

# Aviko wil minder vette friet tot standaard maken

Hans Kraak

**Terwijl de markt van voorgebakken friet op de consumentenmarkt onder druk staat, laten de afzetcijfers van Fridéale-friet een stijgende lijn zien, met inmiddels 7,5 procent marktaandeel sinds de introductie in 2005. Deze friet van aardappelverwerkingsbedrijf Aviko bevat tot 33 procent minder vet dan normale friet die (thuis) in vet wordt gebakken. In 2006 won het bedrijf met zijn product de Jaarprijs van het Voedingscentrum. Wat zijn de beweegredenen om dit product op de markt te zetten? Hoe wordt het gemaakt? En hoe wordt er voedingskundig naar het product gekeken?**

**MARIEKE DE JONG, SR. BRAND MANAGER  
RETAIL NL AVIKO**

'In Nederland wordt via het retailkanaal zo'n

41 miljoen kilo friet per jaar afgezet. Via deze frites krijgen we jaarlijks zo'n 4,6 miljoen kilo vet binnen. Als je een minder vette frites weet te ontwikkelen, kan je een aanzienlijke bijdrage leveren aan de gezondheid in Nederland. Vandaar dat wij een frietje wilden ontwikkelen waar minder vet in zit. Eind 2005 hebben we, na bijna anderhalf jaar ontwikkelen, Aviko Fridéale in de markt gezet. Inmiddels liggen er drie varianten in het schap.

Friet is een product dat vrijwel iedereen lekker vindt. Als iedereen in Nederland op Aviko Fridéale zou overgaan, dan zou dat op jaarbasis al gauw een inname van anderhalf miljoen kilo vet schelen. Bovendien wordt Fridéale voorgebakken in zonnebloemolie, waardoor het gehalte verzadigd vet ook nog eens aanzienlijk lager ligt dan bij reguliere frituurfrites.

Ons product is bedoeld voor iedere Nederlander die friet eet, maar we richten ons in



OP DE FOTO VAN DIT GEBAKKEN, DOORGEBROKEN FRIETJE IS HET LAAGJE TE ZIEN DAT IS AANGEBRACHT OM DE HOEVEELHEID VET TE VERMINDEREN.

onze communicatie vooral op de boodschappers tussen 25 en 49 jaar oud, vaak verantwoordelijk voor gezinnen, maar natuurlijk tellen de opa's en oma's ook mee.

We leveren Fridéale nog niet aan cafetaria's omdat hierin vooral met verse frites wordt gewerkt. Ons procédé is vooral geschikt voor diepvriesfriet. Hiervoor is in de horeca meestal niet voldoende opslagcapaciteit voorhanden. We denken wel aan afzet in gelegenheden waar gezondheid voorop staat, zoals sauna's of bedrijfsrestaurants. Fridéale is vooralsnog op de Nederlandse markt verkrijgbaar. In België is men voorzichtig met ons product gestart; met name daar waar men zich op gezondheid focust. In Duitsland is er vooral een ovenfrietcultuur. En in Engeland bijvoorbeeld heeft de overheid, op aanraden van Jamie Oliver, het aantal frituurmomenten tot twee keer per week beperkt. Vanuit ons brede portfolio gebaseerd op de van nature gezonde aardappel geven we, in overleg met onze klanten, een



FRIDA MIEDEMA



MARIEKE DE JONG

en



**‘Eigenlijk kun je zo’n product het beste alleen met gewone friet vergelijken’**

frietje kan doordringen. In de fabriek gaan de voorgesneden frietjes eerst door het bad van de zetmeeloplossing voor ze voorgebakken worden.

Op dit moment is de maximaal te behalen vetreductie 33 procent. Daarbij gaat er nauwelijks voedingswaarde verloren, zo blijkt uit een vergelijking met gekookte aardappelen. Hoewel je met friet wel meer vet inneemt, krijg je ook meer vitamine B6 en E binnen in vergelijking met een gekookte aardappel. We durven daarom te stellen dat Fridéale een volwaardige maaltijdcomponenten is, te vergelijken met de gewone aardappel. Aviko Fridéale valt zelfs in de “bij voorkeur-categorie” van het Voedingscentrum.’

**RONALD MENSINK, VOEDINGSKUNDIGE UNIVERSITEIT MAASTRICHT**

‘Het is een goede zaak dat bedrijven zoeken naar manieren om de energiedichtheid van

producten te verlagen, dat is een productverbetering, daarbij hoort ook het streven naar een goede vetzuursamenstelling. Met de ontwikkeling van friet die minder vet opneemt, is dan ook niets mis. Je moet wel letten op een goede positionering van zo’n product. Als je het vergelijkt met een portie gewone aardappels, dan bevat de friet die minder vet opneemt toch nog zo’n 11 gram vet meer en de dubbele hoeveelheid calorieën. Zolang je in energiebalans bent, hoeft de bijdrage van dit vet – zo’n 4 tot 5 energieprocent – geen probleem te zijn, maar we moeten niet de indruk wekken dat we ze altijd in plaats van de aardappel in onze maaltijd kunnen gebruiken. Ik snap dat veel kinderen er blij mee zouden zijn om iedere dag deze friet te eten in plaats van aardappels of pasta, maar als je doorrekent, dan betekent het toch dat ze binnen een periode van twee maanden zo’n kilo zouden

invulling aan de nieuwe richtlijnen.

