



© Verpakking "Chocolat Normal" d.d. 1896 (Archieven Delhaize Group)

Geschiedenis van gezonde voeding

Verschillende plaatsen, verschillende tijdperken

Adviezen over gezonde voeding lijken altijd bestaan te hebben, net als de idee dat mensen er zich niet al te veel van aantrekken. Heeft dit te maken met onwetendheid - de voedingsadviezen die vanaf het einde van de 19de eeuw op grote schaal werden verspreid lieten daartoe nochtans maar weinig kans meer - of spelen andere factoren zoals opleiding, inkomen, woonplaats, gewoonten en leeftijd een rol?

D. De Vooght, P. Scholliers, N. Teughels, S. Van den Berghe
FOST¹-Onderzoeksgroep, Vrije Universiteit Brussel

SAMENVATTING

De FOST-onderzoeksgroep¹ zoekt naar informatie over de verspreiding en de toepassing van ideeën omtrent voeding en gezondheid op plaatsen waar dat niet vanzelfsprekend lijkt. Het artikel schetst vier verschillende sferen en tijden, die evenwel weinig met elkaar te maken hebben: Belgisch voedingsonderzoek van 1908 tot 1932, water op de tafel van Leopold II, publiciteit van chocolade rond 1900, en eten op restaurant, vroeger en nu.

Hieruit blijkt dat ideeën omtrent gezonde voeding aarzelend, ongelijk en traag zijn doorgesijpeld in de brede lagen van de bevolking. Pas na de Tweede Wereldoorlog zijn voedingsdeskundigen meer concrete voedingsadviezen gaan formuleren, mede ook dankzij de gestage toename en verspreiding van wetenschappelijke kennis. Maar ook maatschappelijke veranderingen spelen een rol: de koopkracht neemt toe alsook de bewustwording omtrent het lichaam enerzijds en het effect van de voeding op de gezondheid anderzijds. Bijkomend onderzoek blijft echter nodig om een antwoord te vinden op nog talrijke vragen.

Sociale wetenschappers gaan na hoe kennis omtrent (gezonde) voeding ontstaat, wordt verspreid en vooral ook wordt toegepast. Hierbij kan inzicht in de gang van zaken in een ver of recent verleden van doorslaggevend belang zijn (1). Onderzoek naar vroegere betogen en praktijken omtrent gezonde voeding is in België tot nog toe echter zeer gefragmenteerd gebeurd. Terwijl de ene onderzoeker bijvoorbeeld de wetgeving bestudeerde met betrekking tot de voedselveiligheid sedert 1789, richtte een ander zijn aandacht op negentiende-eeuwse doodsoorzaken gerelateerd aan voedsel. Dikwijls belicht onderzoek bovendien vooral de speerpunten van vernieuwingen (medische uitvindingen), terwijl de verspreiding en de toepassing van kennis onderbelicht blijven.

In dit artikel nemen de auteurs de lezer mee naar verschillende sferen en tijden, die weinig met elkaar te maken hebben. De FOST-onderzoeksgroep¹ zoekt naar aspecten van gezonde voeding op plaatsen waar dat niet vanzelfsprekend lijkt, maar die toch informatie

¹ Onderzoeksgroep Sociale & Culturele Voedingsstudies - <http://www.vub.ac.be/FOST>

kunnen geven over de verspreiding en de toepassing van ideeën omtrent voeding en gezondheid. Deze verkenning maakt deel uit van een onderzoeksproject dat peilt naar de evolutie van sociale ongelijkheid sinds 1850. Zowel historici, kunstwetenschappers als linguïsten werken hieraan mee.

Voor een eindbesluit is het nog te vroeg, maar een eerste verkenning van verschillende momenten in de geschiedenis laat toe te veronderstellen dat ideeën omtrent gezonde voeding aarzelend, ongelijk en traag zijn doorgesijpeld in de brede lagen van de bevolking. Deze ideeën lijken weinig te maken te hebben met het algemene financiële vermogen, maar eerder met het intellectuele kapitaal of de bewustwording rond het lichaam, de voeding en het milieu. Bijkomend onderzoek moet trachten een antwoord te vinden op nog talrijke vragen.

