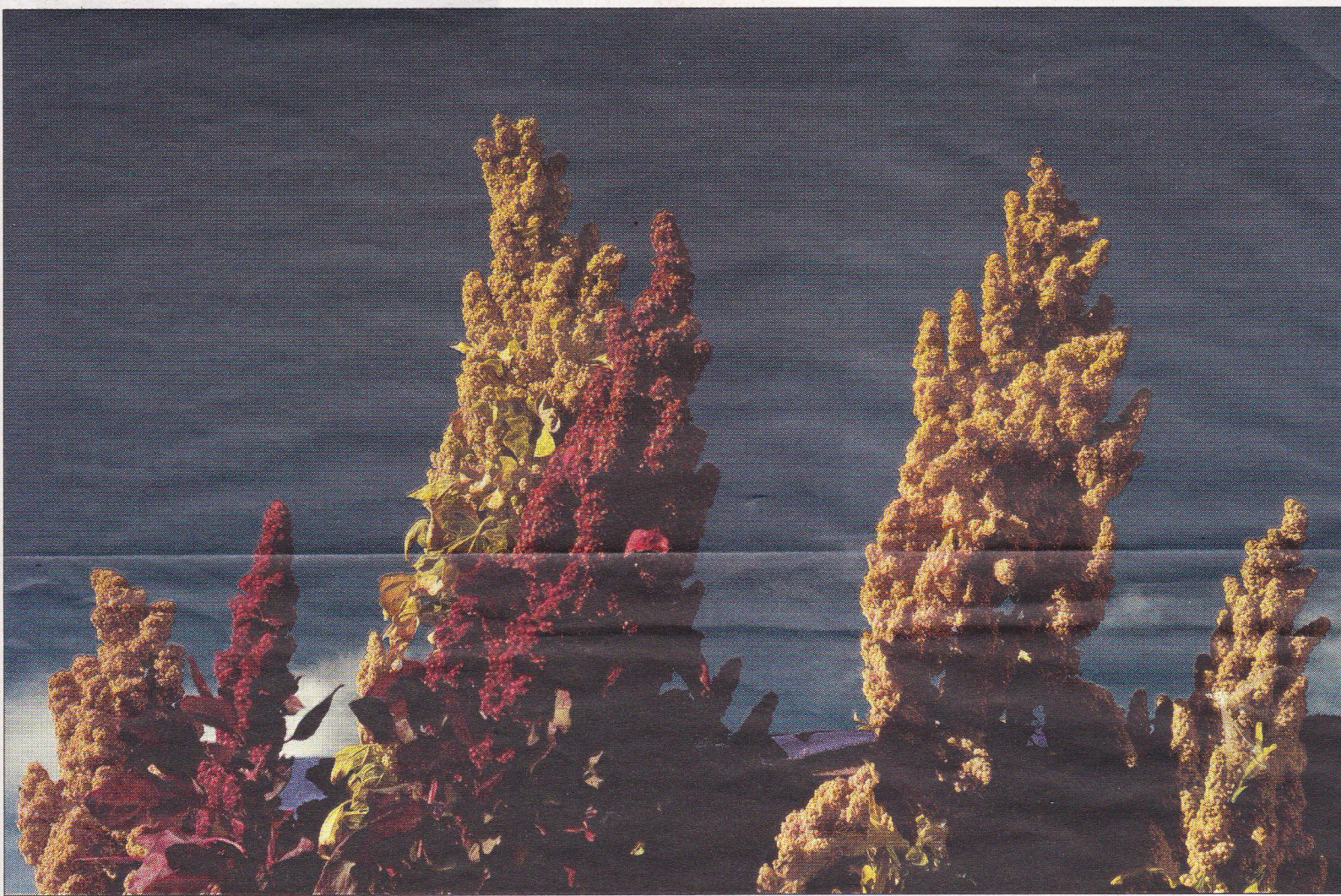




Quinoa zoals dat groeit op de hoogvlaktes van La Paz in Bolivia en straks moet bloeien onder Limburgse hemel.

