

**Dossier**

Vleesconsumptie

De relatie tussen vleesconsumptie en een gezond en duurzaam voedingspatroon is een prominent onderwerp in het maatschappelijke debat. Wageningen University & Research onderzoekt de invloed van vlees eten op gezondheid, duurzaamheid en klimaat. Ook verzamelen we cijfers over vleesconsumptie, kijken we naar consumentengedrag en -voorkeuren en doen we onderzoek naar vleesvervangers en alternatieve eiwitbronnen.

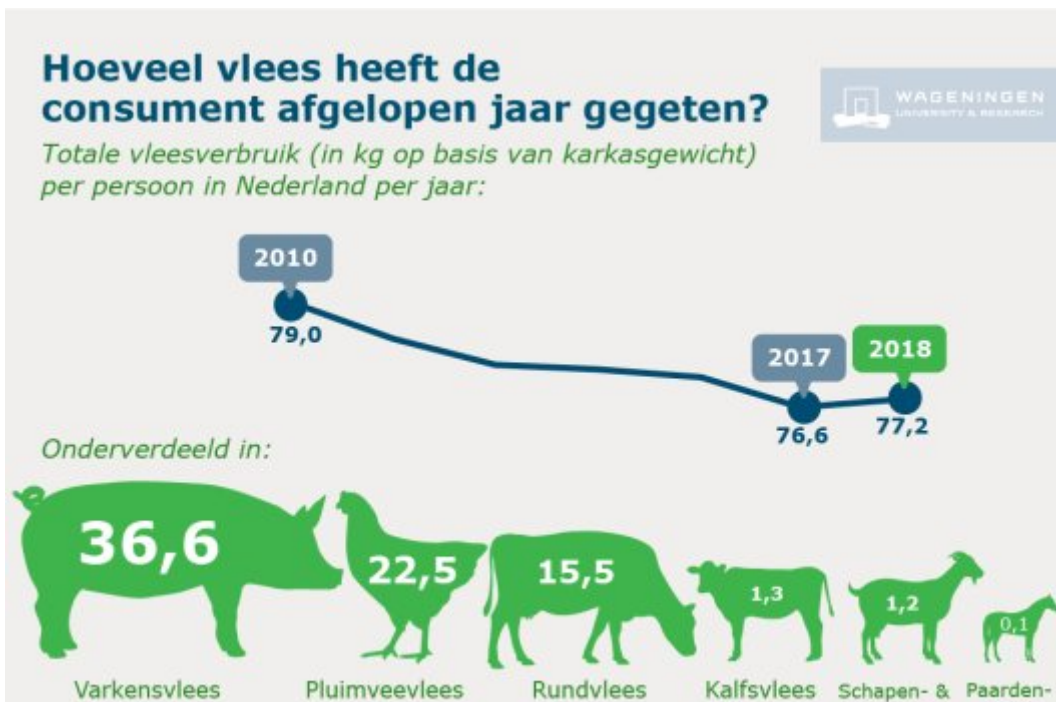
Op basis van ons onderzoek kunnen overheden, bedrijven en individuen gefundeerde keuzes maken.

Hoeveel vlees eten Nederlanders?

De gemiddelde Nederlander eet ruim 77 kilo vlees per jaar. Daarbij gaat het om het verbruik op basis van karkasgewicht, dus vlees inclusief been, vet en zwoerd. Als vuistregel geldt dat daarvan ongeveer de helft feitelijk geconsumeerd wordt als vlees en vleeswaren. In de periode 2010 – 2015 was er sprake van een lichte daling van de vleesconsumptie, maar de cijfers van 2018 laten voor het eerst in 10 jaar weer een lichte stijging zich.

Ongeveer de helft van de Nederlanders noemt zichzelf 'flexitariër'. Dat wil zeggen dat ze minimaal drie keer per week geen vlees bij de warme maaltijd eten. Het aandeel vegetariërs ligt stabiel op iets minder dan vijf procent van de Nederlandse bevolking.

+ Cijfers over vleesconsumptie



Vlees en gezondheid

Vlees bevat waardevolle stoffen in hoge concentraties voor het functioneren van het menselijk lichaam - als energiebron, voor de celdeling en de opbouw van botten en spieren. Bouwstoffen in vlees zijn (onder meer) vetten, eiwitten, vitamines B1, B6 en B12, vitamine D en ijzer en zink.

Vlees vormt voor veel mensen een belangrijke eiwitbron in het dieet. De aanbevolen hoeveelheid eiwit voor volwassenen is in principe 0,8 gram eiwit per kilo lichaamsgewicht. Iemand van 70 kilo heeft dus 56 gram eiwit per dag nodig.

