK BOOKS.

Med det följer att även kokböcker blir mer som hacks. De skippar exakta måttangivelser och recept ses som en onödig krycka i köket som dödar all kreativitet.

As a result, cookbooks are becoming more like hacks. They skip precise measures, and recipes are seen as an crutch in the kitchen that kills all creativity.



From hack cooking.

I England håller sättet hur man lagar mat på att förändras, där man lagar alltmer efter "hacks" snarare än att följa långa ingredienslistor. Recept-styrd matlagning är något vi svenskar historiskt varit bra på.

In England, the way people cook is changing, with people increasingly use "hacks" rather than following long ingredient lists. Recipe-based cooking is something we Swedes have historically excelled at.

NO RECIPE-RECIPES

▲ Matinspiration utan att ange exakta mått eller ingredienser.

Food inspiration without specifying exact measurements or ingredients.

WHERE DO YOU GET YOUR COOKING INSPIRATION FROM?

AGE	SOURCE	
15-24	SOCIAL MEDIA	69%
25-34	SOCIAL MEDIA	64%
35-44	SOCIAL MEDIER	47%
45-54	FRIENDS AND FAMILY	32%
55-74	MAGAZINES AND IN-STORE	27%

▲ SOCIAL MEDIA COOKING.

Sociala medier som källa till matinspiration har gått från 29% år 2020 till 40% i år och är nu större än kokböcker, vänner, butiken och matsajter. De äldre får sin matinspiration från tidningar och magasin.

Social media as a source of food inspiration has gone from 29% in 2020 to 40% this year and is now bigger than cookbooks, friends, the store and food websites. The elder gets their food inspiration from newspapers and magazines.

www.foodfriends.se/matrappporten

► HACK AWAY.

Med de korta tider som dessa medier erbjuder så reduceras recept till hacks, som visar en matidé mer än en instruktion. Matidéer. Kombinationer. Smakkompisar. Inte exakt, utan på ett ungefär.

With the short times that these media offer, recipes are reduced to hacks, which show a food idea and not an instruction. Food ideas. Combinations. Flavour mates. Not exactly, but roughly.

bit.ly/4mkGaws

▼ TIKTOK PASTA.

Ett tidigt hack-recept som fick stor hype är TikTok pastan, som inte använde några mått. Enligt ryktet ska feta-osten ha sålt slut i Finland.

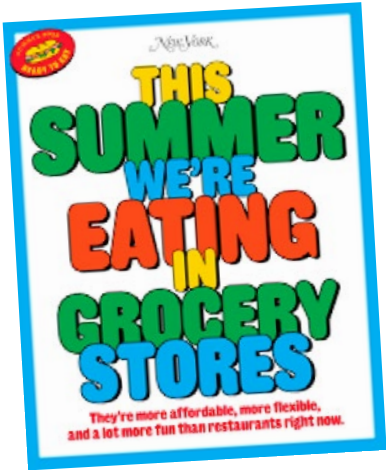
An early hack recipe that got a lot of hype is the TikTok pasta, which didn't use any measurements. Rumour has it that Finland ran out of feta cheese.

bit.ly/4mkTCOV



"Shop, eat and drink all under one roof."

LOTI (LONDON ON THE INSIDE)
DIGITAL MAGAZINE



◀ Under hösten kommer vi att studera denna typ av butiker närmare, och kommer med en rapport i början på 2026.
We'll study these kinds of stores more closely this fall, and will publish a report on this early 2026.

Eat at grocers.

Tuffare tider med mindre restaurangbesök har skapat ett utrymme för matbutiker och delis att erbjuda lagad mat. Denna branschglidning innebär oftast en lucka i väggen med enstaka rätter, men det finns även större verksamheter.

Tougher times with fewer restaurant meals in the US and UK has created a space for grocery stores and delis to offer cooked food. This industry shift usually means a gap in the wall with a few dishes, but there are also larger operations.

▶ THAI AND SEEK.

Ett exempel i all enkelhet finns i Brighton i den thailändska matbutiken "Unithai" där det längst in finns en matsal med oväntat bra thaimat.

A basic example can be found in Brighton in the Thai food store "Unithai" where there is a dining room with unexpectedly good Thai food.

bit.ly/42y4M3



◀ DELI DELUXE.

Det kan också göras i större skala, som den nyöppnade delin/bageriet/vinbutiken Cornershop 180 i London. Bakom satsningen står entreprenören Nick Jones som startade SoHo House 1995.

It can also be done on a larger scale, like the newly opened deli/bakery/wine shop Cornershop 180, London. Behind the venture is entrepreneur Nick Jones, who started SoHo House in 1995.

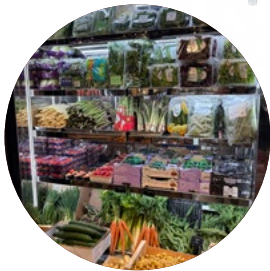
instagram.com/cornershop180



▲ DAY AND NIGHT.

Så finns det butiker som tar matservering till nästa nivå. När matbutikerna i UK stängde under corona öppnade Supermarket of Dreams för att erbjuda basvaror till de som bodde i Notting Hill.

Then there are food stores that takes it to the next level. When grocery stores in the UK closed during the corona pandemic, Supermarket of Dreams opened to provide essentials to Notting Hill residents.