De markt van friet in Nederland staat onder druk, het afzetvolume neemt niet toe, maar bij Fridéale zien we nog steeds een stijgende lijn.’

**FRIDA MIEDEMA, LEVENSMIDDELEN-TECHNOLOOG AVIKO**

‘Toen de vraag kwam om minder vette aardappelproducten te ontwikkelen, zijn we in het lab tests gaan doen met coatings om friet. In de wetenschappelijke literatuur zijn de effecten ervan beschreven. Onze coating (van hydroxypropylmethylcellulose en een aantal zetmelen) zorgt ervoor dat er minder vet de aardappel binnendringt tijdens het bakproces en tijdens het uit het vet nemen van het frituurmandje (hét moment van vetopname). Tijdens het bakken zorgt de coating er bovendien voor dat er minder vocht verdampst dan normaal. Hierdoor ontstaan er minder gaatjes in de korst en structuur van de frites, waardoor het vet minder goed in het



RONALD MENSINK



MARCEL VAN BEUSEKOM

zijn aangekomen. Eigenlijk kun je zo'n product het beste alleen met gewone friet vergelijken, en dan zie je dat er een aanzienlijke vermindering is van vetgehalte, en dat is een stap voorwaarts.

We kennen inmiddels veel lightproducten waarvan je je af kunt vragen of het beter is om ze te gebruiken of dat je ze nodig hebt. Chips is niet nodig, maar als je vindt dat je chips moet eten, dan kun je beter kiezen voor een lightvariant, vanwege de energie.'

**MARCEL VAN BEUSEKOM, WOORDVOERDER CONSUMENTENBOND**

'Wij hebben de Fridéale-friet van Aviko niet apart tegen het licht gehouden, maar wij juichen alle verbeteringen aan producten toe waardoor minder vet, suiker en/of calorieën worden verbruikt door de consument. Overgewicht is een structureel probleem en uiteindelijk gaat toch ieder pondje door het

IN DE AVIKO-FABRIEK WORDT DE FRIET VOORGEBAKKEN.



mondje. Hoewel de consument kiest, kunnen we de verantwoordelijkheid niet alleen bij hem of haar leggen. Ook aan de aanbod-

zijde moeten producten gezonder worden gemaakt, nu staat de consument te veel bloot aan ongezonde producten.'

**VERGELIJKINGSTABEL VOEDINGSSTOFFEN**

VOEDINGSSTOF	FRIDÉALE POMMES FRITES (PER PORTIE VAN 150 GRAM) NA FRITUREN	FRITES (PER PORTIE: 150 GRAM) NA FRITUREN	GEKOOKTE AARDAPPELEN (PER PORTIE: 175 GRAM)	ADH (AANBEVOLEN DAGELIJKSE HOEVEELHEID)
ENERGIE	285 KCAL	330 KCAL	135 KCAL	2250 KCAL*
VET: WAARVAN VERZADIGD	11 GRAM 1,2 GRAM	17 GRAM 5 GRAM	0 GRAM 0 GRAM	75 GRAM** 25 GRAM
EIWITTEN	3,7 GRAM	4,5 GRAM	4 GRAM	70 GRAM
KOOLHYDRATEN	42 GRAM	42 GRAM	29,5 GRAM	325 GRAM
VOEDINGSVEZEL	5,5 GRAM	5,5 GRAM	5,5 GRAM	25 GRAM
VITAMINE B1	15% ADH	15% ADH	11% ADH	1,4 MILLIGRAM
VITAMINE B6	30% ADH	30% ADH	22% ADH	2 MILLIGRAM
VITAMINE C	17,5% ADH	17,5% ADH	23% ADH	60 MILLIGRAM
KALIUM	30% ADH	30% ADH	25% ADH	3,1 GRAM
IJZER	10% ADH	10% ADH	7% ADH	14 MILLIGRAM

BRON: NEVO TABEL EN AVIKO-ANALYSES

AANGEGEVEN PERCENTAGES ZIJN PERCENTAGES VAN DE AANBEVOLEN DAGELIJKSE HOEVEELHEID. BIJ HET BEPALEN VAN DE AANBEVOLEN DAGELIJKSE HOEVEELHEID VET, EIWIT EN KOOLHYDRATEN ZIJN DE ADVIEZEN VAN HET VOEDINGSCENTRUM OPGEVOLGD: MAXIMAAL 30 PROCENT VAN DE ENERGIE KOMT UIT VET, MINIMAAL 50 PROCENT VAN DE ENERGIE UIT KOOLHYDRATEN EN DE REST (20 PROCENT ) UIT EIWIT.

\* DIT IS DE GEMIDDELDE AANBEVOLEN ENERGIE INNAME VOOR VOLWASSEN MANNEN EN VROUWEN (MANNEN 2500 KCAL, VROUWEN 2000 KCAL).

\*\* 75 GRAM VET (30 EN%) (NB NIET DE ADH VAN DE GEZONDHEIDSRaad.)