**Zie jij door al die keurmerken op zuivel de koe in de wei nog wel?**



Een cappuccino met opgeklopte volle melk, een ovenschotel of hartige taart met een laagje geratineerde kaas. Een volkoren boterham besmeerd met roomboter en belegen biologische kaas. Wat heerlijk kan het leven zijn 😊

Ik heb het geluk dat de kaasboer in mijn dorp heerlijke biologische kaas verkoopt waar ik heel blij van wordt. Maar ik vraag me af waarom er toch zo weinig biologische kaas wordt verkocht? Om de keuze in zuivel, dus ook van kaas wat overzichtelijker te maken heb ik me verdiept in de vele soorten melk met de daarbij behorende keurmerken.

* **Wat is zuivel?** Zuivel is melk en alle producten die van melk zijn gemaakt, zoals yoghurt, kaas, vla, boter enz. Er bestaat zuivel van melk van schapen, geiten, paarden, waterbuffels en natuurlijk van melkkoeien. **Voor 1kg kaas is 10 liter koemelk nodig!**
* **Hoe groter een melkveebedrijf hoe minder rendabeler het wordt om koeien in de wei** **te laten grazen.** Bij het loslaten van het melkquotum in 2015 steeg het aantal koeien in Nederland wat de literprijs met €0,30 deed dalen. Veel dieren in een kleine ruimte zorgen voor een grotere kans op infecties. De koeien lopen vaak in hun eigen mest en krijgen vaak problemen aan hun hoeven doordat de vloer glad is. Veel mensen vinden dat koeien in de wei horen. Het is hun natuurlijke leefomgeving en ze horen bij het Nederlands landschap. Om het imago van de Nederlandse koe en hun melk een boost te geven wordt weidegang bij koeien gestimuleerd. Wanneer de boeren voldoen aan verschillende criteria krijgen de boeren een paar cent meer voor een liter melk. Welke verschillen bestaan er en waar wil jij voor kiezen?
* In het kort geef ik de **belangrijkste keurmerken** aan. Welke keuze iemand maakt heeft met veel factoren te maken. De veelheid aan keurmerken maakt het er niet makkelijk op. Sommige supermarkten zoals AH en Lidl hebben ook nog een eigen keurmerk waarbij ze garanderen dat de koeien net als bij weidemelk een tijd in de wei staan.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Keurmerk** | **Dierenwelzijn** | **Milieu** | **producten** |
| Gangbare melkDe bronafbeelding bekijken | Laag:  Minimale eisen. Koeien hoeven niet naar buiten. Geen voorwaarden met betrekking tot levensomstandigheden. | Laag  Minimale  eisen | zuivel |
| Weidemelk  Keurmerk | Laag  Weidegang: 120 dgn 6uur per dag. | Laag  Basiseisen op 1 van de 3 thema’s:   1. Biodiversiteit 2. Klimaat 3. Dierenwelzijn | Melk  yoghurt  kaas  karnemelk |
| On the way  to Planet ProofTop keurmerk | Laag  Weidegang: 120 dgn  6uur per dag.  Basiseisen dierenwelzijn. | Laag  Aandacht voor milieu. Extra basiseisen op 1 van de 3 thema’s: biodiversiteit  klimaat of dierenwelzijn. | Zuivel |
| Weide Weelde | Laag  Weidegang: 180 dgn per jaar  Uren?  Geen eisen verder. | Beter Biodiversiteit in de wei. Combinatie met natuurbeheer en weidevogels. | Melk  Karnemelk  Yoghurt  vla |
| Beter Leven 1\*Top keurmerk | Beter  Weidegang; 120 dgn, 6 uur per dag  Eigen ligbox in stal met zacht ligbed. | Beter  Biodiversiteit in de wei,  groene energie, eisen veevoer, bestrijdingsmiddelen,  afbouw mestoverschotten. | Vlees  eieren  zuivel |
| Beter Leven 3\*  Paraplulogo  Altijd in combinatie  met  Top keurmerk | Hoog  Strenge eisen. Koeien naar buiten op alle mogelijke momenten, gemiddeld 205 dgn. Weilanden zijn groter. Nog meer ruimte en licht in de stal, natuurlijk materiaal ligplaatsen.  Hoeven minder melk te produceren, leven langer. | Hoog  Nog stengere eisen dan 1\*. antibiotica gebruik alleen als uitzondering.  Biologisch voer. | Vlees  Eieren  zuivel |
| Eu keurmerk  Biologisch  Top keurmerk | Zie boven | Zie boven | Alle biologische  producten |
| EKO keurmerk  nationaal  Top keurmerk | Hoog  Eisen gelijk als EU keurmerk.  Hier boven op kiest elke ondernemer extra doelen op dierenwelzijn of ander gebied. | Hoog  Eisen gelijk als EU keurmerk.  Hierboven op kiest elke ondernemer extra doelen zoals kringloop, bodem, energie, klimaat, eerlijk enz. | Alle  biologische  producten |
| Demeter  Top keurmerk | Zeer Hoog:  Biologische -dynamische landbouw. Eisen gelijk als EU keurmerk. Daarboven meer ruimte in de wei, koeien behouden de hoorns. | Zeer Hoog:  Komt voort uit antroposofie, samenhang tussen mens, plant, dier en bodem. Aandacht voor sluiten van de kringloop. | Biologische producten.  Verkrijgbaar in natuurwinkel |