Idag är det mer som en exklusiv deli där man möts av förstklassiga grönsaker, bröd och bakverk utan plastfilm, kylar med hängmörat kött och färsk fisk och skaldjur.

Today, it's more like an upscale deli with premium vgs, breads and pastries without the plastic wrap, fridges full of tendered meats and fresh seafood.



Vid femtiden plockas grönsaker-na bort och draperier dras för kylarna, kassadisen blir till en bar och nu öppnar en japansk fusion restaurang.

At five PM vegetables are removed and curtains are drawn over the refrigerators, the cash register becomes a bar and a Japanese fusion restaurant is now open.

instagram.com/supermarketofdreams



-3,9%↓

▲ Restaurangmarknadens utveckling första halvåret 2023 till 2025 enligt Visita. Jämfört med 2024 är utvecklingen -0,8%.

Restaurant market development first six months 2023 to 2025 according to Visita. Compared to 2024 the change is -0,8%.

bit.ly/463qN5q

632

▲ Antal restaurangkonkurser första halvåret 2025 – där 122 konkurser i mars var den högsta siffran på 30 år.

Restaurant bankruptcies first six months 2025 – where 122 in March was the biggest number in 30 years.

bit.ly/420JlSc

Humble talk.

Vi går över till restaurangsidan. Även om siffrorna för tillfället ser mörka ut så kanske det här kan leda till något nytt och mer innovativa lösningar.

We move on to restaurants. Even though the numbers look bleak at the moment, perhaps this could lead to some new and innovative solutions.

▼ SNACKS SKIMP.

Återhållsamma tider signaleras av restaurangerna med att lyfta enkel mat, till exempel chips som kryddas och får vända i stekpannan.

Rough times can also be seen at restaurants where simple food is highlighted, such as crisps that are seasoned and flipped in a pan.

bit.ly/4nA4VFZ



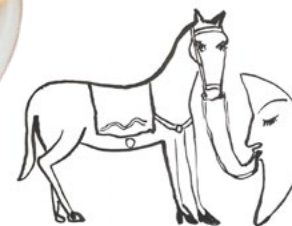
► PLATES SKIMP.

Återhållsamma tider signaleras av restaurangerna med porslin som ser ut som missmatchade loppisfynd, eller strategiskt kantstött.

Rough times can be seen at restaurants plates that looks like it been bought at a flea market with mismatched floral patterns, or strategically chipped.

www.baumwhiteman.com/trend-reports

Don't Tell Dad



Goodbye horses



ALBATROSS
DEATH CULT

▼ BOOKING SKIMP.

Har man en populär restaurang så kan man skippa bordsbokningen och sätta nya gästerna direkt när stolarna blir lediga för att maxa intäkterna.

If you have a popular restaurant, you can skip table reservations and seat new guests the moment chairs become available to maximize revenue.

www.restaurantonline.co.uk/All-products/trends-report-2025

▲ NAMES SQUANDER.

Återhållsamma tider kräver krognamn som man genast minns, namn som Café Blabla eller Bistro Jaha duger inte.

Restrained times require restaurant names that are immediately memorable; names like Café Blabla or Bistro Jaha just don't cut it.

bit.ly/3KbrWkf





▲ Den billigaste råvaran någonsin måste vara den kinesiska rätten som översätts till "sug och spotta". Med ursprung i svälttider består den av stenar som wocas med ingefära, chili och lök.

The cheapest ingredient ever has to be the Chinese dish translated to "suck and spit." Originating in times of famine, it consists of stones that are stir-fried with ginger, chili, and onions.

bit.ly/3l6tnPX

The crisis foodplate.

När plånböckerna blir tunnare måste restaurangerna fokusera på att skapa erbjudanden som är överkomliga. Det kommer styra utbudet på kommande restaurangöppningar där ekonomiska maträtter kommer att prioriteras. Men det går att göra bra!

As wallets get thinner, restaurants must focus on creating affordable offerings. This will guide the menu of upcoming restaurant openings, where budget-friendly dishes will be prioritized. But it can be done well!

▼ ADAPTED RESTAURANT.

Ett exempel på det är nyöppnade Sael, St James, London som är profilerad som överkomlig i prisläget med viner under £50.

An example of this is the newly opened Sael, St James, London, which is profiled as affordable in price with wines under £50.

saellondon.com



▲ COOKING AND COUNTING.

Även den sturske stjärnkrögaren Jason Atherton måste anpassa sig. I en intervju på Bloomberg berättar han om att följa gästernas behov.

Even big-time star restaurateur Jason Atherton has to adapt. In an interview with Bloomberg, he talks about following the guests' needs.

bit.ly/4gwqTHz

► SAUSAGES.

Korv är ofta det billigaste på menyn och kommer nu till heders igen. Det öppnar korvrestauranger som Banger och Happy Wiener.

Sausages are often the cheapest item on a menu and are now put to use. New sausage restaurants such as Banger and Happy Wiener has opened.

itsabanger.se

happywiener.se



▲ SANDWICHES.

Här är brödet råvaran som håller ned priset. Macktrenden tar plats när vi tröttnat på burgare. I London köade folk i timmar när kedjan Sandwich Sandwich öppnade.

