

HET MENU VAN MORGEN

GEZOND EN DUURZAAM ETEN IN NEDERLAND:
NU EN LATER!

WEGWIJZER VOOR HET MENU VAN MORGEN

Gezond, lekker en duurzaam eten; nu en in de toekomst, dat is waar Natuur & Milieu voor staat. Wereldwijd staan we voor een grote opgave om de stijgende wereldbevolking blijvend van gezond voedsel te voorzien. Dat vergt van iedereen inspanningen: van boer tot burger; van consument tot producent; en ook van de overheid. Maar wat is nou eigenlijk een gezond en duurzaam menu? Om deze vraag te beantwoorden heeft Blonk Consultants, in opdracht van Natuur & Milieu, een menu voor 2030 berekend waarin diverse duurzaamheidsdoelstellingen zijn meegenomen. In deze wegwijzer nemen we u mee in de resultaten van dit onderzoek. Daarnaast stellen wij een aantal actielijnen op. Iedere partij in de keten - van boer tot consument - kan volgens ons langs deze lijnen handelen om een bijdrage te leveren aan het Menu van Morgen (MvM).

Waarom een Menu van Morgen?

Het voedselsysteem, van productie tot consumptie en afvalverwerking, levert een grote bijdrage aan de mondiale uitstoot van broeikasgassen: 20 tot ruim 30%ⁱ. Daarnaast legt de productie van voedsel beslag op schaarse natuurlijke hulpbronnen, zoals land en water. Ruim 37% van het ijsvrije aardoppervlak wordt gebruikt voor de landbouwⁱⁱ. Het grootste gedeelte van die grond wordt gebruikt voor het verbouwen van veevoer. Landbouw en veeteelt zijn de belangrijkste oorzaak van ontbossing wereldwijd. Als er geen actie wordt ondernomen, zal tegen 2030 bijna 170 miljoen hectare bos verloren gaan. Het gaat om een gebied zo groot als Duitsland, Frankrijk, Spanje en Portugalⁱⁱⁱ. Als iedereen op aarde zo zou leven als de gemiddelde Nederlander, zouden we 3,6 aardbollen nodig hebben^{iv}. En we hebben er maar één.

De groeiende wereldbevolking zorgt dat we voor de uitdaging staan om in 2050 9 tot 10 miljard mensen gezond en duurzaam te voeden. Daarom heeft Blonk Consultants voor Stichting Natuur & Milieu (N&M) onderzocht hoe een gezond en duurzaam eetpatroon in de toekomst voor Nederland ingevuld kan worden.

We gaan daarbij uit van het principe dat iedere wereldburger evenveel recht heeft op een deel van de mondiale 'gebruiksruimte', zoals broeikasgasuitstoot en landgebruik.

Hiervoor is gedefinieerd hoe de mondiale gebruiksruimte eerlijk verdeeld kan worden (het principe van Fair Share). In het onderzoek is daarnaast een aantal aanvullende voorwaarden opgenomen. Deze zijn nodig om in de toekomst gezond en duurzaam te kunnen blijven eten.

- Iedere wereldburger heeft recht op een gelijk deel van de mondiale milieugebruiksruimte (het principe van Fair Share).
- We beperken de emissies van broeikasgassen tot een niveau waarbij de stijging van de temperatuur op aarde waarschijnlijk beneden de 2°C blijft. Dit komt neer op een daling van de uitstoot van broeikasgassen van 45% in 2030.
- Het totaal areaal landgebruik voor voedselproductie mag niet stijgen ten opzichte van nu, zodat er geen extra natuur hoeft te worden ontgonnen voor ons voedsel. In 2030 gebruiken we 32% minder land voor de productie van ons voedsel.
- De consumptie van vis van de Nederlandse bevolking moet van duurzame visserij komen.
- Dierlijke producten moeten worden geproduceerd in dierhouderijsystemen waarbij meer rekening wordt gehouden met dierenwelzijn.
- Het eetpatroon moet gezond zijn en passen binnen de nutritionele randvoorwaarden zoals door de Gezondheidsraad geformuleerd.
- Tot slot wordt rekening gehouden met toekomstige ontwikkelingen in productiviteitsverbetering en afname van voedselverspilling.

