

Koksnetwerk start reeks bijeenkomsten

EIWITRIJK SMULLEN

Boekweit-pastasalade met 'planted steak' of een kwarkvulling met chiazaad? Deze en andere gerechtjes passeerden de revue tijdens de eerste koksnetwerkbijeenkomst van Goede Zorg Proef Je. In de keuken van het UMC Utrecht lag de focus die middag op gezonde eiwitrijke, energierijke tussendoortjes.

Eiwit- en energierijke gerechtjes maken een opmars door in de ziekenhuiswereld. Dat is begrijpelijk, want ze dragen bij aan het herstel. Dat besef is ook steeds nadrukkelijker aanwezig bij directies en raden van bestuur.

In het UMC Utrecht bijvoorbeeld. Josefen Kursten, lid van de raad van bestuur van dat ziekenhuis, opende de koksnetwerkbijeenkomst van Goede Zorg Proef Je. "Mooi dat het netwerk van koks nu bestaat. Goede voeding is van cruciaal belang voor herstel. Dat koks hun kennis delen, juichen we toe."

En ze deed er nog een schepje bovenop: "Wanneer je patiënten spreekt, krijg je vaak te horen dat eten het hoogtepunt van hun dag is, in combinatie met de zorg van de voedingsassistenten. Dit verdient dan ook alle lof en waardering."

Meer variatie

Eiwit- en energierijke gerechten zijn belangrijk. Er is behoefte aan meer variatie en meer kennis op dit gebied, zo bleek tijdens de bijeenkomst in de keuken van het UMC Utrecht op 2 april. Bijna 20 organisaties, voornamelijk ziekenhuizen, namen deel. Ze lieten meegebrachte eiwitrijke gerechtjes proeven. Om elkaar te inspireren, om van elkaar te leren.

Het toevoegen van eiwitten vereist kennis en vakmanschap, zo werd duidelijk. De toevoegingen kunnen de smaak overheersen of leiden tot korreligheid. Dat is niet de bedoeling, want ook gerechtjes die eiwitrijk zijn, moeten goed smaken, omdat patiënten ze anders laten staan.

In sommige gevallen leidt verhitten ertoe dat de toevoegingen hun smaakneutrale karakter verliezen. Ook dat is niet gewenst. Door te experimenteren met verschillende eiwitpoeders kunnen er oplossingen worden aangedragen, zo werd duidelijk.

Warme tussendoortjes

Warme eiwitrijke tussendoortjes kunnen worden verstrekt met behulp van maaltijdwagens die over warmhoudlades beschikken. Maar de instelling daarvan luistert nauw. Pas op! Niet te warm graag.

Opvallend was de grote verscheidenheid aan gerechtjes waaronder veel plantaardige. Een greep uit het aanbod: pindakaas-chocoladekoekje, wortelcake, vegan kaasquiche, spinazie-polentakoekjes, amandelmelk-tofubessensmoothie, energiereep met dadelpuree en muffin met hüttenkäse, havermoutkoekjes, tortilla's, banaanhapje, huzarensalades, shakes, oosterse noedelsalade, geroosterde nootjes, boekweit-pastasalade met planted steak en een kwarkvulling met chiazaad.

Nog drie bijeenkomsten

Het Koksnetwerk van Goede Zorg Proef Je belegt dit jaar nog drie bijeenkomsten. Deze hebben de volgende onderwerpen: smaakgestuurd koken, zoutbeperkt koken, en de gezonde eiwittransitie naar meer plantaardig. Koks werkzaam in ziekenhuizen, zorginstellingen, maar ook cateraars en leveranciers zijn welkom. De volgende bijeenkomst gaat over smaakgestuurd koken, op 19 juni in het Dijklander Ziekenhuis te Hoorn. Zie het onderdeel 'Koksnetwerkbijeenkomst Smaakgestuurd koken' in de agenda op [Goedezorgproefje.nl](https://goedezorgproefje.nl).

Eric-Jan Wissink geeft uitleg.
Daarnaast Kees van der Wal



Kernteam

Bijna 20 organisaties en ziekenhuizen namen op 2 april deel aan de eerste koksnetwerkbijeenkomst van Goede Zorg Proef Je, georganiseerd door Eric-Jan Wissink (UMC Utrecht) en Kees van der Wal (St Antonius Ziekenhuis). De bijeenkomst vond plaats in de keuken van het UMC Utrecht. Het netwerk wordt mogelijk gemaakt door een kernteam dat bestaat uit zes chefs: Eric-Jan Wissink (UMC Utrecht), Ivar Kronenburg (Rode Kruis Ziekenhuis), Cees Neeffjes en Paula Groeneveld (Dijklander Ziekenhuis), Jelte Kuipers (Meander Medisch Centrum) en Kees van der Wal (St. Antonius). Zij organiseren dit jaar vier koksbijeenkomsten met elk een ander thema.

