

「新素食運動」

全依照社会背景、个人状况与社会运动策略而定。

当多元，包括减少肉品消费、食用有机肉品、一周一素、一般素食与严格素食(不吃奶蛋)等，完潮下，加上全球重视地球暖化议题，新素食运动成为一种时尚流行主张。新素食运动的实践方式相素行动，有人也提「蔬食」取代「素食」字眼，避免外界贴上宗教色彩。在关心饮食安全与乐活风

新素食运动是相对于传统「宗教素食」的概念，包括健康、环保与动物保护等多元价值的吃



本地素食人口也在成長中

在我国，一些餐厅也开始响应“绿色星期一”活动，BMS思源有机餐厅是其中之一。食谱规划师林子指出：“马来西亚人习惯在周末外食，一不小心，就吃进许多重口味或不太健康的食物，周末结束后，吃一天素，可以减轻胃肠的负担。”

据她观察，本地素食人口正在逐年增加中，除了传统的宗教茹素者，近年也有越来越多人以养生、健康或环保为由，加入新素食运动的行列。

在思源有机餐厅，纯素者只占30%，其余大部分都是以健康因素而不定时上门吃素的客人。“近几年来消费人的选择也明显多了，除了传统素食餐厅，又出现很多有机餐厅、蔬食餐厅、无肉餐厅等，料理的方式、口味越来越多变化，乐意接受素食的客人也越来越多。”

素食消费人口正在增加，素食餐饮市场的潜在商机正夯，市面上也出现一股荤食餐厅转成素食、蔬食或无肉餐厅的趋势。

去年，BIG饮食集团旗下餐厅之一Bistro 42就换了新面貌，名字改为Botanical，菜单也全面更新，把肉食撤了下来。该餐厅并不刻意强调“素食”，只称“无肉”，葱蒜蛋奶辣椒等常常大刺刺地出现在菜式里，让味道变得更丰富有层次，连嗜肉兽也吃得一脸满足，而不察觉碟子上少了一些什么！

Secret Recipe也在去年进军蔬食市场，开了全新概念店Beyond Veggie。外表简约又清新的蔬食餐厅，不卖肉品，也不卖传统素食馆的斋鹅斋叉烧素鸡卷，端上桌子的料理都是青葱翠绿的，像是刚从菜园采回来一样。

打正“新素食主义”旗号的如意轩也在去年开了分店，其素食点心吸引了不少老饕。同样的，座上客不全是素食者，更多是把吃素视为新时代选择的人。