

Durven eten – calorieën tellen in het studentenrestaurant

Geplaatst op [21 augustus, 2014](#) door [tikara](#)



Enkele jaren geleden studeerde ik een tijdje psychologie aan de UGent. Op een dag wijzigden de prijzen in het studentenrestaurant opnieuw. Gezond voedsel ging goedkoper worden, wat er op neerkwam dat het zogenaamd minder gezonde voedsel duurder werd. Nu is gezond een nogal relatieve term als je weet dat bijna al het eten in de microgolf opgewarmd wordt in plaats van ter plekke klaargemaakt, dat de groentes allemaal smaken alsof ze gevriesdroogd zijn of een paar uur teveel gekookt hebben en dus sowieso geen vitamines meer bevatten.

Bij het binnenkomen in het restaurant zag je de verschillende schotels met hun caloriewaarde en hun kostprijs: hoe meer calorieën, hoe duurder. Op een dag hield ik het niet meer en begon in de lange wachtrij spontaan een speech te geven over dat dit toch wel “de faculteit van de eetstoornissen” was geworden. Psychologie is een 90% vrouwenrichting, met heel wat vrouwen in heel kwetsbare leeftijden / situaties voor mogelijke ontwikkeling van eetstoornissen. De voortdurende schreeuwerige focus op calorieën in het restaurant leek me dan ook geen goede zaak. Laat staan dat calorieën wel een heel slechte maat van gezondheid zijn: ik ken mensen die weinig fruit eten omdat daar veel calorieën in zitten, ja zo raken we ook niet verder.

Een medestudente die ik daarvoor nog niet kende, sprak me schoorvoetend aan en vroeg of ik samen met haar een kommetje frietjes wilde eten. Het was een mooi moment dat ik niet ga vergeten :-) en het voelde voor ons allebei aan als een soort overwinning.

Frieten werden duurder, dus als student werd je gestraft voor frieten te eten. Studenten eten massaal frieten. Waarom? De alternatieven zijn slechte aardappelpuree, witte rijst zonder iets, of smakeloze aardappels. Bijna alle onderdelen van de schotels komen van ver en worden opgewarmd; de frieten werden tenminste nog ter plekke klaargemaakt. Het is niet alleen dat studenten natuurlijk wel graag frietjes eten, de frieten zijn het enigste dat nog een beetje vers en lekker smaakt. De kwaliteit van de aanbieders is ook veranderd: de universiteit ging mee met het marktdenken en met het zoeken naar de goedkoopste aanbieder van eten. In de jaren 90 reed ik nog speciaal door de sneeuw

om de aardappels met champignonsaus te gaan eten in de resto, maar nu is alles een stuk smakelozer.

Van de zogenaamd intellectuele academische wereld zou je een meer intelligente, meer op feiten gebaseerde kijk op eten, gezondheid en eetproblemen mogen verwachten. En dan is er ook nog zoiets als genieten van je leven en van lekker eten, misschien moet de unief daar eens over *durven denken*?

[About these ads](#)