

Biologische melk bevat meer omega-3-vetzuren

nieuws

Biologische melk bevat meer omega-3-vetzuren dan gewone melk. Tot die vaststelling kwamen onderzoekers van de Vakgroep Dierlijke Productie van de Universiteit van Gent. Het resultaat houdt vooral verband met het hoge aandeel ingekuilde gras/klaver in het biologische melkveerantsoen, aldus de onderzoekers Veerle Fievez en Bruno Vlaeminck.

🕒 6 JUNI 2005 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:54

Biologische melk bevat meer omega-3-vetzuren dan gewone melk. Tot die vaststelling kwamen onderzoekers van de Vakgroep Dierlijke Productie van de Universiteit van Gent. Omega-3-vetzuren zouden onder meer bescherming bieden tegen hart- en vaatziekten en positief zijn voor het immuunsysteem.

De wetenschappers onderzochten de vetzuursamenstelling van verschillende melkmonsters uit de biologische en gangbare landbouw in januari, februari en maart van dit jaar. Uit het onderzoek bleek dat het gehalte aan omega-3-vetzuren 76 procent hoger ligt dan in gewone melk. Dat zou het gevolg zijn van de gras- en klaverconsumptie van de koeien.

Tegenwoordig worden heel wat producten, zoals bijvoorbeeld brood, kip, eieren, melk enz., verrijkt met omega-3 dat van nature voorkomt in vette vissoorten als haring en sardines en noten. Reden daarvoor is dat omega-3-vetzuren een gunstige rol spelen bij het versterken van immuunsysteem en het voorkomen van astma, allergie en hart- en vaatziekten. Omega-3-vetzuren zouden ook goed zijn voor de huid, hersenen, haar, gewrichten en helpen tegen depressie. Door onze huidige westerse eetcultuur krijgen we minder van die vetzuren binnen dan vroeger.

De resultaten van de Gentse onderzoekers bevestigen eerdere buitenlandse bevindingen. Het Nederlandse Louis Bolk Instituut kwam tot de vaststelling dat biologische melk altijd beter scoort wat omega-3-vetzuren betreft. Uit dat onderzoek blijkt ook dat biologische koeien gezonder zijn dan hun soortgenoten. Zo reageren ze beter op infecties en zijn ze robuuster.

Bron: Belga

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/viltnieuwbsky.social>

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by Who Owns The Zebra