



Foto Getty Images/iStockphoto

Groene Gids Brood

Volkorenbrood is duurzamer dan witbrood, maar het gaat er vooral om wat je erop doet

Bakkerijen bieden een steeds bredere waaier aan broodproducten. Is al dat lekkers nog een beetje duurzaam? 'Oud brood is een broodverbeteraar.'



Joost van Velzen

redacteur vervoer en transport



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken



Bewaren



Delen

Wat mag het zijn, vandaag? Een Liefde & Passie spelt, een haverboekweit wit, een halfje desem bruin tarwe of toch liever een Les pains boulogne? Als onze welvaart ergens zichtbaar is – en de hang van de consument naar romantiek en authenticiteit – dan is dat bij de bakker.

Advertentie

Jechiam Gural herkent dat verlangen naar nostalgie: “De bakkerij is noeste arbeid, zweten, dicht op het vuur zitten, het kneden van het deeg. Ambachtelijk brood bakken is te ruiken en te zien.”

Gural coacht jonge mensen bij het Amsterdamse Baking Lab. Dat is een ‘bakkerslaboratorium’ waar een circulaire bakkerij bijhoort. Er worden workshops gegeven, bijvoorbeeld hoe je zelf brood bakt. “Maar wij ontwikkelen ook nieuwe recepten die verspilling van oud brood voorkomen.”

Volgens het informatieplatform Brood.net, een initiatief van de Nederlandse bakkerijbranche, staat brood op nummer 1 in de top 10 van meest verspilde producten. Dat gebeurt zowel in de keten van bakkerijen en toeleveranciers als bij de consument thuis.

Als brood niet vers is, gooien we het weg

Het komt bij brood immers aan op versheid. Een beetje brood moet lekker knapperig en vers zijn, anders gooien we het weg. Ook in bakkerijen en supermarkten gaan al die halfjes volkoren en casino’s wit maar één dag mee. Wat over is, wordt niet meer verkocht.



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken

Daarbij gaan niet alleen talloze kilo's brood verloren, constateert Brood.net, maar ook de grondstoffen en energie die nodig waren voor de productie en distributie. Maar dat is niet het hele verhaal, meldt de website enthousiast. 'Gelukkig krijgt het overgrote deel van dit overgebleven brood een tweede bestemming.'

Veel oud brood wordt bijvoorbeeld verwerkt tot veevoer, paneermeel en croutons. En anders reanimeren experimenteerders als Jechiam Gural het bijna-doodbrood in hun bakkerslaboratoria.

Advertentie

Elk nieuw brood bevat een klein beetje oud brood

"Brood dat niet is verkocht, wordt in de restwarmte van onze ovens uitgedroogd en geroosterd. Iedere nieuwe partij brood bestaat uit een klein percentage geroosterd 'oud' brood. Dat verbetert de smaak en zorgt er ook voor dat het brood langer vers blijft. Oud brood is een broodverbeteraar."

Ze maken er bij Baking Lab ook andere producten van, zoals quiches en bananenbrood. "We gebruiken oud brood zelfs als ingrediënt voor kimchi, een gefermenteerd gerecht uit Korea."

De broeikasgas-uitstoot van brood is relatief beperkt, onderzocht het RIVM in 2020. Eieren, vis, kaas en vooral vlees laten een veel grotere voetafdruk achter. De CO₂-uitstoot (koolstofdioxide) van een kilo vlees is zo'n vijftig keer hoger dan de emissie van een kilo brood. Al is het ene brood het andere niet: volkorenbrood heeft een lagere milieu-impact dan witbrood en meergranenbrood, terwijl de milieubelasting van een krentenbol en croissant hoger is.

Advertentie



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken

Bakovens, die hoge temperaturen moeten leveren, staan bekend als energievreters

Het RIVM stelt vast dat de graanteelt efficiënt is, maar een negatief effect heeft op de natuur. Vooral bemesting is niet zo'n schone zaak. Eenmaal in de bakkerij laat ook de verwerking van ingrediënten als rozijnen en noten milieusporen achter. En bakovens, die hoge temperaturen moeten leveren, staan bekend als energievreters.

Duurzame verpakkingen en minder broden retour

Het vervoer van bakkerswaren (van de fabriek naar de supermarkt of rechtstreeks van de winkel naar de consument) heeft in vergelijking met telen en bakken een relatief kleine invloed. Verpakkingen – meestal van plastic – zijn nooit een schone oplossing, maar bij versproducten ligt dat genuanceerd: een goede verpakking maakt brood langer houdbaar en draagt bij aan voedselveiligheid.

De Nederlandse Vereniging voor de Bakkerij (NVB) werkt aan wat zij noemt 'een toekomstbestendige bakkerijsector'. De branchevereniging organiseerde onlangs nog een bijeenkomst over recyclebare broodzakken en eetbare merklabeis (gemaakt van meel) op verpakkingen. In een jaarlijks onderzoek naar voedselverspilling in de industriële bakkerijsector, die goed is voor ongeveer 80 procent van de markt, blijkt dat het aantal retouren in vier jaar tijd met 45 procent is gedaald.

