



koopwaar

door Wouter Klootwijk

Chocola in het ziekenfonds

Hadden wij dat maar gehad. Dat de dokter zei dat we meer hagelslag op brood moesten eten.

Wat de dokter zei was wet. Hij zei dat kaas op brood beter was dan zoet beleg. Moeder was streng. Eén boterham met zoet, twee met kaas.

Het is niet te geloven maar waar. En dat in de 21ste eeuw. Kaas is door geleerden in de voedingswetenschap ongezond verklaard, omdat het vet in kaas ze niet bevalt. En zojuist heeft het Europese kantoor voor etiketten en reclame gezegd dat hagelslag goed is voor je bloed. Niet letterlijk natuurlijk. De European Food Safety Authority (EFSA) geeft chocoladehagelslagfabrikanten toestemming om het op het doosje te zetten. In cacao zitten flavanolen. Ze zitten niet exclusief in cacao. Ze zitten ook in appelmoes, uien, wijn, noten, thee, bonen, aardappelen en in veel meer eetbaars en te drinken. Flavanolen doen goed werk in

een menselijk. Ze helpen de pomp. Ofwel, ze houden de bloedsomloop mee op gang. Ook als je chocola eet met een hoog cacao-gehalte, en dan ook nog eens cacao waar de flavanolen niet uit weggeraakt zijn tijdens bewerking. Je zou aldus kunnen zeggen dat chocola gezond is.

De chocoladefabriek wil dat uiteraard graag ook zeggen. Maar dat mag niet zomaar. De EFSA moet het eerst goed vinden. De EFSA vindt gezondheidclaims op snoepgoed, broodbeleg en enge yoghurtjes met diertjes er in, bijna nooit goed. Maar wat een verrassing, het mag deze keer. Het is bewezen, zegt het kantoor van de etikettencontrole, dat flavanolen het bloed doen stromen.

De indiener van het verzoek, de Belgische chocoladefabriek Callebaut, kan het nu op zijn verpakkingen zetten. Chocola is gezond. En wie graag een blok ijs eet met dikke chocola er omheen. komt er ook mooi

mee weg. Want de Magnums van Ola zijn gepantserd met chocola van Callebaut. Gezond!

Een tijdje geleden kwam bittere chocola plotseling in de mode en gingen mensen op zoek in buitenland naar de bitterste, om er thuis over te kunnen vertellen: zo bitter aten jullie het hier nog nooit. Hoe meer cacao hoe beter. En dunder. Chocolademakers begrepen wat de mode wou en gingen het percentage cacao in grote gouden cijfers voorop de verpakking zetten. De rest doet er niet meer toe, als er maar dicht bij de 100 procent cacao in de chocola zit. Opeens wordt dat nu nog interessanter. Goedgekeurd in Brussel, beter voor je bloed.

Ik ben in winkels gaan kijken of het al tot de hagellagen is doorgedrongen. Nog niet echt. De meeste hagellagen heet nog melk. Weinig cacao. Albert Heijn heeft een eigen merk nure hagel van Belgische chocola.

Niet met een hoog percentage in goud gedrukt op de voorkant. Er zit ook maar een schamele 43 procent cacao in.

Nee, dan De Ruijter, met hagellagen die Specials worden genoemd. Voorop het doosje 'Specials Intens Puur' staat goed leesbaar: 60 procent. Maar niet goed leesbaar er onder: 'meer cacaobestanddelen'. Flauw! Er zit geen 60 procent cacao in, er zit alleen wat meer in dan in andere hagels. Maar stukken minder, dan in een plak pure chocola waar het eerlijk en in goud op staat en die omgerekend minder kost dan de halfzachte hagel van De Ruijter. Rasp beter maar wat van zo'n pure plak 85 procent op je brood. Daar gaat je bloed sneller van stromen. Dat mag ik beweren van Brussel.



reageren?
klootwijk@wezen.nl