

# Q&A Keuringsdienst van Waarde – Volkorenbrood

*Versie: 11 oktober 2016*

## **Wat is volkorenbrood?**

Brood wordt gemaakt van graan, water, gist/desem, zout en eventueel broodverbetermiddel. Bij volkorenbrood bestaat de graancomponent volledig uit volkorenmeel. In volkorenbrood is dus de hele graankorrel verwerkt. Doordat de hele graankorrel verwerkt is, bevat het alle goede voedingsstoffen die de graankorrel te bieden heeft. Volkorenbrood kan gemaakt worden van tarwe, spelt of andere granen of een combinatie van granen.

## **Zit er alleen maar volkorenmeel in volkorenbrood?**

Om brood volkoren te mogen noemen moet de graankorrel in zijn natuurlijke verhouding terugkomen in het brood. Volkorenbrood bevat volkorenmeel (of alle bestanddelen van de graankorrel in de natuurlijke verhouding) en ingrediënten zoals water, zout, gist / desem en eventueel broodverbetermiddel.

## **Hoe weet ik dat ik volkorenbrood eet?**

Volkorenbrood is een wettelijk beschermde benaming die is vastgelegd in het Warenwetbesluit Meel en brood. Dat betekent dus dat volkorenbrood aan wettelijke eisen moet voldoen. Zo weet je zeker dat wanneer je volkorenbrood koopt, je ook echt volkorenbrood hebt.

## **Kan het zijn dat er bloem in volkorenbrood zit?**

Er zijn 2 redenen waarom er bloem in volkorenbrood verwerkt kan zijn. Een bakker kan voor het bakken van brood hulpgrondstoffen gebruiken. Deze hulpgrondstoffen kunnen bloem als basis hebben. In de praktijk gaat het om een paar procent en heeft het nauwelijks gevolgen voor de voedingswaarden.

Ook kan een bakker ervoor kiezen de losse onderdelen van de graankorrel zelf in de juiste, natuurlijke verhouding te gebruiken. Wanneer de bakker bloem gebruikt, voegt hij de zemelen en de kiem tijdens het proces toe.

## **Wat is 'de natuurlijke verhouding' / wie controleert dat?**

Omdat graan een natuurproduct is, kan de verhouding tussen de losse bestanddelen (meelkern, zemelen en kiem) van de graankorrel wisselen. Door tientallen jaren van wetenschappelijk onderzoek is er een duidelijk beeld van die verhouding.

### *Wie controleert dit?*

Het is de taak van de overheid om de wet te handhaven. In de wet is echter (nog) niet omschreven wat de 'natuurlijke verhouding' is. De bakkerijsector streeft wel naar een wettelijke definitie. De stichting SVVW uit Wageningen heeft in opdracht van de bakkerijsector een certificeringsprotocol opgesteld, waarbij onder meer het volkorenmeel wordt geanalyseerd in een laboratorium. Molenaars kunnen op eigen verzoek geïnspecteerd worden door SVVW en zo een certificaat behalen. Meer informatie over het certificeren van volkorenmeel is te vinden via [www.svvw.nl](http://www.svvw.nl)

## **Door wie en hoe is de definitie van volkoren vastgelegd?**

De definitie van volkoren in het Warenwetbesluit Meel en brood, vastgesteld door de overheid. Dit is tot stand gekomen in samenspraak met de maalderij- en bakkerijsector. De definitie van volkoren in dit Warenwetartikel geldt alleen voor meel en brood, niet voor andere producten.

### **Hoe ziet het artikel over volkoren eruit?**

In artikel 16 van het Warenwetbesluit Meel en brood is de volgende tekst opgenomen:

*Het woord volkoren mag onderdeel uitmaken van de aanduiding van een in dit besluit bedoelde waar, voorzover in de aldus aangeduide waar alle van nature voorkomende bestanddelen van de desbetreffende graansoort in hun natuurlijke verhouding, al dan niet na een bewerking te hebben ondergaan, aanwezig zijn.*

*Wat betekent de zin 'al dan niet na bewerking'?*

Tijdens het maalproces van de graankorrel kunnen diverse bewerkingen plaatsvinden. De tarwekorrel kan uit elkaar gehaald worden in verschillende onderdelen zodat die onderdelen apart worden kunnen worden verkocht. Bijvoorbeeld wanneer alleen de meelkern overblijft, dat noemen we bloem. Ook kan (een deel van) het meel verhit worden om bederven te voorkomen.

### **Wie voert de controle uit op naleving van het Warenwetbesluit Meel en brood?**

De overheid is verantwoordelijke voor de controle op wet- en regelgeving. De Nederlandse Voedsel- en Waren Autoriteit (NVWA) is aangewezen als toezichthouder op de Warenwet.

### **Zijn er ook wettelijk vastgelegde definities voor andere soorten brood?**

Ja, die zijn er. In het warenwetbesluit Meel en brood zijn de volgende broodsoorten vastgelegd: bruinbrood, witbrood, melkbrood, krentenbrood, rozijnenbrood.

### **Wat is witbrood?**

Witbrood bestaat uit graan, water, gist/desem, zout en eventueel broodverbetermiddel. Het graanbestandsdeel van witbrood bestaat hoofdzakelijk uit bloem, het binnenste van de graankorrel. Witbrood bevat dezelfde soort vitamines en mineralen als bruinbrood en volkorenbrood en het bevat ook voedingsvezel. Bruin- en volkorenbrood bevatten echter meer van deze belangrijke voedingsstoffen, omdat een groter deel van de tarwekorrel is gebruikt.

