nieuws

Test-Aankoop: "Kwart van spinazie bevat teveel nitraat"

nieuws

Bijna een kwart van de stalen spinazie en groene selder bevat meer nitraten dan de toelaatbare dagelijkse inname die de Wereldgezondheidsorganisatie aanbeveelt voor een volwassene van 70 kilo. Dat blijkt uit een onderzoek van Test-Aankoop. Woordvoerder Ivo Mechels roept in Het Nieuwsblad op tot een betere Europese regelgeving inzake nitraten.

2 MEI 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:07

Lees meer over:
milieu
gezondheid

Bijna een kwart van de stalen spinazie en groene selder bevat meer nitraten dan de toelaatbare dagelijkse inname die de Wereldgezondheidsorganisatie aanbeveelt voor een volwassene van 70 kilo. Dat blijkt uit een onderzoek van Test-Aankoop. Woordvoerder Ivo Mechels roept in Het Nieuwsblad op tot een betere Europese regelgeving inzake nitraten.

In bijna een kwart van de stalen spinazie en groene selder wordt de door de Wereldgezondheidsorganisatie aanbevolen toelaatbare dagelijkse inname voor een volwassene van 70 kilo overschreden, bijna drie vierde bevat meer nitraten dan een kind van 20 kilo mag innemen. Dit zijn de weinig geruststellende resultaten van een onderzoek over nitraten in bladgroenten, die Test-Aankoop in haar mei-nummer publiceert.

Nochtans zijn nitraten, die bestaan uit stikstof en zuurstof, onmisbare voedingsstoffen voor planten. Nitraat op zich is niet schadelijk, maar wanneer deze omgezet wordt in nitriet, wat gebeurt bij de bewaring en de bereiding (bij de heropwarming) van groenten, kan die schadelijk zijn. Ook in onze maag wordt nitraat omgezet in nitriet waar ze zich vervolgens kunnen vormen tot nitrosaminen, kankerverwekkende stoffen.

Wanneer planten dus te veel nitraten opnemen, ontstaat een probleem voor onze gezondheid en voor het leefmilieu. De belangrijkste oorzaak van nitraatverontreiniging is overmatige bemesting. Gelukkig worden alsmaar meer boeren zich bewust van dit probleem en worden ze ook begeleid door de Mestbank in Vlaanderen, zegt Ivo Mechels in Het Nieuwsblad.
Toch is er nog werk aan de Europese winkel. De Europese normen voor nitraten zijn slechts van toepassing op twee groenten: spinazie en kropsla. Uit de analyses van Test-Aankoop blijkt dat ook groene selder en rucola of raketsla te veel nitraten bevatten. Die laatste groente toont waarden die bijzonder hoog zijn. Het staal raketsla met het hoogste nitraatgehalte bevatte bijna drie keer de toelaatbare dagelijkse inname van een kind.
Test-Aankoop roept de Europese politici op om de drempels uit te breiden voor alle groenten die bekendstaan om hun hoge nitraatgehalte. En die drempels moeten ook worden herzien. "We kunnen toch niet aanvaarden dat de normen en drempels op het gebied van nitraten eerder ingegeven lijken door economische principes dan door de volksgezondheid", aldus Mechels. Een pleidooi om die groenten te mijden, houdt hij niet. "Dat zou de verkeerde gevolgtrekking zijn. Wel zouden we best zoveel mogelijk gevarieerd moeten eten en hooguit twee maal per week nitraatrijke groenten op het menu te plaatsen".

Bron: Het Nieuwsblad

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