

DESSERTS IN DE ZORG ZIJN MEER DAN ZOETE AFSLUITER

EXTRA VOEDINGSWAARDE EN HERKENBARE SMAKEN DRAGEN BIJ AAN WELZIJN



Het is belangrijk dat de desserts voldoen aan alle nutritionele noden van ondervoede patiënten en ouderen (foto: Vandemoortele Professional)

In de zorgsector is voeding een essentieel onderdeel van het welzijn en herstel van patiënten en bewoners. Desserts spelen daarbij een bijzondere rol. Ze zijn niet alleen een smakelijke en gezellige afsluiter van de maaltijd, maar kunnen ook zorgen voor extra voedingswaarde en een betere eetlust. Voor koks en keukenpersoneel in ziekenhuizen, woonzorgcentra en andere zorginstellingen is het van groot belang om aandacht te besteden aan de samenstelling en presentatie van desserts. Dit artikel geeft een overzicht van de belangrijkste aandachtspunten en trends in desserts voor de zorgsector.

Josefien De Bock

AANDACHTSPUNTEN

DIEETWENSEN EN VOEDINGSWAARDE

Diëten en allergieën

Hou rekening met speciale dieetwensen zoals lactosevrij, glutenvrij, suikervrij/zonder toegevoegde suikers of veganistisch. Er zijn voldoende alternatieven op de

markt die tegemoetkomen aan deze behoeften zonder in te boeten aan smaak.

Eiwitrijke desserts

Zorgbehoevenden en ouderen hebben een verhoogde behoefte aan eiwitten om hun spiermassa te behouden en goed te herstellen. Eiwitverrijkte desserts kunnen hierbij helpen, zoals kwark, pudding of yoghurt met extra toegevoegde eiwitten.

Energetische waarde

Het is belangrijk dat de desserts voldoen aan alle nutritionele noden van ondervoede patiënten en ouderen. De energetische waarde van desserts kan je verhogen door calorierijke ingrediënten toe te voegen zoals room, volle melk en suiker. Zorg er uiteraard wel voor dat het gezond blijft, en hou rekening met de specifieke dieetwensen van de doelgroep(en) waarvoor je kookt.

TEXTUUR EN CONSISTENTIE

Gemakkelijk te kauwen

Veel ouderen en patiënten hebben moeite met kauwen. Zachte desserts



Vooraf voor ouderen is het belangrijk dat zij maaltijden krijgen met herkenbare smaken uit hun verleden (foto: Debic)

zoals mousse, vla, pudding of gepureerd fruit zijn geschikt voor deze doelgroep. Veel taarten zijn gemaakt van een zacht deeg. Deze zijn makkelijk om te bijten, terwijl ze toch die typische 'taartervaring' bieden waar velen van houden.

Aangepaste consistentie

Voor patiënten met slikproblemen (dysfagie) moeten desserts een aangepaste consistentie hebben om het slikken te vergemakkelijken en veilig te houden. Dikvloeibare desserts en desserts met een zachte, smeuijge structuur (bv. mousse, vla, pudding, sabayon, tiramisu, crème brûlée, rijstpap, yoghurt) zijn geschikt op voorwaarde dat ze voldoen aan slikniveau IDDSI 3 of 4.

PRESENTATIE EN PORTIEGROOTTE

Aantrekkelijke presentatie

Het oog wil ook wat, zeker in een zorgomgeving waar patiënten en bewoners vaak minder eetlust hebben. Een mooie presentatie met kleurige garnituren zoals bessen, muntblaadjes of een vleugje saus kan helpen om de eetlust te stimuleren.



Een mooie presentatie met kleurige garnituren zoals bessen, muntblaadjes of een vleugje saus kan helpen
(foto: Royal Smilde Bakery)



Met kleinere porties die er smakelijk en aantrekkelijk uitzien kan je ervoor zorgen dat het dessert volledig opgegeten wordt (foto: Mademoiselle Desserts)

Kleine porties

Met kleinere porties die er smakelijk en aantrekkelijk uitzien kan je ervoor zorgen dat het dessert volledig opgegeten wordt. Verschillende producenten bieden een ruim assortiment mini-desserts aan zoals mini-muffins, mini-soezen, mini-taartjes, mini-rolletjes, mini-beignets... Deze passen binnen het fingerfood-principe dat vaak gebruikt wordt in de zorgcatering.

Herkenbare smaken

Vooral voor ouderen is het belangrijk dat zij maaltijden krijgen met herkenbare smaken uit hun verleden. Deze vertrouwde gerechten verhogen de eetlust en maken het eten makkelijker, wat helpt ondervoeding te voorkomen. Goede voeding bevordert hun gezondheid en herstel, versterkt het immuunsysteem en biedt emotioneel comfort, wat hun algehele welzijn ten goede komt.