Here bread is the ingredient that limits the price. The sandwich trend takes over as we grew tired of burgers. In London, people queued for hours when Sandwich Sandwich chain opened.

erth.se

sandwichsandwich.co.uk

▲ NOODLES.

Det dyker upp allt fler nudelställen, flera som profilerar sig på priset. Gott, men vad får man för kyckling i en portion kycklingnudlar för 69 kr?

Noodle places are popping up, several focused on the price. Yummy, but what chicken do you get in a portion of chicken noodles for 69 kr?

cheapnoodles.se



◀ Enligt märkesorganisationen Från Sverige så äter 92% korv.

Origin labelling "Från Sweden" says that 92% eat sausages.

bit.ly/3lvyEku

”What does it mean for hospitality if no one is hungry?”

THE OBSERVER



► THE 80 G PLATTER.

Stefan Ekengren på Hantverket är en av flera kockar som jobbar med 80 g protein tallrik. Stefan Ekengren of Hantverket restaurant has embraced the 80 g protein platter. restauranghantverket.se

PROTEIN REQUIREMENT

DAILY PROTEIN REQUIREMENT / KG BODY WEIGHT: 0,83 G
NORMAL PERSON BODYWEIGHT: 80 KG
DAILY PROTEIN REQUIREMENT PROTEIN / DAY (3 MEALS): 66 G
PROTEIN REQUIREMENT / MEAL: 22,1 G

PROTEIN	PER 100 G	PER 80 G
BEEF	26 G	20,8 G
PORK	27 G	21,6 G
CHICKEN	27 G	21,6 G
SALMON	21 G	16,8 G

◄ PERSONAL PROTEIN.

En portion till lunch eller middag innehåller ofta 150-200 g protein, vilket är nästan dubbelt så mycket som en normalt motionerande person behöver. A portion for lunch or dinner often contains 150-200 g of protein, which is almost twice as much as a normally exercising person needs.

► LOSS OF APETITE.

En annan orsak är Ozempic, eller GLP-1 som läkemedlen för viktnedgång kallas. I USA använder 12% av vuxna GLP-1, något som drabbat restaurangerna hårt. Än så länge är de främst de välbeställda som har råd med läkemedlet vilket drabbar de exklusiva restaurangerna först.

Another reason is Ozempic, or GLP-1 as the weight loss drugs are called. In the US, 12% of adults use GLP-1, something that has hit restaurants hard. Only the well-off can afford this, which means that upscale restaurants have been hit first.

bit.ly/46drWJg



FAT JAB MENU

► Vad ska den här typen av mat kallas? Restaurangerna tar fram "Small Appetite Menues" med anpassade maträtter med fokus på smak och protein. En köttbulle kan då kosta \$10.

What should this new food be called? Restaurants are creating "Small Appetite Menues" with adapted dishes with a focus on taste and protein. A meatball can then cost \$10.

bit.ly/3Kbpl-bp



The big shrink.

Bli inte förvånad om du inom kort får mindre mat på tallriken när du går ut och äter. Det har flera anledningar, först och främst råvarukostnad och klimatbelastning. Men det finns även andra förklaringar.

Don't be surprised if you soon find less food on your restaurant plate. There are several reasons for this, the first and foremost of which are the cost of raw materials and the impact on the climate. But there are also other explanations.

"It's such a simple thing,
but a very important thing."

LENNART LAJBOSCHITZ, ABSALON



▲ ABSALON.

En före detta kyrka på Vesterbro har förvandlats till Folkehuset Absalon – en livlig samlingsplats med över 50 aktiviteter per vecka. Middag på vardagar 90 DKR, en helgmiddag inklusive dessert 140 DKR.

A former church in Vesterbro has transformed into Folkehuset Absalon – a vibrant gathering place with over 50 weekly activities. Dinner weekdays 90 DKR, a weekend feast including dessert 140 DKR.

absaloncph.dk

Communal dining.

Ett nytt, avspänt sätt att äta är "gemensamhetsmåltider". Man placeras vid samma långbord, får samma mat och sköter servering och disk med de andra gästerna. Maten är enkel men välagad, och priset är lågt.

A new, relaxed way of eating is "community meals." You are seated at the same long table, receive the same food, and do the serving and clearing up with other guests. The food is simple but well-cooked, and the price is modest.



◀ KU.BE.

KU.BE är en mötesplats på 3 800 m² i Fredriksberg med plats för dans, yoga, körsång, måleri. Aftensmad är 100 kr för vuxna och 75 kr för barn.

KU.BE is a 3 800 m² meeting place in Fredriksberg with space for dance, yoga, choir, painting. Dinner is 100 SEK for adults and 75 SEK for children.

kubefredriksberg.dk

► SEND FLERE KRYDDERIER.

Tre caféer i Köpenhamn som serverar mat och upplevelser. Verksamheten är ett sätt att hjälpa de långt från arbetsmarknaden att ta ett steg in. Dagens rätt 114 DKR.

Three cafes in Copenhagen that deliver food and experiences. The operations are a way to help those far from the labour market to take a step in. Dish of the day 114 DKR.

sendflerekrydderier.dk



◀ KANALHUSET.

Varje onsdag är alla välkomna på ett dopp i Christianshavn, efter det dricker man kaffe och sjunger en värmande sång ihop. Flera andra aktiviteter. Dagens rätt: 150 DKR.

