nieuws

Teelt Limburg echt gezondere appel dan West-Vlaanderen?

nieuws

Een appel uit Limburg is tot 20 procent gezonder dan een exemplaar uit West-Vlaanderen als we Luc Busschaert mogen geloven. Navraag bij het voedingsinformatiecentrum NICE leert dat er onvoldoende wetenschappelijk bewijs is om aan te nemen dat de ene appel gezonder is dan de andere.

14 DECEMBER 2012 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 15:07

Lees meer over:
gezondheid

Een appel uit Limburg is tot 20 procent gezonder dan een exemplaar uit West-Vlaanderen als we Luc Busschaert mogen geloven. "De verschillende fruitsoorten hebben een unieke samenstelling en leveren elk hun bijdrage aan onze gezondheid", zegt het voedingsinformatiecentrum NICE, "maar er is onvoldoende wetenschappelijk bewijs om aan te nemen dat de ene appel gezonder is dan de andere."
Busschaert, naar eigen zeggen "onafhankelijk landbouwexpert", liet 12 appelsoorten onderzoeken die hij haalde bij zes fruittelers verspreid over Vlaanderen. In de krant en op de radio verklaart hij dat uit de analyses zou blijken dat rode appels gezonder zijn dan groene appels, net zoals appels uit de fruitstreek gezonder zouden zijn dan appels van West-Vlaamse telers.
Uit de huidige nutritionele gegevens valt af te leiden dat het verschil in voedingsstoffensamenstelling tussen de verschillende appelrassen zeer beperkt is. "Momenteel is er onvoldoende wetenschappelijk bewijs dat een appel van het ene ras gezonder kan zijn dan een appel van een ander ras", zegt Elise Naessens, voedingsdeskundige bij het Nutrition Information Center (NICE). "Zeker is wel dat elke fruitsoort (appel, peer, enz.) haar eigen unieke samenstelling heeft en zo elk haar bijdrage levert aan onze gezondheid."
Onderzoekers hebben voorlopig nog niet kunnen achterhalen van welke groente- en fruitsoorten de grootste beschermende werking uitgaat. "Daarom is variatie vooralsnog

de beste manier om een breed scala aan vitaminen, mineralen, voedingsvezels en bioactieve stoffen binnen te krijgen", aldus Naessens. "En het begint natuurlijk bij voldoende fruit eten. Het merendeel van de Belgen slaagt er niet in om de aanbevolen twee tot drie stuks fruit per dag te consumeren."

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