

Baking Lab en Hogeschool Inholland bedenken 'Ouwe Kerelkoek'

Ondervoeding bij ouderen komt veel voor, terwijl te weinig mensen zich hiervan bewust zijn. Voor dit project werd aan ons Baking Lab gevraagd om een groep studenten van Hogeschool Inholland te begeleiden in het bedenken van een idee dat daarbij kan helpen. De studenten kregen de opdracht om zowel met een schets te komen als met een nieuw product om ondervoeding bij ouderen te voorkomen. Omdat Baking Lab een bakkerij met zo weinig mogelijk verspilling is, kwam daar nog een extra uitdaging bij: Het ontworpen product moest een 'circulaire component' bevatten. Hiermee bedoelen we dat als een grondstof of restproduct normaal gesproken in de afvalbak belandt, dit een 'tweede leven' krijgt in een nieuw product.



Met de 'Franse' slag

Om de studenten te inspireren kregen ze een workshop bij Baking Lab aangeboden. Hier leerden ze van onze Franse bakker, Ferdinand, over zuurdesembrood zowel de praktische als de wetenschappelijke kant. Daarnaast kregen ze informatie over wat 'circulariteit' voor ons betekent: geen enkel brood belandt in de prullenbak aan het eind van de dag, maar vindt zijn weg naar een nieuw product.

Niemand hoeft alleen te eten

Om met een nieuw idee te komen moest er eerst onderzoek worden gedaan.

Uit dit onderzoek kwam naar voren dat eenzaamheid één van de voornaamste redenen voor ondervoeding bij ouderen is. Maar niet alleen eenzaamheid speelt een rol, ook is het gebrek aan kennis vaak van toepassing. Met deze onderzoeksuitkomsten in het hoofd zijn de studenten uiteindelijk met een concept gekomen, namelijk een folder bestaande uit drie onderdelen:

1. een deel om het bewustzijn van ondervoeding bij ouderen te verhogen;
2. een deel om te informeren hoe de juiste voeding een rol kan spelen om ondervoeding te voorkomen;
3. een deel genaamd 'Eetmaatjes'. Ouderen worden hierbij gekoppeld aan iemand waarmee ze samen boodschappen kunnen doen, koken en natuurlijk samen eten.

Als eerste stap kunnen de eetmaatjes samen een zelf-bak-kit voor een 'Ouwe Kerelkoek' ophalen bij Baking Lab. De studenten hebben goed nagedacht over de voedingswaarden van deze koek en ook circulariteit komt erin terug.

De Ouwe Kerelkoek bevat namelijk fruitpulp, een reststroom van sapjes die worden gemaakt bij Baking Lab. En niet onbelangrijk, het smaakt heerlijk!

Baking Lab is in 2017 gestart in Amsterdam. Een levendige kleine bakkerij, waar mensen leren om goed brood te bakken, op de ambachtelijke manier, en met de hedendaagse wetenschappelijke kennis.

We wilden een open bakkerij, waar iedereen ziet en ruikt hoe brood gemaakt wordt. Waar je nieuwsgierig wordt en mee kunt doen. Een inspirerende plek maken waar je brood kunt bakken en echt lekker kunt eten. Zo veel mogelijk vegetarisch, biologisch en lokaal geteeld. Ook wilden we de creativiteit van jonge mensen inzetten om te zoeken naar nieuwe methoden om onnodige voedselverspilling te voorkomen.

Onze medewerkers zijn vooral studenten van allerlei universitaire studies, zoals neurobiologie, future planet studies, kunstmatige intelligentie en food technology. Ook stagiaires van voedingsopleidingen op mbo en hbo-niveau doen mee. En vrijwilligers, vaak mensen die merken dat ze graag met hun handen willen werken. De kennis die we opdoen delen we op allerlei manieren met een breed publiek. Baking Lab is als partner verbonden aan PLINT Ondervoeding omdat onze missie heel erg aansluit op de visie vanuit PLINT Ondervoeding.

Meer info via: www.bakinglab.nl