Every Wednesday all are welcome to swim in Christianshavn, after coffee is served and all sing a warming song together. Several other activities. Dish of the day: 150 DKR.

kanalhusetcpn.com



► SNACKING HABIT.

I Sverige äter 75% ett eller flera småmål per dag, motsvarande siffra för Danmark är 50%. Läs mer om förändringen i vår special rapport. In Sweden, 75% eat one or more small meals per day, the corresponding figure for Denmark is 50%. Read more about the change in our special report.

bit.ly/46uiEYg

bit.ly/48q2Az

► LET'S GO JAPAN.

Japan växer kraftigt som resmål, 2024 ökade antalet utländska besökare med 47%.

Japan as a travel destination is growing rapidly, with a 47% increase of foreign visitors in 2024.

bit.ly/4mtbPMu



Snacking revolution cont.

Ett tema från förra året var snacking, eller Småmål som vi kallar det. Vi bryter allt mer mot vanan med tre stora mål mat om dagen och äter istället mindre portioner oftare. I år har den här trenden tagit smak och inspiration från Japan.

Another theme last year was snacking, or Småmål as we call it. We are increasingly breaking with the habit of three large meals a day and instead eating smaller portions more often. This trend has taken flavour and inspiration from Japan this year.

► KONBINI.

Ökningen av småmål beror delvis på expansionen av servicehandeln. 7 Eleven ska öka matförsäljningen genom att fokusera på mat "som man äter på språng med en hand". Sedan 2005 är 7 Eleven helt japanskt och expanderar nu kraftigt.

The growth in small meals is partly due to the expansion of convenience stores. 7 Eleven aims to increase food sales by focusing on food "that you can eat on the go with one hand." Since 2005, the company is Japanese and is now expanding rapidly.

bit.ly/4gBVnZ4



▼ ONIGIRI.

Det har kallats det perfekta mellanmålet och passar perfekt in som ett portabelt småmål. Vitt ris med en fyllning, omslaget av sjögräs och pressat till en trekantig form.

It has been called the perfect snack and fits perfectly as a portable snack. White rice with a filling, wrapped in seaweed and pressed into a triangular shape.

bit.ly/4mkRU1Z



◀ PRETZ.

Japanska snacks handlar mycket om textur. Pretz ikoniska pinnar är krispiga på utsidan och krämiga på insidan med matiga smaker som majs, potatis, pizza och salad.

Japanese snacks are all about texture. Pretz iconic sticks are crispy on the outside and creamy on the inside with savoury flavours like corn, potato, pizza, and salad.

glico.com/global



► SMOOTHIE.

Ett nyttigt småmål i Japan är 7 Elevens smoothie. Man köper en fryst mugg med frukt och grönt för 25 kr och mixerar den till en len konsistens på nolltid.

A healthy small meal in Japan is the 7 Eleven smoothie. Buy a cup of frozen fruit and vegs for \$2 and blend it to a yummy consistency in no time.

bit.ly/4nCouxx



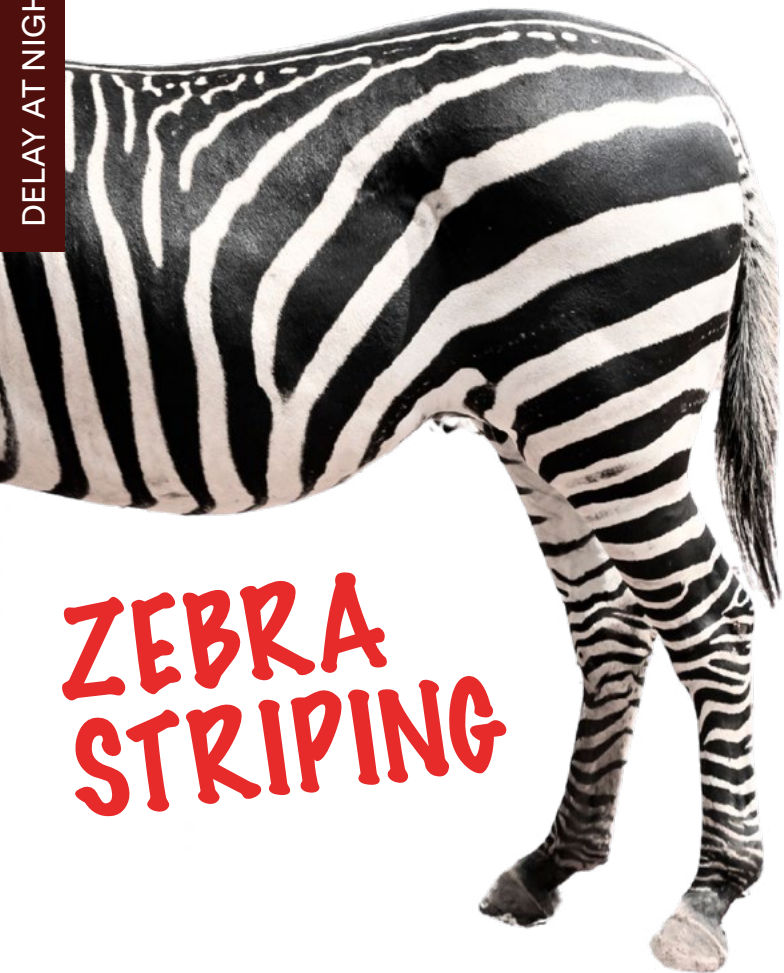
◀ EGG SALAD SANDO.

