nieuws

"30% meer antioxidanten in biologische producten"

nieuws

Volgens Amerikaans onderzoek hebben biologische landbouwmethoden de potentie om het gemiddelde gehalte aan antioxidanten te verhogen, vooral in verse producten. Het gehalte aan antioxidanten in biologische producten is zo'n 30 procent hoger dan gangbare producten die onder dezelfde omstandigheden zijn geteeld.

16 FEBRUARI 2005 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:54

Volgens Amerikaans onderzoek hebben biologische landbouwmethoden de potentie om het gemiddelde gehalte aan antioxidanten te verhogen, vooral in verse producten. Het gehalte aan antioxidanten in biologische producten is zo'n 30 procent hoger dan gangbare producten die onder dezelfde omstandigheden zijn geteeld, aldus het rapport Elevating Antioxidant Levels Through Organic Farming and Food Processing van The Organic Center for Education and Promotion.

In het rapport worden vijftien kwantitatieve onderzoeken naar antioxidanten in biologische en gangbare groenten en fruit besproken. In dertien van de vijftien gevallen bevatten de biologische producten meer antioxidanten. Gemiddeld bevatten de biologische producten een derde meer antioxidanten en/of fenolen dan gangbare groenten en fruit. Het gebruik van vaste mest, bodembedekkers en langzaam vrijkomende stikstof in de biologische landbouw kan het gehalte van antioxidanten en polyfenolen in biologische producten verhogen, aldus het onderzoek.

Wanneer groenten en fruit bij een optimale rijpheid worden geoogst en in onbewerkte vorm gegeten, zonder het verwijderen van de schil, zal inname van antioxidanten hoger zijn, zegt onderzoeker Charles Benbrook. De buitenkant van groenten en fruit bevat over het algemeen de hoogste concentratie antioxidanten. Consumenten schillen gangbare groenten en fruit vaak uit angst voor resten bestrijdingsmiddelen.

De verschillen in verwerking van biologische en gangbare producten hebben ook invloed op het gehalte aan antioxidanten. Zo zorgen hoge temperaturen en hogedruk voor een daling van het antioxidantengehalte. Verwerkers van biologische producten gebruiken vaak lagedruk en koude persingsmethoden bij de productie van sappen en

oliën. Dit resulteert volgens het Amerikaanse onderzoek in producten met meer smaak en meer voedingsstoffen, waaronder antioxidanten.
Meer informatie:www.organic-center.org

Bron: Agriholland

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
Crafted by Brigada