TRENDS

GEZOND, NATUURLIJK EN PLANTAARDIG

De trend om gezonder te eten met minder suiker, vet en

kunstmatige toevoegingen (bv. smaak- en kleurstoffen, bewaarmiddelen) zet zich voort. Geraffineerde suikers worden steeds vaker vervangen door natuurlijke alternatieven zoals dadels, esdoornsiroop, stevia, honing... Ook ingrediënten als noten, fruit en chocolade kunnen voor een zoete smaak zorgen, en avocado kan in desserts gebruikt worden om vet te vervangen vanwege de romige textuur en gezonde (onverzadigde) vetten. Hou er wel rekening mee dat dit de desserts niet minder calorierijk maakt. Verschillende producenten bieden klassieke desserts aan in versies met minder vetten, minder suiker en/of zonder toegevoegde suikers. Soms zijn deze producten verrijkt met extra vezels, eiwitten... Ook de opmars van plantaardige desserts past binnen de gezondheidstrend. Zo zijn er veel desserts op de markt die gemaakt zijn van uitsluitend plantaardige ingrediënten.

ARTISANALE KLASSIEKERS EN NOSTALGIE

Er is een groeiende vraag naar artisanale desserts 'op grootmoeders wijze' zoals appeltaart, frangipane of kriekentaart. Deze klassiekers doen mensen terugdenken aan hoe het vroeger was, de tijd van toen. Dit gevoel van nostalgie komt het welzijn en herstel ten goede. Kies voor



Er is een groeiende vraag naar artisanale desserts 'op grootmoeders wijze' zoals appeltaart, frangipane of kriekentaart (Foto: Holeki)



Thema-desserts trekken de aandacht en zien er leuk uit, wat de zin om ze op te eten aanwakkerd (foto: Revogan)



Klassiekers doen mensen terugdenken aan hoe het vroeger was, de tijd van toen. Dit gevoel van nostalgie komt het welzijn en herstel ten goede (foto: Fribona)

tijdloze klassiekers zoals moelleux, tiramisu, sabayon, crème brûlée, tarte tatin, javanais, misérable, soezen, éclairs, macarons... Het spreekt voor zich dat je hierbij rekening moet houden met de diverse dieetvereisten van het doelpubliek.

CONVENIENCE VAN HOGE KWALITEIT

Door de stijgende kosten en het nijpende personeelstekort wordt het voor zorginstellingen steeds meer een uitdaging om kwalitatieve, lekkere én betaalbare desserts voor te schotelen. De producenten spelen hierop in met een ruim gamma kant-en-klare oplossingen van hoge kwaliteit, die makkelijk te bereiden zijn. Convenience is key: je haalt uit de diepvries wat je nodig hebt (geen voedselverspilling dus) en in enkele seconden of minuten tover je een heerlijk dessert op het bord. Lang op voorhand uit de vriezer halen is vaak niet nodig en de porties zijn dikwijls voorgesneden, bijvoorbeeld plaatgebak of patisserieslangen.

Deze producten kan je dan op je eigen creatieve manier afwerken tot een uniek dessert, met bijvoorbeeld een fruitgarnituur, een bolletje ijs of een verrassende topping. Ook desserts met een langere houdbaarheid die buiten de frigo bewaard kunnen worden (max 20°C)

zorgen voor extra gebruiksgemak. Dat je met dergelijke kant-en-klare producten tijd en mankracht uitspaart en de werkdruk vermindert, betekent niet dat de kwaliteit erop achteruitgaat. De focus ligt op premium desserts met hoogwaardige ingrediënten.

FLEXIBILITEIT EN THEMADESSERTS

Keuzemogelijkheden in het menu worden alsmear belangrijker. Het aanbieden van meerdere desserts kan de tevredenheid van patiënten en bewoners verhogen doordat het hen een gevoel van eigenwaarde en zelfvertrouwen geeft. Ook themadesserts veroveren hun plek op de

dessertmarkt. De producenten bieden verschillende thematische opties aan, of je kan zelf creatief aan de slag gaan. Dit hoeft niet ingewikkeld te zijn. Denk aan een feestelijk taartje voor de Nationale Feestdag, gebak in hartvorm voor Valentijn, een mousse in de vorm van een kerstboom... Mogelijkheden genoeg om in te spelen op speciale gelegenheden en thema's. Themadesserts trekken de aandacht en zien er leuk uit, wat de zin om ze op te eten aanwakkerd.

Met medewerking van Debic, Fribona, Mademoiselle Desserts, Revogan, Royal Smilde Bakery en Vandemoortele Professional