

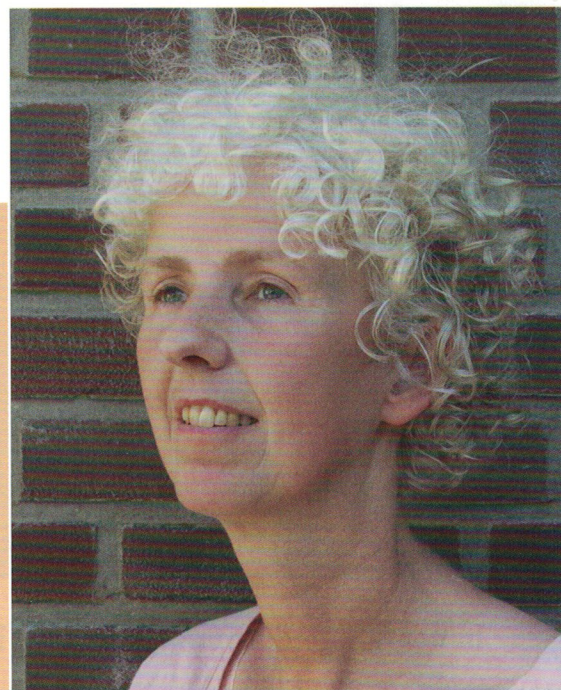
Groene stevia niet toegestaan in voeding

**LIESBETH OERLEMANS,
DOCENT VOEDING EN KRITISCH BLOGGER**

In de *Allerhande* van afgelopen september werden alternatieven voor kristalsuiker besproken. Een van de alternatieven die door een blogger werd geadviseerd was groene stevia. Dat verbaasde me omdat groene stevia als voedingsmiddel niet is toegelaten door de EFSA. Dit resulteerde in een online rectificatie van Albert Heijn. Deze rectificatie werd al snel om niet-inhoudelijke redenen verwijderd en Albert Heijn was ondanks de oplage van circa 2 miljoen helaas niet bereid deze weer online te plaatsen. Het gevolg is nu dat lijkt of groene stevia wel is toegestaan. Ik merk dat er veel verwarring is over dit onderwerp. Hoe zit dat nu daadwerkelijk?

Stevia is als novel food sinds november 2011 toegestaan, maar dit geldt slechts voor een klein onderdeel van de plant, namelijk de steviolglycosiden: E960. De hele plant is als voedingsmiddel niet toegestaan, omdat niet voldoende is aangetoond dat het op de langere termijn niet schadelijk is. Dit geldt ook voor groene stevia, dat het gemalen gedroogde blad is van de plant.

Consumenten lijken de voorkeur te hebben voor stevia boven andere zoetstoffen zoals aspartaam. Dit komt omdat ze het idee hebben dat stevia natuurlijk is. Mensen denken dat als iets afkomstig is uit een plant, dit beter/gezonder is. Maar dat maakt helemaal niets uit als je slechts een onderdeel van een plant gebruikt. Je lichaam reageert op een stof, niet op de oorsprong van die stof. Er is dus fysiologisch geen verschil tussen een E-nummer dat in de fabriek is gemaakt of uit een plant wordt geëxtraheerd. Steviolglycosiden zijn net als aspartaam een goedgekeurd E-nummer. Er is dus geen reden waarom stevia beter zou zijn dan bijvoorbeeld aspartaam.



Bij voeding gaat het op de eerste plaats om een lekkere smaak. Dit geldt ook voor stevia. Omdat steviolglycosiden een bittere smaak hebben, worden ze daarom vaak gecombineerd met andere zoetstoffen. Je kunt je afvragen waarom je iets als consument zou willen eten als het eigenlijk niet lekker smaakt.

Additieven mogen in biologische voeding niet worden gebruikt, tenzij ze als uitzondering zijn opgenomen in de positieve lijst in de bijlage bij de wetgeving. Voor E960 geldt dat niet. Dus ook als de steviolglycosiden geëxtraheerd worden uit biologische stevia mag dit niet gebruikt worden in biologische voeding. Zolang de plant niet is toegestaan, is er officieel dus ook geen biologische groene stevia te koop. Toch zie je dit wel vaak, zeker online. Dit komt omdat de NVWA de wet onvoldoende handhaaft. Er zijn tientallen leveranciers van groene stevia.

Ik ben niet voor of tegen stevia, hoewel ik ook niet denk dat we stevia onbeperkt kunnen eten. Ik ben echter wel een voorstander van het navolgen van de wet in plaats van het geven van een eigen mening, waarbij de wet wordt genegeerd. Ik zou de NVWA dan ook willen vragen de wet te handhaven. En Albert Heijn zou ik het advies willen geven vooraf beter te kijken met wie ze in zee gaan. Want een blogger die zonder opleiding voedings- en medicatieadvies geeft aan mensen met diabetes zou geen podium moeten worden geboden door een serieus bedrijf als Albert Heijn. Hierdoor heeft Albert Heijn onbedoeld bevestigd dat groene stevia wel is toegestaan, terwijl dit wettelijk niet zo is.

<http://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:295:0205:0211:NL:PDF>