

Ook blij met minder vlees op het bord

Je moet goed kijken om het verschil te zien: ongemerkt eten Van der Valkklanten meer groenten.

Van onze verslaggeefster
Nell Westerlaken

AMSTERDAM Restaurantbezoekers eten flink meer groenten als ze die op hun bord krijgen aangeboden. Ook zijn ze minder gehecht aan een groot stuk vlees dan ze zelf misschien denken. Een verdubbeling van de hoeveelheid groenten leidt tot een extra consumptie van ruim 30 procent als de portie vlees wordt verkleind.

Gevraagd naar de hoeveelheden groenten en vlees antwoordden 1.800 bezoekers in drie restaurants: 'Precies genoeg.' Zonder het te weten kreeg de helft van hen 150 gram groente voorgeschoteld in plaats van de gebruikelijke 75 gram. Hun portie vlees was gemiddeld 12,5 procent kleiner dan die van hun medegasten in een controlegroep.

Naast een portie groenten op het bord serveren Van der Valkrestaurants ook nog groenten in schaalpjes. Deelnemers met verkleinde hoeveelheden vlees aten 87 procent meer groenten van hun bord en 16 procent minder uit de schaalpjes. Per saldo kregen ze 31 procent meer groenten binnen.

Het onderzoek werd uitgevoerd door het bureau Variatie in de Keuken in samenwerking met Wageningen Universiteit en Research in Van der Valkvestigingen te Vught, Ridderkerk en Hoorn. Ruim 3.800 gasten deden mee aan het experiment zonder het te weten, 1.800 van hen vulden een enquête in.

Bedrijfsmanager Peter Raaijmakers van hotel-restaurant Van der Valk in Vught zegt 'wel een nachtje wakker te hebben gelegen' voordat hij besloot mee te doen aan het onderzoek. 'Het was spannend. Als we serieuze klachten hadden gekregen, waren we er onmiddellijk mee gestopt. Maar we merken sowieso dat onze gasten bewuster omgaan met voeding en gezondheid. Vooral jongere bezoekers bestellen vaker een maaltijdsalade dan een traditioneel menu met groente en vlees of vis.'

Toch was hij 'positief verrast' door de uitkomst. 'Achteraf bleek het zo'n succes dat ik me afvraag waarom we zelf niet op het idee zijn gekomen.' Gemiddeld werd 33 procent minder vlees weggegooid in de drie restaurants.

'Van der Valk staat bekend om zijn royale porties; het is blijkbaar een vastge-

roest idee dat de gasten alleen komen voor dat grote stuk vlees', zegt Raaijmakers. Na het onderzoek heeft hij de hoeveelheden groenten en vlees aangepast. De entrecote, de varkenshaas en andere vleesklassiekers op het Van der Valkmenu zijn nu 20 procent kleiner. De porties groenten zijn verdubbeld. 'Het is geen bezuiniging omdat we kwalitatief hoogwaardiger vlees serveren, van kalveren die een goed buitenleven hebben gehad.'

'Een verdubbeling van de hoeveelheid groenten naar 150 gram was nogal extreem', zegt Erik van Bommel van Variatie in de Keuken, een stichting die via

Top-10

De sterkste horecamerken van Nederland in 2016:

1. La Place (100)
2. McDonald's (97)
3. Van der Valk (96)
4. Starbucks (83)
5. Burger King (82)
6. Subway (80)
7. Thuisbezorgd.nl (75)
8. Domino's Pizza (74)
9. Délifrance (73)
10. KFC (71)

'menu engineering' duurzaamheid in restaurants wil bevorderen. 'De chefs van de deelnemende restaurants waren in het begin wat huiverig. Ze zaten nogal vast aan die grote lap vlees, maar gaandeweg werden ze steeds enthousiaster. Dit onderzoek laat zien dat alle partijen erbij winnen als de balans op het bord wordt aangepast.'

De nieuwe Schijf van Vijf, in maart gepresenteerd door het Voedingscentrum, adviseert een dagelijkse consumptie van 250 gram groenten. 'Met 150 gram groenten bij de hoofdmaaltijd en een tomaatje plus een paar schijfjes komkommer op brood, zit je al vrijwel op die hoeveelheid', aldus Van Bommel.

Projectleider Anke Janssen, consumentenonderzoeker aan Wageningen Universiteit, is niet verrast door de uitkomst. 'Wij hebben het reële gedrag gemeten. Als je het ongemerkt doet, is de acceptatiegraad onder de deelnemers hoger. Wat wel opvalt, is dat de waardering voor de maaltijd hetzelfde blijft.'

nen aan de avondmaaltijd. Rondom de rijkgevlude borden wordt een satellietstelsel aan bijgerechten uitgesteld: voor iedereen is er patat én gebakken aardappels plus een schaalpje broccoli. Maar geen appelmoes. Jarenlang was de appelmoes op tafel even emblematisch voor het concern als de toekan op het dak.

'Er kwam zo veel appelmoes en sla terug naar de keuken dat we die alleen nog op verzoek serveren', zegt manager food and beverage Tim Rijnen. Onbeperkt en gratis, dat wel.



Boven iets meer groente, iets minder vlees dan gebruikelijk (onder).

Foto's Mike Roelofs

Waarom de appelmoes van tafel is verdwenen

Van onze verslaggeefster
Nell Westerlaken

VUGHT Waar is de appelmoes? Wat de ober in de Vughtse Van der Valkvestiging ook op tafel schuift, het schaalpje appelmoes-met-ers is er niet bij. Het is zaterdagavond half zes, het restaurant en het terras lopen langzaam vol. Een groep twintigers strijkt neer naast een gezin, twee oudere heren drinken een biertje na een fietstocht.

Een gezin met twee kinderen is al begon-

Het is niet de enige verandering in het van oudsher traditionele restaurant. De kleine kaart biedt een keur aan maaltijdsalades en zowaar wat exotiek in de vorm van een Asia Mix en een Oosterse gambasalade. Het gerecht van de maand: Flammkuchen.

De grote kaart, met 24 hoofdgerechten, is de Nederlandse versie van wat in Duitsland de gutbürgerliche Küche heet, een bakken in veranderende culinaire tijden: Hollandse biefstuk, varkenshaasjes, slibtongetjes. Zelfs de saus Picasso ontbreekt niet.

'Het is gevarieerd en goed eten hier', zegt Riet van Boxtel (83). Met haar man Wil eet ze gemiddeld vier keer per week bij Van der Valk. Hun vaste tafeltje in het restaurant voelt als thuis, zegt ze.

Dat ze meer groente krijgt en dan vroeger? 'Nu je het zegt. Goed hoor. Thuis eten we ook veel groenten, altijd vers. Zelfs de appelmoes maak ik vers.'

Buiten is de ober ingeschakeld door het gezin. Er is nog net plaats voor drie schaalpjes appelmoes op de bomvolle tafel.