Met behulp van het optimalisatiemodel Optimeal® is een Menu van Morgen (MvM) voor Nederland in 2030 ontwikkeld, dat binnen deze gebruiksruimte blijft. Ook wordt een doorkijk geboden naar 2050 en worden alternatieve scenario's onderzocht. Daarnaast is in dit onderzoek gekeken naar de effecten van het menu 2030 op de kringlopen van stikstof en fosfaat. De uitstoot van stikstof en fosfaat neemt af omdat het aandeel dierlijke producten daalt in het MvM.

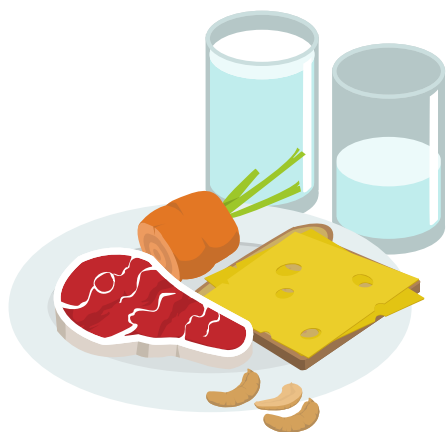
Wat wordt ons Menu van Morgen?

Voor 2030 is een menu berekend waarbij zoveel mogelijk is uitgegaan van ons huidige eetpatroon. De figuur op de volgende pagina laat zien hoe ons eetpatroon verandert in 2030. Hiervoor is 2010 als ijkpunt gebruikt. Het meest knellend bleek de doelstelling om de uitstoot van broeikasgassen zodanig te verlagen dat de wereldwijde temperatuurstijging met redelijk grote waarschijnlijkheid niet boven de 2°C komt. Qua landgebruik blijft de Nederlandse voedselconsumptie nu al ruim onder het plafond en in het Menu van Morgen 2030 daalt het landgebruik nog verder.

Groenten, peulvruchten, brood, noten & zaden, vis en sojaproducten & vegetarische producten zijn productgroepen die ten opzichte van 2010 toenemen in het MvM 2030. Bij de productgroep vis wordt de stijging alleen met duurzaam gevangen vissoorten ingevuld. Tegenover bovenstaande stijgingen staat een daling van vlees, kaas, dranken en melk & melkproducten. Dit zijn alle productgroepen die een belangrijke bijdrage leveren aan de totale broeikasgasuitstoot van het huidige eetpatroon. Een aantal productgroepen, zoals aardappels en eieren, blijft ongeveer constant.

Ook binnen productgroepen treden verschuivingen op. Zo stijgt binnen de groep dranken de hoeveelheid kraanwater, terwijl wijn, (light)frisdranken en appelsap dalen. Het meest opvallend zijn de verschuivingen bij de groenten. Groenten van de vollegrond (o.a. sommige koolsoorten, wortel, prei, ui, bieten) nemen toe, terwijl groenten uit de kas (tomaat, paprika, courgette en komkommer) afnemen. Dit heeft ermee te maken dat de laatste groep veel meer fossiele energie voor de teelt vergt en daarmee een hogere broeikasgasuitstoot heeft. In het MvM voor 2030 is rekening gehouden met realistische verwachtingen over productiviteitswinst en minder verspilling. Eén van de factoren hierin is het gebruik van meer duurzame energie. Hierdoor wordt extra ruimte gecreëerd voor een gevarieerd eetpatroon.

