

Zit je zaterdagavond ook klaar met een Italiaans worstje of toastje bij Wie is de Mol? Je bent zeker niet de enige...

Wat doen we tegenwoordig om dat lekkere weekendgevoel te creëren? En met name, hoe en wat staat er op tafel aan food en drinks? Hoe verschilt dat met de periode vóór de lockdown? Deze vragen en anderen die gaan over het ultieme weekendgevoel hebben Branddoctors en Respondenten.nl in een online enquête aan 300 Nederlanders gesteld. Lees hier de insights.

Het weekend is weer bijzonder: eerst liepen alle dagen in elkaar over, nu is het weekend weer een welkome onderbreking.

Waar de dagen tijdens de eerste lockdown in elkaar over leken te lopen, zijn we teruggeveerd naar het normale ritme waarin het begin van het weekend een scheidslijn vormt tussen werk en vrije tijd. Tijdens het weekend ontspannen we, nemen we een wijntje met hapjes of iets lekkers bij de koffie, ontbijten we uitgebreid, doen we alles op het gemak, en gaan we meer naar buiten. Maar in hoeverre verschilt dit nu met de tijd voor de lockdown?

Voor de helft van de geïnterviewden is het weekend net zoals vroeger, de andere helft probeert er nog meer een feestje van te maken.

De helft van de respondenten geeft aan eigenlijk weinig tot geen verschil te merken met de tijd voor de lockdown. "Voor de lockdown haalden we ook lekkere hapjes in huis in het weekend." De andere helft merkt wel degelijk verschil.

“ Nu voelt eten en drinken als ‘iets speciaals’ omdat je nu bewuster bent van wat je thuis doet. ”



Omdat de weekenden zich bijna alleen maar thuis afspelen, geven mensen aan uitgebreider en met meer aandacht te koken, meer geld uit te geven aan luxere en lekkere hapjes en meer te bestellen en af te halen. “Nu voelt het als ‘iets speciaals’ omdat je nu bewuster bent van wat je thuis doet. Normaal ga je de deur uit, zoek je gezelligheid buiten de deur, ga je ergens een lekker drankje doen of hapje eten. Nu creëer je deze momenten thuis.” En, men kookt nu vaker en uitgebreider, “omdat ik meer tijd heb op een dag door het vele thuis zijn.”

Alles net een beetje meer en extra lekker...

Men maakt het thuis dus extra gezellig en speciaal om het weekend gevoel te creëren. Maar hóé doen ze dat nu precies? En wat eten en drinken ze dan om het speciaal te maken? Om te beginnen is ‘vrijdagavond borrelavond, met lekkere wijn, luxe hapjes’, zoals Italiaanse worst, Franse kaasjes en toastjes. Met borrelsnacks of een bakje chips, iets dat men door de week niet eet en dus het weekend extra speciaal maakt. Vrijdagavond is ook een populaire avond om te bestellen. “We laten iets makkelijk bezorgen of halen bij een take away.” Sommigen hebben een ‘toastjesavond’, en maken geen avondeten meer. Daar hoort meestal ook een lekker wijntje bij. “Wij drinken een extra goede fles wijn. In deze tijd eten we alles net een beetje meer en extra lekker.”

“ Op zaterdag is het markt en daar ga ik lekker vis halen, groente en fruit en daar ga ik dan nieuwe recepten mee uitproberen. ”

Zaterdag is een dag waarop de een uitgebreid in de keuken in staat, terwijl de ander dat juist liever op zondag doet en op zaterdag iets makkelijk maakt. Uitgebreider koken maakt bij 63% van de respondenten deel uit van hun weekend-activiteiten. “Op zaterdag is het markt en daar ga ik lekker vis halen, groente en fruit en daar ga ik dan nieuwe recepten mee uitproberen.” De ander gaat voor makkelijk en kiest all time favorites: zoals pannenkoeken, soep of pizza of friet.

Niet alleen het avondeten is belangrijk. Ook het ontbijt en de lunch spelen een belangrijke rol. Het weekend betekent ‘uitgebreid ontbijten, met een gekookt eitje en verse jus, broodjes uit de oven.’ Als lunch eten mensen vaak verse rijkelijk belegde, verse broodjes, soepen of salades. Naar de bakker en de slager gaan wordt vaak genoemd, waar sommigen ook warme broodjes kopen.

De eetmomenten tijdens het weekend worden benut om er een feestje van te maken, zo geven een aantal respondenten letterlijk aan. Voor 51% van de respondenten is het weekend het feestmoment van de week, en 56% van de respondenten zegt extra uit te pakken met lekkere hapjes om het weekend gevoel te krijgen. Voor de jongere groep (t/m 34) is het weekend meer een feestmoment (64% is het -zeer- mee eens), in de leeftijdsgroep van 35-49 is dat 52% en bij 50-plus: 37%. Het weekendgevoel zit voor sommigen juist in kleinere dingen. “Gewoon een kop

“ Wij proberen iedere maaltijd tot een mini feestje te maken. ”



koffie of chocola met wat lekkers erbij. Niet zo spectaculair.”
Of “iets lekkers bij de koffie, het liefst versgebakken”. Dat maakt het weekend anders dan doordeweeks.

Bij gebrek aan uitgaansmogelijkheden probeert men thuis de sfeer te creëren van een terras of restaurant. Ook in romantische zin: tijd voor elkaar.

