

# In restaurant eten we meer groente als portie groter is

WO 1 JUNI, 11:14

[BINNENLAND](#)

Koks aan het werk in de keuken ANP

Mensen eten in restaurants meer groente als ze meer krijgen opgeschept. Uit onderzoek onder een paar duizend gasten van drie Van der Valk-restaurants blijkt dat 87 procent meer eet als de portie is verdubbeld.

Uit [het onderzoek](#) (.pdf) van bureau Variatie in de Keuken en de Wageningen Universiteit blijkt ook dat bezoekers het geen probleem vinden als de hoeveelheid vlees of vis wordt verminderd. Ze gaven aan dat ze "precies genoeg" hadden gegeten, terwijl de schnitzel of zalmoot zo'n 12,5 procent kleiner was.

"Sommige restaurants durven het nog niet aan om minder vlees en meer groente te serveren", zegt initiatiefnemer Joris Heijnen. Hij probeert restaurateurs ervan te overtuigen die omschakeling wel te maken. "Koks zijn mannen en vlees is voor hen belangrijk. Onze boodschap is: geef groente de hoofdrol."

Minder verspilling

Dat is niet alleen goed voor de gezondheid van de gasten, zegt Heijnen, maar ook voor de portemonnee van de restauranteigenaar. Groenten zijn een stuk goedkoper dan vlees en dus zijn de kosten van de verspilling lager als een gast zijn bord niet leeg eet.

De kleinere porties vlees helpen tegen verspilling, blijkt uit het onderzoek. Er werd een derde minder vlees weggegooid.

De dagelijkse milieu-impact van een koe NATUUR & MILEU

Minder vlees eten levert ook flinke milieuwinst op, zegt natuurorganisatie Natuur & Milieu.

Koeien bijvoorbeeld drinken dagelijks 100 liter water en produceren een halve badkuip mest.

Een biefstukje staat wat betreft milieubelasting gelijk aan de CO<sub>2</sub>-uitstoot van een autorit van Groningen naar Amsterdam of het vullen van een privézwembad met water.

## Resultaat

87 procent eet meer groente als de portie verdubbeld is. Vlees/vis met 12,5% verkleind, dit beviel iedereen. Beter voor het milieu

## Meer groenten in Nederlandse Horeca

Groente is hot! Zo bleek ook weer tijdens de Horecava 2015. Stichting Variatie in de Keuken deed onderzoek naar het gebruik van groente in de keuken. Restauranthouders blijken steeds meer het belang in te zien van het serveren van meer groente. Maar liefst 70% gaf aan dat zij interesse hebben om de omzet en winstmarge van hun restaurant te verhogen door meer groente en minder vlees te serveren. Het merendeel van de restaurants (zo'n 60%) die meededen aan het onderzoek, serveren nu tussen de 50 en 125 gram groente per hoofdgerecht.

### Demonstraties

Stichting Variatie in de Keuken was dit jaar voor het eerst op de Horecava aanwezig met hun #GekopGroente stand. In de stand werden verschillende demonstraties gegeven door bekende chefs, met de focus op technieken en bijzondere smaakcombinaties die met meer groente mogelijk zijn. "Meer groente en iets minder vlees is wat de hedendaagse bewuste consument wil. Bovendien leveren groentegerechten duizenden liters water, CO2 en landbouwgrond besparing op en voor de restauranthouder tot maar liefst 23% inkoopvoordeel. Als iedereen profiteert van een andere balans op het bord dan begrijp ik wel waarom zoveel restaurants interesse hebben. Daarom is het zo belangrijk om alle kennis die we hebben op dit gebied te blijven delen met chefs en restauranthouders", aldus Joris Heijnen, oprichter van Variatie in de Keuken.

