nieuws

Groenten steeds populairder als gezonde snack

nieuws

Het klassieke voedingspatroon staat op de helling. Nieuw is dat de consument steeds vaker kiest voor groenten en fruit als gezond tussendoortje thuis of buitenshuis. Dat blijkt alvast uit een Nederlands consumentenonderzoek dat onder meer werd uitgevoerd door het Productschap Tuinbouw.
Cherrytomaten, stukjes komkommer of een bakje rauwkost vullen steeds meer de behoefte aan een hartige snack, terwijl fruit vooral de zoetekauw behaagt.

28 AUGUSTUS 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 14:44

Het klassieke voedingspatroon staat op de helling. Nieuw is dat de consument steeds vaker kiest voor groenten en fruit als gezond tussendoortje thuis of buitenshuis. Dat blijkt alvast uit een Nederlands consumentenonderzoek dat onder meer werd uitgevoerd door het Productschap Tuinbouw. Cherrytomaten, stukjes komkommer of een bakje rauwkost vullen steeds meer de behoefte aan een hartige snack, terwijl fruit vooral de zoetekauw behaagt.
De consument is vandaag veel meer bezig met zijn gezondheid in vergelijking met enkele jaren geleden. Maar die gezondheid is op zich onvoldoende als motivatie om meer groenten en fruit te eten. Genot en gemak zijn minstens zo belangrijk, en vaak zelfs minimumvoorwaarden om tot aankoop over te gaan. En dan zijn er nog diverse barrières die de aankoop in de weg kunnen staan, zoals de drukke levensstijl en het gebrek aan kookkennis en vaardigheid.
Consumenten hebben een standaardrepertoire maar voor de rest weten ze niet meer hoe groenten en fruit bereid kunnen worden, aldus de onderzoekers. De respondenten geven wel aan dat ze op zoek zijn naar innovatie en variatie, maar de noodzakelijke vaardigheden en kennis ontbreken bij de meesten. Korte bereidingstips en eenvoudige recepten zijn een uitkomst voor de gehaaste consument die toch lekker wil eten, zo luidt het.
Er is een steeds grotere vraag naar panklare groenten. Daarnaast weet de consument ook de weg naar de exotische gerechten steeds makkelijker te vinden. Naast het

wokken en roerbakken heeft een kleine groep Nederlanders het stomen ontdekt. Ook de levensfase is van belang in het aankooppatroon van groenten en fruit. Startende jongeren gaan niet bewust om met hun eetpatroon, terwijl samenwonende koppels meer voor elkaar zorgen en gezinnen bewust groenten en fruit aankopen voor de gezondheid van hun kinderen.
Uit eerder onderzoek is gebleken dat een doorsnee Nederlands gezin amper acht euro per week spendeert aan groenten en fruit. Om daar iets aan te doen, riep het Nederlanse Voedingscentrum een jaar geleden zowaar de hulp in van een Vlaming. Groentekok Frank Fol trok met een roadshow door Nederland om onze noorderburen opnieuw gezond te leren eten.(KS)

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