

Echt lekker is anders



Leden van de Trouw Tafeltje-dek-je Test proeven de diepvriesmaaltijden. 'Als ik niet meer zelf kan koken, zou ik liever kiezen voor een verantwoorde broodmaaltijd.'

FOTO MAARTJE GEELS

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 Tafeltje-dek-je Test. De uitslag stemt somber: papperige groenten, taai vlees. Dat kan beter, vindt kok Pierre Wind.

IRIS PRONK

Mag ik heel onelegant mijn neus hierin 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. Die werkwijze volgt ze ook bij de andere elf maaltijden die - na een tussenstop in de magnetron - op tafel verschijnen. Zesmaal Hollandse pot, zesmaal exotische kost: Luitens neus vangt 'frisse, geurige kokos' op maar ook muf karton, stoffige kerrie en goedkope Chinees.

Luiten doet mee aan de allereerste Trouw Tafeltje-dek-je Test: samen met vier andere panelleden (onder wie één 70-plusser en twee 80-plussers) proeft ze op één middag twaalf diepvriesmaaltijden van zes grote aanbieders 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 Alleszelf.nl, een onlineplatform voor ouderen die tot op hoge leeftijd thuis willen blijven wonen.

De vragen achter de test: hoe lekker zijn die thuisbezorgde maaltijden? Hebben de groenten een bite, ruikt het eten goed, ziet het er appetijtelijk uit? Vragen die urgenter worden nu ouderen steeds langer zelfstandig moeten blijven wonen. De 80-plusser die door ziekte of een ongelukkige val niet meer in staat is om zelf te koken; wat krijgt die - na wat internetsurfen en bellen - op zijn bord?

Weinig dat Luiten visueel kan bekoren, zo blijkt tijdens de twee uur durende proeverij: zij signaleert 'bleke saus', 'vage worst' en 'zompige schijfjes' die voor gebakken aardappelen moeten doorgaan. Naast de 'bakjes bruin' (vlees) en 'bakjes wit' (bloemkool, puree) van de Hollandse potten oogt het exotische eten weliswaar aantrekkelijker 'met kleurtjes en spikkeltjes', maar lekker zijn ook die gerechten niet. Slechts drie van de twaalf maaltijden - die het panel overigens 'blind' proeft, dus zonder dat duidelijk is wie de leverancier is - krijgen van Luiten een (krappe) voldoende.

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 'blanco en met een open mind', zegt ze. Van haar krijgt geen enkele maaltijd een onvoldoende, toch concludeert 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 verantwoorde broodmaaltijd." Aan de thuisbezorgde maaltijden hangt een "universele kooklucht, géén prettige geur". Ze zouden voor Marie "beslist geen vrije keuze

zijn".

Wim Vermeer (86) uit Breda is het enige panellid dat thuis niet zelf hoeft te koken; dat doet namelijk zijn vrouw en 'heel goed'. Hoewel hij een groot liefhebber is van Hollandse kost, beantwoordt hij de vraag of hij deze zes menu's graag thuisbezorgd zou krijgen niet met een enthousiast 'ja'. Volgens Vermeer zijn de proefmaaltijden 'vrij hetzelfde'. Thuis is de bloemkool veel smakelijker. "Dat is de erdoorheen geroerde liefde", zo verklaart Luiten het verschil.

De nestor van het panel, Theo van Hoorn (89) die in Utrecht zelfstandig woont en voor zichzelf kookt, heeft snel en geconcentreerd gegeten. "Ik vond het een gezellige maaltijd", zegt hij tijdens de eindevaluatie, maar die opsteker geldt het gezelschap. Het eten beoordeelt hij zuiniger: "De Hollandse maaltijden waren aan de flauwe kant. De textuur was eenzijdig, weinig variatie. Dat geldt ook voor de geur. Al met al is dit eten, ook het exotische, nogal eentonig. De muziek ontbrak aan de smaak. Er zat er geen bij waarvan ik dacht: daar wil ik voortaan mee beginnen."