* **Zijn die keurmerken wel betrouwbaar?** Er zijn in de afgelopen jaren enkele gevallen van oplichting met biologische producten aangetroffen. Zoals met alles kan ook met biologische producten tot op zekere hoogt worden geknoeid. De officiële keurmerken en wettelijke regels, de erkende handelsmerken alsmede het werk van onafhankelijk controleorganisaties, garanderen echter dat biologische boeren en biologische verwerkers correct te werk gaan. Op <https://keurmerkenwijzer.nl/overzicht/zuivel/> staat ook beschreven hoe controles worden uitgevoerd.
* **Wat is nou gras of meikaas en grasboter?** Deze kaas en boter komt een maand nadat de koeien naar buiten zijn gegaan, en het eerste malse groene gras eten, op de markt. De kaas heeft minimaal 28 dagen nodig om te rijpen. Wanneer de koeien eind april naar buiten gaan kan je 100% graskaas pas eind mei in de winkels verwachten.
* **Is zuivel (van gras-gevoerde koeien) gezond?** Zuivel van melk van koeien die in de zomer maandenlang in de wei lopen en hoofdzakelijk gras eten bevatten meer gezonde vetten zoals omega-3 vetzuren dan melk van koeien die granen, soja en mais te eten krijgen. Melk uit de intensieve veehouderij bevat veel meer omega-6 vetzuren. Te veel omega-6 vetzuren in onze voeding kan zorgen voor ontstekingen in het lichaam. In de Westerse voeding is de verhouding omega-6: omega-3 uit balans geraakt.

De slogan ’Melk is goed voor Elk’ wordt steeds vaker in twijfel getrokken. Het laatste woord is hier nog niet over gezegd. Zure melkproducten, zoals karnemelk en yoghurt bevatten naast het calcium, wat ook ruim in melk en kaas zit, gezonde bacteriën (probiotica) die de darmgezondheid verbeteren.

* **Is kaas vegetarisch?** Kaas wordt gemaakt van melk met stremsel. Dit stremsel komt uit de lep-maag van een kalfje. De maagsappen bevatten enzymen die zorgen dat de kaas gestremd wordt en hierdoor stolt de melk en krijgt de kaas zijn vorm. Gewone kaas is dus niet vegetarisch. Je hebt ook vegetarisch stremsel. Op de verpakking staan dan de termen vegetarisch gestremd, vegetarisch stremsel of microbieel stremsel. Vegetarisch stremsel is gemaakt van bacteriën en schimmels. De meeste biologische kazen zijn vegetarisch, maar dat hoeft niet. De kazen die vegetarisch zijn dragen het vegetarisch keurmerk.

**Conclusie**: Zoveel keurmerken maakt het moeilijk kiezen. Het gaat erom wat jij belangrijk vindt. Ga je voor de milieuaspecten kies dan minimaal voor het Beter Leven keurmerk. Vindt je het alleen belangrijk dat de weidevogels geholpen worden ga dan voor Weide Weelde. Kijk je alleen naar de prijs dan is voor jou gangbare melk de beste keuze. Staat dierenwelzijn bij jou voorop ga dan minimaal voor biologisch. Vindt je dat de mens deel uitmaakt van een natuurlijk geheel waarbij hij ook zijn verantwoordelijkheid moet nemen voor een goede aarde, dan is biologisch dynamische landbouw jouw keuze. Kies je voor je gezondheid neem zuivel van koeien die zo veel mogelijk buiten grazen. Zelf probeer ik bewust te kiezen welke zuivelproducten ik neem. Ik vind het belangrijk wanneer een product gemaakt is met zorg en liefde voor dier, mens en voor de natuur. Dat proef je. **Ook voor zuivel is het geniet met mate.**

**Bronnen:**

<https://keurmerkenwijzer.nl/overzicht/zuivel/>

Keuringsdienst van waarde heeft een uitzending gemaakt over dierlijk en vegetarisch stremsel: <https://www.youtube.com/watch?v=l3Mb1zIaHDc>

<https://www.medischdossier.org/gras-gevoerde-koeien-geven-betere-melk/>

**Verder leesmateriaal en producten:**

<https://radar.avrotros.nl/uitzendingen/gemist/item/beter-leven-keurmerk-voor-melk-wat-betekent-welk-aantal-sterren/>

<https://moniquevandervloed.nl/biologischdynamisch-is-eigenlijk/>

[www.bastiaansen-bio.com](http://www.bastiaansen-bio.com)

<https://www.daalderkaas.nl/nl/markten/patrick-van-barneveld>