Under 2024 lanserade 7 Eleven "egg salad sandwich" i USA med Shokupan-bröd och Kewpie majonnäs. Priset hölls intillt lågt \$2, och fortsatt spridning diskuteras på nätet.

In 2024, 7-Eleven launched the egg salad sandwich in the US with Shokupan bread and Kewpie mayonnaise. Price initially kept low at \$2, continued distribution is discussed online.

bit.ly/47Rvskq





ZEBRA STRIPING

Drinks decline.

Ni känner alla till att det finns en växande trend i de yngre generationerna att prioritera hälsa, välbefinnande och att göra annat än festande sent på kvällen. När de växer upp leder detta till stora minskningar av alkoholkonsumtionen.

You are all aware of there's a growing trend among younger generations to prioritize health, wellness, and genuine connection over late-night partying. As they grow up this equals big drops in alcohol consumption.

◀ Samma som "vart annat vatten", fast att det inte längre är vatten utan något alkoholsvagt. Det kan vara Gin eller Tequila som är 10% eller vin under 5%.
Same as "every other water", except that it is no longer water but something with a low alcohol content. It could be Gin or Tequila that is 10% or wine under 5%.
bit.ly/4pwFCGM

► CIDER GOES WIDER.

Några goda nyheter? Även om mycket av den senaste tidens cider har präglats av massproduktion då finns det också en spännande återkomst av terroir-fokuserad produktion.

Any good news? Although much of recent cider-making history has been mass-market production, there's also an exciting re-emergence of terroir-focused production.

bit.ly/46H3Pg



◀ WARNING.

Irland har som första land lagstiftat att varningstexter ska stå på flaskornas etiketter, precis som cigaretter. Andra länder är hack i häl.

Ireland is the first country to legislate for warning labels on bottles, just like cigarettes. Other countries are following suit.

bit.ly/4prSgB

► WINE DECLINE.

De globala volymerna på rödvin är nu nere på 1961 års nivå. I Frankrike har rödvinsdrickandet sedan 1970 minskat med 90%!

Global volumes of red wine are now down to 1961 levels. In France red wine consumption since 1970 has declined by 90%!

bit.ly/4pt6Q0U

► BEER OH DEAR.

För första gången sedan 1993 dricker tyskarna mindre än fyra miljarder liter öl.

For the first time since 1993, Germans drink less than four billion liters of beer.

bit.ly/4pwWexZ

-1,4%
VOL 2024



-3,3%
VOL 2023-2024

"In the days of soda fountains, ice cream and milk were regularly added to soda."

KARA NIELSEN, TREND EXPERT

Dirty sodas.

En stor dryckestrend kommer oväntat från bibelbältet i USA, där man inte får dricka vare sig kaffe eller alkohol. De har skapat något eget att dricka som tangerar snackingtrenden med den matighet som grädden tillför. Smakar lite som en float.

A big trend comes unexpectedly from the Bible Belt in the US, where you are not allowed neither coffee or alcohol. They have created a drink of their own close to the snacking trend with the richness of the cream. Tastes a bit like a float.



◀ DIRTY SODA RECIPE.

Här följer ett grundrecept, men en av styrkorna med trenden är att man kan skapa sin egen favorit genom att variera ingredienserna. Så gör din egen grej!

Here is a basic recipe, but one of the strengths of the trend is that you can create your own favorite by varying the ingredients. So do your own thing!

DIRTY SODA

BIG CUP WITH ICE
SOFT DRINK, E. G. COKE ZERO
SHOT OF FLAVOUR SYRUP, E. G. COCONUT
SOMETHING CREAMY
TWIST OF LIME

► DIRTY.

Att göra något "Dirty" är inte nytt, det handlar om att göra maten läckrare genom att tillföra en udda ingrediens. Vår trendspaning 2015 hade "dirty" som tema.

Making something "Dirty" is not something new, it's about making food more indulgent by adding an off ingredient. "Dirty" was the theme of our trendspotting 2015.

bit.ly/4nmw9JC



▲ DIRTY CHAIN.

En kedja med ett 60-tal enheter från Utah har haft Dirty Sodas på menyn sen 2010. Konkurrenter säljer varianter med namn som Dream Soda eller Stuffed Sips.

A chain with some 60 units from Utah has had Dirty Sodas on the menu since 2010. Competitors sell variants named like Dream Soda or Stuffed Sips.

swigdrinks.com

► THE BLESSED SPREAD.

En förklaring till den snabba spridningen är framgången för en TV-serien "The Secret Life of Mormon Wives" som har med Dirty Sodas i handlingen.

One explanation for the rapid spread is the success of the TV series "The Secret Life of Mormon Wives" which features Dirty Sodas in the plot.

bit.ly/46uj3Kg



► ALL ABOARD.

McDonalds USA hoppade på tåget i somras och lanserade Dirty Soda. Vi har inte fått svar från dess svenska kontor om detta ligger planerna för här.

