Snack e spuntini sono la vera passione degli italiani

everli-snack-c7a659e1

Gli italiani si preparano a settembre riprendendo le loro abitudini spesso abbandonate durante l’estate, soprattutto a tavola, e concedendosi piccoli spuntini durante la giornata, per loro davvero irrinunciabili. Lo conferma anche Everli, il marketplace della spesa online: circa 9 abitanti dello Stivale su 10, infatti, non riescono a fare a meno di un piccolo fuori pasto, consumandone fino a tre al giorno. Inoltre, analizzando gli ordini effettuati sul sito e via app nell’ultimo anno, da Nord a Sud della Penisola, si registra un incremento del 10% su base annua per la spesa di prodotti appartenenti a questa categoria.

Gli intervistati tricolore, concentrano i loro spuntini quotidiani principalmente a metà pomeriggio (58%) e a metà mattina(38%), complice soprattutto la necessità di colmare fame e languori tra un pasto e l’altro, tasto dolente per più della metà di loro(62%) e non arrivare troppo affamati ai pasti (19%). Solo il 10% lo fa sotto consiglio del proprio medico o nutrizionista, mentre l’8% per ricaricarsi prima e dopo l’attività fisica.Le pause fuori pasto sono un momento irrinunciabile soprattutto per il gentil sesso, ben il 75% delle donne italiane, infatti, dichiara di non poter rinunciare ad uno snack, sia dolce che salato.

Lo spuntino perfetto? Salato, sano e poco calorico. Meglio se a buon prezzo e di stagione.
Quando si tratta di scegliere come saziarsi durante la giornata in attesa dei pasti principali, l’Italia si distingue per la scelta di alimenti salutari. Sul podio degli spuntini più gettonati spiccano, infatti, frutta e verdura (1°), seguiti subito dopo da cracker, gallette, taralli (2°) e yogurt (3°), mentre nella seconda metà della classifica si trovano merendine confezionate (6°), patatine e popcorn (7°) e cioccolato (8°). Chiudono agli ultimi posti tramezzini, toast e barrette energetiche (9°) insieme ai biscotti e alle torte fatti in casa (10°).Grande escluso della top 10 un grande classico:pane e marmellata è infatti al 12° posto, dopo budini e dolci al cucchiaio (11°) e prima di smoothie e centrifughe (13°). Infine, nella sfida all’ultimo spuntino quasi 1 italiano su 2 preferisce il salato al dolce (34%), mentre solo il 20% dichiara di optare per uno snack alla frutta.

Gli snack e gli spuntini preferiti dagli italiani

1. Frutta e verdura
2. Cracker, gallette e taralli
3. Yogurt
4. Frutta secca
5. Biscotti/ torte confezionati e gelato
6. Merendine confezionate
7. Patatine e pop corn
8. Cioccolato
9. Toast/tramezzini e barrette e snack energetici
10. Biscotti/torte fatti in casa

Gli abitanti dello Stivale consumano spuntini e snack prevalentemente a casa e a scuola (55%) o, in alternativa, sul luogo di lavoro (35%); solo il 7% sazia l'appetito "on the go" e in palestra, mentre il restante 3% al bar o in caffetteria.Per la loro pausa fuori pasto, gli italiani prediligono cibi poco calorici ma golosi e sostanziosi, che siano veloci e pratici da consumare fuori casa, pronti all'uso e facili da digerire.Nella loro scelta, invece, l'attenzione al prezzo e alle offerte, insieme alla stagionalità e all'apporto energetico di un prodotto costituiscono il podio dei criteri adottati nella Penisola per l'acquisto di snack e spuntini. Mentre poco rilevanti sono la popolarità del brand o la pubblicità, anche se a promuoverlo sono VIP o influencer.

L'Emilia Romagna è la regione più snack-addicted d'Italia

Con ben 3 province nella classifica delle 10 città italiane con il maggior numero di acquisti online di spuntini, l'Emilia Romagna si aggiudica il titolo di snack-addicted d'Italia. Ravenna al primo posto, seguita da Forlì-Cesena e Rimini (rispettivamente in 2° e 4° posizione), infatti, hanno registrato i volumi più consistenti di spesa online in snack e prodotti per la merenda, in proporzione alla loro spesa totale. Secondo posto per la Lombardia, con 2 città in classifica: Mantova (7°) e Brescia (8°); mentre Marche, Veneto, Liguria, Friuli-Venezia Giulia e Toscana seguono a pari merito con una sola provincia nella top 10: Pesaro-Urbino (3°), Treviso (5°), Savona (6°), Trieste (9°) e Livorno (10°).

Fatta eccezione per le province emiliane, dove la frutta sciroppata domina la classifica come must have della pausa snack, da Nord e Sud della Penisola sono i biscotti, sia farciti che frollini, ad avere la meglio, battendo patatine, merendine confezionate e cioccolato.

Passione snack e spuntini: la top 10 delle province italiane

1. Ravenna

2. Forlì-Cesena
3. Pesaro e Urbino
4. Rimini
5. Treviso
6. Savona
7. Mantova
8. Brescia
9. Trieste
10. Livorno