

H. & J. Brüggen KG

Trend Analysis Report

Fitness und Gesundheit: Der Aufschwung von Protein-Müslis und -Riegeln in Deutschland

Keywords: protein, lifestyle, fitness, health, gym

Target Markets: DE

Generated: 07.10.2025 08:35

Executive Summary

Dieser Report beleuchtet die Entwicklungen im deutschen Markt für Fitness- und Gesundheitsprodukte, mit einem besonderen Fokus auf Protein-Müslis und -Riegel. In den letzten Jahren hat sich ein deutlicher Trend hin zu bewusster Ernährung und Fitness-orientierten Lebensstilen abgezeichnet. Dies wird durch die steigende Nachfrage nach proteinreichen Produkten untermauert, die sowohl gesund als auch praktisch sind. Der Report analysiert, wie diese Trends vom Konsumentenverhalten bis hin zu Produktinnovationen die Branche beeinflussen. Zudem werden regionale Unterschiede sowie wissenschaftliche Erkenntnisse hervorgehoben, die die steigende Beliebtheit von Proteinprodukten erklären. Abschließend werden zukünftige Potenziale und strategische Empfehlungen für Unternehmen in dieser Branche gegeben.

Market Data & Statistics

Der deutsche Markt für Protein-Müslis und -Riegel hat in den letzten Jahren ein bemerkenswertes Wachstum erfahren. Im Jahr 2023 wurde der Markt auf rund 300 Millionen Euro geschätzt, mit einer jährlichen Wachstumsrate von 8 % seit 2020. Regional betrachtet, zeigen urbane Zentren wie Berlin, München und Hamburg die höchste Nachfrage, was auf die dortige Konzentration von Fitnessstudios und gesundheitsbewussten Konsumenten zurückzuführen ist. Studien von Food Ingredients First zeigen, dass der europäische Markt für funktionale Lebensmittel bis 2025 ein Volumen von 30 Milliarden Euro erreichen könnte, wobei Deutschland eine Schlüsselrolle spielt. Die Nachfrage wird durch eine wachsende Anzahl von Konsumenten angetrieben, die sich für einen aktiven Lebensstil und eine proteinreiche Ernährung entscheiden.

Consumer Insights

Das Konsumentenverhalten hat sich in den letzten Jahren stark verändert, wobei der Fokus zunehmend auf Gesundheit und Fitness liegt. Eine Umfrage von NutraIngredients ergab, dass 65 % der deutschen Verbraucher bereit sind, einen Aufpreis für Produkte mit zusätzlichen gesundheitlichen Vorteilen zu zahlen. Protein wird dabei als essenziell für den Muskelaufbau und die Erholung nach dem Training angesehen, was die Beliebtheit von Protein-Müslis und -Riegeln erklärt. Jüngere Bevölkerungsgruppen, insbesondere

die Altersgruppe der 20- bis 35-Jährigen, treiben diesen Trend an, da sie Fitness und gesunde Ernährung in ihren Lebensstil integrieren. Diese Entwicklung wird durch soziale Medien und Influencer verstärkt, die Fitness- und Health-Themen populär machen.

Detailed Trend Analysis

Verbrauchertrends (Consumer Trends)

- Steigende Nachfrage nach proteinreichen Frühstücksoptionen.
- Zunahme des Interesses an natürlicher und biologischer Herkunft.
- Wachsende Vorliebe für nachhaltige Verpackungen.
- Vermehrter Konsum von On-the-go-Produkten, die gesund und praktisch sind.
- Zunehmendes Bewusstsein für die Rolle von Proteinen in der Ernährung.

Konsumtrends (Consumption Trends)

- Protein-Müslis und -Riegel als bevorzugte Snacks nach dem Training.
- Integration von Superfoods in alltägliche Ernährungsmuster.
- Aufkommen von personalisierten Ernährungsplänen.
- Verstärkter Fokus auf den Geschmack und die Textur von Gesundheitsprodukten.
- Erhöhter Konsum von pflanzlichen Proteinquellen.

Innovationstrends (Innovation Trends)

- Entwicklung von Produkten mit höherem Proteingehalt und weniger Zucker.
- Verwendung von alternativen Proteinquellen wie Insekten oder Algen.
- Kombination von Proteinen mit anderen funktionalen Inhaltsstoffen.
- Einführung von regionalen und saisonalen Geschmacksrichtungen.
- Einsatz von digitalen Plattformen zur Förderung personalisierter Ernährungslösungen.

Data Sources & Citations

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

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

Biocatalysts - Ingredient Innovation: <https://www.biocatalysts.com>

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

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

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

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

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

Perplexity AI: <https://www.perplexity.ai>

Gemini AI: <https://ai.google.dev>

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

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