

2016 is Internationaal Jaar van de Peulvrucht

nieuws

Woensdag start het 'Internationaal Jaar van de Peulvrucht', een grootschalige campagne waarbij de Verenigde Naties het verbruik van peulvruchten willen promoten. Want bonen, (kikker)erwten, linzen en andere peulvruchten zijn niet alleen bijzonder eiwitrijke groenten, als stikstof bindende gewassen verrijken ze ook de bodem. In de actieve voedingsdriehoek die in Vlaanderen gehanteerd wordt, staan peulvruchten - in combinatie met een andere eiwitbron - te boek als vleesvervanger.

6 JANUARI 2016 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:33

Lees meer over:

akkerbouw



Woensdag start het 'Internationaal Jaar van de Peulvrucht', een grootschalige campagne waarbij de Verenigde Naties het verbruik van peulvruchten willen promoten. Want bonen, (kikker)erwten, linzen en andere peulvruchten zijn niet alleen bijzonder eiwitrijke groenten, als stikstof bindende gewassen verrijken ze ook de bodem. In de actieve voedingsdriehoek die in Vlaanderen gehanteerd wordt, staan peulvruchten - in combinatie met een andere eiwitbron - te boek als vleesvervanger.

Het Internationaal Jaar van de Peulvrucht volgt op een jaar waarin het belang van de bodem onder de aandacht werd gebracht door de Verenigde Naties. Volgens de Voedsel- en landbouworganisatie van de VN zijn peulvruchten belangrijk voor de voedselzekerheid in grote delen van de wereld, meer bepaald in Latijns-Amerika, Afrika en Azië. Bovendien leveren peulvruchten een grotere bijdrage aan het landbouwincome dan granen. Wereldvoedselorganisatie FAO informeert consumenten over de vele voordelen van peulvruchten via de website Pulses.org.

Peulvruchten, de eetbare gedroogde zaden van vlinderbloemige gewassen, zijn rijk aan eiwitten, vezels, vitaminen en aminozuren. "Een kopje gekookte peulvruchten bevat meer dan de helft van de dagelijks behoefte aan vezels", verduidelijkt het Belgische Peulvruchten Comité. "Als goedkoop voedsel met een laag vet- en hoog- vezel- en voedingsgehalte, spelen ze een belangrijke rol in de preventie en controle van diabetes en bloedarmoede en dragen ze bovendien bij tot de vermindering van hart- en vaatziekten."

Woensdag start een eerste wereldwijde actie. Onder de naam #PulseFeast wordt wereldwijd opgeroepen om het jaar gezond te starten met een maaltijd gebaseerd op peulvruchten. Ook het Belgisch Peulvruchten Comité roept op om deel te nemen. Dat comité bestaat uit toeleveranciers aan de verwerkende industrie: Alimex Europe/Breat - De Vos, Beanworks Seeds & Grains & The Chalo Company en Casibbeans.

De handel in peulvruchten is zeer internationaal, verduidelijkt general manager Caroline Suy (Casibbeans). "In Europa worden ongeveer één miljoen ton peulvruchten geïmporteerd, voornamelijk bonen, erwten en linzen. De handel verloopt voor een groot stuk via Antwerpen, maar bonen worden ook vaak naar andere landen doorgestuurd." Peulvruchten worden vooral verwerkt in de conserven- en diepvriesindustrie.

In vergelijking met buurlanden Nederland of Groot-Brittannië, consumeren Belgen minder peulvruchten, al is de vraag stijgende, zo is te horen bij de toeleveranciers. Peulvruchten zijn bij vegetariërs al lang ingeburgerd als vleesvervanger maar worden ook meer en meer verwerkt in sauzen, pasta's, chips en bakkerijproducten.

Peulvruchten zijn ook goed voor het milieu: ze gebruiken bodembacteriën om stikstof uit de lucht te halen en vast te leggen in de bodem. De goede groei van de planten is dus niet afhankelijk van een rijkelijke bemesting. Het feit dat ze de bodem niet uitpinnen maar verrijken met stikstof maakt van vlinderbloemigen een belangrijke teelt in de vruchtafwisseling.

Voor Belgische en Vlaamse boeren zijn peulvruchten geen hoofdteelt, maar zeker ook geen nicheteelt, zegt Boerenbond. De landbouwenquête 2014 (FOD Economie - Algemene Directie Statistiek) leert dat er in ons land bijna 2.000 hectare peulvruchten voor de veevoedersector geteeld worden, maar wel bijna 10.000 hectare groene erwten en ruim 4.100 hectare groene bonen voor menselijke consumptie. Het gros van die erwten is rechtstreeks voor de diepvriesgroentenindustrie bestemd.

Bron: Belga / eigen verslaggeving

Beeld: Ardo

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: <https://www.facebook.com/vilt.nieuws/>

screenreader.visit us on our linkedin page: <https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/>

screenreader.visit us on our instagram page: <https://www.instagram.com/vilt.nieuws>

screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws

screenreader.visit us on our bluesky page: <https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social>

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by Who Owns The Zebra