Belgisch voedingsonderzoek van 1908 tot 1932

Wetenschappelijke kennis evolueert en is tijdgebonden. Dit blijkt ook duidelijk uit een historisch overzicht van Belgisch voedingsonderzoek tijdens de eerste drie decennia van de 20ste eeuw.

Voedingsonderzoek bij arbeiders in 1908

Auguste Slosse en Emile Van de Weyer, onderzoekers van de “Université Libre de Bruxelles” (ULB), zijn allicht niet de pioniers van de voedingsleer in België maar met hun onderzoek naar de voeding van Brusselse arbeiders in 1908 hebben ze wel de kennis van de voedingsleer sterk verbeterd en konden zij, waarschijnlijk als een van de eersten in België, empirisch gefundeerde voedingsadviezen geven (2). Het onderzoek van Slosse en Van de Weyer vormt een mijlpaal omdat het twee grensverleggende disciplines van hun tijd combineerde: de chemie en de sociologie. Er was in België al eerder chemisch onderzoek naar voedsel gedaan, maar dat betrof vrijwel uitsluitend de voedsel fraude die in de negentiende eeuw volop toesloeg (3).

Slosse en Van de Weyer onderzochten de voedselinname van 33 arbeiders. Zij bestudeerden niet alleen de hoeveelheid en de kwaliteit van het voedsel maar onderwierpen het tevens aan een chemische analyse (eiwitten, vetten, koolhydraten), onderzochten de restjes op het bord en namen stalen van urine en fecaliën. Ze registreerden het beroep, de leeftijd, de lengte en het gewicht van de deelnemers (de gemiddelde BMI van de groep bedroeg 24,2 kg/m²). Zij kwamen onder meer tot de vaststelling dat de voeding van Brusselse arbeiders er slecht uitkwam in vergelijking met de voeding van Amerikaanse arbeiders en dat hun gemiddelde energie-inname te laag was rekening houdend

met de aard van het te leveren werk. Zij kwamen evenwel ook tot het besluit dat het moeilijk was om één norm voor energie-inname vast te leggen gezien de uiteenlopende inspanningen van de arbeiders (4). Meer vlees eten was toen veruit het enige voedingsadvies, naast de voorzichtige waarschuwing tegen te veel en te dure vetten (zuivel, fijne vleeswaren). Slosse en Van de Weyer lieten het geven van meer praktische eetadviezen over aan journalisten, leerkrachten in huishoudscholen en koks die publiceerden.

Vervolgonderzoeken vóór 1925

De volgende jaren werden gelijkaardige onderzoeken opgezet bij arbeiders en werklozen over heel België (5,6,7). Het sociologische deel werd verder uitgebreid met onder meer de registratie van het loon, de aard van de arbeid, de gezinssamenstelling en de leeftijd en het gewicht van elk gezinslid. Er werd gewag gemaakt van belangrijke tekorten in bepaalde streken, zeker ook tijdens de Eerste Wereldoorlog (WO I). Een Brusselse werkloze moest het in de winter van 1915-1916 stellen met 1860 kcal per dag en in september 1917 met nog maar 1350 kcal per dag. Het gevolg was een sterke vermagering en verzwakking (6). Voor zuigelingen troffen de overheden tijdens WO I speciale maatregelen: er werden aparte en strikt gecontroleerde voedselbedelingen georganiseerd. Het gunstige effect van deze maatregel op de mortaliteit van baby's tot één jaar deed de onderzoekers hevig pleiten voor blijvende overheidsstussenkomsten op het vlak van voeding en gezondheid. Verder wezen de onderzoekers de vastgestelde tekorten buiten de oorlogsjaren niet alleen toe aan te lage lonen, maar ook aan een gebrek aan kennis bij huisvrouwen en een verkeerd gebruik van het inkomen. Er werd gepleit voor meer gericht onderwijs en een toename van de vleesconsumptie.

Een Brusselse werkloze moest het in de winter van 1915-1916 stellen met 1860 kcal per dag, in september 1917 met nog maar 1350 kcal per dag.