### Meer groente

Uit het onderzoek bleek dat 92% van de bezoekers van het Vers en Puur plein op de Horecava verwacht dat er meer groente geserveerd gaat worden in de Nederlandse horeca in 2017. Gemiddeld wordt een stijging verwacht van 28% meer groente op het bord. De stichting verwacht zelf dat de ontwikkeling iets langzamer zal gaan, maar is blij te zien dat het zo leeft in de sector. Joris Heijnen: "Als het lukt om de Horeca te inspireren gemiddeld minimaal 10% tot 20% meer groente te serveren, dan hebben we al een flinke stap gezet." In totaal werden 166 bezoekers ondervraagd, waarvan 60% werkzaam bij een restaurant.

### Meewerken

Tien restaurants hebben inmiddels aangegeven mee te willen werken aan een grootschalig onderzoek waarbij verschillende concepten om de groenteconsumptie te bevorderen gedurende twee weken uitgevoerd zullen worden. Tijdens het onderzoek wil Variatie in de Keuken metingen verrichten en een gasttevredenheidsonderzoek doen om zo inzicht te krijgen op welke manier de restauranthouder meer geld kan verdienen en de gasten meer tevreden naar huis gaan. Het onderzoek is een gezamenlijk project met o.a. de Wageningen Universiteit en het Groenten Fruit Huis om de groente consumptie te stimuleren. Bij interesse, er zijn nog enkele plaatsen voor restaurants beschikbaar, neem contact op met Stichting Variatie in de Keuken.

Bron: [De restaurant krant](#)

### Resultaat

60% serveert nu meer groente

Verwachte stijging van 28% omtrent portie groente

# Horeca kan bijdragen aan meer groente-inname

3 juni 2016 | 192 keer bekeken



Restaurants kunnen ervoor zorgen dat mensen meer groente binnenkrijgen. Dat heeft zowel positieve gevolgen voor de restauranthouders als voor de gast. Reallife-onderzoek van Stichting Variatie in de Keuken en Wageningen UR stelt dit op basis van metingen en enquêtes in restaurants.

Er werd onderzocht in restaurants omdat mensen steeds vaker uit eten gaan. Gedurende drie maanden zijn bij drie restaurants ruim 4000 borden gewogen en ruim 1800 enquêtes ingevuld. Eén groep kreeg 75 gram groente en ongewijzigde hoeveelheden vlees of vis voorgeschoteld. Een tweede groep kreeg 150 gram groente en 12,5 procent minder vlees. Na het eten werden de restanten voedsel per soort gewogen en na het hoofdgerecht konden gasten hun mening geven over het restaurant en de gerechten.

**Meer groente gegeten**

Deelnemers uit groep twee hadden 31 procent meer groente gegeten dan mensen uit groep één. Evenveel mensen uit beide groepen waardeerden de hoeveelheden als 'precies genoeg'. Bovendien hoefde 33 procent minder vlees te worden weggegooid. Er werd tevens meer groente van de borden gegeten dan uit de schaalpjes met bijgerechten.

**Draagt bij aan milieu**

Restaurants die de hoeveel groente op een bord vergroten, maken dat gasten dichterbij de aanbevolen hoeveelheid groenten van 250 gram per dag komen. Meer groente en minder vlees draagt volgens de onderzoekers bovendien bij aan het milieu. De productie en verwerking van vlees kost namelijk 15 keer zoveel water en levert 8 keer zoveel CO<sub>2</sub>-uitstoot dan de productie en verwerking van groente.

**Groenteconsumptie stimuleren**

Het onderzoek is onderdeel van de meerjarige PPS 'Groente en fruit is goed voor iedereen, met cofinanciering vanuit de Topsector Tuinbouw & Uitgangsmaterialen. In deze publiek-private samenwerking willen Wageningen UR, Groenten Fruit Huis en Stichting Variatie in de Keuken samen met het bedrijfsleven de groenteconsumptie stimuleren.

**Reallife omgeving**

Dit deelproject in restaurants is uitgevoerd in samenwerking met Koninklijke Horeca Nederland en Van der Valk. Bijzonder aan deze studie is dat de effecten in een real life-omgeving getoetst zijn. De meeste studies onderzoeken op het gebied van portiegrootte zijn gedaan in geconditioneerde laboratoriumomgevingen en niet in restaurants.