### **Wat is bruinbrood?**

Bruinbrood bestaat uit graan, water, gist/desem, zout en eventueel broodverbetermiddel. Het graanbestandsdeel van bruinbrood bestaat uit tarwemeel. Tarwemeel is een combinatie van bloem en volkorenmeel. In de praktijk is die verhouding meestal 50/50. In de wet staat omschreven dat bij bruinbrood de zemelen – dus het buitenste vliesje van de graankorrel – met het blote oog zichtbaar moeten zijn. Bruinbrood bevat minder vitamines, mineralen en voedingsvezels dan volkorenbrood, maar wel weer meer dan witbrood.

### **Wat is meergranenbrood?**

Meergranenbrood is brood dat is gemaakt van meerdere graansoorten, zaden, pitten of peulvruchten. Die graansoorten kunnen bijvoorbeeld tarwe, spelt, rogge of haver zijn. Meergranenbrood kan gemaakt zijn van bloem, volkorenmeel of een combinatie daarvan. Ook bij meergranenbrood geldt dat wanneer er meer volkorenmeel gebruikt is, het brood gezonder is. De toevoeging van zaden en noten kan voor extra gezondheidsvoordelen zorgen.

### **Waarom is meergranenbrood niet wettelijk vastgelegd?**

Meergranenbrood is nog niet vastgelegd in het Warenwetbesluit Meel en brood. De bakkerijbranche vindt echter dat dat wel moet gebeuren. Door het vastleggen is het straks voor elke consument duidelijk wat meergranenbrood precies is. De bakkerijsector is dan ook samen met de overheid in gesprek over hoe dit vastgelegd kan worden.

### **Kan meergranenbrood ook uit slechts 1 graansoort bestaan?**

Ja, dat kan. Meergranenbrood is niet wettelijk beschermd, waardoor een brood met één graansoort en zaden en pitten soms ook als meergranen wordt geclassificeerd. De bakkerijsector is samen met de overheid bezig met regelgeving omtrent meergranenbrood. Met als uitgangspunt duidelijkheid en transparantie richting de consument.

### **Wat is de meest gezonde broodsoort?**

Brood is in de basis een gezond product omdat het veel voedingsstoffen bevat zoals vezels, vitamines en mineralen. Of het nu gemaakt is van (een combinatie van) tarwe, spelt, rogge of een ander graan dat maakt niet veel uit. Wat wel uitmaakt is of je de volkorenvariant kiest. Dus van de hele graankorrel. Dan weet je zeker dat je de variant hebt met de meeste voedingsstoffen. In de Schijf van Vijf van het Voedingencentrum hebben bruinbrood en volkorenbrood een prominente plek.

### **Bestaat er een verschil in meel van industriële molens en ambachtelijke molens?**

Er is wetenschappelijk onderzoek gedaan waarbij er een vergelijking is gemaakt tussen ambachtelijke en industriële molens over de hele wereld. Uit dit onderzoek blijkt dat er geen verschil in voedingswaarde is.

### **Wat is het verschil tussen bloem, meel en volkorenmeel?**

#### *Bloem*

Bloem wordt gemaakt van uitsluitend het binnenste deel van de graankorrel; de meelkern. Alle overige onderdelen zoals de zemelen en de kiem worden er na het malen uitgezeefd waardoor er een wit graanpoeder overblijft. Bloem wordt gebruikt voor de bereiding van witbrood.

#### *Volkorenmeel*

Volkorenmeel bevat alle onderdelen van de graankorrel, dus de meelkern, de kiem en de zemel in de natuurlijke verhouding. In volkorenmeel zijn de zemelen met het blote oog zichtbaar. Volkorenmeel wordt gebruikt bij de bereiding van volkorenbrood.

#### *Meel*

Meel is een combinatie van bloem en volkorenmeel. In de praktijk is dit vaak een verhouding van 50/50. In meel zijn de zemelen met het blote oog zichtbaar. Meel wordt gebruikt bij het bereiden van bruinbrood.

### **Hoe zit het met kleuring van brood?**

Het Ezelsbruggetje 'Hoe bruiner hoe gezonder' gaat niet meer op voor brood. De gezondheid van brood wordt bepaald door de hoeveelheid (volkoren)meel en bloem die wordt gebruikt. Hoe meer volkorenmeel hoe meer voedingsstoffen. Volkorenbrood is bruiner van kleur dan witbrood, maar vergeleken met bruinbrood is een kleurverschil minder goed te zien.

Soms wordt moutmeel of gekarameliseerde suiker aan brood toegevoegd. Dat zorgt er voor dat het brood beter kan rijzen en dat het mals blijft. Ook geeft het brood een lekkere smaak. Resultaat is dat brood daardoor een bruinere kleur krijgt. Moutmeel heeft vrijwel geen effect op de voedingswaarde van een brood. Wel kan door de bruinkleuring de indruk gewekt worden dat een brood bruin of volkoren is terwijl dat niet zo is.

Belangrijk is om niet naar de kleur van brood kijken maar vooral te letten op of brood van (volkoren)meel of bloem is gemaakt.