Onderzoek in 1923 stelde vast dat de gemiddelde energie-inname opnieuw was toegenomen tot het niveau van 1910 (7). Opvallend was echter dat het aantal uiterste waarden (enerzijds minder dan 2750 kcal en anderzijds meer dan 4000 kcal per dag) was gestegen en dat het aandeel van de middengroep (2751 tot 4000 kcal per dag) was gedaald van 61 naar 48 %. Weerspiegelde deze polarisatie verschillende typen van arbeid of ging het om sporen van toegenomen sociale ongelijkheid tijdens en net na WO I? Wat budgetquêtes al eerder hadden aangetoond werd bevestigd: naarmate hun inkomen steeg, aten arbeiders aanzienlijk meer vlees, wat hun calorie-inname verhoogde. De onderzoeker suggereerde evenwel niet dat er bij deze groep overconsumptie van dierlijke voedingswaren was, noch adviseerde hij om minder vlees te eten.

Vervolgonderzoeken ná 1925

Na 1925 veranderde het Belgische voedingsonderzoek ten gronde. De combinatie van sociologie en fysiologie leek uitgeteld. Sociologisch onderzoek legde zich toe op de analyse van gezinsbudgetten. Zelfs journalisten begonnen regelmatig gezinsuitgaven te verzamelen om meer te weten te komen over de voeding en de levenswijze van de arbeidersklasse. Deze werkwijze bracht de voeding op een andere manier in de publieke belangstelling: er was niet meer de “rauwe” honger van een massa mensen, maar de miserie van achtergebleven groepen. In de prille jaren 1920 werden bovendien volop de vitamines ontdekt wat de verdere zoektocht naar de optimale voeding van de mens bevorderde.

Uit onderzoek in 1932, op het dieptepunt van de economische crisis met torenhoge werkloosheid, bleek dat de voeding van de arbeiders er sinds 20 jaar toch sterk op was vooruitgegaan (8). De onderzoekers onderscheidde vier typen voeding: 1) een volkomen evenwichtige voeding, 2) voldoende energie maar te weinig vitamines, 3) te weinig energie en te weinig vitamines, 4) te weinig energie maar voldoende vitamines. De categorieën 1 en 2 kwamen het vaakst voor. In tegenstelling tot vroegere veronderstellingen werden de verschillen in energie-inname eerder toegeschreven aan louter fysiologische factoren (energiebehoefte in functie van lichaamsbouw en mate van fysieke activiteit) dan aan het milieu waaruit men

afkomstig was of waartoe men behoorde. Als gevolg hiervan werd de arbeider als het ware geruisloos opgenomen in de groep van gemiddelde mannen of vrouwen.

Pas na de Tweede Wereldoorlog waagden voedingsdeskundigen zich geleidelijk aan meer concrete voedingsadviezen.

Sociologische bekommernissen raakten stilaan op de achtergrond (9). Er werd gesteld dat de aard van het werk niet zozeer de calorische noden bepaalt maar dat er in alle sociale klassen grote en kleine eters zijn. Edouard-Jean Bigwood, leerling en opvolger van August Slosse, stelde een optimale of rationele voeding op per leeftijdscategorie (zuigeling, overgang naar vaste voeding, kinderen en jongeren, volwassenen, zwangere vrouwen, ouderen). Het typemenu voor volwassen personen leverde 2850 kcal per dag (plus 10 % voor mannen en min 10 % voor vrouwen) en bestond voor 47 % uit dierlijke voedingsmiddelen. Bigwood meende dat de consumptie van 75 gram verse boter per dag aangewezen was, onder meer voor de vitamines. Hij benadrukte ook dat elke dag fruit eten nuttig was, maar dat het niet nodig was om elke dag verse groenten te eten. Hij vond het vooral belangrijk om gevarieerd te eten. De enige verwijzing naar overdaad betrof de hoge inkomensgroep die volgens de bevindingen van Bigwood neigde naar overvoeding. Hij bevestigde daarmee de link tussen een

hoog inkomen en een overvloedige voeding. Mogelijk was hij ook al getuige van de toegenomen interesse van de bourgeoisie voor ideale lichaamsvormen. Hij vond het alleszins niet nodig te waarschuwen voor de consumptie van te vet, te zoet of te zout voedsel.

