

Symposium Jaarprijs Voedingscentrum 2011

'Het gaat vooral om het terugdringen van verzadigd vet'

Hans Kraak

Met de vezelrijke pasta's van het merk Honig heeft onderneming H.J. Heinz de Jaarprijs Voedingscentrum 2011 gewonnen. Het gaat om pasta die 30 procent meer vezel bevat dan volkorenpasta, maar die de eigenschappen van de meest gangbare, gewone (witte) pasta heeft behouden, qua smaak en kleur. De prijs werd uitgereikt op het symposium 'Meer dan lekker, Smakelijke gezondheidsinnovaties' in Corpus in Leiden.

Volgens de jury van het Voedingscentrum, die de prijs jaarlijks uitlooft aan een gezond en vernieuwend product, 'is de nieuwe Honig pasta een prima keuze om meer vezel met de voeding op te nemen'. Zoals onlangs uit de resultaten van de Voedselconsumptiepeiling 2007-2010 van het RIVM bleek, nemen Nederlanders nog steeds te weinig vezel in met hun huidige voedingspatroon.

Een woordvoerder van Honig lichtte bij het in ontvangst nemen van de prijs toe dat er ongeveer drie jaar aan het product is gewerkt voor het klaar was voor de markt. 'Doordat de pasta te koop is bij de supermarkt en pasta in Nederland veel wordt gegeten, kan de impact van het product groot zijn', aldus het Voedingscentrum.

Eervolle vermeldingen kregen Kees van Keesmakers (een product dat sterk lijkt op kaas, maar minder verzadigd vet en zout bevat) en Blondvolkoren van GB Plange (100% volkorenbrood dat lijkt op witbrood). Een aanmoedigingsprijs van de jury ging naar Linera van Zwanenberg Food Group, voor kookworst en grillworst met 50% minder vet. De jury koos



H.J. HEINZ WON MET DE VEZELRIJKE PASTA'S VAN HET MERK HONIG DE JAARPRIJS VOEDINGSCENTRUM 2011.

voor deze producten onder andere vanwege de voorbeeldfunctie.

MINDER ZOUT Tijdens het symposium vond ook een workshop over zout plaats. Onderzoeker Marianne Geleijnse van Wageningen Universiteit liet aan de hand van verschillende onderzoeken zien dat een lagere zoutinname de bloeddruk verlaagt en het risico op hart- en vaatziekten doet afnemen. Een goed alternatief voor zout is kalium, vindt Geleijnse, aangezien kalium ook de zoutgevoeligheid laat afnemen. Als meer kalium wordt ingenomen, moet wel rekening worden gehouden met nierfalen of bepaalde cardiovasculaire medicatie.

Peter de Kok van NIZO food research bracht in de workshop resultaten naar de perceptie van zout in producten naar voren. Als de zoutkorrels in een product erg fijn zijn, hoeft er minder zout aan het product toegevoegd te worden omdat fijne zoutkorrels beter geproefd worden, zegt de Kok. Volgens hem zijn er nog veel mogelijkheden om de zoutinname af te laten nemen.

Mark Vencken, kwaliteitsmanager bij Ahold, vindt dat de verantwoordelijkheid van zoutreductie bij de sector zelf ligt. Ahold probeert alle producten in hun schappen dan ook te

verbeteren, niet alleen de A-merken. Eerst probeert het bedrijf zout in de producten te reduceren, zout vervangen is een tweede stap. Veel productsamenstellingen zijn ook al gewijzigd. Vencken denkt dat in de meeste producten het zoutgehalte ongemerkt tussen de 10 en 15 procent kan afnemen. Geleijnse is van mening dat dit percentage nog veel hoger kan liggen.

MINDER (VERZADIGD) VET Een tweede workshop ging over vet. Hierin bracht Peter Zock, onderzoeker bij Unilever, naar voren dat de verschillende vetzuren te vaak over een kam worden geschoren. 'Ook op een symposium als vandaag hoor ik nog steeds zeggen dat het vetgehalte naar beneden moet', zegt hij. 'Het totaal vet doet er niet toe, het gaat om de kwaliteit van de vetten. Het gaat vooral om het terugdringen van verzadigd vet. En de vraag is wat daarvoor in de plaats komt.'

Vooralsnog liggen meervoudig onverzadigde vetzuren het meest voor de hand als het gaat om een reductie van hart- en vaatziekten. Je kunt nog steeds merken dat in voorlichtingscampagnes van voorheen te ver is gegaan met de te algemene boodschap over te veel vet.'