Laboratorium-coach Gural gelooft dat bewustwording over verspilling ook zit in het pure bakkerswerk, het voelen van het vak. De grote broodfabrieken hebben de romantiek eraf gehaald, vindt hij. "Door schaalvergroting zijn we het ambacht uit het oog verloren." Er is niet alleen opgeschaald, maar ook 'opgeschraald', stelt hij. "Brood is in potentie een duurzaam product, maar door die opschraling kennelijk het meest verspillende product in de westerse maatschappij."

'Supermarkt en bakker hebben elkaar gewoon nodig'



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken

Branchevereniging NVB vindt de kritiek op massaproductie te makkelijk: “Supermarkt en bakker hebben elkaar gewoon nodig. We eten in Nederland samen zo’n 900 miljoen kilo brood per jaar. Dat is 50 kilo per persoon”, reageert NVB.

Houd de productie liever lokaal, met korte ketens, zegt Gural. “In een traditionele ambachtelijke omgeving, waar de maker doorgaans respectvol met grondstoffen omgaat, is het weggooien van eten veel minder vanzelfsprekend.”

Sterker nog, ze moeten er bij Baking Lab niet aan denken dat ze door de voorraad van gedateerde volkorens heen zijn: “Toen het oude brood een keer op was, ontstond er paniek in onze bakkerij.”

De echte impact van brood, concludeert Brood.net ten slotte, hangt grotendeels samen met wat je erop smeert. Wie een meergranenbol belegt met humus of pindakaas en er een glas sojamelk bij drinkt, maakt toch minder los bij de natuur dan degene die een traditionele broodmaaltijd nuttigt met eieren, vleeswaren en kaas.

Lees ook:

Jezelf zijn, dat is pas romantisch

We zijn nog nooit zo romantisch geweest, beweert filosoof Hans Kennepohl in zijn gelijknamige boek. Denk maar aan [onze voorliefde voor ambachtelijk brood](#).

Heb je een praktische vraag over milieubewust(er) leven? Mail naar groenegids@trouw.nl en wellicht zie je ‘m terug in een volgende Groene Gids

[Eerdere afleveringen leest u hier terug.](#)





Wat wél kan

Waarom is biologisch niet per se beter voor het klimaat

00:00 / 26:38

Wat wél kan

Follow podcast

Een podcast over het klimaat. Maar vooral over mensen. Je wil het beste voor de planeet e...



Waarom is biologisch niet per se beter voor het klimaat?

26:38

Biologisch en lokaal, dat is voor iedereen beter, dacht Sanne altijd. Totdat... Nov 26



Klimaattopspecial vanuit Belém!

28:12

In deze speciale aflevering spreken Sanne en Cecilia met klimaatredacteu... Nov 19



Zijn klimaatbewuste mensen niet gewoon naïef?

29:25

Een naïef klimaatmeisje, zo voelt Sanne zich weleens. Want leuk, die mooi... Nov 12



Is Nederland te klein om iets aan het klimaat te doen?

29:18

Als Cecilia op sociale media iets over duurzaamheid post, krijgt ze stevast ... Nov 5



Kan ik de tuin van mijn burens onttegenen?

30:25



Help ons door uw ervaring te delen: [Feedback geven](#)

Dossier

Groene Gids

Lees hier alle artikelen over dit thema

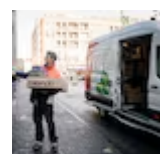
Naar het dossier

Ook interessant voor u

Op basis van bovenstaand artikel

Reportage

Op pad met pakketbezorger Ronald: 'Ze verwachten me niet hè, omdat het zondag is'



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken

Recept

Roze ingelegde bloemkool uit Palestijnse regionen



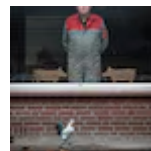
Recept

Recept voor gevulde aardappelkoekjes



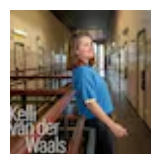
Reportage

Boer Erik Direks wil duurzame varkens, maar dat mag niet van de provincie



Column

We kunnen iets doen aan onze Black Friday-samenleving



Advertentie

Wilt u iets delen met Trouw?

Tip hier onze journalisten

Algemeen

[Over ons](#)

[Opiniestuk insturen](#)

[Privacystatement](#)

[Abonnementsvoorwaarden](#)

[Gebruiksvoorwaarden](#)

[Toegankelijkheidsverklaring](#)



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken

Auteursrecht

Colofon

Service

Klantenservice

Bezorgklacht indienen

Bezorging pauzeren

Bezorging wijzigen

(Bezorg)adres wijzigen

Adverteren

Losse verkoop

Meer Trouw

Abonneren

Nieuwsbrieven

Krant

Webwinkel

RSS-feeds

Facebook

Android apps

iOS apps

Navigeer

Columnisten

Recensies

Archief

Op alle verhalen van Trouw rust uiteraard copyright.

Wil je tekst overnemen of een video(fragment), foto of illustratie gebruiken, mail dan naar copyright@trouw.nl.

Trouw is onderdeel van DPG Media.



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken



KvK Nummer: 34172906 | BTW Nummer: NL810828662B01

© 2025 DPG Media B.V. Alle rechten voorbehouden



Voorpagina



Krant



Best gelezen



Rubrieken