In Nederland is de gemiddelde dagelijkse consumptie van eiwit 109 gram, waarvan 74 gram dierlijk en 35 gram plantaardig. We consumeren gemiddeld dus aanzienlijk meer eiwitten dan we nodig hebben.

+ Lees door over vlees en gezondheid

Duurzame consumptie

Een bescheiden hoeveelheid vlees past in een duurzaam eetpatroon. Vee kan een nuttige rol vervullen in de voedselproductie door de dieren te voeden met biomassa die mensen niet kunnen eten, zoals reststromen en gras van bodems die niet geschikt zijn voor akkerbouw, maar waar wel gras kan groeien. Van oudsher is dat ook de rol die landbouwhuisdieren hebben: het omzetten van reststromen en voor mensen niet eetbare biomassa naar hoogwaardige eiwitbronnen als zuivel, eieren en vlees.

+ Lees door over kringlooplandbouw



Lees de onderbouwing in het wetenschappelijke artikel '[Defining a land boundary for sustainable livestock consumption](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/gcb.14321)' (<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/gcb.14321>).

Dierlijke productie en duurzaamheid

De productie van voedsel heeft invloed op het milieu (bodem, lucht en water) en de leefomgeving. WUR onderzoekt de gevolgen van dierlijke productie (vlees, zuivel, eieren) op milieu en leefomgeving. Denk dan onder meer aan uitstoot van [fosfaat](#) ([/nl/Dossiers/dossier/Fosfaat-1.htm](#)), [ammoniak](#) ([/nl/Dossiers/dossier/Ammoniak.htm](#)), en [fijnstof](#) ([/nl/Dossiers/dossier/Fijnstof-en-endotoxinen-uit-stallen.htm](#)).

+ Lees door over klimaatslimme veehouderij

Eiwittransitie

Met een groeiende wereldbevolking en stijging van de welvaart is de verwachting dat de vraag naar vlees en zuivel de komende decennia wereldwijd sterk zal toenemen. Op dit moment is het aanbod eiwitten onevenwichtig verdeeld in de wereld. Er is sprake van overconsumptie in rijke Westerse landen - in het bijzonder van dierlijke eiwitten - en ondervoeding elders in de wereld. [Eiwittransitie \(/nl/Onderzoek-Resultaten/Onderzoeksinstituten/food-biobased-research/Onderzoeksprogrammas/Proteins-for-life-1.htm\)](/nl/Onderzoek-Resultaten/Onderzoeksinstituten/food-biobased-research/Onderzoeksprogrammas/Proteins-for-life-1.htm) gaat over de overgang naar een duurzaam voedselsysteem, waarbij iedereen voldoende hoogwaardige eiwitten kan consumeren.

+ Lees door over eiwittransitie

Vleesvervangers en alternatieve eiwitbronnen

WUR werkt aan de ontwikkeling van verschillende technologieën om de kwaliteit van vleesalternatieven te optimaliseren. De [shear-cell technologie \(/nl/Onderzoek-Resultaten/Onderzoeksinstituten/food-biobased-research/Onderzoeksprogrammas/Gezonde-en-smaakvolle-voeding/Productontwikkeling/Shear-cell-technologie.htm\)](/nl/Onderzoek-Resultaten/Onderzoeksinstituten/food-biobased-research/Onderzoeksprogrammas/Gezonde-en-smaakvolle-voeding/Productontwikkeling/Shear-cell-technologie.htm) is een revolutionaire manier om vleesachtige structuren te creëren. Met deze technologie kunnen we op grote schaal vleesvervangers produceren. Op de langere termijn kunnen we met 3D-voedselprinten vleesalternatieven maken met smaak en textuur die is afgestemd op persoonlijke voorkeuren.

+ Lees door over vleesalternatieven

Voedselveiligheid

Vlees is een dierlijk product en dat brengt risico's met zich mee. Het behandelen van zieke dieren met bijvoorbeeld antibiotica is in Nederland toegestaan na consultatie van een dierenarts. Resten van de antibiotica kunnen zich ophopen in het vlees, maar in Nederland hebben we daarvoor zorgvuldige controleprogramma's. [WUR ontwikkelt methodes \(/nl/Onderzoek-Resultaten/Onderzoeksinstituten/food-safety-research/Expertisegebieden/Stoffen-meten-en-opsporen/Dierbehandelingsmiddelen.htm\)](/nl/Onderzoek-Resultaten/Onderzoeksinstituten/food-safety-research/Expertisegebieden/Stoffen-meten-en-opsporen/Dierbehandelingsmiddelen.htm), om deze controles steeds efficiënter en effectiever uit te voeren.

+ Lees door over antibioticaresistentie

Nieuws



Vleesconsumptie Nederland stijgt licht

24 september 2019



Wageningse startup FUMI produceert eiwitten voor veganistische vleesvervangers

9 juli 2019