McDonald's USA joined the movement and launched Dirty Soda this summer. We haven't heard back from its Swedish office about plans for here.

bit.ly/3r1lw



4,1%

◀ Andelen amerikaner som deltog eller ordnade ett "social event" 2024, en minskning med 35% sedan 2023. Detta skapade rubriker som "Ungdomar borde festa mer." The percentage of Americans who attended or organized a social event in 2024, a decrease of 35% since 2023. It made headlines "Young people should party more."

bit.ly/48n57nB

► Att umgås med vänner med fokus på hälsa och well-being än alkohol och droger.

Socializing with a focus on health and well-being rather than alcohol and drugs.

bit.ly/4prkZvH

SOFT CLUBBING



◀ REMOTE WORK FRIDAY.

Många jobbar hemifrån på fredagar, vilket minskar inflödet till restauranger och barer när kvällen kommer.

Many people work from home on Fridays, which reduces the influx of people to restaurants and bars when the evening comes.

Evolving nightlife.

Nattscenen i städerna är i förändring och nya dryckesvanor är en orsak. Man talar om den globala nattklubbsdöden, samtidigt som konserter, events och pop-ups ökar och restauranger tar för sig av de sena timmarna.

The urban nightlife scene is evolving, one reason is new drinking habits. There is talk of a global demise of nightclubs, at the same time concerts, events and pop-ups are on the rise and restaurants are catering to the late hours.



TRÄDGÅRDEN

WALL



▲ SHUT DOWN.

I Stockholm stängs nattklubbarna Wall, EAST och F12 och Trädgårdens framtida öde engagerar många.

In Stockholm the nightclubs Wall, EAST and F12 closes, and the future fate of Trädgården is engaging many.

bit.ly/4nuuMQI

DANCE VENUES, SWEDEN



▲ I CAN'T DANCE.

De senaste åren har antal dansställen minskat kraftigt i Sverige, trots att det sedan 2023 inte längre behövs ett tillstånd för dans.

Recently the number of dance venues has decreased in Sweden, even though a dance permit is no longer required since 2023.

bit.ly/3VYESMU

► DEATH OF NIGHTCLUBS.

Nattlivet har varit en del av Londons dragkraft. På fyra år har en tredjedel av nattklubbarna stängt på grund av ljudstörning, ökade hyror, bristande publik med mera.

Nightlife has been part of London's appeal. In four years, a third of the nightclubs have closed due to noise pollution, rising rents, lack of crowds and more.

bit.ly/3K0HmrD

CLUBSTERAUNTS.

En förskjutning från nattklubbar till restauranger och barer där musiken skruvas upp under kvällen och en DJ spelar tills det stänger.

A shift from nightclubs to restaurants and bars where the music is turned up during the evening and a DJ plays until closing time.

► LATE BIRD PRICING.

En förskjutning från nattklubbar till restauranger och Tidigare var kl 20:30 den heta tiden på restauranger, nu ligger peaken kl 18:30. Krögarna tacklar detta med "natt-uggle" priser för de som äter sent.

Previous the hot time at restaurants was 8:30 pm, now many peaks at 6:30 p.m. Restaurants tackles this with "night owl" prices for late dining guests.

bit.ly/3Kb3FLm

EVERYONE A BARMAN.

Under hösten utreder Regeringen matkravet för alkoholservering ska avvecklas. Vad kan det betyda för etablerade krogar att få konkurrens från en ny våg av serveringar?

This fall, the Government investigates the food service requirement for alcohol permits. What would it mean for established restaurants to face a new wave of competition?

bit.ly/47RZMoo

NIGHTCLUBS, UK

2020: 1 244

2024: 787



▼ SOCIAL WELLNESS CLUBS.

En ny form av anläggningar som erbjuder träning, sociala ytor, café- och restaurang, coworking samt återhämtning och mental hälsa, allt under ett tak.

A new kind of facilities that offer training, social spaces, café and restaurant, as well as recovery and mental health, all under one roof.

remedyplace.com

REMEDY PL

Social wellness.

Ökat fokus på hälsa betyder att traditionella mötesplatser som restauranger och barer utmanas av gymmen och andra träningsformer. Många tränar lika mycket för gemenskap som för själva träningen i sig, något som gymmen anpassar sig till.

Increased focus on health means that traditional meeting places like restaurants and bars are challenged by gyms and other forms of exercise. Many exercise as much for the community as for the workout per se, which gyms are adapting to.

► MARATON MADNESS.

2025 hade Stockholm Marathon det högsta antalet anmälda någonsin. Likadant var det på Copenhagen Marathon och 2026 blev fullbokat på 8 min.

In 2025, the Stockholm Marathon had the highest number of registered participants ever. The same was true for the Copenhagen Marathon, and the 2026 edition sold out in 8 minutes.

bit.ly/3KeFNGp

copenhagenmarathon.dk/en/tal-og-fakta

◀ MEETING PLACE.

När coffeeshop-vågen kom så ville de vara platsen efter hemmet och arbetet där man träffade vänner och hade egentid. För många har nu gymmen tagit den platsen.

When the coffeeshops came, they wanted to be the place after home and work where people met friends and had me-time. For many, gyms have now taken that place.

bit.ly/4nCLXyu

THIRD SPACE

◀ SPEAKEASY GYM.