Zijn zoon Frank van Hoorn (58) van Alleszelf.nl, adviseur op het gebied van ouderenzorg, had een eigen focus: hij lette vooral op de groente. "Die dreigt slap en smakeloos te worden door de diepvries. Bloemkool is vaak papperig, boontjes ook. Er zijn maar enkele groenten lekker." Hij komt met een treffende samenvatting van de Trouw Tafeltje-dek-je Test: "Echt onsmakelijk? Ach, het is te doen."

De DiepvriesMan

Hollands: slavink, bloemkool, gekookte aardappelen 6,6

Exotisch: Thaise kip met groene curry 6,3

Over deze Thaise curry lopen de meningen het meest uiteen. Karin

Luiten geeft de maaltijd - geserveerd in een kek doosje - een 7; met afstand haar hoogste rapportcijfer. De geur is "fris, geurig, kokos" en de saus smaakt "mooi". Maar van panellid Frank van Hoorn krijgt de Thaise kip een onvoldoende, vanwege het ontbreken van groente en de "slappe" kip en rijst.

Apetito

Hollands: broccoli met aardappel en worst 6,2

Exotisch: Thaise curry met kip en garnalen 6,5

"Kindervoer?", vraagt kok Karin Luiten zich af bij het vlees van Apetito. "Kleine plakjes worst in een plens rode saus en een heel lelijke aardappel." De Thaise curry oogt volgens haar wél aantrekkelijk, zelfs "heel fleurig". Des te groter is haar teleurstelling over de smaak, die valt "extreem tegen". Melige kip, papperige rijst.

Bofrost

Hollands: minibraadworstjes, bloemkool, puree 6,4

Exotisch: nasi goreng 6,5

Panellid Frank van Hoorn (58) let tijdens het testen vooral op de groenten. Die zijn nogal vaak "papperig", maar de boontjes bij deze nasi goreng zijn "knapperig"! Ook voor de bloemkool krijgt Bofrost een opsteker, van de kritische kok Luiten nog wel. De aardappels vinden in haar ogen echter geen genade: "Is dit gekookt of puree? Iets ertussenin?"

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 panellid Wim Vermeer (86). Maar die van Vers aan tafel "sprong er iets uit". De

kipburger die oogt als een "rare, platte gehaktbal" kon Karin Luiten weliswaar niet bekoren, maar won het toch met eentiende punt van de andere avg'tjes (aardappels-vlees-groente). Haar oordeel over de Kantonese kip: "Combi van droog, niet weg te krijgen en sufgekookt. Heel flauw."

Maaltijdservice.nl

Hollands: sucadelapje, bloemkool, puree 6,8

Exotisch: babi ketjap met atjar tjampoer en rijst 7,0

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

Lekker Thuis

Hollands: braadworst, bloemkool, gekookte aardappelen 6,6

Exotisch: varkensvlees in zoetzure saus met bami goreng 6,0

Deze Hollandse pot "ruikt zoals vroeger in het trappotaal", zegt Karin Luiten. Haar andere kwalificaties zijn evenmin complimenteus: "bleke saucijs", een "overheersend papje bij de bloemkool" en "plakkerige aardappel". Over de exotische kip zijn de panelleden het eens: die is voldoende, meer niet. Volgens Luiten heeft het gerecht "heel in de verte een pittige nasismaak".

De Trouw Tafeltje-dek-je Test geeft geen representatief beeld van hét thuisbezorgde eten. Het testpanel bestond uit slechts vijf mensen, die een beperkt aantal gerechten proefden. Nederland telt veel maaltijdservices voor ouderen die vaak lokaal opereren en samen duizenden menu's aanbieden, van

dagvers tot diepgevroren, van zoutloos, gemalen, glutenvrij en halal tot biologisch. In overleg met Alleszelf.nl koos Trouw voor de zes grote maaltijdbezorgers met een landelijke dekking. Zie voor andere kenmerken van hun service - zoals prijs, bezorgkosten en assortiment - Alleszelf.nl/maaltijden.