

El delivery en España se rinde al poke como el tercer plato más pedido



- **El poke favorito: arroz de sushi, salmón y mayonesa acompañado de cebolla, aguacate, mango, wakame y edamame**
- **El 80 % de los españoles ama la combinación dulce y salado que aportan las frutas en el poke**

El Día Internacional del Poke pone el foco en uno de los platos que mejor representa el delivery. Fresco, colorido y completamente personalizable, el poke se ha convertido en una de las propuestas favoritas de quienes buscan combinar sabor e ingredientes sin salir de casa. **Según los datos del [Gastrómetro](#), el poke es el tercer plato más pedido a domicilio en España**, solo por detrás de la hamburguesa y el maki. Su popularidad continúa creciendo entre los usuarios, que encuentran en este icono de la cocina hawaiana **una opción equilibrada y sencilla, que permite escoger entre diferentes bases, proteínas, salsas y toppings.**

Pese a su amplia variedad de combinaciones, **los españoles apuestan por los sabores más clásicos y mezclados con frutas, combinando dulce y salado** (casi el 80 % de los españoles ama esta opción). Así lo demuestran sus elecciones a la hora de construir este plato: **el arroz sushi es la base más elegida, presente en el 72 % de los pedidos y el salmón se mantiene como la proteína favorita, presente en un 44 %. En cuanto a las salsas, la mayonesa es la preferida, seguida de la teriyaki y la soja y como toppings, los usuarios aman añadir cebolla, aguacate, mango, wakame y edamame.**

El poke se ha convertido en la opción protagonista de los momentos de desconexión y disfrute tanto en la cena como en la comida. **El domingo se posiciona como el día elegido para poner el broche final a la semana disfrutando de un auténtico poke.**

La popularidad de este plato también se refleja en la amplia variedad de propuestas disponibles en [Just Eat](#):

Reconocido como el Mejor Poke de España durante cuatro años consecutivos en los Premios Just Eat, [Ho' oponopono Poke](#) se propone llevar el poke clásico a un terreno más creativo, jugando con la cocina fusión y combinaciones inesperadas de ingredientes, texturas y salsas. Una apuesta que este año 2026, les ha llevado, además, a recibir su primer Solete Repsol.

En [Island Poké](#), un ambiente donde el espíritu tropical se encuentra con lo urbano da lugar a una carta en la que el poke comparte protagonismo con deliciosos wraps, nachos y batidos. Aquí, los bowls destacan por la máxima frescura de su materia prima y una cuidada combinación de ingredientes con alternativas para distintos gustos, incluida una amplia oferta de opciones veganas y sin gluten.

Para aquellos que buscan una alternativa ligera y fresca, [Mahalo Poké](#) ofrece una propuesta centrada en bowls personalizables ideales para una comida rápida y completa en cualquier momento del día.

También hay espacio para quienes han convertido el poke en una forma distinta de entender la comida rápida. Es el caso de [Tasty Poke Bar](#), que demuestra que la falta de

tiempo entre semana y las comidas equilibradas y frescas pueden ir de la mano.

Acerca de Just Eat Takeaway.com

Just Eat Takeaway.com (JET) es un líder global de delivery con sede en Ámsterdam. A través de un ecosistema integrado, la compañía conecta a sus partners mediante tecnología orientada a la IA (AI-first) para impulsar su crecimiento, ofrece a los repartidores la flexibilidad y oportunidades que necesitan, y brinda a los consumidores la libertad para disfrutar de cada momento.

La plataforma aprovecha la inteligencia de datos para impulsar una logística más eficiente y conectar a sus 362.000 partners con millones de usuarios en todo el mundo, ofreciendo experiencias hiperlocales e hiper personalizadas. Con presencia en 14 países, Just Eat Takeaway.com apuesta por un crecimiento sostenible impulsado por la tecnología, elevando estándares de ejecución y aprovechando la fortaleza del ecosistema de Prosus.

Datos del contacto

True

Creative reputation for business impact.

justeat@truepr.es

[916588770](tel:916588770)

Copiar enlace

<https://newsroom.justeattakeaway.com/es-ES/273487-el-delivery-en-espana-se-rinde-al-poke-como-el-tercer-plato-mas-pedido/>