Besluit

Rond 1930 trad een radicale breuk op in het Belgische voedingsonderzoek: voedingsdeskundigen begonnen zich te specialiseren, ze lieten zich niet langer uitsluitend in met de arbeidersklasse en startten aarzelend met het geven van praktische eetadviezen. Terwijl de generatie van August Slosse het had over de nood aan voldoende voeding (en het recht op meer vlees), wees de generatie van Bigwood op het belang van variatie en vitamines. Beide generaties waren getuigen van de overgang van kwantitatieve naar kwalitatieve bekommernissen en van de curatieve naar de preventieve voedingsleer (10). Het valt op dat beide generaties zich redelijk terughoudend hebben opgesteld ten aanzien van te vet, te zoet of te zout. Pas na de Tweede Wereldoorlog waagden voedingsdeskundigen zich geleidelijk aan meer concrete maar soms ook moraliserende voedingsadviezen. Deze hele ontwikkeling houdt uiteraard ook verband met veranderingen in de maatschappij (de toename van de koopkracht en de veranderende eetgewoonten) en in de wetenschappen (de gestage toename en verspreiding van kennis).

Water op de tafel van Leopold II

Op donderdag 23 september 1869 deelden koning Leopold II en de rest van de koninklijke familie een rijkelijk gevulde tafel met een zestigtal gasten. Op het menu van negentien gangen stonden onder meer een “potage tortue à l'anglaise”, “huîtres d' Ostende”, “chaud-froid de faisan”, “sorbet à l'orange” en “timbale d'ananas”. Wijnen vloeiden overvloedig: Lafitte aan 9 frank per fles (een metselaar verdiende in die periode ongeveer 18 frank per week), St.Julien (5,50 frank per fles), Larose (9 frank per fles), porto, sherry en de zeer geliefde champagne. Het gezelschap dronk in totaal 88 flessen leeg, goed voor 575 frank (bijna een jaarloon van een textielarbeidster). Naast de alcoholische dranken werd ook één fles water van het toen wereldwijd bekende merk Seltzer gedronken. Dit mineraalwater werd sinds de achttiende eeuw verspreid vanuit het plaatsje Niederselters (in het Bundesland Hesse) en kreeg in de loop van de negentiende eeuw een stevige geneeskundige reputatie.

Dat er mineraalwater werd geschonken, is interessant. Dat het telkens ging om een eerder kleine hoeveelheid, verdient eveneens alle aandacht. Ook tijdens andere diners in december 1869 en in andere maanden van dat jaar, werd ten minste één fles Seltzer aan

de koninklijke tafel geopend. Het bleek om een goede gewoonte te gaan, want ook in 1871 stond minstens één fles Seltzer op tafel, af en toe vergezeld van Vichy- en Sodawater. Nog geen tien jaar later, in 1879, zijn Vichy- en Sodawater alweer van de koninklijke tafel verdwenen en wordt de fles Seltzer voortaan alleen nog maar opengemaakt tijdens de lunch. Tussen de jaren 1880 en 1895 werd ook tijdens de diners opnieuw Seltzer geschonken. Nadien verdween dit gebruik opnieuw, vreemd genoeg net in een periode waarin het eten van kleinere hoeveelheden en lichtere maaltijden opmars maakte aan de eettafel van de elite en dus ook aan de tafel van de Belgische koninklijke familie (11). Mogelijk is men toen overgestapt op het drinken van leidingwater, een uitgavenpost die niet werd vermeld in de rekeningen van de keuken en dus ook niet terug te vinden is in de paleismenu's.

Uit de zoektocht naar het gebruik van mineraalwater in het paleis blijkt dat gezondheid geen belangrijke koninklijke bekommernis was. In vergelijking met de enorme hoeveelheden wijnen en likeuren en de rijkelijke maaltijden verdwijnt de consumptie van enkele flessen mineraalwater in het niets. Deze vaststellingen roepen echter ook vragen op. Wie heeft flessenwater aan het hof geïntroduceerd, wanneer is dat gebeurd en waarom genoot het een sterk wisselende belangstelling? En ten slotte, was de geringe belangstelling aan het hof voor mineraalwater tekenend voor de rijkste kringen?

