

[decorrespondent.nl](https://decorrespondent.nl)

# Een beetje veeteelt is juist duurzaam (en nog 3 inzichten over vlees)

*Evert Nieuwenhuis*

De 18-jarige winnares die in tien minuten 2,6 meter worstjes at (april 1968). Foto: Getty

Het is tijd voor een nieuw gerecht: vis.

Deze reeks, waarin ik zoek naar de contouren van een duurzame voedselvoorziening, Wat is duurzaam? Hierover kun je boekenkasten vol schrijven. Ik hanteer deze definitie: 'Duurzaamheid betekent de aarde niet overbelasten zodat het welzijn van anderen, nu en op lange termijn, gerespecteerd wordt.' Met andere woorden: we moeten geen roofbouw plegen zodat andere wereldbewoners en onze nazaten er net zo goed van kunnen leven als wij doen. loopt ruim een jaar. Een groot aantal artikelen ging over vlees, zuivel en veeteelt. Niet verwonderlijk, want de consumptie van dierlijke producten heeft een disproportioneel grote voetafdruk.

Ik ben nog lang niet uitgeschreven over veeteelt (waarover later meer), maar om deze reeks gevarieerd te houden, is het tijd voor een ander onderdeel van ons menu. Voordat de eerste artikelen over vis verschijnen, deel ik hieronder eerst mijn belangrijke bevindingen tot nu toe. [Lees hier al mijn verhalen over de verduurzaming van ons voedsel terug.](#) [Lees hier al mijn verhalen over de verduurzaming van ons voedsel terug.](#) tot nu toe.

## 1. We moeten écht minder dierlijke producten gaan eten

Dat het eten van vlees, eieren en zuivel grote gevolgen voor het milieu heeft, wist ik wel. Maar door enkele relevante cijfers op een rijtje te zetten, werd voor mij onvermijdelijk dat Nederlanders veel minder dierlijke producten moeten eten. Want:

- Het produceren van voedsel is goed voor meer dan een kwart van alle door mensen veroorzaakte uitstoot van broeikasgassen.
- Meer dan de helft van deze aan voeding gerelateerde broeikasgassen wordt veroorzaakt door voedsel van dierlijke oorsprong (vooral zuivel, vlees en kaas).
- Dit is disproportioneel veel, want vlees, zuivel en andere dierlijke producten leveren 16 procent van alle calorieën die de gemiddelde Nederlander tot zich neemt. Ik citeer hier iets andere cijfers dan in mijn artikel 'Dit betekent vlees eten voor onze planeet.'

De hier geciteerde cijfers komen uit het recente rapport *Wat ligt er op ons bord?* van het RIVM. [Bekijk hier het RIVM-rapport.](#)

Minder vlees en zuivel en meer plantaardige producten eten kan een wereld van verschil uitmaken. Eet je twee keer per week vegetarisch, dan vermindert je voeding gerelateerde CO<sub>2</sub>-uitstoot met ruim 6 procent. Eet je elke dag vegetarisch, dan is de besparing 20 procent (cijfers over veganistische diëten zijn niet voorhanden).

De uitstoot van broeikasgassen is overigens niet het enige probleem. Overmatige veeteelt leidt ook tot verlies aan biodiversiteit, schaarste aan land, mestoverschotten en vervuiling van oppervlaktewater. Enfin, in het artikel 'Dit betekent vlees eten voor onze planeet' [Lees hier mijn artikel 'Dit betekent vlees eten voor onze planeet.'](#) kun je alle relevante cijfers nalezen.

## 2. Een beetje vlees eten is juist duurzaam

Goed, minder vlees op ons bord dus. Maar hoe zou de wereld eruitzien als niemand meer vlees zou eten? Voor het artikel 'Zo zou de wereld eruitzien als iedereen veganist werd' [Lees hier mijn artikel 'Zo zou de wereld eruitzien als iedereen veganist werd.'](#) zocht ik dat uit.

