

Mahlzeitenverhalten in Südkorea: Ergebnisse einer Erhebung in Jeonju

Jeong-Ok Rho, Institute of Human Ecology, Chonbuk National University, Jeonju, Korea

Mahlzeiten vereinen laut Brombach unterschiedliche Dimensionen: materielle, räumliche, personale, zeitliche und sinngebende. Dabei beeinflussen die Familie, Familienformen und gesellschaftliche Rahmenbedingungen das Mahlzeitenverhalten [1].

In diesem Beitrag wird das Mahlzeitenverhalten der Koreaner dargestellt. Dieses verändert sich derzeit, da sich einerseits in Korea in den letzten zwanzig Jahren aufgrund der wirtschaftlichen Entwicklung die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verändert haben, andererseits der traditionell vorherrschende Konfuzianismus immer noch einen hohen Stellenwert hat. Obwohl die Studie nur in einer Stadt durchgeführt wurde, dürften die ausgewählten Daten das derzeitige Mahlzeitenverhalten der Koreaner im städtischen Umfeld widerspiegeln.

Einleitung

Nach HÄUSSLER wird unter Ernährungsweise das in einer Kultur übliche Ernährungsmuster verstanden, welches durch eine traditionell gewachsene und kulturell geprägte Lebensmittelauswahl charakterisiert ist [2]. Beispielsweise variiert die Zubereitung von Reisprodukten in Korea aufgrund der Erntezeit und der Reissorten sowie den kulturellen Gegebenheiten [3]. Außerdem beruht die Verwendung einzelner Lebensmittel auf der traditionellen koreanischen Medizin, die

wiederum von der alten chinesischen Medizin beeinflusst wird [4]. Danach enthält jedes Lebensmittel ein oder mehrere Wirkstoffe (Heilsubstanzen), die die Gesundheit fördern und Krankheiten heilen können. Koreaner nehmen also verschiedene Lebensmittel zu sich, die einerseits zur Ernährung, andererseits auch zur Aufrechterhaltung der Körperfunktionen bzw. Verbesserung des Gesundheitszustandes dienen [3]. Dazu zählen, ähnlich wie in der chinesischen und japanischen Küche, eine Vielzahl von Gemüsen, Fischen, Meeresfrüchten sowie fermen-

tierten Lebensmitteln. Letztere spielen in der koreanischen Küche eine besondere Rolle [5]. Zu nennen sind hier insbesondere Kimchi (milchsauer vergorene Lebensmittel) als Beilage, Kanjang (Sojasoße), Twoenjang (Sojabohnenpaste) sowie Chungkukjang (schnell hergestellte Sojabohnenpaste) als Zutaten. Es gibt ca. 160 unterschiedliche Kimchis, z.B. aus Chinakohl, weißem Rettich, Knoblauch, Gurken. Als wesentlicher Bestandteil jeder Mahlzeit, einschließlich des Frühstücks, werden sie zu Suppen, geschmorten und gebratenen Gerichten sowie zu Pfannkuchen gereicht. Heutzutage müssen Kimchis nicht mehr selbst zubereitet werden, da sie im Lebensmittelhandel erhältlich sind [6–8].

Obwohl die Koreaner auf ihre vielfältige Küche stolz sein sollten, ändert sich derzeit das Ernährungsverhalten aufgrund gesellschaftlicher Umbrüche, vor allem durch die Industrialisierung. So kommt dem Außer-Haus-Verzehr (AHV) eine immer größere Bedeutung zu. Gemeinsame Mahlzeiten in der Familie werden immer seltener. Laut National Health and Nutrition Survey Report 2002 sind 32,3% der 30- bis 49-Jährigen bei mehr als einer Mahlzeit pro Tag auf den AHV angewiesen [9]. Auch der Lebensmittelkonsum in den privaten Haushalten ändert sich: Der Fleischverbrauch steigt, dagegen sinkt der Reisverbrauch. Dieser lag im Jahr 2000 bei 93,6 kg pro Kopf, 1995 waren es noch 106,5 kg ge-



Kimchi, milchsauer vergorenes Gemüse, wird als Beilage gereicht

wesen [10]. Der Verzehr von (Soja-) Bohnen und daraus hergestellten Produkten, wie Tofu, Sojamilch und Chungkukjang, erhöht sich tendenziell ebenfalls [9]. Zwar hat deren Verzehr in Korea eine lange Tradition, aber dieser Anstieg ist auf das stark zugenommene Interesse an funktionellen Lebensmitteln (functional food) und deren Auswirkungen auf die Gesundheit (z. B. durch enthaltene Isoflavone wie Genistin) zurückzuführen [11]. Koreanische Ernährungswissenschaftler gehen davon aus, dass das gestiegene Ernährungsbewusstsein der Koreaner ihr Essverhalten zunehmend beeinflusst [12–14].

