

In de kijker: aardappelen

27 APRIL 2020

Jaarlijks wordt in ons land 5 miljoen ton aardappelen uit de grond gehaald, en toch eten we er met z'n allen steeds minder van. Waar is het misgelopen voor de aardappel, en hoe kan hij opnieuw zieltjes winnen? Lees hieronder alles wat je zou weten over deze knol!

Lees meer over: [aardappel](#)



Wat is een aardappel?

Een aardappel is een ondergronds knolletje dat zich vormt op de wortels van de aardappelplant. In deze stengelknol slaat de plant extra voedsel op, zoals zetmeel dat de plant aanmaakt tijdens de fotosynthese, zo leren we van voedselchemicus Harold McGee. De aardappelplant of *Solanum tuberosum* behoort tot de nachtschadefamilie, net zoals de aubergine en de paprika. De plant komt oorspronkelijk uit Zuid- en Centraal-Amerika en werd door de Spanjaarden meegenomen naar Europa rond 1570.

Wat is het verschil tussen bloemige en vastkokende aardappelen?

“Bloemige aardappelen hebben meer zetmeel in hun cellen. Wanneer ze gekookt worden, zwellen de cellen op en komen ze los van elkaar, wat een fijne, droge en luchtige textuur oplevert”, aldus voedselchemicus McGee. Dit werkt goed voor puree, gebakken aardappelen en frietjes. De vastkokende aardappelen bevatten minder zetmeel en daarom blijven de cellen samen bij het koken, wat een stevige en dense textuur oplevert. Ideaal wanneer een aardappel niet uit elkaar mag vallen, zoals bij een gratin of aardappelsalade.

Worden er veel aardappelen geteeld in België?

In België wordt jaarlijks 5 miljoen ton aardappelen uit de grond gehaald. Dat krijgen wij Belgen, ondanks onze voorliefde voor frietjes, met z'n allen niet opgegeten. België is dan ook wereldwijd de grootste exporteur van diepgevroren aardappelbereidingen, denk aan diepvriesfrietjes en andere verwerkte aardappelproducten.

“Dat betekent niet dat België de grootste aardappelproducent ter wereld is”, nuanceert Kurt Cornelissen van het Proefcentrum voor de Aardappelteelt. “De grootste producent is China, gevolgd door India, Rusland, Oekraïne en de Verenigde Staten. Daar worden meer aardappelen geteeld dan in België, maar die worden meer binnen de landsgrenzen opgegeten. Maar voor een klein land hebben we een indrukwekkend aantal succesvolle aardappelverwerkende bedrijven, en het gros van telers legt zich dan ook toe op teelt van aardappelen voor de industrie. Slechts vijf procent van de Belgische aardappelteelt is bestemd voor thuisconsumptie.”

Is die teelt voor industrie dan anders dan voor particuliere verkoop?

“Een aardappel voor industriële verwerking zou idealiter de vorm van een baksteen hebben”, zegt Kurt Cornelissen. “Daarvan zouden we mooie lange frieten kunnen snijden met een minimum aan snijverlies.” Door de opkomst van de fastfoodindustrie zijn ook aardappelen met een witter vruchtvlees populairder geworden. Een ras als Innovator bijvoorbeeld is bleek van kleur: de frietjes zijn na het bakken eerder wit dan goudbruin, zoals je ze kent van de populaire hamburgerketens. Het populairste ras voor verwerking is Fontane. Samen met Challenger, Innovator en Bintje vormt het 80% van de teelt voor verwerking. “Dit zijn rassen die je - behalve het Bintje - niet snel in de supermarkt zal aantreffen. Ze worden gekozen op hun vorm (langwerpig en niet te bol), een hoog gehalte droge stof (in concreto zetmeel), de weerbaarheid tegen ziekten, een hoge opbrengst per hectare en een hoog rendement: dat betekent aardappelen met weinig kloven, ogen en verkleuringen.”

Hoeveel aardappelen eten wij Belgen dan thuis?

In 2019 kocht de gemiddelde Belg 20,4 kg verse aardappelen en 6,9 kg verwerkte aardappelen. “Op termijn staat het verbruik van aardappelen onder druk”, horen we van Katrien De Nul van het VLAM. “Het zijn vooral ouderen die vaker verse aardappelen kopen, het thuisverbruik daalt jaarlijks met drie à zes procent. Die daling komt er niet zozeer doordat er minder gezinnen aardappelen kopen, maar door een dalend volume per aankoop. De supermarkten bieden steeds kleinere verpakkingen aan, omdat mensen minder opberg ruimte hebben en vaker naar de winkel gaan. Die kleinere verpakkingen leiden tot een lager aankoopvolume, maar hebben ook een positief effect: ze leiden ook tot minder verspilling.”

Kurt Cornelissen merkt ook op dat de Belgische consument steeds minder bloemige aardappelen kiest en vooral graag vastkokende rassen als Nicola en Charlotte eet. Omdat de daling van de thuisconsumptie van aardappelen een Europees fenomeen is, zijn er de laatste jaren vanuit Europa en de nationale telersorganisaties diverse marketingacties ondernemen om de aardappel terug in een positief daglicht te plaatsen. In Nederland was de er

de actie 'Power to the Pieper' die zich richtte op jonge gezinnen met ludieke filmpjes en recepten. In eigen land lanceerde VLAM deze maand een actie gericht op millennials onder de noemer '[Aardappelen - Prepare to be surprised!](#)'.

Waarom zouden we de aardappel promoten?

De aardappel is een gezond product. In de voedingsdriehoek staat hij in de donkergroene zone, bij de producten waar het Vlaams Instituut Gezond Leven ons aanmoedigt om er meer van te eten. "Aardappelen hebben een lagere energiedensiteit - de hoeveelheid kcal per 100 g - en een hogere verzadigingsgraad - je voelt je sneller en langer gevuld - dan bijvoorbeeld rijst of pasta", vult Loes Neven van het Vlaams Instituut Gezond Leven aan. "Wanneer gekookte en gepureerde aardappelen als onderdeel van de warme maaltijd als alternatief voor een graanproduct zoals pasta of rijst worden ingezet (en niet als groente geconsumeerd worden, zoals in onze eetcultuur weleens het geval is) zorgen ze voor de noodzakelijke inname van koolhydraten, vezels en belangrijke micronutriënten." Aardappelen bevatten ook een grote hoeveelheid vitamine C.

Wat zijn de ogen van een aardappel eigenlijk?

Een oog op een aardappel is een aanzet waar zich de wortels van een nieuwe plant zouden vormen. Zo plant de aardappel zich ondergronds voort.

Mag ik aardappelen die geschoten zijn nog opeten?

"Met aardappelen die gekiemd zijn is niets mis", weet Kurt Cornelissen. "In het slechtste geval zijn ze door het kiemen een stukje slapper geworden. Je hoeft enkel de kiemen weg te snijden voor je ze bereidt. Als ze erg rimpelig en slap zijn, kun je de aardappelen in koud water leggen, zo hydrateren ze opnieuw. Als het niet zo erg gesteld is, zwellen ze vanzelf weer op tijdens het koken."

Welke aardappel kies je voor welk gerecht?

Goeie vraag! Deze handige infografiek helpt je bij je keuze.

Veldverkenners

Koning Albert II Laan 35
1000 Brussel
België

Contact

M • info@veldverkenners.be

Volg ons op:

f

[screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/veldverkenners](https://www.facebook.com/veldverkenners)

Veldverkenners is een project van

