

Smaaktekort leidt tot ondervoeding

Goossens versus Goossens

Peter Goossens, driesterrenchef van restaurant Hof van Cleve in Kruishoutem, en Edwig Goossens, gangmaker achter het S3-project, zijn twee autoriteiten op het vlak van smaak en aroma's. Die laatste is zelfs van oordeel dat een smaakarme keuken in zorginstellingen tot ondervoeding kan leiden. Wanneer Edwig Goossens die alarmbel luidt, spitst zijn naamgenoot de oren.

U leidt het zogenaamde S3-project rond Smaak en Selectieve Smaaksturing waarvoor u onder meer van de Vlaamse Regering en Unilever Foodsolutions steun krijgt. De bezorgdheid van de overheid wijst erop dat u een betekenisvol probleem aanpakt. Dat moet motiverend werken?

Edwig Goossens: "Zeker en vast. Maar het lijkt me ook niet meer dan logisch dat we voor een maatschappelijk probleem steun krijgen. Want we stellen vast dat ondervoeding bij senioren, een groep die nog steeds toeneemt, veel te maken heeft met de smaak van het eten dat ze voorgeschoteld krijgen. Tot voor kort was men vooral – om niet te zeggen uitsluitend – bekommerd om de voedselveiligheid en voedingswaarde. Willen senioren waardig kunnen eten, dan moeten de bereidingen ook lekker zijn! Het lijkt evident, maar in de praktijk stellen we vast dat precies door een gebrek aan smaak senioren makkelijk hun eetlust verliezen, met gewichtsverlies en ondervoeding als gevolg. Mensen die juist de beste zorgen zouden moeten krijgen, worden op die manier met extra problemen geconfronteerd. Dat kan toch niet de bedoeling zijn van een zorginstelling?"

Een problematiek die zich duidelijk niet stelt in restaurants. Maar kent u dat fenomeen?

Peter Goossens: "Als ik zonder smaak zou koken, zou ik snel zonder klanten zitten. Mijn gasten zijn mobiel en ik zou ze geen ongelijk geven dat ze daarom bij een collega aan tafel gaan. Senioren en zeker mensen die in rusthuizen of verzorgingsinstellingen leven, hebben die keuze veel minder of zelfs helemaal niet. Het lijkt me dan ook logisch dat ze met minder goesting aan tafel gaan wanneer hun maaltijden onvoldoende smaakprikkels opleveren. Dat zoiets uiteindelijk tot ondervoeding en gewichtsverlies leidt, is ongehoord maar volkomen begrijpelijk. Als restaurantchef sta je daar eigenlijk niet bij stil. Al goed dat een project zoals S3 rond smaakbeleving die problematiek in kaart brengt en naar oplossingen zoekt. Ik wil zeker helpen waar mogelijk, dus op mijn steun mogen ze rekenen."

Wat stelt S3 voor als oplossing?

Edwig Goossens: "We staan uiteraard achter de bezorgdheid om senioren veilig en gezond voedsel aan te bieden. Maar de nadruk mag

niet alleen daarop liggen. Voedselveiligheidsnormen zoals HACCP zijn broodnodig, maar daarom niet zaligmakend. Ook de zorg voor een evenwichtige en gezonde voeding is uitermate belangrijk. Maar wij zeggen dat het eten ook lekker moet smaken. Want wat is men met veilig bereid en voedzaam eten wanneer het niet of onvoldoende gegeten wordt omdat het weinig of geen smaak heeft?"

Wat houdt u tegen om voor senioren smakelijk eten te bereiden? Men kan zich toch spiegelen aan onze restaurants? Kunnen topchefs zoals Peter Goossens u helpen?

Edwig Goossens: "We kunnen ons zeker spiegelen aan onze restaurantcultuur die ook in het buitenland hoog staat aangeschreven, dat klopt. Maar het probleem is complexer omdat toprestaurants en bedrijfsrestaurants een ander einddoel hebben. We kunnen ze dus moeilijk met elkaar vergelijken. Restaurants brengen een feestelijke, smaakrijke en intense keuken die niet gericht is op dagelijks verbruik. Naar toprestaurants gaan de meeste mensen om iets te vieren. Ze verwachten dan ook iets bijzonders, iets creatiefs of iets nieuws op hun bord. Ze kijken net uit naar totaal andere gerechten dan degene die ze normaal eten. Terwijl in de grootkeukens chefs juist instaan voor de dagelijkse huismoederkeuken."