HET MENU VAN GISTEREN 2010



1.5 glazen melk per dag

2 plakken kaas per dag

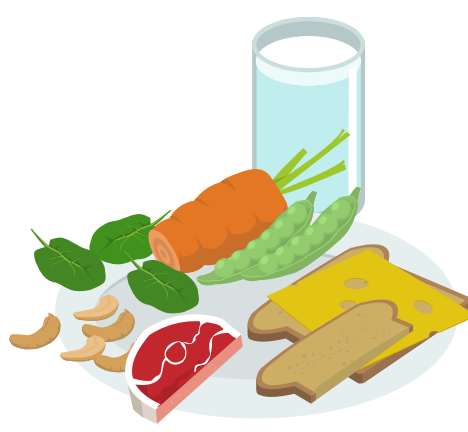
1,5 handje noten per week

5 tot 6 dagen per week vlees

2 scheppen groente per dag

1 keer peulvruchten per maand

HET MENU VAN MORGEN 2030



1 glas melk per dag

1 plak kaas per dag

1,5 handje ongezoeten noten per dag

2 tot 3 keer per week vlees

5 scheppen groente per dag

2 keer peulvruchten per week

MEER



Duurzame vis



Peulvruchten



Peer, kiwi en citrusvruchten



(Volkoren) brood



Noten & zaden



Vegetarische producten
op basis van soja



Groenten
wortel, prei, ui,
bieten,
spruitjes,
boerenkool, erwtjes,
spinazie



Zilvervliesrijst

MINDER



Vlees



Aardbei, druiven, ananas en meloen



Melk / andere zuivelproducten



Dranken
wijn, frisdrank,
vruchtensap



Kaas



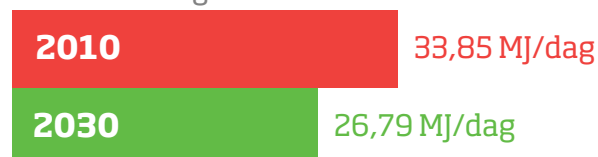
(Kas)groenten
champignons,
broccoli, paprika,
tomaat, courgette

IMPACT

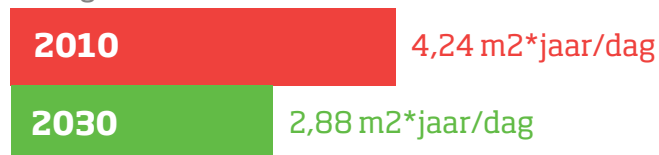
Broeikasgassen



Fossiele Energie



Landgebruik



Prijs



* De waarden in 2030 zijn de gemiddelden van twee schattingen. Meer informatie hierover is te vinden in het [volledige rapport](#).

In 2050 neemt de gebruiksruijnte voor Nederlanders verder af door de stijgende wereldbevolking en strengere klimaateisen. Dit heeft tot gevolg dat bovengenoemde verschuivingen nog sterker doorzetten: vrijwel geen vlees, minder kaas en andere zuivel, en minder alcoholische en niet-alcoholische dranken afgezien van kraanwater. Verder vooruitkijken betekent wel dat er meer onzekerheid zit in de verwachtingen, vandaar dat we voor 2050 spreken van een doorkijk.

Concluderend kunnen we stellen dat het Menu van Morgen in 2030 nog steeds de mogelijk biedt om gevarieerd en gezond te eten. Met dit menu wordt dierenwelzijn beter gerespecteerd en blijven Nederlanders binnen hun deel van de mondiale gebruiksruijnte waar ze op basis van Fair Share gebruik van kunnen maken. Dit betekent voornamelijk een daling in vleesconsumptie, en ook kasgroenten worden minder geconsumeerd. In 2050 zet deze trend door. Om ook dan nog afwisselend te kunnen eten, staan we voor de opgave om te innoveren om de voedselketen te verduurzamen.

Waar liggen kansen voor Nederland?

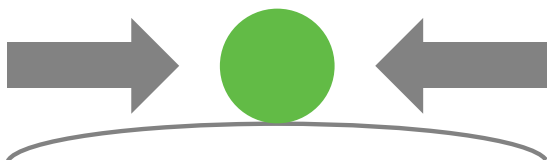
Om tot een duurzaam menu te komen en ook in 2050 nog divers, lekker en gezond te kunnen eten moeten zowel producenten als consumenten in actie komen. Er zijn vele innovaties, oplossingen en kansen die helpen om voedselconsumptie en -productie te verduurzamen. Hier noemen we enkele belangrijke ontwikkelingen, waar Nederland volgens Natuur & Milieu vooral op moet letten.