We nemen de zaterdagavond onder de loep, hoe ziet die er tegenwoordig uit? Allereerst wordt de sfeer die mensen graag creëren zeer eenduidig omschreven: gezellig, knus, ontspannen, relaxt, kaarsje aan, rust. “Kaarsje aan, gordijnen dicht, dekentje over me heen, hondje naast mij, wat chips of anders te snoepen. Niet teveel want ik ben al veel te zwaar”, aldus een van de respondenten. Een ander beschrijft: “Een relaxte sfeer, zo’n sfeer die je normaal in een restaurant of op terras krijgt.”

Hierbij gaat het om het creëren van een sfeer waardoor je voelt dat het weekend is. “Zeker nu je meer thuis ben, doen we echt ons best dat weekendgevoel te creëren. Minder op de klok letten, telefoons en laptops weg en tijd voor elkaar.” Ook een aantal benoemen een romantische sfeer. “Ongedwongen genieten. Lekker gezellig samen op de bank. Tijd voor onszelf, terwijl de kinderen slapen.”

“ We proberen thuis de sfeer van een restaurant te creëren. ”

Het weekend is voor velen actiever geworden: meer koken, wandelen en spelletjes.

We zien dat mensen tijdens het weekend veel verschillende activiteiten ondernemen. 64% van de mensen geeft aan te koken (en koken staat bij 39% van de respondenten zelfs in de top drie), spelletjes te spelen (61%), te lezen (55%) en te wandelen (52%). Vrienden en familie zien behoort ook nog tot de activiteiten (51%). Bakken en gamen worden even vaak genoemd: 42%. Met name het koken, gezelschapsspelletjes spelen, wandelen en bakken zijn we meer gaan doen ten opzichte van vóór de lockdown en avondklok.

De meest populaire activiteit is vanaf de bank met elkaar TV kijken, onder het genot van hapjes.

Nu we ’s avonds nog maar beperkt de deur uitkunnen, is op de bank TV kijken nog altijd de nummer één activiteit op de zaterdagavond. 86% van de respondenten kijkt TV, een film of een serie (en TV kijken staat ook bij 76% van de respondenten in de top drie). Op de tweede plaats staat Netflix (71%, bij 54% van de respondenten in de top drie). De meeste mensen kijken een film (20%). Het meest populaire televisieprogramma is Wie is de Mol (14,3%). Gevolgd door Heel Holland Bakt (10%), sport (Studio Sport en voetbal) (9%), en actualiteitenprogramma’s (7%). De series die mensen kijken op Netflix lopen erg uiteen, maar het vaakst genoemd worden Grey’s Anatomy, The Crown en Suits, Walking Dead en Riverdale.



Om mijn weerstand goed te houden, probeer ik gezonder te eten.	59%	31%	10%
Op zaterdagavond pak ik extra uit in de keuken of met lekkere dingen/hapjes, om het weekend gevoel te krijgen.	56%	20%	24%
Vanwege de lockdown zie ik het liefst zo min mogelijk anderen en ben ik zoveel mogelijk alleen/met mijn gezin/huisgenoten.	54%	24%	22%
Het weekend is het feestmoment in de week, daar kijk ik echt naar uit.	51%	32%	17%
Het weekend staat in het teken van naar buiten gaan.	45%	35%	20%
Omdat de coronakilo's er gemakkelijk aan vliegen, probeer ik gezonder te eten.	39%	34%	27%
In het weekend heb ik nu tijd om in de keuken te staan, waardoor ik veel nieuwe recepten probeer!	38%	24%	38%
Omdat de lockdown al erg genoeg is, verwen ik mezelf juist meer met snoepen of snacken.	30%	31%	39%
Ik let meer op mijn uitgaven tijdens het boodschappen doen, vanwege de onzekerheid door corona.	17%	27%	56%

Eens Neutraal Oneens

Gezond versus verwennen: in het weekend laat men de teugels vieren

Tijdens het kijken van TV, films en series, worden lekkere hapjes en drankjes genuttigd: chips, nootjes, toastjes met kaas, gebak of chocola. 30% van de respondenten geeft aan zichzelf meer te verwennen met snoepen en snacken omdat de lockdown al erg genoeg is, maar dat geldt minder voor de 50-plussers. Een groot deel van de mensen geeft ook aan gezonder te eten, om de weerstand goed te houden (59%!) en om coronakilo's te beperken (39%). Toch lijkt het alsof de zorgen om de coronakilo's tijdens het weekend overboord worden gezet. Want, mensen die in het weekend nu vaker in de keuken staan of met lekkere hapjes in de weer zijn, zijn opvallend genoeg vaak ook de mensen die gezonder zijn gaan eten. Maar dus even niet tijdens het weekend. Omdat je jezelf dan even mag verwennen na de werk- of schoolweek.

Over Food Inside

Food Inside is een initiatief van Branddoctors en Respondenten.nl: we publiceren een keer per maand consumer insights over food en drinks. De kwantitatieve data van dit onderzoek zijn gebaseerd op een aselecte steekproef onder n=300 Nederlanders. Veldwerk vond plaats van 15-18 februari 2021.

Heb je een suggestie voor een thema voor volgend onderzoek

naar food en drinks? Dan horen we het graag! Of wil je meer weten over Food Inside of dit onderzoek? Neem dan contact op met of@respondenten.nl of camillus@respondenten.nl of minouche@respondenten.nl