nieuws

Wervel pleit voor traag brood met oude tarwevariëteiten

nieuws

De vraag of brood gezond is of niet, was afgelopen week weer het onderwerp van enkele opiniestukken in de krant. Aanleiding was een oproep van de Nederlandse hoogleraar schildklierziekten Robin Peeters op AD.nl. Brood volledig van het menu schrappen is volgens hem gevaarlijk, omdat het een belangrijke bron vormt van jodium. Onzin, vond kookboekenauteur Pascale Naessens, want jodium is niet van nature aanwezig in brood. Het feit dat het eraan wordt toegevoegd, maakt brood dus nog niet gezond. Wervel, de Werkgroep voor een rechtvaardige en verantwoorde landbouw, maakte van de discussie gebruik om te pleiten voor 'minder en beter brood'. Brood op basis van oude, robuuste graanvariëteiten, dat de tijd krijgt om te rijzen.

17 FEBRUARI 2016 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:34

Lees meer over:
akkerbouw
voedingsindustrie



De vraag of brood gezond is of niet, was afgelopen week weer het onderwerp van enkele opiniestukken in de krant. Aanleiding was een oproep van de Nederlandse hoogleraar schildklierziekten Robin Peeters op AD.nl. Brood volledig van het menu schrappen is volgens hem gevaarlijk, omdat het een belangrijke bron vormt van jodium. Onzin, vond kookboekenauteur Pascale Naessens, want jodium is niet van nature aanwezig in brood. Het feit dat het eraan wordt toegevoegd, maakt brood dus nog niet gezond. Wervel, de Werkgroep voor een rechtvaardige en verantwoorde landbouw, maakte van de discussie gebruik om te pleiten voor 'minder en beter brood'. Brood op basis van oude, robuuste graanvariëteiten, dat de tijd krijgt om te rijzen.

Wervel is al een tijdje in stilte aan het bouwen aan een beweging 'voor minder maar beter brood'. Op vraag van journaliste Dorien Knockaert doet Jeroen Watté dat nu ook in het openbaar. Het probleem met modern "fabrieksbrood" zoals hij het noemt, is dat het snel moet rijzen met behulp van gist en verbeteraars. "Hierdoor is brood vandaag minder goed verteerbaar en minder voedzaam dan vroeger, toen er nog geen gist werd gebruikt en brood een spontaan fermentatieproces onderging. Daarenboven werden vroeger andere graanvariëteiten gebruikt, die volgens onderzoek van Wageningen Universiteit minder het soort gluten bevatten waar mensen met glutenintolerantie ziek van worden."

Wervel pleit dan ook voor een terugkeer naar die oudere variëteiten, die bovendien minder gevoelig zijn aan ziekten en plagen maar wel een kleinere oogst opleveren, en langere rijstijden. Consumenten levert het beter brood op, en boeren sterkere planten met op termijn zelfs een betere opbrengst (evenveel oogst met minder zaad). VILT's publieksmedium Veldverkenners wijdde een uitgebreider artikel aan dit onderwerp, met voorbeelden van landbouwers en bakkers die al op de zuurdesemtrein zijn gestapt en tips om zelf met desem aan de slag te gaan.

Meer info: www.minderenbeterbrood.be

Bron: De Standaard / eigen verslaggeving

Beeld: Flickr - H is for Hope

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