

Soep gezonder met kaliumchloride

Voedingsconcerns halen suiker, vetten, zout en calorieën uit hun producten

Veel grote bedrijven zijn bezig om hun voeding gezonder te maken. Minder calorieën, zout, suiker en vet. Maar ophouden met volvette kaas en chips maken is er niet bij. „Als wij het niet op de markt brengen, doet Danone het wel.”

Door onze redacteur
FRITS BALTESEN

ZALTBOMMEL, 26 MEI. Zuivelbedrijf Campina boekt vooruitgang bij het gezonder maken van producten. Het introduceerde melk met nul procent vet, die even lekker zou zijn als halfvolle melk. Als alternatief voor roomboter (80 procent vet) kwam het vorig jaar met Botergoud Elke Dag, met 25 procent vet. Milner kaas bevat 38 procent minder verzadigd vet. Dat vet is slecht voor hart en bloedvaten.

„We hebben vooral gewerkt aan vermindering van calorieën”, zegt Toon van Hooijdonk, directeur research van Campina, het grootste merk in de supermarkt. „Met reductie van calorieën bereik je het snelst gezondheidswinst.” Campina voert het onderzoek naar gezonde voeding op: deze maand werd een tweede laboratorium geopend in Wageningen.

Campina is een van de weinige ondernemingen die investeren in gezonde voedingsproducten, bleek vorige maand uit onderzoek van de Britse City University. Drie jaar na een advies van de Wereldgezondheidsorganisatie WHO aan bedrijven om hun hoeveelheden vet, suiker en zout te verlagen, constateert City University dat slechts twee van de tien onderzochte voedingsconcerns het vetgehalte uit hun voeding verlagen. Vier van de tien bedrijven brengen het suikerniveau terug en zes van de tien verminderen het zoutgehalte.

„De resultaten zijn zorgelijk”, zei onderzoeker Tim Lang. „Het kan veel bedrijven blijkaar allemaal niets schelen.” Vet, zout, suiker en calorieën zijn de grootste veroorzakers van sterfte door overgewicht, hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten. Door verkeerd en teveel eten sterven jaarlijks 15 miljoen mensen.

„Dan beseft je dat je werk er toe doet”, zegt Jan Weststrate, hoofd research van Unilever. Met het Amerikaanse Kraft presteerde Unilever het best, meent City University. „We voelen ons verantwoordelijk”, zegt Weststrate. „Bedrijfseconomische redenen spelen mee, want klanten vragen er om.”

Als één van de eerste bedrijven ter wereld verwijderde Unilever transvet uit voeding, het schadelijkste ingrediënt. Die niveaus zijn 80 à 90 procent verlaagd. Drie jaar geleden begon Unilever met zijn producten op zout, suiker, vetten en calorieën door te lichten. Door Croma vloeibaar te maken, kon driekwart van het verzadigde vet er uit en in Lipton ijsthee zit nu tweedeede minder suiker. In 2005 en dit jaar haalt Unilever 15.000 ton transvet uit zijn voeding, 10.000 ton verzadigd vet en 10.000 ton suiker.

Tien procent zout uit soep van Unox ha-

len is gemakkelijk, zegt Weststrate. Dat is net gebeurd. „We willen nog een vijfde van het zout vervangen door kaliumchloride. Probleem is de metalige bijmaak. Dat moet je maskeren met een aminozuur, want consumenten mogen geen verandering proeven.” Unilever haalde 2.000 ton zout uit soepen en sauzen. Over drie à vijf jaar is dat het dreefvoudige. Daarna zoekt het bedrijf reductie door een stof in de soep te doen die de zoutreceptor in de mond gevoeliger maakt.

Unilever en Campina passen behoedzaam hun receptuur aan. „Vet geeft smaak aan een product en geeft structuur aan yoghurt en toetjes”, zegt Van Hooijdonk van Campina. Consumenten accepteren ook niet snel toevoegingen, zoals suikervervangers. „Campina is commercieel bezig, daarom moet je uitkijken”, zegt hij. „Niets wijst op schadelijkheid van deze toevoegingen, maar mensen zien het liefst zo weinig mogelijk E-nummers op verpakking.”

Directeur Robert-Jan Brummer van Wageningen Centrum Food Sciences, een van de meest toonaangevende onderzoekscentra, vindt slagroom, niet-light kaas en vooral niet-light frisdrank ongezonde producten. Hij wijst het zoeten van zuivel af. „Hierdoor krijgen mensen een zoete smaak, zodat kinderen alles wat natureel smaakt niet meer lusten”, zegt Brummer. „Dat is gevaarlijk.”