Gymmen efterliknar restaurangvärlden, till exempel Elahni i New York som profilerar sig som ett "speak easy gym", det vill säga att det är hemligt gym.

Gyms mimic the restaurant world, for example Elahni in New York, which profiles itself as a "speak easy gym", meaning it is a secret gym.

elahni.com

ELAHNI

► FUTURE GYM.

Katarina Andersson, ordförande branschförening Active Sweden: "Vi tror detta kommer att växa i Sverige framåt, eftersom behovet av sociala sammanhang och gemenskap kopplat till hälsa blir allt starkare."

Katarina Andersson, Chair of the industry association Active Sweden: "We believe this will continue to grow in Sweden, as the need for social contexts and community connected to health is becoming increasingly stronger."

remedyplace.com



◀ LANNAN BAKERY.

Få bagerier har lockat fler turister än Lannan i Edinburgh. Butiken har en kultliknande följarskara, som till exempel förföljer den här körsbärskakan med pistagekräm.

Few bakeries have drawn more tourists than Lannan in Edinburgh. The shop has a cult-like following, stalking for example this cherry tart with pistachio custard.

lannanbakery.com

BBANGJISULLAE

▲ Bageriturismen har troligen sitt ursprung i Korea, där ordet bbangjisullae är en hopdragnin av Bbang som betyder bröd och bbangjisullae som betyder pilgrimsfärd.

The bakery tourism probably has its origin in Korea, where the word bbangjisullae is a portmanteu of Bbang meaning bread and Seongjisullae meaning pilgrimage.

bit.ly/4pq4YG9



◀ BAKERY BARS.

På morgonen bageri, på dagen café, på kvällen bar och DJ. Många inlägg på nätet visar fantastiska partys på bagerier, men de är ofta AI genererat material.

Bakery in the morning, daytime café, bar and DJ in the evening. Many postings online show fantastic parties at bakeries, but they are often AI generated material.

thecoffeeparty-stockholm.confetti.events

Flour power.

Precis som butikerna kliver fram när restaurangerna upplevs för dyra så tar bagerierna ett kliv fram när utelivet vissnar. Gastro-turism har ni hört talas om, men nu finns även Bakery-turism där folk reser långt för en perfekt croissant.

Just as grocery stores step up when restaurants are seen as too expensive, bakeries rise to the occasion when nightlife fades. You've heard of gastro-turism, now there's also bakery-turism where people travel far for a perfect croissant.



▲ COFFEE PARTY.

När man tröttnat på att festa på restauranger och barer så kan man förflytta dansen till bagerier. Betydligt tidigare på dagen, och bra drag utan alkohol!

When you've grown tired of partying in restaurants and bars you can change you dance location to bakeries. Much earlier in the day, good vibes sans alcohol!

bit.ly/3IsMFj0

► TATE THE CORNER.

En coffeeshop som faktiskt förvandlas danssgolv en gång i månaden finns på museet Tate Modern. Det är gratis, bra lokal i turbinhallen och spännande DJ:S.

A coffeeshop that for real transforms into a dance floor once a month is located at the Tate Modern museum. It's free, a great location in the turbine halls and exciting DJs.

bit.ly/421qPtx



LE VIOLON DINGUE

▲▼ DAY AND NIGHT.

Kl 7 öppnar stenungs-bageriet Le Violon Dingue, klockan 16 öppnar vägg i vägg Bar Ingrid med bra vinlista och en mindre meny.

At 7 am, the bakery Le Violon Dingue opens, and at 4 pm, Bar Ingrid opens with a good wine list and a smaller menu.

leviolondingue.se

Bar Ingrid

OUR LATEST
COMMUNICATION
PROJECTS



▲ KEXCHOKLAD, Print



▲ FRÖDINGE, Konzept



▲ POLLY, TVC



▲ DANSUKKER, Influencerevent



▲ GOOH!, Utomhus



▲ ARVID NORDQUIST, SoMe



▲ KORVBRÖDSBAGARN,
Lanseringskampanj



▲ FRÖDINGE, OLTV



▲ RYDBERGS, Utomhus



▲ ARLA, Utomhus



URBAN SAFARI

SPOT NEW TRENDS BEFORE THEY GET HERE.

Behöver du inspiration, vill du ha koll på vad som är på väg att hända? Boka en Urban Safari till London, New York eller Amsterdam – två dagars spaning unikt skräddarsydd efter era behov. Eller spana i Stockholm en heldag eller eftermiddag. Restauranger, caféer, butiker, matmarknader och hotell. Fyll på era hjärnor för att sedan tänka nytt. Vi har gjort Urban Safaris i över 15 år och guidar er till det bästa.

För mer information, kontakta oss på urbansafari@foodfriends.se

Need inspiration? Want to know what's next to come? Book an Urban Safari to London, New York or Amsterdam – two days uniquely tailored to your needs. Or spend a day or an afternoon in Stockholm to see what's happening. Restaurants, cafes, shops, food markets and hotels. Fill up your minds and then start thinking new. We have done Urban Safaris for over 15 years and will guide you to the best.