Kansen voor producenten

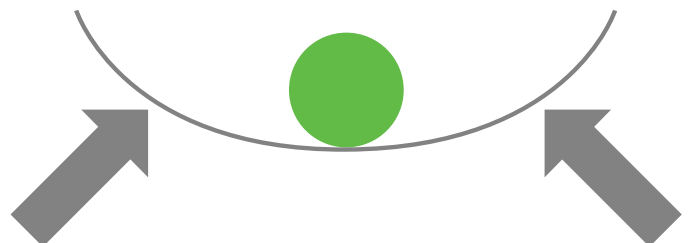
Er wordt hard gewerkt om de voedselproductie te verduurzamen. Met behulp van allerlei innovaties en technieken wordt de voedselproductie efficiënter en legt zij minder beslag op natuurlijke hulpbronnen. Precisielandbouw en 'big data' zijn nieuwe, populaire technieken die de landbouw kunnen verduurzamen. Allerlei apparaten en sensoren doen metingen en verzamelen gegevens, bijvoorbeeld over het weer of vochtgehalte in de bodem. Vervolgens geven slimme computerprogramma's de boer op basis van deze gegevens een advies. Zo kan veel nauwkeuriger water of kunstmest worden toegediend.

Er komt ook steeds meer aandacht voor systemen die geïnspireerd zijn door de natuur. De natuur wordt dan ingezet ter versterking van het landbouw-ecosysteem, in plaats van onderdrukt. Een voorbeeld is om slim gebruik te maken van gewascombinaties (mengteelten) en teeltrotaties. Gewassen onderling kunnen de beschikbaarheid van voedingsstoffen voor elkaar verbeteren. Zo groeien pinda's en mais samen beter dan ieder apart. Een ander voorbeeld is biologische bestrijding van plaagdieren in kassen. De witte vlieg wordt bijvoorbeeld bestreden door sluipwespen in te zetten. Al driekwart van de tomaten in Nederland wordt zo beschermd tegen deze plaag. We kunnen veel wijze lessen trekken uit de natuur!

Boeren tegen de natuur in.



Boeren met de natuur.



Naar: Ten Napel et al, 2006 WUR/LBI

Ook wordt er onderzoek gedaan naar alternatieve eiwitbronnen, zowel voor mensen als dieren. Algen en insecten zijn voorbeelden van gezonde vleesvervangers en eiwitvervangers in veevoer. Voor de productie ervan is minder land nodig. Er zijn al populaire zeewierburgers op de markt.

Anders consumeren

Nederland is een van de koplopers als het gaat om lekker en verantwoord eten. Kritische, bewuste consumenten sporen ondernemers aan om het anders te doen, met meer aandacht voor milieu en dierenwelzijn. Hierdoor groeit het aantal producenten dat op een verantwoorde manier zuivel of vlees produceert. Er ontstaan steeds meer bijzondere concepten die via gangbare kanalen verkocht worden (out-of-home, supermarkten, festivals, etc.). Er zit nog veel groei-potentieel in deze markt.

Kwalitatief hoogwaardige vleesvervangers zijn al jaren in supermarkten verkrijgbaar, en aanbod en omzet groeien ieder jaar. Ook de variatie binnen deze productcategorie groeit: de eerste insectenburgers zijn sinds kort verkrijgbaar, en vleesvervangers gebaseerd op lupine liggen al wat langer in de schappen.