Pepsico is voorzichtig met vermindering van zout in zijn chipsmerken Smiths en Lay's. „Dat kan alleen geleidelijk”, zegt researchmanager Ingrid Mol. Ze zegt niet hoeveel zout er uit haar snacks is gehaald. „Zout heeft grote invloed op de smaak. Als we teveel veranderen vinden consumenten onze producten minder lekker.”

Wel heeft het concern vorig jaar een doorbraak bereikt met verwijdering van 30 procent verzadigd vet uit chips. Dit jaar gaat er nog 20 procent extra uit. Het bedrijf bereikte dat door palmolie grotendeels te vervangen door zonnebloemolie. Smith Food introduceerde vorig jaar ook gezondere Cruesli, krokante muesli. De Consumentenbond bekritiseert dit product fel. Het lijkt gezond, maar volgens de bond zit het vol vet, suiker en calorieën. Cruesli Light bevat 60 procent minder vet en 15 procent minder suiker. Met zo'n reductie zijn Cruesli en ook chips nog niet gezond, beaamt Mol van Pepsico: „Het blijven verwenproducten.”

Brummer uit Wageningen is tevreden over de resultaten die de laatste jaren zijn bereikt. „Transvetzuren, die vaatwanden beschadigen, zijn grotendeels uit producten gehaald. Dat scheelt duizenden doden per jaar.” Verder juicht hij de toevoeging van zogeheten pre-biotics toe in Yakult, Vitamel, Actimel en Vifit. Die verbeteren de weerstand van het darmstelsel. Becel Pro-activ en Benecol verlagen het cholesterolgehalte.

Brummer schat dat de Nederlandse voedingsindustrie dit jaar 20 miljoen euro uittrekt voor onderzoek aan de Universiteit Wageningen naar gezondere voeding. „Vijf jaar geleden was dat nul.” De professor in de voedingsleer vindt het jammer dat alleen de grootste bedrijven onderzoek doen. „Kleine bedrijven hebben weinig laboratoria of geen

geld. Die worstelen met een winstmarge van een half procent.”

Toch zullen die bedrijven snel mee moeten doen, omdat de consument steeds makkelijker kan zien wat gezond is. Deze week werd het keurmerk 'Gezonde Voeding' gepresenteerd, waarmee klanten meteen zien welke producten écht gezond zijn.

Unilever stopt niet met de productie van Magnum ijs, net zo min als Smith Food dat doet met chips en Campina met vette kaas. „Een plakje kaas per dag is niet teveel”, stelt Van Hooijdonk van Campina. „Wat moet je anders op je boterham doen? Jam is slechter.” Hij blijft zoete zuiveldrankjes verkopen. „We zijn in competitie met andere bedrijven. Dat is de realiteit van het leven. Als wij het niet op de markt brengen, doet Danone het wel.”

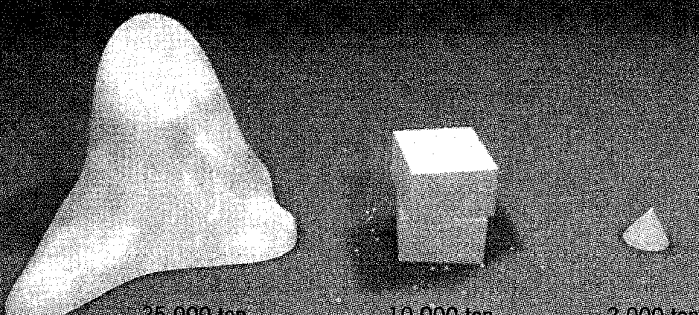
Minder vet, suiker, zout

De afgelopen drie jaar zijn veel producten gezonder geworden. Een kleine greep:

- Milner 30+ kaas: 38 procent minder vet.
- Lipton Ictea: 66 procent minder suiker.
- Lay's chips: 30 procent minder verzadigd vet. Later dit jaar een verdere verlaging tot 50 procent.
- Unox soep: 10 procent minder zout.
- Botergoud Elke Dag: 69 procent minder vet dan gewone roomboter.



Melk, frisdrank en soep steeds gezonder
Hoewel veel ongezonde stoffen die Unilever uit zijn producten haalt (2005-2006)



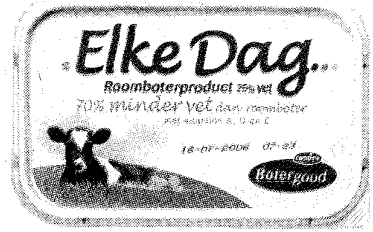
25.000 ton
vet

10.000 ton
suiker

2.000 ton
zout

1 ton = 1.000 kg

NRC Handelsblad 26/05/06 / SB / Bron: Unilever



Door verkeerd en teveel eten sterven jaarlijks 15 miljoen mensen. Voedingsconcerns halen daarom zoveel mogelijk vet, suiker en zout uit hun producten. (Foto Joyce van Belkom)