

# Biosappen

## Drink gezond... en groen!

Auteur Koen Vandepopuliere



1

Voedingsdeskundigen zijn het er roerend over eens: we eten te weinig fruit. Vaak drinken we te veel ongezonde frisdranken, bovendien. Maar er is een oplossing: biologische vruchtensappen. Hun smaak en kleur zijn authentiek. Ze zitten boordevol tot barstensvol vitamines, antioxidanten, en tal van andere heilzame stoffen. En wat meer is: ze bevatten geen sporen van bestrijdingsmiddelen of schadelijke additieven. Maar hun grootste pluspunt is misschien wel dat de ermee gepaard gaande biologische teeltmethode een zegen is voor milieu en natuur...

Luc Goossens was reeds een aantal jaar actief in de informaticasector. Hij deed zijn werk graag, maar toch miste hij iets. “Ik voelde de drang bezig te zijn met natuur en landschapsherstel,” zegt hij. “Ik zocht iets wat maatschappelijk relevant was, en nieuw in de streek.” Uiteindelijk besliste hij, samen met zijn vrouw Kris Vanderstichele, te starten met een biologisch tuinbouwbedrijf. Ondertussen hebben ze zo’n 12 hectare hoogstamboomgaarden aangeplant; daarop zijn een 25-tal verschillende variëteiten te vinden. Het betreft opvallend oude rassen als Trezeke Meyers, Renette de Flandres of Eysdener Klumpke. Ze leveren een minder hoge opbrengst per hectare dan laagstammen, en het is moeilijker het fruit eruit te plukken. Maar ze dragen wel bij tot het ontstaan van een mooi ogend landschap. En ze zijn ziektebestendiger. Voorts vormen hoogstamboomgaarden een “zeer waardevolle biotoop, half bos, half open landschap,” stelt Luc. Het is er één waar tal van insectenetende vogels terecht kunnen: vaak vinden ze er nog een laatste beschutte leefruimte (zonder pesticiden) in het kaler wordende landschap. Uiteraard draagt de keuze voor een biologische teeltwijze in belangrijke mate bij tot deze biodiversiteit. Luc legt uit: “We gebruiken geen bestrijdingsmiddelen en geen kunstmatige meststoffen. In de plaats daarvan zorgen we ervoor variëteiten te kiezen die van nature opvallend ziekteresistent zijn. Wat ook helpt, is het gezond houden van de bodem. Dat doen we door het gras tussen de bomen enkel te maaien en het vervolgens ter plaatse te laten verteren. Dit stimuleert de bodemactiviteit. Het resultaat zie je niet enkel aan de gezondheid van onze bomen, maar ook wanneer we een spade in de grond steken. Dan zie je heel wat leven: regenwormen, insectjes en tal van andere kleine organismen. Bovendien is de bodem heel korrelig, donker en vol humus, zodat deze aan bosgrond doet denken.”

### Snugger snoeien

Heel belangrijk, zegt Luc, is het snoeien. “Dan zullen we bijvoorbeeld takken snoeien die zijn gescheurd. Tevens stimuleert die werkzaamheid de groei. Bomen die in minder goede doen zijn, overwinnen daardoor vaak hun zwakte en worden weer gezond. Maar het komt ook de kwaliteit van de appels ten goede. Want als

je dat niet zou doen, zouden vruchten in het midden van de kroon minder licht krijgen, waardoor ze minder vlot rijpen, en zo onder meer minder suikers bevatten.”

### Dan komt de pluk...

In de herfst worden de appels geoogst. Luc, Kris en anderen rijden onder de relatief hoge bomen met jeep en kar, waarop grote kubusvormige bakken, ‘paloxen’, staan. Luc legt uit: “We plukken er zoveel mogelijk. Wel blijft er steeds een deel appels over, die we niet op die manier kunnen bereiken, bijvoorbeeld omdat ze te hoog hangen. Om ook deze te kunnen gebruiken in onze sappen leggen

## We kiezen appelvariëteiten die van nature opvallend ziekteresistent zijn.

we op een gegeven moment zeilen onder de bomen, en schudden dan aan takken zodat de overblijvende appels daarin vallen. Dan rapen we ze op. Uiteindelijk komen de paloxen, vol fruit, aan in de koelcel. Daar blijven ze tot alle appelsoorten rijp zijn geworden en geplukt. Dat duurt een tweetal maanden.” Luc merkt nog op dat het heel belangrijk is op het juiste moment te plukken, om zo de beste smaak te bekomen. En dat het wachten tot alle appels rijp zijn vóór ze te verwerken, een heel bewuste keuze is. Zo ontstaat namelijk een “evenwichtig, lekker sap, dat niet te zuur is, niet te zoet, en heel rijk aan smaak,” klinkt het.

