

Nu ouderen langer zelfstandig blijven wonen, zijn ze ook vaker aangewezen op thuisbezorgd eten. Hoe lekker is dat eigenlijk? Een panel onderwierp twaalf diepgevroren maaltijden aan de Trouw Tafelrij-dek-jet Test. De uitslag stemt somber: pappeurige groenten, taak vlees. Dat kan beter, vindt ook Pierre Wind.

TEST Inlo Pronk



Leden van de Trouw Tafelrij-dek-jet Test proeven de diepvriesmaaltijden. Als ik niet meer zelf kan koken, zou ik liever kiezen voor een verantwoord broodmaaltje! FOTO MARIE KILLS

# Echt lekker is anders

Mag ik heel onelegaant mijn neus hiernam hangen? vraagt culinair journalist Karin Luiten, bekend van haar kookrubriek in Trouw. Meteen duikt ze een plastic bakje in en snuffelt aan worst en puree. De verworpen volgt ze ook bij de andere elf maaltijden die – na een tussenstop in de magneetron – op tafel verschijnen. Zesmaal Hollandse pot, zesmaal exotische kook: luitens neus vangt 'frisse, geurige kokos' op maar ook mat karton, stoffige kerrie en goedkope Chinese.

Luiten doet mee aan de allereerste Trouw Tafelrij-dek-jet Test samen met vier andere panelleden (onder wie één 70-plasser en twee 60-plassers) proeft ze op één middag twaalf diepgevroren maaltijden van zes grote aanboders die in het hele land bezorgen. Apetito, Bofrost, De Diepvriesman, Lekker Thuis, Maaltijdservice.nl en Vers aan Tafel. De maaltijden zijn – in overleg met deze krant – besteld door Hugo van den Beld en Frank van Hoorn van Allez.nl.

De overige panelleden zijn zo op het eerste gezicht veel milder: op hun scoreblad noteren ze zessen, zevens en soms achten voor textuur, geur, uiterlijk en smaak. Oud-verpleegkundige Jorika Marie (76) uit Velp, die zelf graag vers en biologisch kookt, proeft 'bleem en met een open mind', zegt ze. Van haar krijgt geen enkele maaltijd een involdende, toch concluderen ze na nummer twaalf: 'Ik wil zo lang mogelijk mijn eigen eten klaarmaken. Als ik dat niet meer kan, zou ik nog liever kiezen voor een verantwoord broodmaaltje'. Aan de thuisbezorgde maaltijden hangt een 'universele kooklechn, één portiege gur'. Ze roden voor Marie: 'helein geen vrie kenze zijn'.

Wim Vermeer (60) uit Breda is het enige panelist dat thuis niet zelf hoeft te koken; dat doet namelijk zijn vrouw en 'heel goed'. Hoeveel hij een groot liefhebber is van Hollandse spijkhejes', maar lekker zijn ook die gerechtet niet. Slechts drie van de twaalf maaltijden – die het paneel overigens 'blind' proeft, dat zonder dat duidelijk is wie de leverancier is – krijgen van Luiten een (krappe) voldoende.

heen geroerde liefde", zo verklaart Luiten het verschild. De worst van het panel, Theo van Hoorn (89) die in Utrecht zelfstandig woont en voor zichzelf kookt, heet sans en geconcentreerd zeggen. 'Ik vind het een gezellige maaltijd', zegt hij tijdens de eindevaluatie, maar die optaker geldt het gezelschap. Het eten beoordeelt hij zuinig: 'De Hollandse maaltijden waren aan de flauwe kant. De textuur was eenzijdig, weinig variatie. Dat geldt ook voor de gur. Al met al is dit eten, ook het exotische, nogal centing. De muziek ontbrak aan de smaak. Er zat er geen bij waarvan ik dacht: dat wil ik voortaan mee beginnen'.