Water drinken was riskant

Hoewel de gezondheidsvoordelen van water - "het zuivert, het bevordert de spijsvertering en het is goed voor lever, milt en nieren" - al sinds de oudheid bekend waren, bleef water drinken lange tijd een zeer riskante onderneming (12). Oppervlakte- en grondwater waren vaak erg vervuild. Bovendien waren er, zeker in stedelijke gebieden, te weinig waterputten en -pompen om aan de vraag te kunnen voldoen. Wie verstandig en vooral ook rijk was, dronk toen duur mineraalwater uit flessen. Op het einde van de negentiende eeuw had slechts 20 % van de Belgen toegang tot leidingwater dat grondig werd gecontroleerd en doorgaans van goede kwaliteit was. Het ging om een stedelijke elite want ook stadswater was toen duur. Pas diep in de twintigste eeuw waren quasi alle woningen in België aangesloten op het waterleidingsnetwerk (13).

Besluit

De koninklijke tafels hebben alvast niet gezorgd voor de doorbraak van een nieuw gebruik, met name het drinken van water. De regels van de "haute cuisine" stonden dat wellicht niet toe. Hoewel er aan het hof water werd gedronken, genoot het maar een middelmatig imago. Champagne kreeg dezelfde eigenschappen toebedeeld als mineraalwater: het zou de spijsvertering bevorderen.

Publiciteit van chocolade rond 1900

Van 1895 tot 1920 vermeldde een belangrijke Belgische producent en kleinhandelaar op zowat alle chocoladeverpakkingen "Garanti pur cacao et sucre". Op de etiketten van cacao-poeder kwam regelmatig de term "hygiénique" voor. Beide producten werden in de loop van de negentiende eeuw vaak vervalst (14). Met het wegvallen van het gildensysteem en de invoering van de vrije handel na 1800, verdween ook de controle op de productie. Bovendien zorgde de toepassing van de toenemende wetenschappelijke en technische kennis in het productieproces voor verwarring. Wanneer was er sprake van innovatie en wanneer van vervalsing? De strijd tegen vervalsing en de bezorgdheid om voedselhygiëne waren in de eerste plaats ingegeven door de angst voor ziekten en epidemieën. De sociale theorie van het hygiënisme werd ontwikkeld omstreeks het einde van de achttiende eeuw en bereikte zo'n honderd jaar later haar hoogtepunt. Ze wilde afrekenen met de onhygiënische leef- en woonomstandigheden in de steden, in het bijzonder bij de arbeiders. Op de agenda stonden niet alleen het ondermaatse en eenzijdige menu, maar ook de verkrotting, de ontoereikende rioleering, prostitutie en alcoholisme.

Aan cacao en chocolade werden lange tijd medicinale eigenschappen toegeschreven.

Voedselveiligheid van chocoladeproducten

De voortdurende fraude met levensmiddelen had volgens de hygiënist op lange termijn een nefast effect op de gezondheid (15). De overheid moest ingrijpen. In 1894 legde de Belgische regering bij wet vast dat producten, verhandeld onder de naam "chocolade", minstens 35 % zuivere cacao moesten bevatten. Hierdoor werden niet alleen de smaak maar ook de samenstelling van chocoladeproducten en de zuiverheid van hun ingrediënten een belangrijk verkoopsargument (16). De toenmalige chocoladeverpakkingen laten zien dat de producenten gretig gebruik maakten van deze sociale gevoeligheden voor voedselveiligheid om hun waren aan de man te brengen. Het etiket van een cacao-poeder zet zelfs de chemische analyse van het product in als reclamemiddel. Naast de gebruiksaanwijzing vermeldt het ook: "Een nauwkeurige ontleding door de beroemdste chemisten gedaan, bewijst dat deze gealkaliseerde cacao oplosbaar en van buitengewone kwaliteit is, dat dit poeder alleen grondstoffen der cacao-boon bezit zonder bijvoeging van vreemdsoortige bestanddelen zoals suiker, stijfsel, bloem, met een klein deel alkali voor het oplosbaar te maken en dat bijzonder rijk is in voedzame bestanddelen".