Inkopen

Je kunt eiwitrijke gerechten zelf ontwikkelen, maar je kunt ze ook inkopen of ze in samenwerking met een producent of leverancier ontwikkelen zodat ze aan jouw voorwaarden voldoen. Kees van der Wal van het St. Antonius Ziekenhuis Nieuwegein deed met die werkwijze ervaring op.

JE KUNT EIWITRIJKE GERECHTEN INKOPEN OF IN SAMENWERKING MET EEN PRODUCENT ONTWIKKELEN ZODAT ZE AAN JOUW VOORWAARDEN VOLDOEN

Hij liet onder meer twee groentepannenkoekjes ontwikkelen, een op basis van pompoen en een op basis van wortel. Een uitvraag onder producenten ging daaraan vooraf. Drie bedrijven konden de gerechtjes volgens de gewenste specificaties leveren. Een producent mocht ze gaan leveren. “We hebben die gerechtjes samen ontwikkeld. De prijs was wat hoger dan we in gedachten hadden. We hebben het toch gedaan. De waste bij dit product is nihil en de verwerkingskosten zijn voor ons heel laag.”

De volgende organisaties en ziekenhuizen namen deel aan de bijeenkomst. Albron, Amsterdam UMC locatie VUmc, Anna Ziekenhuis, Dijklander Ziekenhuis, Franciscus Gasthuis, Stichting Zorgspectrum Het Zand, Hutten Zorgcatering, IJsselland Ziekenhuis, Leids Universitair Medisch Centrum, Meander Medisch Centrum, Medisch Spectrum Twente, St Antonius Ziekenhuis, UMC Utrecht, VieCuri Medisch Centrum, Ziekenhuis Gelderse Vallei, Ziekenhuis Rivierenland, Ziekenhuis St Jansdal en Jeroen Bosch Ziekenhuis.

Hoe beoordeel je eiwitsupplement?

Hoe vind je uit of een eiwitsupplement aan de eisen voldoet? Deze vraag legden we, los van de bijeenkomst in het UMC, voor aan het Voedingscentrum. Op verpakkingen van producten kunnen verschillende soorten claims staan, zo wordt gemeld. Voedingsclaims stellen dat een voedingsmiddel een bepaalde goede samenstelling heeft. Deze claims zijn gemakkelijk te controleren. Zo komt de claim ‘light’ vaak voor. Dit betekent dat er bijvoorbeeld 30% minder kcal of vet in een product zit. Ook bestaan er gezondheidsclaims. Deze geven aan dat een voedingsmiddel voordelig is voor de gezondheid.

Het gebruik van claims is in Europese wetgeving geregeld. Fabrikanten mogen een claim alleen gebruiken als deze op de Europese lijst van goedgekeurde claims voorkomt. Claims op voedingsmiddelen moeten altijd bewezen zijn.

Gezondheidsclaims worden beoordeeld door de Europese Voedselveiligheid Autoriteit (EFSA). Omdat voedingsclaims zo eenduidig zijn, hoeven die niet beoordeeld te worden door de EFSA. Wel moeten zij op de Europese lijst van goedgekeurde claims voorkomen.

De regels over claims gelden voor producten die in de winkel liggen. Verder gelden ze voor voedingsmiddelen in restaurants, ziekenhuizen, scholen en andere instellingen. Ook voedingssupplementen vallen onder deze regeling. De Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA) houdt toezicht op de gevoerde claims in Nederland.

Om erachter te komen of een eiwitpreparaat doet wat het belooft, kun je checken of de claim op het product voorkomt op de Europese lijst van goedgekeurde claims. Deze claims moeten altijd bewezen zijn. Informatie vind je op nvwa.nl, food.ec.europa.eu, efsa.europa.eu, keuringsraad.nl en voedingscentrum.nl.

DEZE GERECHTEN MAKEN ZIJ VOLGENS ONZE RECEPTUUR; TOCH MERK JE DAT HET ANDERS IS DAN WANNEER WIJ ZE MAKEN



Hij is ook bezig om andere gerechtjes door derden te laten produceren. Voorwaarde is wel dat deze in het pakket van de totaalleverancier (Van Hoeckel) kunnen worden meegenomen. Van der Wal: “Deze gerechten maken zij volgens onze receptuur; toch merk je dat het anders is dan wanneer wij ze maken. De manier van pureren zal afwijken, denk ik. Je kunt er dus niet vanuit gaan dat je een-op-een hetzelfde product krijgt.”

Hamburger van 30 gram

Deze manier van samenwerken met producenten is geen verdienmodel voor het St. Antonius Ziekenhuis, zegt Van der Wal. “Het gaat ons erom dat ze voldoen aan de eisen die wij stellen. We kunnen een hamburger die is gemaakt van paddenstoelen inkopen, maar als de voedingswaarde daarvan minimaal is, kunnen we die niet serveren aan onze patiënten.”

Een plantaardige hamburger die wél de nodige bestanddelen bevat maar 120 gram weegt, is voor Van der Wal ook lastig in te passen. “We willen een minihamburger van 30 of 40 gram die we als tussendoortje kunnen serveren. Die afspraken hebben we met onze leverancier kunnen maken.”