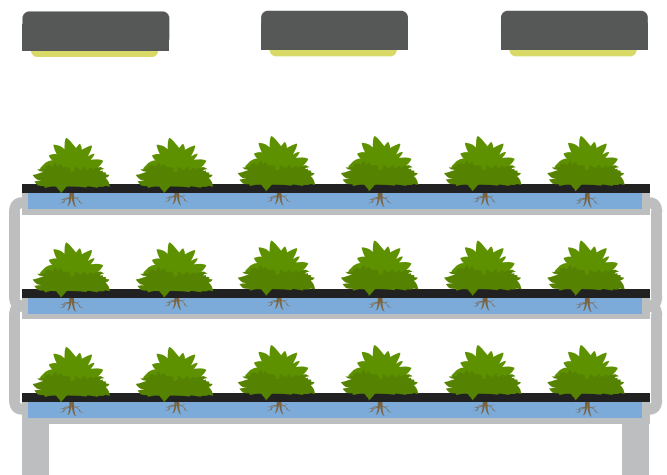
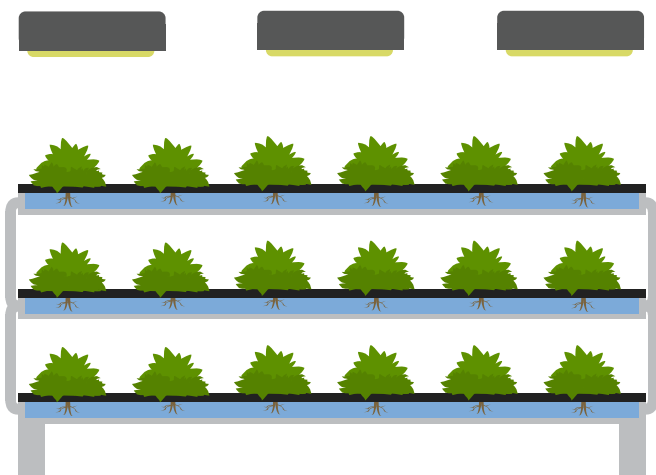
Ook in het out-of-homesegment nemen de mogelijkheden toe. Het vegetarische aanbod op festivals, in catering en horeca neemt enorm toe. Er zijn zelfs al food trucks die veganistische menu's of producten met zeewier serveren. Maar ook het aandeel verantwoord vlees is groeiend op festivals, bijvoorbeeld biologische kroketten.

Er zijn restaurants die het principe 'van kop tot staart' hanteren en initiatieven die eten bereiden met voedsel dat in de supermarkt niet meer verkocht kan worden. Kortom: meer dan genoeg koplopers die innovatieve, gedurfde en duurzame initiatieven nemen!

De consument kan op steeds meer plekken en manieren kennismaken met het Menu van Morgen. Op een aantrekkelijke wijze worden de mogelijkheden steeds groter en gevarieerder. Zo nemen elementen uit het menu via verschillende wegen geleidelijk aan een plek in in het eetpatroon van consumenten.

Verticale boerderij

Op de 'verticale boerderij' worden planten binnen gekweekt op verschillende verdiepingen. De planten groeien niet in aarde, maar in water, waar heel nauwkeurig voedingsstoffen aan toegevoegd worden. Vaak is er zuinige Ledverlichting die precies de juiste golflengte heeft voor de plant om goed te groeien. Er hoeft geen gebruik te worden gemaakt van bestrijdingsmiddelen en omdat er binnen geteeld wordt, is er minder afhankelijkheid van de seizoenen. Zo kan veel voedsel geproduceerd worden op een kleine oppervlakte.



WIE KAN WAT DOEN?

Producenten plantaardig voedsel

- Voor de toekomstige productie van populaire groenten (bijvoorbeeld paprika, tomaat, courgette en komkommer) is het van belang om de milieu-impact van kassen fors te verlagen. De Nederlandse kassen bieden kansen om de energievoorziening voor de glastuinbouw op termijn volledig te verduurzamen. De glastuinbouw kan zich daarbij zelfs ontwikkelen tot leverancier van duurzame warmte en elektriciteit.
- Nederland heeft een rijke traditie aan vollegrondsgroenten. Die vergeten groenten kunnen worden geïnnoveerd en geïntroduceerd. Geef consumenten inspiratie en maak het ze makkelijk om deze 'nieuwe' groente te gebruiken, bijvoorbeeld door middel van kant-en-klare pakketten.
- Innovatie op het gebied van alternatieve eiwitbronnen, zoals zeewier, peulvruchten en insecten is nodig om deze producten (nog) duurzamer, succesvoller en economisch interessanter te maken.
- Zoek de samenwerking met NGO's en retail om barrières in verduurzaming (zowel richting overheid als richting retail) weg te nemen.
- Investeren in gezonde en duurzame product-markt combinaties biedt volop kansen om de consument te verleiden tot het kopen van nieuwe, gezonde producten. Denk bijvoorbeeld aan snoeptomaatjes en snackkomkommertjes. Wel is het van belang dat deze worden geteeld in klimaatneutrale kassen. Daarnaast geldt voor nieuwe producten vaak dat pilots, experimenten en kennis nodig zijn om ze tot een succes te maken.
- (Door)ontwikkeling van vleesvervangers als lekker en gezond alternatief voor vlees en vis is belangrijk om de consument aan te sporen duurzamer te consumeren.