Als alle mensen op de wereld geen dierlijke producten meer eten, zou het broeikaseffect in 2050 circa 20 procent minder sterk zijn ten opzichte van business as usual. Dit cijfer wijkt dus iets af van wat ik hierboven schrijf (daar gaat het om een Nederlands vegetarisch dieet, hier om een mondiaal veganistisch dieet). Overigens verhouden onderzoeken zich vaak als appels en peren. Onder het kopje "Cijfers zijn ook maar... cijfers" in onderstaand artikel leg ik uit waarom. [Lees hier meer over de gebruikte cijfers.](#) In tegenstelling tot wat bijvoorbeeld in de populaire documentaire *Cowspiracy* wordt betoogd (parafraserend: 'become a vegan and save the world'), is de wereld dus niet gered als we allemaal veganist worden. [Hier lees je meer over deze documentaire en worden enkele claims gecheckt. Hier lees je meer over deze documentaire en worden enkele claims gecheckt.](#) worden.

( Enige mate van veeteelt is juist duurzaam. Vee kan namelijk uitstekend 'upcyclen'

Mijn bevinding tijdens het onderzoek voor dat artikel: enige mate van veeteelt is juist duurzaam. Vee kan namelijk uitstekend 'upcyclen.' Koeien maken van gras melk, kaas en vlees. Dat gras kunnen wij niet eten en koeien kunnen grazen op gronden waar andere, voor mensen eetbare gewassen niet willen groeien (zogenoemde 'marginale gronden,' zoals drassige Nederlandse weilanden of rotsachtige alpenweiden). Varkens kunnen van afval leven en maken daarvan voedsel met een hoge voedingswaarde. Behoorlijk duurzaam dus.

Dus wat te doen? Volgens onderzoek wordt het Nederlandse landoppervlak het efficiëntst gebruikt als Nederlanders 12 procent van hun benodigde eiwitten uit dieren halen, met

name melk.

Dieren eten dan vooral bijproducten van gewassen die voor mensen geproduceerd worden of grazen op land dat ongeschikt is voor akkerbouw. Als de menselijke consumptie van dierlijke eiwitten lager is dan 12 procent, ontstaat verspilling van voor mensen ongeschikt voedsel; is deze hoger dan 12 procent, dan is extra land nodig om veevoer te produceren. Op dit moment is ruim 60 procent van de eiwitten in het gemiddelde Nederlandse dieet van dierlijke oorsprong.

### **3. Insecten zijn een duurzaam alternatief, maar zullen vlees niet vervangen**

Voor twee miljard mensen zijn insecten dagelijkse kost of juist een exquise delicatessen. Waarom zouden wij - omwille van de duurzaamheid - niet ook insecten eten? Ze bevatten ook dierlijke eiwitten maar belasten het milieu minder dan runderen, varkens of kippen.

Dat was in ieder geval mijn hypothese. Dus nam ik een stapel onderzoeken door en sprak met twee vooraanstaande wetenschappers op dit gebied. Mijn conclusie in het artikel 'Zijn insecten een duurzaam alternatief voor vlees?': [Lees hier mijn verhaal 'Zijn insecten een duurzaam alternatief voor vlees?'](#) de ecologische voetafdruk van insecten Dit verschilt natuurlijk per soort en per maatstaf (zoals uitstoot van broeikasgassen en landgebruik). [In dit artikel bespreek ik dit in detail.](#) is kleiner dan die van runderen en varkens, maar nauwelijks kleiner dan die van kippen.

Dit kan veranderen. Een kilo kippenvoer levert dankzij onderzoek nu twee keer zoveel kippenvlees op als een halve eeuw geleden. Wellicht dat een dergelijke efficiëntiewinst ook te behalen is met het kweken van eetbare insecten.

Maar dan moeten die andere vijf miljard mensen die insecten wel gaan eten. In het artikel 'Dit is wat er moet gebeuren om jou insecten te laten eten' [Lees hier mijn verhaal 'Dit is wat er moet gebeuren om jou insecten te laten eten.'](#) sprak ik onder andere met een Wageningse wetenschapper die onderzoek doet naar de invloed van cultuur en persoonlijke ervaringen op de denkbeelden die mensen hebben over voedsel. Haar conclusie: cultuur, en niet smaak, is doorslaggevend.

Als je bent opgegroeid in een cultuur waarin insecten als smaakvol worden gezien, is de kans groot dat jij ze ook lekker vindt. Heb je altijd geleerd dat insecten vies zijn, dan is de kans klein dat je ze ooit lekker gaat vinden, ongeacht hun smaak.

Ondenikbaar is het overigens niet: dertig jaar geleden werd in veel westerse culturen het eten van rauwe vis als ongepast en zelfs gevaarlijk gezien. Nu ligt in bijna elke supermarkt sushi.

