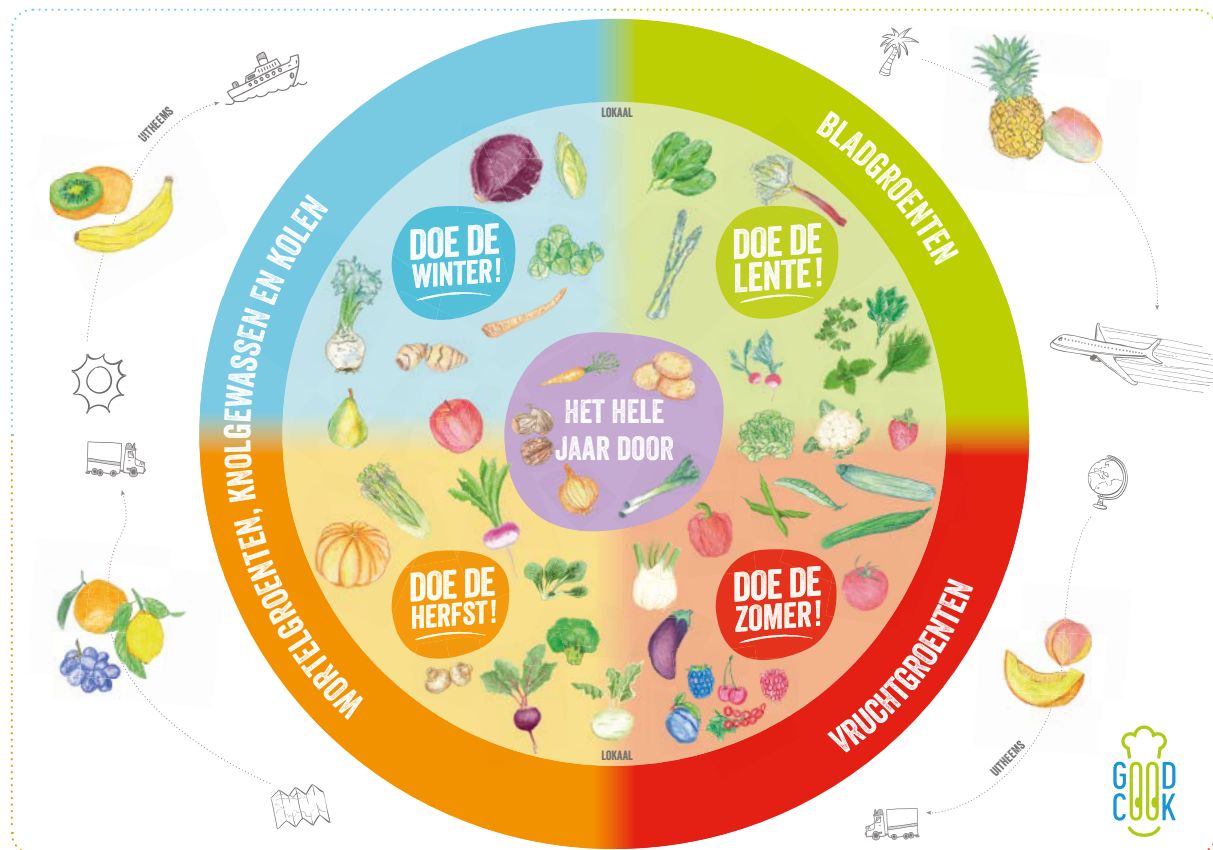




We zijn het gewend dat we het hele jaar door bijna alle soorten fruit en groenten kunnen kopen. Als je door de winkel loopt, zou je bijna vergeten dat we verschillende seizoenen kennen. Hoe weten we in welk seizoen welke fruit en groenten geoogst worden? Hoe weten we wanneer we aardbeien, tomaten of bonen in het seizoen kopen als we boodschappen doen?

De seizoenskalender hieronder geeft deze informatie in één oogopslag weer.



HOE LEES JE DEZE KALENDER?