Producenten dierlijk voedsel

- Ga voor minder en beter, kies voor kwaliteit en toegevoegde waarde en maak producten met een verhaal. Zet in op kortere ketens en betrek de consument bij het product.
- Ga samen met NGO's ook in het buitenland op zoek naar een markt voor bijzondere en duurzame kwaliteitsproducten. Nederland exporteert 75% van haar voedselproductie. Het overgrote deel hiervan gaat naar onze buurlanden, maar kijkend naar marktaandeel maken Nederlandse producten slechts een klein deel uit van de verkoop in het buitenland. Zoek juist naar kansen in het hogere segment.

Retail

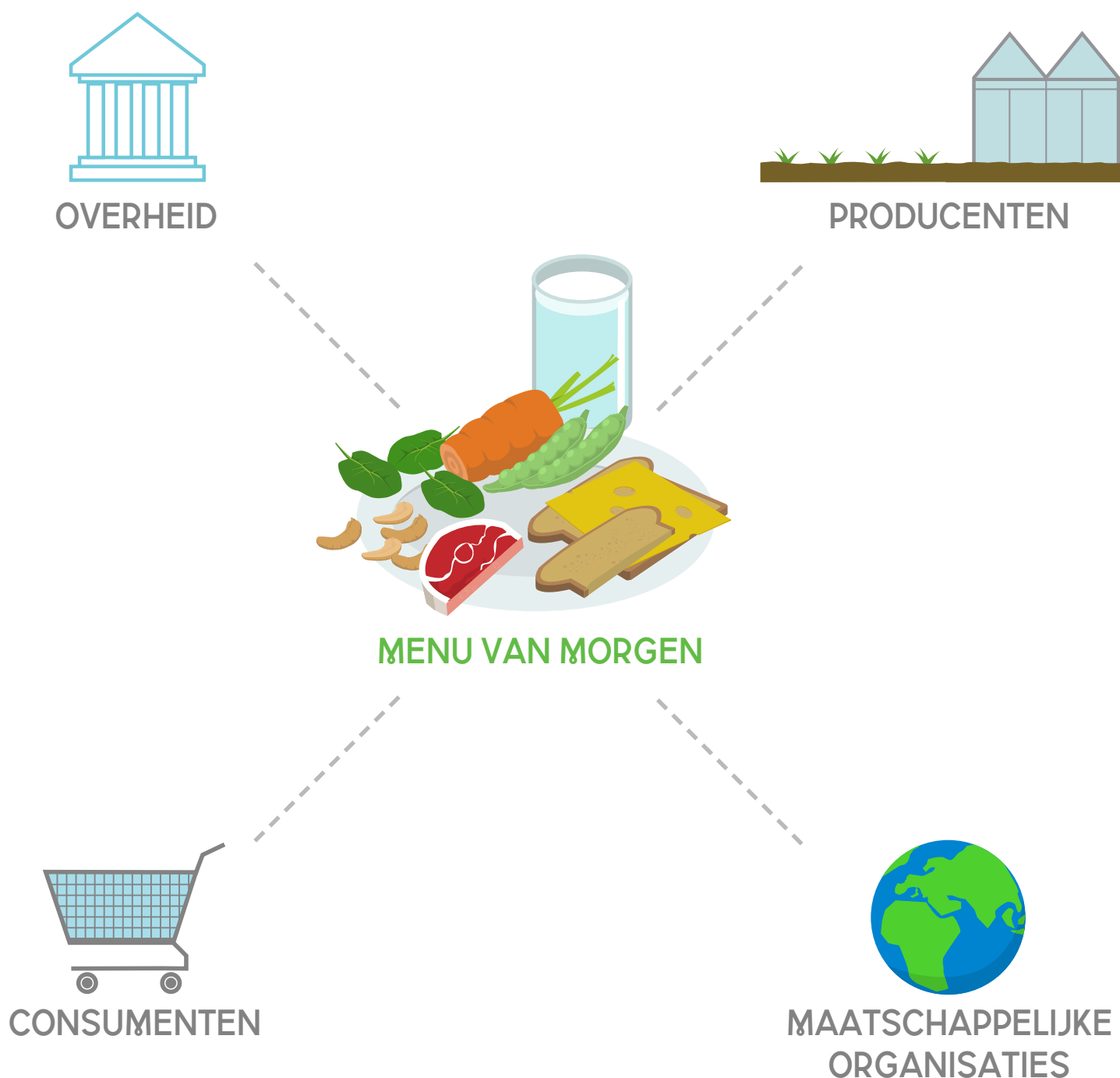
- Groenten in de hoofdrol! Promoot het eten van Nederlandse streek- en seizoensproducten. Dit kan door zichtbaarheid in het schap, aanbiedingen en acties, korting op seizoensproducten en recepten. Geef het duurzame alternatief een podium.
- Verleid en help consumenten met het maken van de duurzamere keuze in de supermarkt, bijvoorbeeld met behulp van de groente- en fruitkalender.
- Ga intensieve samenwerking met producenten in de keten aan. Zo kan gezamenlijk worden geïnvesteerd in de verduurzaming van de productie.
- Zoek de samenwerking met producenten en ngo's om de duurzamere propositie beter te vermarkten.
- Lobby actief voor overheidsbeleid dat de winstgevendheid van duurzame en gezonde alternatieven verbetert. Het liefste ten koste van die producten die minder passen in het Menu van Morgen.