Van heilzaam naar verwenerij

Het adjectief "hygiénique" komt regelmatig voor op de

verpakking van chocoladeproducten. Deze term verwijst niet alleen naar de zuiverheid van de ingrediënten en naar de wijze van productie, maar ook naar de heilzame werking die aan cacao werd toeschreven. Vooral in de eerste helft van de negentiende eeuw werden chocoladedranken vaak op doktersvoorschrift gedronken. Zij zouden uitermate versterkend werken en geschikt zijn tegen kwaaltjes en aandoeningen gaande van maagproblemen tot beginnende longtuberculose (17). Naarmate de kennis over de chemische samenstelling van cacao en chocolade toenam, werden de veronderstelde geneeskundige eigenschappen geleidelijk aan ontkracht. Bij de overgang naar de twintigste eeuw werd chocolade meer als pure verwennerij genuttigd dan omwille van zijn mogelijke medicinale werking. Desondanks bleven producenten op de verpakkingen verwijzen naar de medische kennis over chocolade om het vertrouwen van de consument te winnen, en dit op een ogenblik dat deze lek-

kernij binnen het bereik kwam van een steeds ruimer publiek. Hieruit blijkt dat zowel producenten als consumenten rond 1900 gevoelig waren voor aspecten van gezond eten en drinken. Aansluitend zoekt men echter nog antwoord op de volgende

vragen. Hoe zat het met gezondheid als verkoopargument voor andere producten? Hoe controleerde de producent zijn productieproces en in welke mate voelden de klanten zich aangesproken door pure en gezonde producten? En waren zogenaamd gezonde producten doorgaans duurder dan de doorsnee goederen?

Besluit

Aan cacao en chocolade werden lange tijd medicinale eigenschappen toegeschreven. Toen de prijs van deze producten in de loop van de jaren begon te dalen en mooi vormgegeven verpakkingen en publiciteitsaffiches betaalbaar werden, speelden de producenten de specifieke gezondheidsaspecten van cacao en chocolade uit als verkoopargument. Smaak en genot hebben het uiteindelijk echter gewonnen van gezondheid en voedingswaarde. Als gevolg van de toenemende wetenschappelijke interesse voor bioactieve stoffen zoals antioxidanten is er vandaag echter weer een zekere voedingskundige belangstelling voor chocolade.

Eten op restaurant, vroeger en nu

Een restaurantbezoek wordt meestal ervaren als een feestelijke gebeurtenis en zoals blijkt uit de vele

dieettypen na feestperiodes lijken feesten en gezondheid elkaar uit te sluiten. Het begrip restaurant vindt nochtans haar oorsprong in omstandigheden waarin de nadruk lag op gezondheid. Sinds de middeleeuwen verwees het niet naar een plaats maar naar een versterkende consommé. In de achttiende eeuw geloofden dokters dat een zware maaltijd 's avonds aanleiding kon geven tot indigestie en verder tot waanzin en zelfs de dood. Een consommé werd daarom naar voor geschoven als een uitstekend alternatief. Omstreeks 1760 begonnen Parijse traiteurs zaken te openen waar deze zogenaamde "restaurants" werden verkocht en geconsumeerd. Al snel boden deze eetgelegenheden echter ook andere spijzen aan waardoor het moderne restaurant ontstond. Na de Franse Revolutie nam het aantal restaurants spectaculair toe en verwees het woord restaurant niet langer naar het gezonde gerecht, maar naar de plaats. Het aspect gezondheid stond toen geenszins meer op de eerste plaats. De periode van de Franse "grande cuisine" was aangebroken (18).