Ziel der vorliegenden Untersuchung war es, das Mahlzeitenverhalten von Erwachsenen in Jeonju (Südkorea) darzustellen. Obwohl die Studie nur in dieser Stadt durchgeführt wurde, dürfen die ausgewählten Daten das derzeitige Mahlzeitenverhalten der städtischen Koreaner widerspiegeln. Weiterhin sollen die Ergebnisse aufzeigen, welche Unterschiede zwischen Korea und Deutschland bestehen.

Teilnehmer und Erhebungsmethodik

Im Rahmen der vorliegenden Studie wurden 540 Erwachsene mit Hauptwohnsitz in Jeonju im Januar und Februar 2004 befragt. Das im Süden Koreas gelegene Jeonju ist eine mittelgroße Stadt mit ca. 1 Million Einwohner. Alle Informationen wurden mit Hilfe standardisierter Fragebögen erfasst. Die Erhebungen führten geschulte Studierende des Studiengangs Ernährungswissenschaften der Chonbuk National University in Jeonju durch. Der eingesetzte Fragebogen enthielt geschlossene Fragen. Abgefragt wurden u. a. soziodemographischen Daten, Mahlzeitenverhalten, Verhalten in Bezug auf den AHV sowie die Bedeutung von (Soja-)Bohnen und daraus hergestellten Produkten.

Die Auswertung erfolgte anonymisiert und gruppiert nach Altersgruppen mit dem Programm SPSS 10.0 für Windows. Für numerische Variablen wurden als Kennzahlen Mittelwerte und Standardabweichungen berechnet. Die statistische Auswertung erfolgte mittels t-Test. Bei nominal-skalierten Variablen wurde der Chi²-Test nach PEARSON verwendet. In den entsprechenden Tabellen werden statistisch signifikante Unterschiede ausgewiesen.

Tab. 1: Mahlzeitenverhalten

	20–29 J. n (%)	30–39 J. n (%)	40–49 J. n (%)	>50 J. n (%)	alle Bef. n (%)	χ ² -Wert
Anzahl Mahlzeiten pro Tag						
1 Mahlzeit/Tag	4 (1,6)	–	–	2 (2,6)	6 (1,2)	77,933***
2 Mahlzeiten/Tag	122 (47,3)	26 (34,2)	26 (29,5)	9 (11,5)	183 (36,6)	
3 Mahlzeiten/Tag	76 (29,5)	46 (60,5)	48 (54,5)	61 (78,2)	231 (46,2)	
unregelmäßig	56 (21,7)	4 (5,3)	14 (15,9)	6 (7,7)	80 (16,0)	
Geschmack des Essens						
nicht salzig	24 (9,3)	18 (23,7)	6 (6,8)	10 (12,8)	58 (11,6)	23,816**
mäßig	174 (67,4)	48 (63,2)	58 (65,9)	50 (64,1)	330 (66,0)	
salzig	49 (19,0)	8 (10,5)	14 (15,9)	11 (14,1)	82 (16,4)	
scharf	11 (4,3)	2 (2,6)	10 (11,4)	7 (9,0)	30 (6,0)	
Dauer der Mahlzeit						
10 Min.	82 (31,8)	16 (21,2)	28 (31,8)	8 (10,3)	134 (26,8)	35,075***
20 Min.	130 (50,4)	38 (50,0)	42 (47,7)	52 (66,7)	262 (52,4)	
30 Min.	40 (15,5)	10 (13,2)	10 (11,4)	12 (15,4)	72 (14,4)	
40 Min.	6 (2,3)	12 (15,8)	8 (9,1)	6 (7,7)	32 (6,4)	
ausgelassene Mahlzeit						
keine	12 (4,7)	4 (5,3)	27 (30,7)	34 (43,6)	77 (15,4)	128,693***
Frühstück	189 (73,3)	34 (44,7)	33 (37,5)	24 (30,8)	280 (56,0)	
Mittagessen	22 (8,5)	10 (13,2)	10 (11,4)	10 (12,8)	52 (10,4)	
Abendessen	35 (13,6)	28 (36,8)	18 (20,5)	10 (12,8)	91 (18,2)	