### Toen was er sap!

Vlak voor ze worden verwerkt, worden de appels gespoeld met water. “Vervolgens worden ze tot pulp verhakseld”, gaat Luc verder. “Dan komen ze terecht op de bandpers, die alle sap uit de pulp perst. De overblijvende droge stof gaat voor een deel naar een andere boer, die het gebruikt als veevoeder, en voor een ander deel naar een landbouwbedrijf dat het laat vergisten in een biomassa-installatie, waarbij biogas ontstaat. Het bekomen sap blijft, uiteraard, in



ons bedrijf. Er worden geen bewaarmiddelen aan toegevoegd, geen kleurstoffen, geen suikers,... het is dus 100 % puur. Na de persing gaat het door een grove filter, waarna het wordt opgeslagen in een tank. Daarna laten we het nog enkele uren rusten, zodat een aantal bezinkbare delen naar de bodem zakken. De dag erna pasteuriseren we het sap gedurende enkele seconden bij 82 à 83 °C. Meteen daarna vullen we het in flessen, en sluiten deze meteen. Het sap koelt af, waardoor een vacuüm ontstaat tussen dop en sap, wat een langdurige houdbaarheid garandeert. Tenslotte arriveren de flessen met biovruchtensap in de voorraadruimte, waar ze blijven tot ze worden verkocht. Er zijn ook sappen die zijn gemengd met

vindt. “Er gebeurt heel wat onderzoek omtrent de vraag of bio gezonder is of niet. De ene professor zegt van wel, en de andere dan weer niet. Een vreemde zaak. Volgens mij zijn ze wel degelijk gezonder, alleen al gezien het feit daarop geen residuen van bestrijdingsmiddelen zijn te vinden. Of biosappen ook lekkerder zijn? Vaak wel, maar dat is niet enkel omdat ze biologisch zijn, maar ook door een geschikte keuze van appels, en de goede zorg ervoor.”

## Sappen naar ieders smaak

Anna Chwistek en Torsten Pipeleers zijn zaakvoerders van een kleine onderneming die zich als doel heeft gesteld biologische producten, zoals sappen, uit Centraal-Europa te verdelen op onze West-Europese markt. Anna en Torsten zeggen dat “daar producten worden geteeld die hier, in West-Europa, jaren geleden deel uitmaakten van onze voeding, maar nu om allerlei redenen bijna niet of soms zelfs helemaal niet meer te verkrijgen zijn. Een mooi voorbeeld hiervan zijn allerlei bessen die vroeger waren te vinden in de tuinen van onze ouders of grootouders. Net om deze reden gingen we op zoek naar een producent die op traditionele wijze deze

bessen verwerkt tot een overheerlijk, gezond vruchtensap.” Al snel werd gekozen om samen te werken met een Poolse familie, die sinds 2003 biologische vruchtensappen produceert. Daarvoor maken zij enkel gebruik van vers en gezond biologisch fruit afkomstig

uit de Lackovallei, waar ook hun familiebedrijf en boomgaarden zijn gelegen. Volgens Anna en Torsten geeft het microklimaat dat er heerst het biofruit een intense smaak, en zorgt de methode die wordt gebruikt om de vruchten te persen ervoor dat kleur, aroma en vitamines niet verloren gaan in het productieproces. Als dat geen goed nieuws is!



2



3

- 1: *Geen bewaarmiddelen, geen kleurstoffen, geen suikers,...*
- 2: *Luc Goossens en Kris Vanderstichele stellen dat biologische sappen gezonder zijn, beter voor het milieu, en vaak ook lekkerder dan gangbare types.*
- 3: *Een biologische fruitboomgaard? Best een bezoekje waard...*

zelfgeteelde, biologische bessen, zoals zwarte bes, framboos,... en met rode biet. En dan is er nog een specifiek soort appels dat we voorbehouden om er artisanale cider van te maken. Dit impliceert dat de van nature aanwezige suikers in het sap een half jaar fermenteren, zodat een drank met 4 à 5° alcohol ontstaat. Na bottelen is er nog nagisting, zodat koolzuurgas ontstaat, en de cider sprankelt.”

## Rijk aan leven

Maar waarom is bio beter, vraag ik me af. Luc antwoordt als volgt: “Biologisch telen betreft een totaal andere landbouwtechniek. Vooral het milieu is ermee gebaat. Denk maar aan het niet gebruiken van bestrijdingsmiddelen. Door onze keuzes hebben we ook vermeden met een monocultuur bezig te zijn: daar is minder ruimte voor ander leven. Dat is heel anders dan bij ons. Hier vertoont het landschap een zeer verscheiden vegetatie. En ik blijf mij verbazen over het opvallend hoge aantal vogels en zoogdieren dat zich bij ons thuisvoelt: hazen, konijnen, woelmuizen, vossen, egels, buizerds, sperwers,... Dit voorjaar zag ik zelfs een ree en haar jong in onze boomgaard! Ook broeden hier een kerk- en steenuil. Deze laatste is zelfs ons logo: we geven daarmee aan dat zorg dragen voor de natuur voor ons belangrijk is.” Voorts vinden Luc en Kris de visuele verrijking van het landschap belangrijk. Het is namelijk reeds meermaals bewezen dat mensen zich beter voelen wanneer ze mooie natuur zien om zich heen, klinkt het.

## Troeven bij de vleet

Maar er zijn nog andere redenen waarom Luc biosappen beter

**Aloë aloë aloë...**



Aloë vera, de plant gekend sinds oud om zijn weldoende werking, kan je nu ook drinken als frisdrank. Aloë, met z'n zachte en lichtzure smaak, is een echte dorstlesser en drink je best gekoeld. Het vruchtvlees van de plant zorgt voor de mineralen en staat in voor de anti-oxydante en vitaminerende eigenschappen.

Exclusief beschikbaar bij EVA BEST

verdelers voor de Benelux



EVA BEST sprl

Tel. 0484 753 788 of 0486 625 510  
e-mail: evabestbelgium@gmail.com