For more information, contact us at urbansafari@foodfriends.se

FOOD & FRIENDS

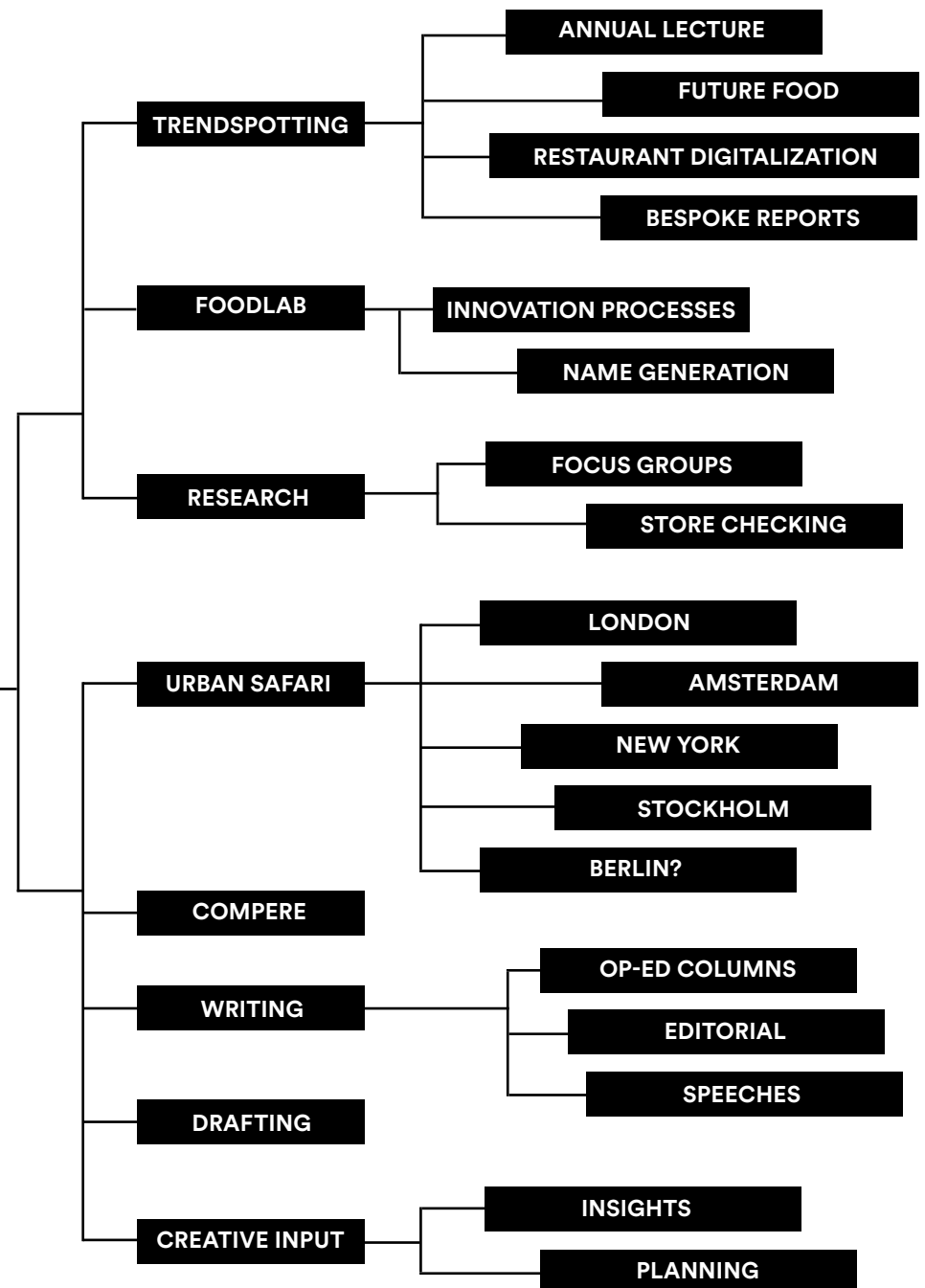
SPECIAL OPS

Food & Friends är kommunikationsbyrån för mat, dryck och måltider. Inom Special Ops erbjuder vi tjänster så som insiktsarbete, fokusgrupper, skräddarsydda trendsplaningar, innovation, inspirationsresor och kreativ input.

För info: specialops@foodfriends.se

Food & Friends is the communications agency for food and beverage. Within Special Ops we offer services such as insight work, focus groups, tailored trend scouting, innovation, inspiration trips and creative input.

För info: specialops@foodfriends.se



BEHÖVER DU INSPIRATION DIN KONFERENS?

Vi har flera olika presentationer som löpande uppdateras, och kan även skräddarsy föredrag efter dina behov.

Hör av dig till:
trendspaning@foodfriends.se

DO YOU NEED INSPIRATION AT YOUR CONFERENCE?

We have several different presentations that are continuously updated, and can also make bespoke lectures for your needs.

Get in touch:
trendspaning@foodfriends.se



A look ahead to how we eat in 2035



The digitalization of restaurants – finally!



The snacking topic with data for Sweden.



Food & Friends is the communication agency
for food and beverage – nothing else.
We believe in knowledge. Since the start in 1989
we have built a unique bank of insights about our
line of business and know what drives success
for our clients within Retail and Away From Home.
We offer our services in concept, strategy,
advertising, communication, PR and design.
We Create Cravings.

For more info foodfriends.se