** : p < 0,01; *** : p < 0,001

Ergebnisse und Diskussion

Von 540 ausgegebenen Fragebögen wurden 520 zurückgesandt (Rücklaufquote: 96,1 %). Davon waren 500 Fragebögen auswertbar. 54 % der Teilnehmer waren Männer, 46 % Frauen. Knapp die Hälfte gehörte mit 20- bis 29 Jahren der jüngsten Altersgruppe an. Die anderen Altersgruppen verteilen sich wie folgt: 15,2 % 30- bis 39-Jährige, 17,6 % 40- bis 49-Jährige, über 50-Jährige 15,6 %.

2 % der Antwortenden hatten keinen Bildungsabschluss, rund 43 % einen Hochschulabschluss. Weitere 30,4 % studierten. Der Anteil an Arbeitern bzw. Angestellten betrug in dieser

Studie 18,4 % bzw. 13,0 %. 13 % waren als Hausfrau tätig. Rund 5 % waren arbeitslos. 49 % der Teilnehmer wohnten mit Kindern zusammen. Etwa 27 % lebten allein. Die monatlichen Ausgaben für das gesamte Essen variierten erheblich. In 82 % der Fälle lagen die Essensausgaben unter 50 000 Won pro Monat (ca. 1 200 Won entsprechen 1 €).

Mahlzeitenverhalten

Tabelle 1 enthält die Ergebnisse zur Mahlzeitenstruktur. 46,2 % nehmen täglich 3 Mahlzeiten zu sich, 36,6 % nur 2. Etwa 78% der Teilnehmer bevorzugen „nicht salziges“ bzw. „mäßig sal-

Tab. 2: Koreanische Mahlzeiten und Speisen

	20–29 J. n (%)	30–39 J. n (%)	40–49 J. n (%)	>50 J. n (%)	alle Bef. n (%)	χ ² -Wert
Verzehrhäufigkeit						
3 Mahlzeiten/Tag	54 (20,9)	6 (7,9)	8 (9,1)	4 (5,1)	72 (14,4)	97,634***
2 Mahlzeiten/Tag	162 (62,8)	38 (50,0)	40 (45,5)	21 (26,9)	261 (52,2)	
1 Mahlzeit/Tag	34 (13,2)	28 (36,8)	40 (45,5)	45 (57,7)	147 (29,4)	
nie	8 (3,1)	4 (5,3)	–	8 (10,3)	20 (4,0)	
Kimchi						
selbst gemacht	150 (58,1)	29 (38,2)	58 (65,9)	63 (80,8)	300 (60,0)	39,561***
gekauft	70 (27,1)	29 (38,1)	20 (22,7)	9 (11,5)	128 (25,6)	
von Mutter oder Verwandten	38 (14,7)	18 (23,7)	10 (11,4)	6 (7,7)	72 (14,4)	
Sojasoße/Sojabohnenpaste						
selbst gemacht	84 (32,6)	20 (26,3)	38 (43,2)	30 (38,5)	172 (34,4)	35,625***
gekauft	122 (47,3)	40 (52,7)	24 (27,2)	16 (20,5)	202 (40,4)	
von Mutter oder Verwandten	52 (20,2)	16 (21,1)	26 (29,5)	32 (41,0)	126 (25,2)	

** : p < 0,01; *** : p < 0,001

zigen“ Essen. Gut die Hälfte der Befragten benötigt 10 bis 20 Minuten für die Einnahme einer Mahlzeit. Die weitere Auswertung zeigte, dass 56,0 % kein Frühstück, 18,2 % kein Abendessen und 10,4 % kein Mittagessen einnehmen. Das Frühstück hat demnach für Koreaner eine geringere Bedeutung als für Deutsche. Eine deutsche Studie im Jahr 2003 zeigte, dass rund die Hälfte der Deutschen das Frühstück für die wichtigste Mahlzeit des Tages hält [15].