Zijn zoon Frank van Hoorn (56) van Allez.nl, adviseur op het gebied van ouderenzorg, had een eigen focus: hij lette vooral op de groente. 'Die dreigt slag en smakeloos te worden door de diepvries. Bloemkool is vaak pappeur, boontjes ook. Er zijn maar enkele groenten lekker'. Hij komt met een treffende samenvatting van de Trouw Tafelrij-dek-jet Test: 'Echt onsmakelijk'. Ach, het is te doen.



## Pierre Wind: Niet vies? Dat kan beter

De bekende Haagse kok Pierre Wind deed niet mee aan de Trouw Tafelrij-dek-jet Test, maar wist de conclusie goed te voorspellen: 'Het eten is niet vies'. Met die kuitopbrengst neemt hij geen genoegen: 'Je gaat er niet dood aan en het is niet vies maar het kan zoveel beter'.

Volgens Wind – die zich actief inzet voor goed eten in zorginstellingen en initiatiefneer is van slimmo.nl – is de maaltijd van thuis 'de nieuwe achilles hiel van 2015 en 2016'. Ouderen blijven zo lang mogelijk thuis wonen, daar is al het overvloedigheid op gericht: 'Ik heb geen glazen bol', aldus Wind, 'maar ik heb het vaak wel goed: de komende twee jaar zullen er meer van zulke maaltijden worden afgenomen. Als de massa groter wordt, wordt de kwaliteit slechter. Daar is advies nodig veel aandacht aan besteed'.

Terwijl er in de keukens van ziekenhuizen en verzorgingshuizen volgens hem soms 'supergoed' gekookt wordt, lijkt het thuisbezorgde eten nog aan de aandacht te ontspannen. En dat is linkse seep, want 'als je op de grens zit van oké en niet oké en de massa neemt toe, dan zakken we onder de grens'.

De grootste problemen van de diepvriesmaaltijd zit in het opwarmen thuis. 'Neem aardappels, groente, zalm. Normaal gesproken maak je die klaar in één panneetje. Nu zit het allemaal in één verpakking, die je in de magnetron pleurt. Als de aardappel goed warm is van binnen, is de zalm echt wel overdein. Al die componenten zijn elkaar in één verwarmingsbron: dat gaat niet goed. Er gaat geur verloren en het mondgevoel gaat naar de kloeren'.

De gare groente, geprept vlees, gebakken aardappelen die niet krollant maar zompig als behangpapier; dat zijn volgens Wind de meest voorkomende mankementen van de diepvriesmaaltijd-aanbieder. Terwijl bekend is dat 'de oudere mens', zoals Wind haast noemt, een deel van zijn smaak verliest en dus juist 'gebaar is bij meer geur en meer prikkel in de mond'.

Wat te doen? Wind: 'We hebben de financiële crisis gehad, veel mensen werden ontlasten en zijn op zoek naar een nieuwe baan. Nu kon op word bejardendoorleert! Het is geen politiek correcte, weet hij. 'In Den Haag mag ik het niet zeggen, maar ik vind 'bejardend' een gruzenaam'. Wie een beter woord weet, is van harte welkom, maar waar het Wind om gaat, is dit: een kok die 'spinzare in de pan gooit en die gelijk maar die oudere ontbrengt'.

Wat volgens hem ook goed zou werken: meer toezicht op de kwaliteit van thuisbezorgde maaltijden. Een ranking van maaltijdaanbieder, vergelijkbaar met goudberghen.nl, een initiatief van de gemeente Den Haag waarvan Wind zich verbonnen heeft. Haagse zorginstellingen die 'excellent' koken kunnen een gouden bodje verdienen en dat werkt, zegt Wind. 'Je ziet dat maaltijdaanbieder hun loek meer nimmer gaan geven'.

Wind is blij dat Trouw aandacht vraagt voor de maaltijd aan thuis. 'We moeten hier echt met z allen iets aan doen. NU. Dan zijn we tenminste een keer op tijd'.