Peter Goossens: "En die keukens is veel repetitiever. Chefs in grootkeukens maken meestal gebruik van een beperkter, bekend en herkenbaar repertoire. Ze hebben ook veel minder middelen ter beschikking. Het lijkt me niet makkelijk om met zo'n beperkte budgetten elke dag opnieuw borg te kunnen staan voor een lekkere, gevarieerde keuken. Ik heb daar heel veel respect voor."



// We stellen vast dat ondervoeding bij senioren veel te maken heeft met de smaak van het eten dat ze voorgeschoteld krijgen.

EDWIG GOOSSENS

// Als ik zonder smaak zou koken, zou ik snel zonder klanten zitten.

PETER GOOSSENS

// Ik denk dat Unilever Foodsolutions een rijk gamma heeft dat voor een meer smaakrijke en gevarieerder keuken kan zorgen.

PETER GOOSSENS

Edwig Goossens: “Een dagdagelijkse keuken moet inderdaad variëren, want het is een biologisch regel dat met steeds dezelfde keuken de smaakpapillen vermoeid raken en dus minder goed gaan proeven. Wat ertoe leidt dat men zich met minder of zelfs zonder enthousiasme gaat voeden. Dit kan dan weer de oorzaak zijn voor een verminderde weerstand, ziektes of ondervoeding.”

Is het enkel een kwestie van budget?

Edwig Goossens: “Deels wel. Ik heb zowel in gastronomische als in bedrijfsrestaurants gewerkt en kan dus beide terreinen goed met mekaar vergelijken. Als ik een sterrenchef zoals Peter Goossens als een renpaard, een Arabische volbloed, mag omschrijven dan beschouw ik een chef die in de keuken van een verzorgingsinstelling staat als een werkpaard, zeg maar een Brabants trekpaard. Beide hebben enorme kwaliteiten en zijn dus tot veel in staat. Maar ze moeten uiteraard de juiste middelen hebben en ook goed weten wat ze moeten doen. Het is naast een budgetkwestie dus ook een zaak van kennis.”

Peter Goossens: “Ik pleit voor een verhoging van de middelen. Het is in sommige gevallen schrijnend om te zien met hoe weinig middelen chefs in zorginstellingen moeten werken. Met maar een paar euro per gast moeten ze toch drie smakelijke maaltijden bereiden. Dan moet je echt kunnen toveren. Bovendien vergeet men dat voor veel mensen die in een rusthuis of verzorgingsinstelling wonen, de maaltijden net een moment vormen om naar uit te kijken. Het breekt het ritme van de dag. Een lekkere maaltijd zorgt ervoor dat ze goed eten en niet ondervoed raken. Maar, nog veel belangrijker, lekker eten zorgt volgens mij ook voor een goed gevoel, of noem het een algemene vorm van welbehagen. Om dat te begrijpen, moet je toch geen psychologie

gestudeerd hebben?”

Edwig Goossens: “Gelukkig krijgen we niet alleen van de overheid steun, maar ook vanuit de bedrijfswereld.”

Peter Goossens: “Ik denk dat Unilever Foodsolutions toch een rijk gamma heeft dat voor een meer smaakrijke en gevarieerder keuken kan zorgen. En producten zoals bouillons en fonds kosten geen fortuinen. Bovendien hebben ze een enorme ontwikkeling doorgemaakt. Zo zijn deze producten vrij van artificiële aroma's, kleurstoffen of kunstmatige smaakversterkers. En zorgen bovendien voor een natuurlijke frisse, lekkere smaak.”

Edwig Goossens: “Vooral dat laatste is bijzonder belangrijk. We weten uit wetenschappelijk onderzoek dat de mens maar voor twintig procent via de smaakpapillen op de tong proeft. Het grootste gedeelte van de prikkels die we als smaak ervaren, nemen we waar via de neusholte. Bij het ouder worden neemt het reukvermogen sterk af waardoor dus ook de algemene smaakperceptie sterk daalt. De helft van de senioren tussen 65 en 80 jaar lijdt aan geurverlies terwijl het proeven via de tong ook op hoge leeftijd vrij goed intact blijft. Vandaar dat we vooral op smaak moet werken. We besteden dus veel aandacht aan kruiden, kooktijden, temperaturen, kooktechnieken, aromatiseren door middel van kruiden en groenten en variatie van receptuur en concentraties. Het is ook nodig om daarvoor de traditionele methodes in de grote seniorenkeukens bij te sturen. Met andere technieken kunnen we uit producten meer smaak halen. Gerechten moeten smaakvoller worden, zonder dat ze uiteraard hun evenwicht verliezen. Een goed voorbeeld is een bereiding met kip. Wanneer we kip niet stomen maar wel mooi aanbakken, zullen we onmiddellijk een beter smaak- en geurresultaat hebben. Het is dus niet alleen een



kwestie van centen en middelen maar ook van kennis, expertise, technieken én mentaliteit.”