Die meisten Befragten schätzen die heimische Küche. 52,2 % essen täglich 2 typisch koreanische Mahlzeiten

(Tab. 2). Auffällig ist, dass mehr als die Hälfte der Studienteilnehmer (60 %) den Kimchi selbst zu Hause zubereiten und gut ein Drittel Sojasoßen und Sojabohnenpaste. Mehrere Studien haben gezeigt, dass in jüngeren Altersgruppen weniger Lebensmittel im Privathaushalt selbst hergestellt werden [16]. Dies ist auf die Berufstätigkeit der Frauen und das zunehmende Angebot an fermentierten Lebensmitteln im Lebensmittelhandel in Korea zurückzuführen [17]. Mit zunehmendem Alter steigt die Herstellung fermentierter Lebensmittel wieder an. Ähnliche Ten-

denzen lassen sich auch in Deutschland beobachten. Im Hinblick auf das Verbraucherverhalten von Deutschen bezeichnet SPILLER „ältere Personen“ als die „Kochfans“, da Kochen zu ihrem Alltag gehöre. Bei älteren Menschen prägen Traditionen stärker den Alltag als bei jüngeren [18].

Außer-Haus-Verzehr

Im Schnitt verzehren 6 von 10 Befragten maximal zwei bis drei Mahlzeiten monatlich außer Haus. Anders verhält es sich bei den 20- bis 29-Jährigen: 19,4 % nehmen mindestens eine Mahlzeit täglich außer Haus ein. Im Vergleich zum National Survey Report 2002 liegt dies unter dem Altersdurchschnitt. Etwa 43 % der Studienteilnehmer des National Survey verzehrten mehr als eine Mahlzeit pro Tag außer Haus. Mit zunehmendem Alter sinkt die Zahl der außer Haus verzehrten Mahlzeiten. Ähnliche Ergebnisse finden sich in einer vergleichbaren deutschen Studie zur Ernährung älterer Menschen [19].

Als Grund für den AHV wurde von 43,6 % der über 50-Jährigen ein gemeinsames Essen mit Bekannten angegeben; bei 31,4 % der 20- bis 29-Jährigen wurde die Sättigung genannt. Mehr als die Hälfte der Befragten (52,6 %) gab unter 10 000 Won pro Mahlzeit aus, aber 39,5 % der 30- bis 39-Jährigen zwischen 20 001 und 30 000 Won. Dies ist vermutlich auf deren bessere finanzielle Lage, im Vergleich mit den anderen Altersgruppen, zurückzuführen. Mit zunehmendem Alter sinken die Ausgaben für den AHV.

Das Abendessen wird am häufigsten außer Haus verzehrt (45,0 %). Von den 30- bis 39-Jährigen sind zwei Drittel beim Abendessen auf den AHV angewiesen. 45,0 % der Befragten bevorzugten dabei die koreanische Küche. Speisen der westlichen Küche und Fast food haben für die über 50-Jährigen keine Bedeutung, werden aber von den 20- bis 29-Jährigen und 30- bis 39-Jährigen verzehrt. Als Kriterien für die Auswahl wurde vorrangig der Geschmack des Essens genannt, danach folgen der Preis, die Hygiene, der Nährstoffgehalt. Insbesondere wurde der AHV durch Empfehlungen von Familien und Bekannten beeinflusst. Weitere Anreize für den AHV erhielten die 30- bis 39-Jährigen aus Zeitschriften, die 40- bis 49-Jährigen aus der TV- und Radiowerbung. Die Werbung über das Internet spielte in allen Altersgruppen eine untergeordnete Rolle.

