

## Snacken zonder schuldgevoel

Jan van Galenstraat 78, Amsterdam  
020 7790245  
www.natuurlijksmullen.nl

**Twee jaar geleden waagde Helen Geul de gok: de start van een 100 procent biologische snackbar. Bij Natuurlijk Smullen kun je snacks zonder schuldgevoel. Doe ons maar drie berenhappen en een kapsalon.**

Helen: "Omdat ik zelf alleen maar biologisch of scharrelvlees eet, kon ik nooit eens lekker losgaan in een snackbar. Terwijl ik heel erg van een lekkere frikadel of kroket houd. Dus besloot ik een eigen snackbar te beginnen. Met een inrichting die wat meer huiselijkheid uitstraalt en met veel aandacht voor service. En uitsluitend biologische producten in de vitrines." Heet een 'patatje oorlog' bij Helen dan een 'patatje biologische oorlog'? "Nee, ik leg het er niet zo dik bovenop. Sommige klanten weten niet eens dat het allemaal biologisch is, andere rijden er speciaal voor om. Soms eten ze voor het eerst in twintig jaar weer een kroketje." Helen verkoopt ook glutenvrije kaassouf-



flés, bamiballen en kroketten. "Daar doe ik veel mensen een plezier mee." De snackbar is inmiddels 'een begrip in de buurt'. Het feit dat de prijzen bij Helen gemiddeld iets hoger liggen, blijkt geen belemmering voor voldoende aanloop. "Mijn klanten zijn net zo gemengd als de buurt hier. Wel geven veel van hen om het milieu en het lot van de dieren." Een onvervalste cola of fristi is niet te koop bij Natuurlijk Smullen. Alleen biologische drankjes vullen de schappen. "Daar krijg ik wel eens commentaar op, maar dat is niet anders. Als je het doet, moet je het goed doen. Ik heb zelfs groene stroom in de zaak. Alleen de boodschappen doe ik met de auto."



**Modesta, fitness trainer:**

*"Ja, ik kom hier heel graag en vaak. Voor de frietjes, de kaassoufflés, de kip. De iets hogere prijs vinden we geen bezwaar. Daarom eten we thuis ook minder vlees."*

## Fairfoodtest



**Tarwe is het oudste landbouwgewas en is nog steeds een van de meest geteelde wereldwijd.**

**De een zijn brood...**

Zo'n 20 procent van de tarweproductie wordt over de grens verhandeld. Het meeste daarvan gaat van het noordelijk naar het zuidelijk halfrond. De Verenigde Staten en de EU-landen beschermen hun producten met subsidies die overproductie in de hand werken. Omdat ontstane overschotten voor dumprijzen worden verkocht kan het voorkomen dat tarwe afkomstig uit Noord-Amerika in een Afrikaans land goedkoper is dan tarwe uit het land zelf.

**Ons dagelijks brood**

Tarwe is intensief veredeld om de opbrengst per hectare te verhogen. Daardoor is het erg vatbaar voor ziekten en plagen. Omdat tarwekkers ook meer last van onkruid hebben dan andere akkers, is tarwe een grootverbruiker van bestrijdingsmiddelen. Uit onderzoek blijken er dan ook meer geboortedefecten en bepaalde vormen van kanker voor te komen in gebieden waar tarwe wordt geteeld. Bovendien raakt de grond -ondanks bijmesting - langzaam uitgeput door de intensieve teelt. Gelukkig kun je in onze supermarkten steeds meer biologische tarweproducten vinden. Let op het Eko-keurmerk.

**Fairfood is een campagne- en lobbyorganisatie die onderzoekt of de producten in onze supermarkten op een eerlijke manier tot stand komen. Elke maand houdt Fairfood voor 15 een van de favorieten uit onze winkelmandjes tegen het licht.**

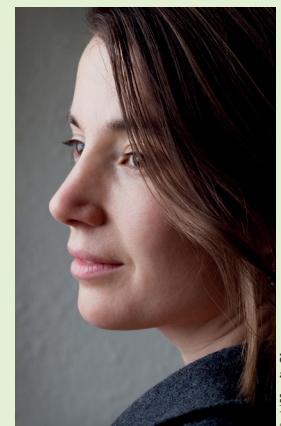
## Groen blaadje

### Eco-shopperen

**I**k ben niet het type vrouw dat winkelen tot haar favoriete tijdverdrijf rekent. Integendeel, meestal is het een noodgedwongen aangelegenheid waarbij ik, na voor de zoveelste keer in lichte wanhoop voor mijn klerenkast gestaan te hebben, mezelf op koopmissie stuur. Om vervolgens toch weer thuis te komen met een leuk zomerjurkje, in plaats van met de warme wintertrui waarnaar ik op zoek was.

Hier in de VS is winkelen een heel andere ervaring. Veel makkelijker, uitnodigender, sprankelender. Niet alleen is de persoonlijke service veel hoger, winkels lijken ook veel meer ingesteld op het verleiden van de consument. Zo ken ik Amerikanen die hun bergschoenen die ze in drie jaar tijd volkomen afgetrapt en uitgelopen hebben, gratis en voor niets inruilen voor een nieuw paar. Part of the policy; twijfel over aankopen heb je niet meer als je alles zonder beperking mag terugbrengen. Natuurlijk is Amerika het hoogtepunt van consumentisme. Zelfs met mijn verwerende Europese ogen sta ik

hier vaak versteld van de overvloed, luxe en helaas ook verspilling. Maar naast die grauwe kant bestaat een groene kant. De groene koopcultuur lijkt hier verder ontwikkeld dan bij ons: van duurzame gift shops tot faire eco-kleding en groene stome-rijen. Onlangs aten we solar-powered pizza. Je kunt het zo gek niet bedenken of je kunt er een duurzame variant van vinden. En dat geeft al dat consumeren een heel ander gevoel. Eko-nomie, zoals GroenLinks al jaren roept. Of, naar het concept van Paul Hawken, *natural capitalism*. Natuurlijk een vondst van de Amerikanen.



Annick de Witt (1978) doet aan de Vrije Universiteit promotieonderzoek naar de relatie tussen wereldbeelden en duurzame ontwikkeling. Momenteel verblijft ze in San Francisco voor onderzoek.