

Tekst en foto's **Hanneke Drohm / Restaurant ONE**

Moeten scholen les over voeding geven?

Volwassenen zijn vaak benieuwd wat kinderen vinden. In de rubriek *Zeg het maar* vraagt telkens een ander groot mens naar jouw mening. Deze keer **chef-kok Edwin Soumang**. Hij kookt de lekkerste gerechten bij restaurant ONE in Roermond.

Als chef-kok ben ik de hele dag met eten bezig. Ik kook zoveel mogelijk met gezonde en verse ingrediënten. Dat is lekker én duurzaam. Ik vind dat er meer aandacht moet komen voor gezond eten. Waarom hoort friet bij een kinderfeestje? Waarom geven ouders snoep als beloning? Waarom is het goed voor het klimaat om minder vlees te eten? Kinderen kunnen veel leren over voeding. En leren hoe je kiest tussen gezond of ongezond. Wat vinden jullie? Moeten scholen les geven over voeding?



Wout (8) Roermond 'Ik krijg af en toe les over voeding. Bijvoorbeeld over waar eten wordt verbouwd. Ik wil er graag meer les in, 1 keer in de 2 weken is wel voldoende. Het leukste is als een kok zo'n les geeft. Op mijn school mag je géén ongezonde dingen eten, behalve als het feest is. Maar niemand houdt zich eraan.'



Isa (7) Swalmen 'Mijn school, de Lambertusschool in Swalmen, is al een 'gezonde school'. We krijgen 1 keer per week schoolfruit en je mag een bidon water op je tafeltje zetten. Snoep en koekjes meenemen mag niet. Maar echt uitleg wáárom we gezond moeten eten krijgen we niet. Dat lijkt me interessant.'



Daaf (7) Swalmen 'Ik vind dat we op school meer over gezond eten moeten praten. Het gaat daar bijna nooit over. Ik vraag me bijvoorbeeld af waarom frietjes slecht zijn. Die zijn toch van aardappelen gemaakt? Het lijkt me ook handig dat de juf gezonde kooktips geeft. Dan kunnen de ouders dat gaan koken.'



Eljero (9) Roermond 'Dat lijkt me handig. Ik wil vooral meer weten over groenten die ik nog niet ken. Tomaten en komkommer kent iedereen, maar ik zie in de winkel nog veel meer liggen. Extra leuk is het als we die nieuwe groenten dan kunnen proeven in de klas. De kok mag best op onze school langskomen.'



Alexe (10) Roermond 'Zo'n les over voeding lijkt me interessant, maar niet uit een boekje. Het gaat pas echt leven als de juf je meeneemt naar de groenteboer. Dan ontdek je vreemd fruit zoals pomelo. Maak er een uitstapje van. Voor de verkeersles doen we dat ook. Waarom niet ook met een les over 'gezond eten'?''



En wat vind jij?

Naam:



Indy (10) Herten 'Er zijn sommige groenten en fruit die we niet kennen. De namen klinken zo gezond, dat je denkt 'dat zal wel niet lekker zijn'. En dan durf je het niet te proeven. Het lijkt me daarom goed om erover te leren. Zo ga je eerder proberen hoe iets smaakt. Op vakantie heb ik cactusfruit getest. Best lekker.'



Lieza (10) Roermond 'We leren alleen iets over eten bij aardrijkskunde. Bijvoorbeeld hoe en waar paprika groeit. Maar waarom het gezond is, leren we niet. Ik zou het leuk vinden om meer te weten over voeding. Ik hou van taarten bakken. Het lijkt me leuk om te leren hoe je gezond kan bakken.'



Marie (10) Ool 'Ik denk wel eens na over gezond en ongezond. Laatst vroeg ik me af: wat is gezonder, curry of mayonaise? Met mijn vader heb ik het opgezocht. Curry! Of, wat is erger: vet of suiker? Het lijkt me een leuk project voor school. Ik vind dat af en toe mayo moet kunnen, als het maar niet teveel is.'



Noor (10) Herten 'Op school krijgen we elke dinsdag fruit. Ook mag je geen ongezond eten meenemen. Van mij mag chef-kok Edwin langskomen voor een gastles. Of we gaan naar zijn restaurant om gezond te leren koken. Misschien is iets anders dan friet en pizza óók heel lekker met een goed recept.'

