

Wat eten we vanavond? Yacon!

nieuws

Yacon, euh? Doet het ook geen belletje rinkelen? Geen probleem, gewoon even verder lezen en je komt alles te weten over het gewas en wat er mee aan te vangen. “Als gevolg van de intensifiëring van de landbouw is het aantal gewassen en variëteiten die geteeld worden enorm afgenomen”, weet Gaël Staelens, projectmedewerker Expertisecentrum Agro-en biotechnologie van de VIVES Hogeschool. “We zijn daarom het Yacobat-veredelingsproject gestart om de yacon en de bataat nieuw leven in te blazen.” Om al een tipje van de sluier te lichten: yacon smaakt naar een mengeling tussen meloen en peer.

6 NOVEMBER 2018 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:47

Lees meer over:
voedingsindustrie
varia



Yacon, euh? Doet het ook geen belletje rinkelen? Geen probleem, gewoon even verder lezen en je komt alles te weten over het gewas en wat er mee aan te vangen. “Als gevolg van de intensifiëring van de landbouw is het aantal gewassen en variëteiten die geteeld worden enorm afgenomen”, weet Gaël Staelens, projectmedewerker Expertisecentrum Agro-en biotechnologie van de VIVES Hogeschool. “We zijn daarom het Yacobat-veredelingsproject gestart om de yacon en de bataat nieuw leven in te blazen.” Om al een tipje van de sluier te lichten: yacon smaakt naar een mengeling tussen meloen en peer.

Yacon is een gewas met oorsprong in De Andes maar wordt reeds enkele jaren probleemloos in Vlaanderen geteeld. “De knol is nauw verwant aan de aardpeer en rijk aan lange suikerketens die pas in de dikke darm worden verteerd, waardoor het een prebiotische werking heeft en ook een beperkte invloed heeft op de bloedsuikerspiegel”, zegt Gaël Staelens, projectmedewerker binnen het Yacobat-project. “Rauw versneden smaakt yacon naar een mengeling tussen meloen en peer.” De textuur van de knol is vergelijkbaar met die van een appel.

Maar wat doe je nu met zo’n yacon? “De toepassingsmogelijkheden van yacon zijn minder gekend hier in België. Om yacon onder de aandacht te brengen, hebben we binnen het project extra aandacht besteed aan receptuurontwikkeling.” Met behulp van het principe van foodpairing – het matchen van aromaprofielen – werden verschillende yaconrecepten ontwikkeld: yaconstroop, yaconsorbet, yaconcrackers en zelfs chocomousse, netjes omgedoopt tot yacomousse.

“Dankzij de zoete smaak van yacon kan de hoeveelheid toegevoegde suiker in het sorbetijs sterk verlaagd worden”, zegt Gaël Staelens. “En ook bijzonder aan de yacomousse: je hoeft geen suiker toe te voegen, de yacon is zoet genoeg. Aangezien yacon door de aanwezigheid van lange suikerketens een beperkte invloed heeft op de bloedsuikerspiegel is deze mousse meer geschikt voor mensen met suikerziekte of overgewicht dan de gewone chocolademousse met toegevoegde suikers.”

Maar je kan de veelzijdige knol ook nog op andere manieren gebruiken. “Je kan er een spread van maken voor op brood of bij een warme maaltijd combineren met entrecôte. Qua groenten vertonen tomaat, witte asperge en gegrillde groene asperge een zeer grote match.” Liever vis? Krab, tarbot,

schar en zeetong scoren op aromatisch vlak zeer goed. De mogelijkheden lijken eindeloos. Dus, wat eten we vanavond?

Voor meer info en recepten: www.yacobat.be

Wil je graag als bedrijf een product maken met yacon en dus aan de slag met de veelzijdige toepassingsmogelijkheden van yacon? Contacteer gael.staelens@vives.be voor meer informatie.

Beeld: Yacobat

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](#)