## Resultaat

Groep 2 heeft 31 % meer groente gegeten. Bovendien hoefde 33% minder vlees worden weggegooid.

## Valk Vers

Horecafamiliebedrijf Van der Valk opende deze week de eerste Valk Versmarkt. De winkel is gelegen op het terrein van het Van der Valk hotel De Gouden Leeuw in Voorschoten.

Het gaat om een winkel van 850 vierkante meter met ongeveer 4500 artikelen in het assortiment. 'De winkel is volledig geënt op versproducten zoals brood, agf, vis, kaas en zuivel. Maar ook is er een koffieafdeling', schrijft **Out-of-Home Shops**. Tevens kun je er, met de producten uit de winkel, een maaltijd laten bereiden die je meeneemt voor thuis.

### Blurring

De Valk Versmarkt betekent de tweede poging van het familiebedrijf om zich op de particuliere retailmarkt te begeven. Eerder was er in De Gouden Leeuw al een slagerij en wijnwinkel. Met de Valk Versmarkt zet Van der Valk een volgende stap en voegt zich bij de retailers die beleving aan hun foodconcept toevoegen. Met zijn Versmarkten komt met name **Jumbo** vanaf de supermarktkant de horecawereld binnen. De formules van bedrijven als Van der Valk en Jumbo groeien naar elkaar toe. In vakjargon wordt dat 'blurring' genoemd.

Een al langer bestaand initiatief van wegrestaurantketen **Hajé** langs de A27 bij Vianen, kwam onlangs in het nieuws omdat de daarbij horende bio-supermarkt het hoofd moeilijk boven water kan houden. Een blurende verssuper langs de snelweg lijkt logisch, maar moet zich in de praktijk nog bewijzen.

# Campagne: ‘Groenten in de hoofdrol, méér groente en minder vlees’

DEVENTER, 6 juni 2016 17:01 | [Diana Drost](#)

Gerelateerde berichten

**Vandaag start voorlichtingsorganisatie Milieu Centraal de campagne Groenten in de hoofdrol. De campagne is erop gericht om groente als basis voor gerechten te gebruiken en de verhouding van groente op het bord te vergroten, om op die manier klimaatwinst te behalen en de groenteconsumptie onder Nederlanders te verhogen.**

Met de nieuwe richtlijnen van de nieuwe Schijf van Vijf wordt 250 gram groente geadviseerd. De Nederlandse consument komt aan gemiddeld 127 gram groente per dag.

Uit [recent onderzoek](#) van Wageningen universiteit kwam naar voren dat mensen meer groenten eten (+ 31 procent) in restaurants als de verhouding groente en vlees anders is. Ook een onderzoek van GroentenFruit Huis laat zien dat mensen meer groenten zullen eten (bijna 1 op de 5) als recepten meer groenten bevatten.

80 procent plantaardig

Milieu Centraal wil met haar campagne de aandacht voor groenten doorzetten in het dagelijks leven bij mensen thuis. Hiervoor lieten ze verschillende koks en foodies recepten ontwikkelen waarin groenten een hoofdrol hebben. Ook is daarbij de verhouding op het bord aangepast: 80 procent plantaardig (huidig gemiddeld 70 procent) en 20 procent vlees of vis (huidig gemiddeld 30 procent).

Met de toename van groente (80 procent plantaardig) kan een hoeveelheid van 170 gram groente worden behaald.

470 kg CO2 winst

Minder vlees eten levert klimaatwinst op. Een hoeveelheid van 80 procent plantaardig en 20 procent vlees of vis zorgt volgens Milieu Centraal voor een jaarlijkse klimaatwinst van 470 kg CO2. Dat is 9 procent van de CO2 uitstoot van de jaarlijkse hoeveelheid eten van 2 personen en staat gelijk aan 7 jaar koken op een elektrische kookplaat of de koelkast 5 jaar laten aanstaan.

## Resultaat

1 op 5 zal meer groente eten bij een groente rijk recept.

470 kg CO2 winst

Klimaatwinst!