foto **Hollandse Hoog**

Opmars quinoa-velden in Limburg

Quinoa. Wonderkorrel of hype? Het gezonde 'superfood' is niet aan te slepen. De teelt van de voedzame exoot zal ook in Limburg flink worden opgevoerd.

door **Frans Dreissen en Susan Jöris**

Het eiwitrijke en gluten-vrije pseudograan quinoa staat zeer in de belangstelling. Quinoa, van oorsprong afkomstig van de Zuid-Amerikaanse Andes-hoogvlaktes, zou gezonder zijn dan bijvoorbeeld witte rijst, omdat er meer vezels, mineralen en eiwitten in zitten. Quinoa is geen graan, maar verwant aan onkruid en de spinazieplant. De zaden lijken wel op graankorrels. Ze passen net als rijst of couscous, gekookt in gerechten. De zaden kunnen ook tot meel gemalen worden als basis voor pasta, brood en koekjes. Zowel akkerbouwer Joep Hermans uit Swolgen als Thijs van Rens van

Verdielt quinoa titel superfood?

Het is een feit: quinoa is gezond. Zit vol essentiële aminozuren, eiwitten, ijzer, B-vitaminen en vezels. Maar verdient het de naam 'superfood'? Hoe verhoudt quinoa zich ten opzichte van bijvoorbeeld linzen? Deze overtreffen quinoa op bijna alle fronten. Er zitten

fors meer vezels, ijzer, B-vitaminen en eiwitten in. Quinoa bevat dan weer complete eiwitten en is een stuk gezonder dan rijst. Volgens het Voedingcentrum bestaan er geen superfoods, maar moeten we ons gewoon netjes aan de Schijf van Vijf houden.

de Meterikse molen spreekt van een hype; een trend rondom 'gezond eten'. „De consumentenvraag is, net als die van restaurants en topkoks, enorm gestegen.” De prijs per kilo quinoa is als een raket omhoog geschoten en schommelt inmiddels rond de 9,50 euro. „Een dulle boel”, aldus Hermans. Ter vergelijking: gewone tarwe kost zo'n 20 cent per kilo. „Het product heeft voor akkerbouwers dus financiële meerwaarde ten opzichte van de reguliere graanteelt.” De originele quinoa uit Bolivia is in Nederland niet rijp te krijgen. Onze zomers zijn te kort en te nat.

Vandaar dat de plant (geselecteerde rassen) sinds de jaren negentig wordt veredeld aan de landbouwuniversiteit in Wageningen. Recente teeltexperimenten hebben aangetoond dat het gewas nu ook in Nederland uitstekend gedijt en er relevante opbrengsten mogelijk zijn. Zo'n 2500 kilogram per hectare. „Momenteel wordt door zo'n drie telers in Noord-Limburg op in totaal circa tien hectare quinoa verbouwd. Veel te weinig om de vraag te kunnen bijbenen. We hadden meer kunnen aanplanten, ware het niet dat het lastig was om aan zaai-zaad te komen”, aldus Hermans.

De komende jaren verwacht hij echter een vervelvoudiging en verdere professionalisering van de quinoa-teelt in Limburg. „Wij zijn inmiddels onder de vlag van Coöperatie Carnola een keten aan het opzetten voor glutenvrije gewassen zoals ook amaranth en glutenvrije haver. Er is steeds meer vraag naar gezonde voeding, waaronder ook de gojibessen.” Omdat het gewas volgens de Verenigde Naties de potentie heeft om wereldwijd de voedselzekerheid te vergroten, werd 2013 symbolisch uitgeroepen tot internationaal jaar van de quinoa. „Twee jaar geleden stonden we op de Floriade”, blik molenaar Thijs van Rens terug. „We kregen daar bezoek van president Morales van Bolivia. Die was zeer aangenaam verrast door de Nederlandse interesse in quinoa. Het is een gewas dat heel gemakkelijk te verwerken is en amper afval oplevert.” Joep Hermans spreekt over een nichemarkt. Eentje met grote potentie. „De prijs van quinoa zal in de toekomst zeker zakken, maar voor landbouwers beslist nog zeer interessant blijven.”