

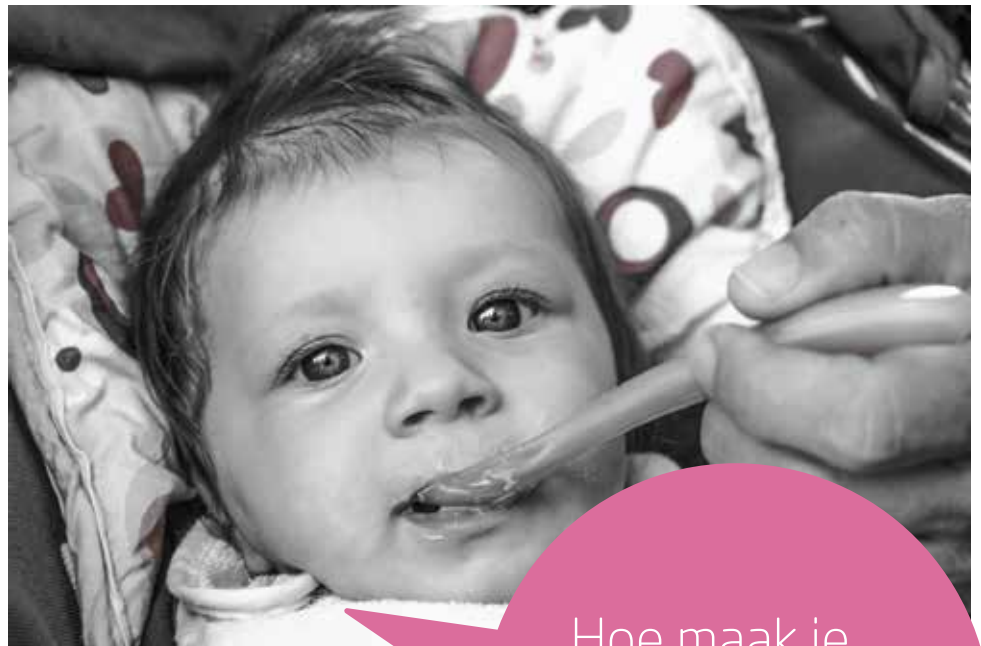
Babyvoeding

Alhoewel mijn kinderen inmiddels vijf en zeven zijn, blijft babyvoeding mij intrigeren. Vooral bij de 'eerste hapjes' is er keuze te over. Wat mij dan weer opvalt, is dat op alle potjes babyvoeding staat vermeld 'bevat geen zout en suiker!' Maar waarom is dat belangrijk?

Dat teveel zout slecht is, komt door de natrium die daarin zit. Jonge kinderen kunnen het zout in voedsel nog niet goed verwerken omdat hun nieren nog moeten uitgroeien. Daarom is het belangrijk om geen zout aan hun eten toe te voegen. Voor fabrikanten betekent dat een aantal uitdagingen. Zout wordt in de voedingsmiddelenindustrie veel gebruikt om producten langer houdbaar te maken. Mag je dat niet gebruiken; dan moet je andere manieren vinden om te zorgen dat jouw potjes lang in de schappen kunnen blijven staan. Ook blijft de structuur van de groenten met zout beter. Daarnaast versterkt zout de smaak waardoor kinderen het lekkerder vinden. Dit zijn nogal wat zaken om op te lossen.

Suiker weglaten uit voeding is ook lastig. Kinderen hebben al vanaf de geboorte een voorkeur voor zoete smaken. Daarnaast zorgt suiker - net als zout - voor een langere houdbaarheid en heeft het een groot effect op de structuur en consistentie van voeding. Dus hoe zorgen producenten dat ze geen suikers hoeven toe te voegen aan babyvoeding? Eén mogelijke oplossing is om zoetstoffen te gebruiken, maar de eigenschappen van zoetstoffen zijn vaak heel anders dan van gewone suikers, waardoor veel onderzoek nodig is om te zorgen dat ze geen problemen geven - als ze al zijn toegestaan.

MARTHA HOEBENS geeft vanuit Bedrijf in de Klas docenten handvatten om op een gemakkelijke, laagdrempelige manier 'iets met bedrijven' in de klas te doen. Onder andere verzamelt ze hiervoor voorbeelden uit het dagelijks leven, waar je gemakkelijk de link met het bedrijfsleven kunt zien - als je maar weet waar je moet kijken!



Hoe maak je babyvoeding zonder zout en suiker?!

.....
 Fabrikanten gebruiken groente of fruit met bepaalde eigenschappen voor hun hapjes. In de potjes 'spaghetti bolognese' zit over het algemeen vrij veel wortel - want lekker zoet en mooi oranje. Aardbei zit meestal in combinatie met appel in de potjes - want appel is vrij zuur, dus blijft de aardbeienprak mooi rood.

Een andere oplossing is zoetere groenten te kweken. De wortels die in een potje babyvoeding zitten, zijn van een ander ras dan de wortels die je in de supermarkt koopt. Voor het verlies van structuur ligt een mogelijke oplossing in de manier van conserveren van de hapjes. Hiervoor wordt onder andere onderzoek gedaan aan behandeling met hoge druk en met elektrische velden.

Fabrikanten blijven voorlopig dus zoeken naar zout- en suikervervangers die de houdbaarheid verlengen, structuur verbeteren, de smaak versterken en ook nog zijn toegestaan volgens de wetgeving. Nog een heel andere truc van fabrikanten? Ze doen de babyvoe-

ding in een andere verpakking. Van potjes verwachten wij namelijk dat ze erg lang houdbaar zijn. Maar van zakjes of bakjes - relatief nieuw in de schappen - niet. Dus heb je een product dat je nog niet zo goed lang houdbaar kunt maken? Dan stop je het gewoon in een andere verpakking. Alles bij elkaar zit er dus heel veel innovatie in voeding in het algemeen, maar bij babyvoeding in het bijzonder. En het ziet er zo gezellig uit in de schappen. Daarom is dit een mooi onderwerp als je met voeding bezig bent om met leerlingen te onderzoeken: hoe maak je eigenlijk babyvoeding zonder zout en suiker?!

Kijk voor inspiratie en lesmateriaal op www.bedrijfindeklas.nl. ●