Tab. 3: Außer-Haus-Verzehr

	20–29 J. n (%)	30–39 J. n (%)	40–49 J. n (%)	>50 J. n (%)	alle Bef. n (%)	χ^2 -Wert
Verzehrhäufigkeit						
Nie	34 (13,2)	12 (15,8)	8 (9,1)	10 (12,8)	64 (12,8)	49,786***
1 mal/Monat	34 (13,2)	18 (23,7)	24 (27,3)	2 (2,6)	78 (15,6)	
2–3 mal/Monat	80 (31,0)	16 (21,1)	26 (29,5)	34 (43,6)	156 (31,2)	
2–3 mal/Woche	42 (16,3)	12 (15,8)	20 (22,7)	20 (25,6)	94 (18,8)	
3–4 mal/Woche	18 (7,0)	6 (7,9)	6 (6,8)	4 (5,1)	34 (6,8)	
1 mal/Tag	30 (11,6)	8 (10,5)	4 (4,5)	8 (10,3)	50 (10,0)	
2 mal/Tag	16 (6,2)	4 (5,3)	–	–	20 (4,0)	
über 3mal/Tag	4 (1,6)	–	–	–	4 (0,8)	
Gründe						
gemeinsames Essen	52 (20,2)	18 (23,7)	27 (30,7)	34 (43,6)	131 (26,2)	35,107***
Genuss	66 (25,6)	22 (28,9)	18 (20,5)	14 (17,9)	120 (24,0)	
Sättigung	81 (31,4)	20 (26,3)	18 (20,5)	8 (10,3)	127 (25,4)	
Jubiläum	31 (12,0)	6 (7,9)	18 (20,5)	14 (17,9)	69 (13,8)	
keine Lust zu kochen	28 (10,9)	10 (13,2)	7 (8,0)	8 (10,3)	53 (10,6)	
Ausgabe pro Mahlzeit (Won)						
<10 000	154 (59,7)	21 (27,6)	44 (50,0)	44 (56,4)	263 (52,6)	43,517***
10 001–20 000	66 (25,6)	23 (30,3)	18 (20,5)	24 (30,8)	131 (26,2)	
20 001–30 000	32 (12,4)	30 (39,5)	22 (25,0)	8 (10,3)	92 (18,4)	
>30 000	6 (2,3)	2 (2,6)	4 (4,5)	2 (2,6)	14 (2,8)	
Bevorzugte Mahlzeit						
Frühstück	3 (1,2)	2 (2,6)	–	–	5 (1,0)	80,173***
Mittagessen	29 (11,2)	10 (13,2)	10 (11,4)	4 (5,1)	53 (10,6)	
Abendessen	107 (41,5)	50 (65,8)	38 (43,2)	30 (38,5)	225 (45,0)	
Zwischenmahlzeit	12 (4,7)	6 (7,9)	6 (6,8)	2 (2,6)	26 (5,2)	
Mittag- und Abendessen	64 (24,8)	8 (10,5)	31 (35,2)	42 (53,8)	145 (29,0)	
Abendessen und Zwischenmahlzeit	43 (16,6)	–	3 (3,4)	–	46 (9,2)	
Bevorzugtes Essen						
Koreanische Küche	83 (32,2)	32 (42,1)	59 (67,0)	51 (65,4)	225 (45,0)	92,759***
Westliche Küche	52 (20,2)	10 (13,2)	8 (9,1)	–	70 (14,0)	
Japanische Küche	28 (10,9)	4 (5,3)	8 (9,1)	12 (15,4)	52 (10,4)	
Chinesische Küche	16 (6,2)	14 (18,4)	8 (9,1)	10 (12,8)	48 (9,6)	
Fast food	20 (7,8)	2 (2,6)	–	–	22 (4,4)	
Nudel-Gerichte (z. B. Ramyun)	45 (17,4)	12 (15,8)	4 (4,5)	3 (3,8)	64 (12,8)	
Sonstige	14 (5,4)	2 (2,6)	1 (1,1)	2 (2,6)	19 (3,8)	
Entscheidungsfaktoren						
Nährstoffe	12 (4,7)	2 (2,6)	14 (15,9)	10 (12,8)	38 (7,6)	56,033***
Geschmack	147 (57,0)	39 (51,3)	52 (59,1)	48 (61,5)	286 (57,2)	
Menge	30 (11,6)	8 (10,5)	2 (2,3)	4 (5,1)	44 (8,8)	
Preis	61 (23,6)	18 (23,7)	6 (6,8)	8 (10,3)	93 (18,6)	
Hygiene	8 (3,1)	9 (11,8)	14 (15,9)	8 (10,3)	39 (7,8)	
Informationsquellen						
TV und Radio	18 (7,0)	15 (19,7)	19 (21,6)	8 (10,3)	60 (12,0)	29,427***
Zeitschriften	38 (14,7)	17 (22,4)	10 (11,4)	8 (10,3)	73 (14,6)	
Familie und Bekannte	176 (68,2)	38 (50,0)	49 (55,7)	52 (66,7)	315 (63,0)	
Internet	6 (2,3)	–	2 (2,3)	4 (5,1)	12 (2,4)	
Speisekarte d. Restaurants	20 (7,8)	6 (7,9)	8 (9,1)	6 (7,7)	40 (8,0)	