Overheid

- Maak duurzame consumptie via de belastingen aantrekkelijker. Denk aan belastingverlaging op groente, fruit, noten en vleesvervangers en een verhoging van de belasting op vlees en vis. Maar ook bijvoorbeeld door energievretende kassen niet langer te subsidiëren met lage energietarieven. Die subsidie kan vervolgens aan investeringen in verduurzaming worden besteed.
- Introduceer schoolgroente, gezonde schoollunches en voedsel- en kooklessen in het onderwijs. Zo worden burgers al op jonge leeftijd bewust van gezond en duurzaam voedsel.
- Initieer een vereveningsfonds, waarin gangbare producten de introductie of ontwikkeling van duurzame producten financieren door middel van bijvoorbeeld een opslag.
- Financier onderzoek naar echte verduurzaming van de productie. Zet in op systeemdoorbraken in plaats van kleine efficiëntieverbeteringen. Dus niet een nog efficiëntere melkkoe of vleeskuiken, maar algen in veevoer, of integraal duurzame stalsystemen, zoals Rondeel, Kwatrijn of Windstreek.
- Schep duidelijkheid in de wereld van ken- en keurmerken. Niet door het introduceren van een nieuw keurmerk, maar door samen met maatschappelijke organisaties regels op te stellen waaraan keurmerken, kenmerken en logo's moeten voldoen als ze een (duurzaamheids)claim maken.

Maatschappelijke organisaties

- Help producenten en retailers een succes te maken van verantwoorde proposities. Bijvoorbeeld met keurmerken, gezamenlijke promotiecampagnes en lobby voor ontwikkelingen richting duurzaamheid en gezondheid (faming in de breedste zin van het woord).
- Maak voor het brede publiek duidelijk welke proposities bij retailers juist niet verantwoord zijn (shaming).



BRONNENLIJST

ⁱ Gilbert, N. 2012/ One-third of our greenhouse gas emissions come from agriculture.

<http://www.nature.com/news/one-third-of-our-greenhouse-gas-emissions-come-from-agriculture-1.11708>

ⁱⁱ FAOSTAT, 2010 Inputs, Land, Area World.

<http://faostat3.fao.org/browse/R/RL/E>

ⁱⁱⁱ WNF Living forests report, 2015. Saving Forests at Risk.

http://assets.wnf.nl/img/original/wwf_saving_forests_at_risk.pdf?_ga=1.131676303.1095441314.1444730374

^{iv} Vragen over de voetafdruk.

http://www.wnf.nl/nl/wat_wnf_doet/thema_s/voetafdruk/voetafdruk_faq/

Klik hier voor het volledige rapport 'Menu van Morgen', voor meer achtergrondinformatie over het onderzoek:

Volledig rapport