nieuws

"Eet ook Columbuseieren met mate"

nieuws

Met Pasen voor de deur staan in heel wat gezinnen eieren op het menu. Naast de keuze uit kooi- of scharreleieren kan je tegenwoordig ook kiezen voor Columbuseieren. De producent van deze eieren beweert dat ze gezonder en evenwichtiger zijn en dat je “nooit meer bang moet zijn voor eitjes”. Inge Coene van het Nutrition Information Center (NICE) nuanceert een en ander.

10 APRIL 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:07

Lees meer over:
gezondheid
marketing

Met Pasen voor de deur staan in heel wat gezinnen eieren op het menu. Naast de keuze uit kooi- of scharreleieren kan je tegenwoordig ook kiezen voor Columbuseieren. De producent van deze eieren beweert dat ze gezonder en evenwichtiger zijn en dat je “nooit meer bang moet zijn voor eitjes”. Inge Coene van het Nutrition Information Center (NICE) nuanceert een en ander.

Colombus beweert dat zijn eieren bijdragen tot een betere beheersing van de cholesterol. “Studies hebben aangetoond dat ze die cholesterol niet verminderen, maar dat de verhouding slechte cholesterol in het bloed wel daalt ten gunste van de goede”, beweert Jean-Pierre Goeseels van Columbus. “Dit komt omdat wij teruggrijpen naar wat een ei oorspronkelijk was”.

Doorheen de eeuwen is de mens anders beginnen te eten met te veel verkeerde vetten en te weinig evenwichtig. Daardoor kregen we te weinig omega 3 binnen, een vetzuur dat broodnodig is en niet door ons eigen lichaam wordt aangemaakt. Daardoor raakte het evenwicht met omega 6 zoek. Een gewoon ei bevat nu tot twintig keer meer omega 6 dan omega 3. Bij een Columbusei zou die verhouding één op één zijn. Zo luidt de theorie van de producent.

Dat zou alles te maken hebben met het menu dat Columbus zijn kippen voorschotelt: in plaats van enkel granen en maïs krijgen de kippen gevarieerd, plantaardig voer, net

zoals ze in het wild ook zouden vinden zonder menselijke tussenkomst. Dit zorgt ervoor dat Columbuseieren heel wat duurder zijn dan gewone eieren, zo'n 33 cent per ei. "Maar wij zijn niet duurder dan bio-eieren", beweert Goeseels.
Met de slogan "Wees nooit meer bang van eitjes" wil Columbus de consument overtuigen om zijn eieren te kopen. OIVO is hier niet echt gelukkig mee. Volgens hen maak je hiermee de mensen bang van gewone eieren. "Wij hebben geen kritiek op de Columbuseieren zelf", stelt OIVO, "wel aan de manier waarop ze reclame maken. Ze laten geen ruimte voor nuance", stelt de verbruikersorganisatie. Ondertussen zijn OIVO en Columbus rond de tafel gaan zitten en heeft de eierproducent belooft wat genuanceerder te zijn.
Maar wat denken voedingsdeskundigen over de claim van Columbus. "Deze eieren bevatten inderdaad beduidend meer omega 3, een trend die wel bij meer voedingsproducten opduikt. Dat kan wel helpen de juiste hoeveelheden binnen te krijgen, maar het mag niet gezien worden als een wondermiddel om een slecht voedingspatroon op te vangen", zegt Inge Coene van NICE.
Volgens haar is het perfect mogelijk om voldoende omega 3 uit je dagelijkse voeding te halen zonder de consumptie van Columbuseieren. "Het kan misschien handig zijn voor wie bijvoorbeeld allergisch is aan vis, maar een must is het zeker niet", meent Coene. Bovendien lijkt elke dag een eitje haar teveel van het goede. "Een dooier bevat nog steeds redelijk veel cholesterol. Drie eieren per week zijn daarom voldoende, verrijkt of niet".

Bron: Het Laatste Nieuws

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