** : p < 0,01; *** : p < 0,001

Zusammenfassung

Mahlzeitenverhalten in Südkorea: Ergebnisse einer Erhebung in Jeonju

J.-O. Rho, Jeonju

Ziel der Studie war die Darstellung des Mahlzeitenverhaltens von Erwachsenen in Jeonju, Südkorea.

Von den 500 Befragten waren 54 % Männer und 46 % Frauen, davon 52 % zwischen 20 und 29 Jahre alt. Nur 46 % der Befragten nahmen täglich drei Mahlzeiten ein. 56,0 % nahmen kein Frühstück, 18,2 % kein Abendessen und 10,4 % kein Mittagessen ein. Rund 78 % bewerteten ihr Essen als nicht salzig. 96 % der Befragten aßen wenigstens eine koreanische Mahlzeit pro Tag. 60 % bereiteten den Kimchi und 34,4 % Sojasoßen und Sojabohnenpaste zu Hause selbst zu. Rund 31% nahmen zwei bis drei Mahlzeiten pro Monat außer Haus ein. Besonders verbreitet ist der Außer-Haus-Verzehr bei den 30- bis 39-Jährigen: Zwei Drittel sind beim Abendessen darauf angewiesen.

Zusammenfassend zeigen die Ergebnisse, dass das Essverhalten von Erwachsenen in Korea insgesamt als kritisch einzustufen ist. Insbesondere die 20- bis 39-Jährigen weisen ein schlechtes Ernährungsverhalten auf. Das Ernährungsbewusstsein ist bei den über 50-Jährigen am ausgeprägtesten.

Ernährungs-Umschau 52 (2005), S. 440–443

Verzehr von (Soja-)Bohnen und daraus hergestellten Produkten

Über den Verzehr von (Soja-)Bohnen und daraus hergestellten Produkte liegen für Korea wenig konkrete Daten vor. Nach den Daten des National Survey Reports 2002 wurden im Jahr 2001 pro Kopf und Tag 31,6 g verzehrt. In dieser Studie gaben fast 90 % der Befragten an, dass sie Bohnen und daraus hergestellte Produkte mögen.

Mit dem Alter steigt der Verzehr dieser Lebensmittel an. Etwa 21 % der über 50-Jährigen verzehren täglich Bohnen und deren Produkte. Die über 50-Jährigen verzehren diese aus gesundheitlichen Gründen; 37,2 % der 20- bis 29-Jährigen essen sie, da sie Bestandteil des Menüs in der Kantine bzw. in der Mensa sind.

Mehr als die Hälfte der Befragten wünscht sich im Hinblick auf Sojabohnen und daraus hergestellte Lebensmittel ein vielfältigeres Angebot (64,8 %) und einen verbesserten Geschmack (62,0 %). Weiter genannt werden eine bessere, gezieltere Werbung bzw. Information sowie eine Standardisierung bzw. Vereinfachung der Kochmethoden (48,2 %).

Ausblick

Diese Studie hatte das Ziel, Daten und Informationen zu verschiedenen Aspekten des Mahlzeitenverhaltens unterschiedlicher Altersgruppen zu gewinnen, um so die Mahlzeitsituation in Korea besser beurteilen und u. U. Ernährungserziehungsprogram-

me für Erwachsene entwickeln zu können. Weiterhin sollten Unterschiede des Mahlzeitenverhaltens in Korea und Deutschland aufgezeigt werden. Die Daten belegen, dass Sojabohnen und daraus hergestellte Produkte eine große Rolle spielen. Obwohl die traditionelle koreanische Küche, im Vergleich zu ausländischen Küchen, eine Vielzahl von Gemüse, Fischen, Meeresfrüchten und fermentierten Lebensmitteln bietet, hat sich das Ernährungsverhalten der Koreaner durch die Industrialisierung geändert. Damit verbunden sind die Veränderung des Lebensmittelkonsums in den Privathaushalten und die Zunahme der Zivilisationskrankheiten.

