

Vraatzucht

(1) De westerse industriële beschaving eet zichzelf dom. Met die stelling begint het boek *You aren't what you eat*¹⁾ van Steven Poole. Een aanrader uit *NRC Lux*; ik las het deze week. Het is een verrukkelijke aanklacht tegen gastroporno²⁾, tegen de eetschrijvers met hun bijbels (de groentebijbel, barbecuebijbel, partyfoodbijbel) en vooral tegen de *foodies*, die “de wereld alleen kunnen ervaren door hem in de mond te stoppen. Als reusachtige baby's”. Poole schrijft over de voedselschrijver Michael Pollan, die predikt dat we bewust moeten eten omdat elke maaltijd een *karmic price*³⁾ heeft. En over televisiekok Jamie Oliver, die vindt dat op elke school verplicht kookles moet worden gegeven. Welke lessen er precies plaats moeten maken voor het grillen, bakken en blancheren zegt hij er niet bij, omdat je door het ‘medium’ voedsel alles kunt leren wat je nodig hebt in het leven. Poole legt genadeloos de transcendentale larie van dit ‘je-bent-wat-je-eettijdperk’ bloot. Ik kan u het boek van harte aanbevelen.

(2) Heeft onze maatschappij een eetstoornis? Ik ben ervan overtuigd. Het is geen anorexia nervosa, we zijn niet boulimisch of vraatzuchtig. Nee, we zijn gewoonweg geobsedeerd. En niet alleen door gastroporno. Ik ken te veel mensen die een sapkuur ondergaan, omdat ze ervan overtuigd zijn dat ze van binnen ‘schoongespoeld’ moeten worden, als ware hun lichaam een pvc-buizenstelsel. Ik ken te veel mensen die regelmatig vasten, omdat de oermens dat ook

deed. Ik ken er te veel die geen koolhydraten meer eten, of geen vlees, of nu echt gaan ‘afkicken’ van suiker. Ik ken te veel mensen die wauwelen over organisch en ‘echt’ eten en die spookverhalen verspreiden over zogenaamd giftige E-nummers. Ik ken er te veel die biologisch met gezond en duurzaam verwarren. Het zijn intelligente mensen, gezond, jong, en ze breken vrijwillig hun hersens over zoiets futiels als hun voeding. Bezorgd voeren ze gesprekken aan tafel over de vraag of de spaghetti bolognese hen nu wél of niet dichterbij het graf gaat brengen. Alsof de levensverwachting 53 is en geen 83. Waanzin.

(3) Mijn grootste verbazing is dat mensen bereid blijken, nee er zelfs buitengewoon in geïnteresseerd zijn, hun eetpatroon radicaal te veranderen. Ik ging tijdens mijn studententijd om met een meisje dat noodgedwongen een glutenvrij dieet volgde, omdat ze leed aan coeliakie⁴⁾. Geen brood, geen pasta, geen koekje bij de koffie. Het was een hoogst irritante aandoening, waardoor ze altijd moeilijk moest doen over eten. Wat blijkt nu? Grote groepen Nederlanders kopen het boek *Broodbuik* of *Voedselzandloper*, en volgen, zonder enige medische indicatie of andere noodzaak, precies dit glutenvrije dieet. Na jarenlang vet vermijden en daarna suiker is tarwe de nieuwe vijand. Een beetje hipster koopt een glutenvrij kookboek en laat alle brood en pasta voortaan links liggen.

(4) Het is moeilijk je te onttrekken aan die voedselobsessie. De tijd-

85 geest resoneert in alles wat ik eet.
Mijn broodje kaas (kaas = zuivel =
slecht, brood = snelle suikers =
slecht, alles met te veel zout =
slecht), mijn glaasje sinaasappelsap
90 (met suiker = slecht, vermoedelijk
bespoten, niet puur maar uit concen-
traat = nep), mijn kopje Pickwickthee
(nep, slecht, fabrieksspul), de aard-
beienyoghurt (niet het seizoen), mijn
95 cracker met margarine (kankerver-
wekkend), mijn kant-en-klaarmaaltijd
uit de magnetron (wil je soms dood?)
– niks smaakt meer hetzelfde. De
gezondheidsfreaks en voedselsnobs
100 kijken over mijn schouder mee en
schudden vol medelijden het hoofd.
(5) Je moet immers je groenten zelf
snijden, omdat je er dan bewust mee
 bezig bent. Ook al bestaat een derde
105 van alle huishoudens uit één per-
soon, je mag vooral niet voor de tele-
visie eten, want elke hap moet met
aandacht gekauwd worden. Je mag
niets weggooien, je mag niets in de
110 magnetron stoppen, je moet sei-

zoensgroente kopen, liefst een van
de tien courgettes die jaarlijks uit de
wijkmoestuin komen, want ja, lokaal
is beter. Er is jaren gestreden voor
115 het toelaten van Afrikaanse land-
bouwproducten op de Europese
markt, maar door een recent misver-
stand over de duurzaamheid van lo-
kaal voedsel, bleven zelfs de groot-
ste wereldverbeteraars geen Afri-
kaanse bonen meer.
(6) Maar ik kan u vertellen: ik zal me
tegen de gekte verzetten. Ik omarm
de vooruitgang die ervoor zorgt dat
125 banale zaken als voeding steeds
minder tijd hoeven te kosten. Ik wei-
ger te koken als dit niet nodig is. Ik
weiger groente te snijden als er ma-
chines bestaan die dit voor mij doen.
130 Ik weiger 'bewust' te eten. Ik weiger
me te verdiepen in de vraag waar de
kipfilet vandaan komt. En ik weiger
om langer over mijn voedsel na te
denken dan strikt noodzakelijk. U
135 mag uw gastroporno bij u houden. Ik
heb betere dingen te doen.

naar: Rosanne Hertzberger

uit: NRC Handelsblad, 2 en 3 november 2013

Rosanne Hertzberger is microbioloog en columnist.

noot 1 *You aren't what you eat: Fed up with gastroculture*: een pamflet van Steven Poole
tegen de in zijn ogen culinaire hysterie van het moment

noot 2 gastroporno: (oorspronkelijk van culinair journalist Johannes van Dam) het mooi in
beeld brengen van voedsel; vrij vertaald: eten mooier maken dan het is

noot 3 *karmic price*: de prijs die je, volgens de leer van het Boeddhisme en Hindoeïsme, bij
reïncarnatie betaalt voor de handelingen die je in het verleden hebt verricht

noot 4 coeliakie: ongeneeslijke stofwisselingsziekte, veroorzaakt door een glutenintolerantie

*De teksten die voor dit examen gebruikt zijn, zijn bewerkt om ze geschikt te
maken voor het examen. Dit is gebeurd met respect voor de opvattingen van de
auteur(s). Wie kennis wil nemen van de oorspronkelijke tekst(en), raadplege de
vermelde bronnen.*

*Het College voor Toetsen en Examens is verantwoordelijk voor vorm en inhoud
van dit examen.*