Restauranttrends

In de negentiende eeuw is al heel wat geschreven over gezonde voeding. Een voorbeeld is het boek "Physiologie du Goût" (1826) van Brillat-Savarin, waarin hij waarschuwt voor de gevolgen van zwaarlijvigheid (19). Hij beschouwt zwaarlijvigheid niet als een ziekte maar maakt wel al een onderscheid tussen zwaarlijvigheid die zich concentreert rond de buik en algemene zwaarlijvigheid. Hij raadt aan om zetmeel, zoetigheden, bier en rode wijn te vermijden, veel Seltzerwater te drinken en de voorkeur te geven aan kalfsvlees en gevogelte. De maaltijden die de Brusselse restaurantjournalist Declerfayt beschrijft tussen 1961 en 1965 zondigen voortdurend tegen deze aanbevelingen (20). Brussel was een van de plaatsen waar de Franse restaurants snel populair werden (21). Sinds de jaren 1960 verschijnen er recensies die een beeld geven van wat de gasten zoal in de Brusselse restaurants eten. Hieruit blijkt dat gezondheid vroeger zo goed als geen rol speelde.

Hoewel het belang van een goede voeding voor een goede gezondheid al lang bekend was, begint het in restaurantbesprekingen en restaurants pas een rol te spelen vanaf de jaren 1980. Verschillende factoren spelen hierin een rol. Ten eerste speelde er zich een revolutie af in de restaurantkeukens. Er vond een vereenvoudiging plaats door de "nouvelle cuisine". Sinds de jaren 1950 begonnen een aantal chefs zich af te zetten tegen de traditionele Franse keuken. Tijdens de hoogconjunctuur in de jaren 1970 zette deze trend helemaal door. De keuken werd lichter en gezonder. Een tweede factor van invloed was de "cuisine minceur", gecreëerd door Michel Guérard tijdens de jaren 1970. Deze vernieuwing ging nauw samen met het veranderende schoonheidsideaal. Ook de globalisering was van invloed. Dankzij de groeiende populariteit van onder meer de Japanse keuken kregen gezonde

gerechten meer aanhang. Ten slotte was er de paradoxale invloed van de Amerikaanse keuken. Hoewel Europeanen huiveren van de import van slechte voedingsgewoonten via fastfood en gestandaardiseerde ketens, vindt de aandacht voor de gezondheid en het lichaam nochtans zijn oorsprong in de Verenigde Staten.

In restaurantbesprekingen van de jaren 1980 komen de gezondheidsaspecten van de voeding in toenemende mate aan bod. De rol van groenten verandert aanzienlijk. Terwijl salades vroeger louter als garnering werden gezien, worden ze nu beschouwd als volwaardige gerechten. Restaurateurs maken ook expliciet meer reclame voor gezonde en lichte gerechten. Het "Café d'Egmont" bijvoorbeeld duidde in 1983 gerechten met weinig calorieën aan met een asterisk. Dit betekent dat de caloriefactor toen meespeelde in de keuze van de klanten.

Ook nu weer vloeien een resem vragen voort uit deze korte verkenning. Wie was klant van de Brusselse restaurants, wie las de besprekingen en welke invloed hadden zij? Waar haalden de koks van restaurantkeuken hun wijsheid en lieten zij zich beïnvloeden door de toenemende invloed van diëtisten? Eisten klanten lichtere maaltijden?

Besluit

Ondanks de oorsprong van het woord, heeft een restaurant nog maar weinig rechtstreeks te maken met gezondheid. Restaurants zijn plaatsen geworden waar doorgaans volop wordt genoten van eten en drinken. Dit neemt niet weg dat mineraalwater er regelmatig op tafel komt en dat er sinds de jaren 1980 ook steeds vaker rekening wordt gehouden met bijvoorbeeld vegetariërs en klanten die ook op restaurant op hun lijn willen letten.