### Apetito

- Hollands: broccoli met aardappel en worst **6,2**
- Exotisch: Thaise curry met kip en garnalen **6,5**

### Bofrost

- Hollands: minibraadworstjes, bloemkool, puree **6,4**
- Exotisch: Thaise nasi goreng **6,5**

### De DiepvriesMan

- Hollands: slivink, bloemkool, gekookte aardappelen **6,6**
- Exotisch: Thaise kip met groene curry **6,3**

"Kindervoor?", vraagt kok Karin Luiten zich af bij het vlees van Apetito. "Kleine plakjes worst in een pleser rode saus en een heel lekker aardappel." De Thaise curry oogt volgens haar wel aantrekkelijk, zelfs "heel fleurig". Dit te groter haar teleurstelling over de smaak, die vaak "extreem hegen". Melijke kip, pappeurige rijst.

Panelist Frank van Hoorn (58) liet tijdens het testen vooral op de groenten, die zijn nogal vaak "papperig", maar de boontjes bij deze nasi goreng zijn "sappig". Ook voor de bloemkool krijgt Bofrost een optaker, van de witte kok Luiten nog wel. De aardappelen vinden in haar ogen echter geen genaden. "Is dit gekookt of puree? Iets eruitseem!"

Over deze Thaise curry lopen de meningen het meest uiteen. Karin Luiten geeft de maaltijd – geserveerd in een kei doosje – een 7, met afstand haar hoogste responsiefte. De gur is "fles, geurig, kokos" en de saus smaakt "moed". Maar van panelist Frank van Hoorn krijgt de Thaise kip een overvloed, vanwege het ontbreken van groente en de "slappe" kip en rijst.

### Lekker Thuis

- Hollands: braadworst, bloemkool, gekookte aardappelen **6,6**
- Exotisch: varkensvlees in zoetzure saus met bamgroene **6,0**

Deze Hollandse pot "ruikt zoals vroege in het transportaal", zegt Karin Luiten. Haar andere kwalificaties zijn evenmin complimenteas: "Teke saucij", een "overheersend papje bij de bloemkool" en "Jekkerige aardappel". Over de exotische kip zijn de panelleden het eens: die is voldoende, maar niet. Volgens Luiten heeft het gerecht "heel in de verte een pittige nasi-smaak".

### Maaltijdservice.nl

- Hollands: succadelepie, bloemkool, puree **6,8**
- Exotisch: habi ketjap met rijst, pampoen en rijst **7,0**

Een lust voor het oog, deze kleurrijke babi ketjap. Maar textuur en smaak vallen Karin Luiten enig tegers. "Teel vlees, groente met weerstand, niet gaar", niet trouw. Geen keuze durven maken? Toch komt deze exotische maaltijd al beste uit de bus. Ook de Hollandse pot scoort relatief hoog. Volgens Luiten is de bloemkool weliswaar "prut" en "flauw", maar het vlees is "erwig en helemaal niet slecht".

### Vers aan tafel

- Hollands: kipburger, bloemkool, gebakken aardappeltjes **6,9**
- Exotisch: Kantonese kip met rijstmix **6,8**

"Ik vond de Hollandse potten vrij hetzelfde", zegt panelist Wim Vermeer (68). Maar die van Vers aan tafel "oproc er iets uit". De kipburger die oogt als een "rare, platte gehaktbal" kon Karin Luiten weliswaar niet bekopen, maar won het toch met eentien, de punt van de andere vijfjes (aardappels-vlees-groente). Haar oordeel over de Kantonese kip: "Combi van droep, niet weg te krijgen en uitgekookt. Heel flauw".

De Trouw Tafelrij-dek-jet Test geeft geen representatief beeld van het thuisbezorgde eten. Het testpaneel bestond uit slechts vijf mensen, die een beperkt aantal gerechteten proeiden. Nederland tot veel

maaltijdservices voor ouderen die vaak lokaal opereren en samen duizenden mensen aanbieden, van dagens tot diepvriezen, van zoutloos, garnalen, glutenvrij en halal tot biologisch. In overleg

met Allez.nl koos Trouw voor de zes grote maaltijdservicezorgers met een landelijke dekking. Die voor andere kenmerken van hun service – zoals prijs, bezorgkosten en assortiment – Allez.nl/maaltijden.