Binnen de cirkel staan fruit en groenten die tijdens het oogstseizoen in België worden geteeld. Buiten de cirkel staat fruit dat niet in België groeit en het transportmiddel om het naar ons te vervoeren. Bij elk seizoen hoort een kleur en een groentesoort. De soort wijst naar het eetbare deel van de plant:

- **Bladgroenten:** het eetbare plantendeel zijn de bladeren. Bijvoorbeeld spinazie, sla, kervel of rucola.
- **Vruchtgroenten:** het eetbare deel is de vrucht. Het bijzondere van deze soort is dat het groenten zijn die groeien als fruit; ze beginnen als een bloem en groeien uit tot een groente. Bijvoorbeeld tomaten, courgettes, aubergines of komkommers.
- **Wortelgroenten en knolgewassen:** hiervan is de wortel uitgegroeid tot een eetbare groente. Deze verdikking kan voorkomen in de vorm van een knol, zoals bij knolselder, radijs en rode biet. Soms gaat het ook om de wortel zelf die verdikt is, zoals bij wortelen, schorseneren, pastinaak en rammenas.
- **Kolen:** de bladeren omsluiten elkaar en vormen zo de eetbare kool. Bijvoorbeeld spruiten, boerenkool of rode kool.

Deze onderverdeling komt overeen met de cyclus van de natuur: bladgroenten worden geoogst in het voorjaar, vruchtgroenten in de zomer en wortelgroenten, knolgewassen en kool zijn beschikbaar in het najaar en de winter.

WAAR KOMEN GROENTEN EN FRUIT VAN BUITEN HET SEIZOEN VANDAAN?

Groenten en fruit van buiten het seizoen:

- komen ofwel uit landen waar het warmer is, voornamelijk uit het zuiden van Spanje;
- of worden in Vlaanderen geteeld in verwarmde serres. De serres worden verwarmd met fossiele brandstoffen: gas en stookolie. Zo zorgt 100 g tomaten uit verwarmde serres voor de uitstoot van 70 g CO₂, terwijl 100 g in het seizoen geteelde tomaten (dus zonder verwarming van de serres) slechts 8 g CO₂ uitstoot. Naar schatting produceren tomaten buiten het seizoen 5 tot 10 keer meer broeikasgassen.¹



Foto van Yan Arthus Bertrand van een verwarmde serre.

Hoe weet je welk transport gebruikt werd om het voedsel naar hier te halen?

Het grootste deel van het in Europa geproduceerde voedsel komt per vrachtwagen naar hier. Voedsel uit Azië, Zuid-Amerika en Afrika wordt door de lucht of over zee vervoerd, afhankelijk van hoe snel het moet aankomen. Het vervoer van verse producten zoals ananas, asperges en vis gebeurt per vliegtuig. Levensmiddelen met een langere houdbaarheid zoals conserven, kiwi's en bananen worden per schip vervoerd. Alle vormen van gemotoriseerd transport dragen bij tot klimaatopwarming omdat ze CO₂ uitstoten. Maar vliegtuigen stoten 56 keer meer broeikasgassen uit dan schepen, 19 keer meer dan treinen en 3 keer meer dan vrachtwagens².

HET ETEN VAN GROENTEN EN FRUIT IN HET SEIZOEN HEEFT VEEL VOORDELEN:

- Groenten en fruit van het seizoen zijn verser en dus op hun lekkerst.
- Omdat ze verser zijn, bevatten ze meer vitaminen en zijn ze dus gezonder.
- Het is beter voor het milieu omdat het minder energie verbruikt: het fruit en de groenten zijn niet getransporteerd vanaf de andere kant van de wereld of in verwarmde serres geteeld.
- Het is beter voor de portemonnee omdat het minder duur is.

*Laat ons de cyclus van de natuur respecteren!
Ons lichaam en de planeet zullen ons dankbaar zijn!*

¹ Xue, L., Cao, Z., Scherhauer, S., Östergren, K., Cheng, S., Liu, G. Mapping the EU tomato supply chain from farm to fork for greenhouse gas emission mitigation strategies. J Ind Ecol. 2021; 25: 377–389.

² Poore, J., & Nemecek, T. (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. Science, 360(6392), 987–992.