Die Studienergebnisse zeigen, dass das Essverhalten von Erwachsenen in Korea insgesamt als „kritisch“ einzustufen ist. Das Ernährungsbewusstsein ist bei den über 50-Jährigen am ausgeprägtesten. Insbesondere die 20- bis 39-Jährigen weisen ein schlechtes Mahlzeitenverhalten auf (z. B. häufigeres Auslassen des Frühstücks). Daher ist es unbedingt erforderlich, in Korea ein altersorientiertes praxisnahes Ernährungs-erziehungsprogramm für Erwachsene zu entwickeln.

Literatur:

1. Brombach, C.: Das Mahlzeitenverhalten von Familien im Verlauf von drei Generationen. Ernährung im Fokus 3 (2003) 130-134
2. Häußler, A.: Wie kommt der Mensch zu seinem Ernährungsstil? Hintergründe alternativer Ernährungsformen. Ernährungs-Umschau 49 (2002) 128-132
3. Cho H. K.: The food of Thailand. In: Annual Meeting of the Korean Society of Food Culture: What can we learn from the world cultural

- system? 1998, 59-73
4. Kim, J.-S.: A study on supplement use of age-related chronic disease outpatients in Korea. MS Thesis. Inha University, Korea. 2003
5. Cremer, M.: Koreanische Küche. Könenmann Verlag, 1998
6. Cho, E.-J. et al.: Studies on the standardization of Chinese cabbage Kimchi. Korean J. Food Sci. Technol. 30 (1998) 324-332
7. Cheigh, M.-J. et al.: Standardization of ingredient ratios of woong (Burdock, Arctium Lappa, L.) Kimchi. J. Korean Soc. Food Sci. Nutr. 27 (1998) 618-624
8. Kong, C.-S. et al.: Standardization of manufacturing method of young radish Kimchi (Yulmoo Kimchi) and young radish watery Kimchi (Yulmoo Mool-Kimchi) in literatures. J. Korean Soc. Food Sci. Nutr. 34 (2005) 126-130
9. Ministry of Health and Welfare: Report on 2001 National Health and Nutrition Survey, 2002 Seoul
10. Kim, A.-J. et al.: Mineral contents and properties of Ponghip Julpyun preparation by adding Mulberry leaves powder. Korean Soc. Food Sci. 16 (2000) 311-315
11. Wolters, M., Hahn, A.: Sojaisoflavone in der Therapie menopausaler Beschwerden. Ernährungs-Umschau 51 (2004) 440-446
12. Shin, A.-S.; Kim, K.-J.: A study on the dietary culture practice of the university students at campus town in Pusan. J. East Asian Soc. Dietary Life 5 (1995) 339-358
13. Park, G.-S.; Shin, Y.-J.: A study on dining out behaviors of businessmen in urban regions. Korean J. Soc. Food Sci. 12 (1996) 13-19
14. Kim, H.-Y. et al.: A study on the customers' expectation and satisfaction for food and service quality in restaurants. Korean J. Dietary Culture 16 (2001) 330-340
15. o. V.: Deutsche sind Frühstücksfans. Ernährungs-Umschau 24.10.2003
16. Kim, I.-S. et al.: A Survey on consciousness of eating out behaviour and food waste by housewives in Jeonbuk area. Korean J. Dietary Culture 15 (2000) 325-337
17. Kang, K.-O.; Lee, H.-J.: A Study on the housewives cognition and consumption pattern of korean rice cake. Korean J. Soc. Food Sci. 16 (2000) 505-510
18. Röhrbein, A.; Strube, H.: „Mit Sicherheit gut essen!“ Ernährungs-Umschau 51 (2004) 238-241
19. Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Ernährungsbericht 2000. Frankfurt, 2000, 147-178

Anschrift der Verfasserin:

Prof. Dr. oec. troph. Jeong-Ok Rho
 Dept. of Food Science & Human Nutrition, Chonbuk National University
 664-14, Dukjin-dong 1-ga, Jeonju, Jeonbuk (#561-756)
 South Korea
 E-Mail: jorho@chonbuk.ac.kr