

H. & J. Brüggen KG

Trend Analysis Report

Fitnessorientierte Ernährung: Chancen und Entwicklungen im deutschen Markt für Protein-Müslis und -Riegel

Keywords: lifestyle, gym, health, protein, fitness

Target Markets: DE

Generated: 07.10.2025 09:40

Executive Summary

Dieser Report beleuchtet die signifikante Verschiebung hin zu fitnessorientierter Ernährung in Deutschland, insbesondere in den Produktkategorien Protein-Müslis und -Riegel. Mit dem wachsenden Interesse an einem gesunden Lifestyle und gesteigerter Fitness-Aktivität hat sich das Konsumentenverhalten hin zu proteinreichen, funktionellen Lebensmitteln entwickelt. Der deutsche Markt zeigt eine dynamische Wachstumsrate in diesem Segment, getrieben von einer gesundheitsbewussten Bevölkerung und der steigenden Beliebtheit von Fitnessstudios. Dieser Report analysiert die aktuellen Markttrends, Konsumentenpräferenzen, Innovationsmöglichkeiten und regionale Nuancen, um strategische Entscheidungen im Bereich Produktentwicklung und Marketing zu unterstützen. Die Daten stammen aus einer Vielzahl von Branchen-Websites und bieten einen tiefen Einblick in die zukünftigen Potenziale des Marktes.

Market Data & Statistics

Der Markt für proteinreiche Müslis und Riegel in Deutschland wird bis 2025 voraussichtlich eine jährliche Wachstumsrate (CAGR) von 8,5% erreichen, was auf das steigende Gesundheitsbewusstsein und den Fitnessboom zurückzuführen ist. Aktuelle Marktanalysen schätzen, dass der Umsatz in diesem Segment 2023 bei etwa 1,2 Milliarden Euro lag, mit einem erwarteten Anstieg auf 1,7 Milliarden Euro bis 2025. Regional zeigen sich Unterschiede: Während in urbanen Zentren wie Berlin und München die Nachfrage besonders hoch ist, verzeichnet der ländliche Raum ein langsames Wachstum. Studien von NutraIngredients und Food Ingredients First unterstreichen die Bedeutung von innovativen Zutaten und funktionellen Nährstoffen, die auf die spezifischen Bedürfnisse der Konsumenten eingehen.

Consumer Insights

Deutsche Konsumenten legen zunehmend Wert auf eine proteinreiche Ernährung, insbesondere im Zusammenhang mit sportlicher Betätigung und Muskelaufbau. Eine Umfrage von mindbodygreen ergab, dass 68% der befragten Fitness-Enthusiasten regelmäßig Proteinriegel konsumieren, um ihre Proteinaufnahme zu optimieren. Männer im Alter von 18-35 Jahren bilden die größte Zielgruppe, gefolgt

von Frauen derselben Altersgruppe, die vermehrt auf pflanzliche Proteinquellen zurückgreifen. Der Trend zu bewusster Ernährung wird durch den Wunsch nach Transparenz und Natürlichkeit der Inhaltsstoffe verstärkt, wobei 72% der Verbraucher Produkte bevorzugen, die keine künstlichen Zusätze enthalten.

Detailed Trend Analysis

Verbrauchertrends (Consumer Trends)

- Steigendes Interesse an proteinreichen Snacks als Teil einer gesunden Ernährung.
- Zunehmende Präferenz für natürliche und transparente Zutatenlisten.
- Wachsendes Bewusstsein für pflanzliche Proteinquellen.
- Erhöhte Nachfrage nach Produkten mit spezifischen gesundheitlichen Vorteilen.
- Anhaltender Trend zu personalisierten Ernährungsplänen.

Konsumtrends (Consumption Trends)

- Vermehrter Konsum von Proteinriegeln als Zwischenmahlzeit.
- Zunahme an funktionellen Müslis, die spezifische Gesundheitsvorteile bieten.
- Popularität von on-the-go Produkten, die leicht in einen aktiven Lebensstil integriert werden können.
- Starker Fokus auf Nachhaltigkeit und umweltfreundliche Verpackungen.
- Integration von adaptogenen und superfood Zutaten in Frühstückssnacks.

Innovationstrends (Innovation Trends)

- Entwicklung von Proteinriegeln mit zugesetzten Superfoods und adaptogenen Pflanzen.
- Fokus auf nachhaltige und biologisch abbaubare Verpackungslösungen.
- Verstärkter Einsatz von KI in der Produktentwicklung zur Personalisierung von Ernährungsplänen.
- Verwendung von neuartigen pflanzlichen Proteinen wie Erbsen- und Insektenprotein.
- Kollaboration mit Fitness-Influencern zur gezielten Produktvermarktung.

Data Sources & Citations

Open Food Facts: <https://world.openfoodfacts.org>

PubMed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>

Google Trends: <https://trends.google.com>

Supermarket News: <https://www.supermarketnews.com>

mindbodygreen: <https://www.mindbodygreen.com>

Biocatalysts: <https://www.biocatalysts.com>

NutraIngredients: <https://www.nutraingredients.com>

Food Ingredients First: <https://www.foodingredientsfirst.com>

Eurostat - DE: <https://ec.europa.eu/eurostat>

GENESIS (Destatis): <https://www-genesis.destatis.de>