Wat bedoelt u met mentaliteit?

Edwig Goossens: “Ik bedoel daarmee dat teveel verzorgingsinstellingen het eten maar beschouwen als een bijkomstigheid. Voor mij zou de toegang tot een lekkere en gezonde maaltijd tot de grondrechten van de mens moeten behoren. Dat lijkt toch niet een zo'n absurde eis? Maar gek genoeg staat zo'n regel niet in de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens ingeschreven. Men heeft daar blijkbaar niet aan gedacht. Gelukkig dat ons project S3 breed gedragen wordt. Maar ik pleit ook voor een mentaliteitswijziging binnen de sector. Nog teveel wordt het keukenwerk in de zorgsector als minderwaardig beschouwd. Ben je niet goed genoeg voor het werk in een restaurant, dan kan je nog altijd proberen om te werken in de keuken van een zorginstelling. Dat is natuurlijk je reinste onzin. Maar de kans bestaat dat mensen die in zorginstellingen werken zich daardoor minderwaardig voelen en ook minder gemotiveerd zijn.”

Krijgen chefs die in een zorginstelling werken dan geen waardering?

Peter Goossens: “Dat moet toch kunnen? Wij zien onze klanten en horen hun reacties ook



// Een dagdagelijkse keuken moet variëren, want het is een biologisch regel dat met steeds dezelfde keukens de smaakpapillen minder goed gaan proeven.

EDWIG GOOSSENS

maar wanneer we in het restaurant onze gasten opzoeken. Dat moet in een zorginstelling toch ook mogelijk zijn, dat de chef van tafel tot tafel gaat om te polsen of het eten lekker was? Een chef die goed werkt en appreciatie krijgt, zal in zo'n instelling toch op handen gedragen worden. Automatisch is hij dan ook meer gemotiveerd en gaat hij nog beter presteren."

Edwig Goossens: "Dat lijkt eenvoudig, maar meestal blijft er een grote afstand bestaan tussen zo'n chef en zijn gasten. Dikwijls liggen die keukens wat meer afgelegen, bijvoorbeeld in een kelder. Dat staat haaks op de open keukens in de restaurantsector. Daarnaast mag zo'n chef ook in veel gevallen geen contact

hebben met zijn gasten omdat hij daar niet het juiste medische diploma voor heeft."

Peter Goossens: "Ook daar lijkt dus nog werk aan de winkel. Een chef zou toch in alle omstandigheden zijn gasten moeten kunnen ontmoeten? Of hij nu in een keuken van restaurant of zorginstelling staat, dat zou toch geen verschil mogen maken. . . Finaal hebben beide chefs toch dezelfde doelstelling om kwalitatief lekker en gezond eten te bereiden. Het lijkt me dan ook normaal dat ze allebei mogen weten of ze aan de verwachtingen van hun klanten voldoen. Op die manier worden chefs ook sterker en zijn ze beter gemotiveerd. Daar wint iedereen toch bij!"

SMAAKALARM! SAMENGEVAT

Eten moet niet alleen veilig en gezond zijn, maar ook lekker!

In zorginstellingen komt de smaak van het eten vaak pas op de tweede plaats.

Senioren hebben gemiddeld genomen een verminderd smaakvermogen.

Minder smaak leidt tot minder appetijt, tot voedingstekorten en zelfs tot ondervoeding.

Selectieve smaaksturing is daarom noodzakelijk. Recht op smaak is een mensenrecht!

Meer financiële middelen en daarnaast meer kennis en aangepaste technieken zijn een must.

Ook bedrijven zoals Unilever Foodsolutions kunnen met hun smaakgedreven producten mee voor een oplossing zorgen.

Chefs van zorginstellingen moeten meer contact krijgen met hun klanten.

Meer info over het S3-project:
www.smaakensmaaksturing.be