

## 新興飲食趨勢 素在必行

記者 施奕如 鄭惠心 報導

2021/05/30

近年來，植物奶、未來肉、超級食物等蔬食風潮逐漸興起，國外社群紅人、健身網紅等有聲量的名人們也開始在論壇上推廣蔬食，而這股風潮也逐漸吹進台灣。許多連鎖餐飲業者例如星巴克、路易莎紛紛跟進使用燕麥奶，網路電商風行網購堅果奶、純素料理包，不少蔬食餐廳成為熱門打卡景點。

觀察到這股現象後，筆者們認為飲食為人類生活中的核心部分，飲食習慣的改變背後具有一定程度的文化影響。本專題希望可以理解大眾選擇蔬食背後的理由，以及台灣未來飲食習慣的走向，同時也為素食者發聲，希望市場能提供更多元的蔬食選擇。



### 蔬食新風潮 吃素潮不潮

燕麥奶掀起搶購風潮，大連鎖超商多了蔬食專區，蔬食餐廳成了一位難求的熱門打卡景點，網紅KOL推廣Vegan精神□□吃素，夠潮嗎？





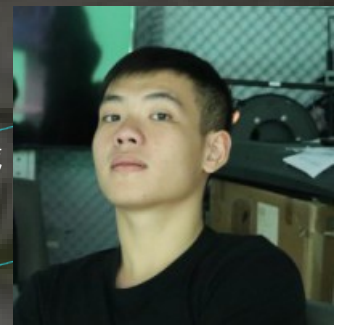
## 蔬食旋風 吹遍全台

蔬食生活的風潮源自國外，標榜無肉生活、環保永續愛地球。這股蔬食熱也傳到台灣，吸引不少民眾實行「蔬食之道」。

縮圖來源：施奕如攝



記者 施奕如



編輯 蘇芳威