LITERATUUR

1. Scholliers P. Defining food risks and food anxieties throughout history. *Appetite* 2008; 51 (1): 3-6
2. Slosse A., Van de Weyer E. Etude analytique de l'alimentation d'un groupe de trente-trois ouvriers bruxellois. 1908. Brussel, Institut Solvay
3. Burns D.T., Deelstra H. Analytical chemistry in Belgium: an historical overview. *Microchimica Acta*, 2008; 161 (1-2): 41-66; Van Tiggelen B. & Deelstra, H. Belgium: from industry to Academia. The Belgian Chemical Society, 1887 - 1914. In: Kildebaek Nielsen, A. & Štrbáňová, S. (eds.). *Creating networks in chemistry*. 2008. Cambridge: Royal Society of Chemistry, 24-41
4. De cijfers van de onderzoeken die hier worden gebruikt, staan samengevat in: Scholliers P. Voedingsleer op zoek naar het ideale menu voor arbeidersgezinnen in België tussen 1900 en 1940. In: Jan Van Bavel & Jan Kok (red.) "De levenskracht der bevolking". Sociale en demografische kwesties in de Lage Landen tijdens het interbellum. 2009 (ter perse). Leuven, Universitaire Pers Leuven
5. Slosse A., Waxweiler E. Enquête sur l'alimentation de 1065 ouvriers belges. 1910. Brussel, Institut Solvay
6. Demoor J., Slosse A. L'alimentation des Belges pendant la guerre et ses conséquences. *Bulletin de l'Académie royale de médecine de Belgique* 1920: 457-510
7. Van Themsche M. Enquête sur le régime alimentaire d'un groupe d'ouvriers Malinois (mars 1923). *Bulletin de la Société scientifique d'hygiène alimentaire et de l'alimentation rationnelle de l'homme* 1924: 601-648
8. Bigwood E.J., Roost G. L'alimentation rationnelle et les besoins énergétiques d'une population ouvrière. 1934. Brussel, Institut Solvay
9. Bigwood E.J. L'alimentation rationnelle de l'homme normal en Belgique. 1938. Brussel, Ministère de la santé publique
10. Harper A.E. Recommended dietary allowances and dietary guidance. In Kiple K. & Conée Ornelas K. (eds.). *The Cambridge world history of food 2000*. Cambridge, University Press: 1606-1621
11. De Vooght D. Wie rijk is krijgt lekkers? De 'zoete hiërarchie' van hofdesserts in de negentiende eeuw. In: Van Pièce Montée tot Pêche Melba: een geschiedenis van het betere nagerecht, (Eds. De Vooght, D., Onghena, S. & Scholliers, P.). 2008. Brussel, VUB Press, 33-39
12. Burnett J. Liquid pleasures. A social history of drinks in Modern Britain. 1999. Londen, Routledge
13. Geerken T., Scholliers P., De Vooght D., Spirinckx C., Timmermans V., Van Holderbeke M. en Vercalsteren A. Sustainability developments of productsystems (1800-2000). Final Report 2006. Brussel, POD Science Policy
14. Servais P. Geneeskunde, dieetleer en chocolade in de 19de eeuw. In: *Chocolade. Van drank voor edelman tot reep voor alleman (16de-20ste eeuw)* 1996. Brussel, ASLK: 213-220
15. Nadau T. Itinéraires marchandes du goût moderne. Produits alimentaires et modernisations rurales en France et en Allemagne (1870-1940). 2005. Paris, Editions de la Maison des sciences de l'homme
16. Fitzgerald R. Rowntree and the marketing revolution (1862-1969). 1995. Londen & New York, Cambridge University Press; Clarence-Smith W.G. Cocoa and chocolate (1765-1914). 2000. Londen, Routledge
17. Clarence-Smith. Cocoa and chocolate; Servais. Geneeskunde, dieetleer en chocolade
18. Spang R. The invention of the restaurant: Paris and modern gastronomic culture. 2000. Cambridge (Ms), Harvard University Press
19. Brillat-Savarin J.-A. Physiologie du Goût ou Méditations de Gastronomie Transcendante. 1826. Paris, Charpentier
20. Declerfayt R. Cent restaurants sans coup de fusil. 1961. Brussel, Editions Immobilières
21. Scholliers P. Brusselse restaurants in de negentiende en twintigste eeuw. Over koks, eters, schrijvers en luxe: Franse dominantie en Belgische respons. In: *Buitenshuis eten in de Lage Landen sinds 1800* (Eds, Jacobs, M & Scholliers, P.). 2002. Brussel, VUBPress: 57-84