## 4. Wat we eten, is belangrijker dan waar het vandaan komt

Als iets logisch lijkt, is het wel dat voedselkilometers slecht zijn voor het milieu. Hoe dichter bij huis ons voedsel geteeld of gekweekt wordt, hoe minder vervuiling er optreedt. Waarom appels uit Nieuw-Zeeland halen als ze ook om de hoek in de Betuwe groeien?

De werkelijkheid is weerbarstiger. Van alle broeikasgassen die een gemiddeld (Amerikaans) eetpatroon veroorzaakt, is de afstand tussen producent en winkel goed voor nog geen 4 procent. 83 procent komt voort uit productie, zoals gebruik van kunstmest, pesticiden, verwarming, koeling en verpakking.

Ook al moet voedsel een grote afstand afleggen, over het algemeen zal dit relatief weinig bijdragen aan de hoeveelheid broeikasgassen

Diverse onderzoeken concluderen: ook al moet voedsel een grote afstand afleggen, over het algemeen zal dit relatief weinig bijdragen aan de totale hoeveelheid uitgestoten broeikasgassen.

Wanneer je iets eet, legt meer gewicht in de schaal. Neem appels, een seizoensproduct dat we het hele jaar door willen eten. Daarom liggen ze maanden opgeslagen in energievretende koelcellen. Wie in de zomer een appel wil eten, doet er beter aan deze uit Nieuw-Zeeland over te laten komen (waar ze dan net geoogst zijn) dan een appel uit de Betuwe te pakken die al maanden in een koelcel heeft gelegen.

Overigens is wat je eet doorgaans belangrijker dan voedselkilometers. Als je één dag per week vlees, zuivel en eieren vervangt door plantaardige alternatieven (zoals peulvruchten en noten) bespaar je meer CO<sub>2</sub>-uitstoot dan het uitbannen van alle kilometers die je voedsel aflegt (voor zover dat überhaupt mogelijk zou zijn).

## Wat ik nog over vlees wil schrijven

Zoals gezegd ben ik nog lang niet uitgeschreven over vlees, zuivel, eieren en duurzaamheid. Op mijn werkljst [Hier vind je mijn werkljstje met mogelijke nieuwe onderwerpen](#). staan onder andere de volgende onderwerpen:

- Is kweekvlees een duurzaam alternatief voor regulier vlees?
- Waarom een vleestaks even gecompliceerd als onvermijdelijk is.
- Hoeveel beter leeft een biologisch gehouden varken ten opzichte van haar zusje in de reguliere varkenshouderij?
- En hoewel het niet met duurzaamheid te maken heeft (maar wel steevast de

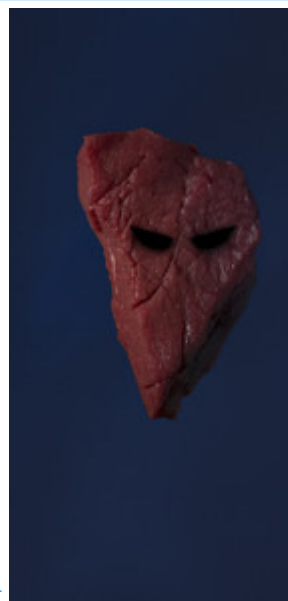
gemoederen onder de stukken in deze reeks weet te beroeren): waarom ik geen morele problemen heb met het eten van dieren.

Maar de komende tijd verdiep ik me in vis. Ik heb er nu al zin in.

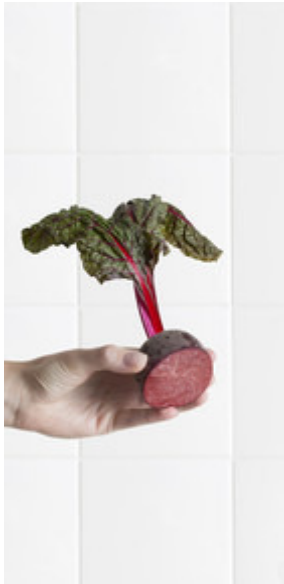
## Verder teruglezen?



[Hoe kunnen we mensen minder vlees laten eten? Ik vond drie manieren](#) [Dat het slecht voor onze gezondheid én de aarde is om zoveel vlees te eten werd kort geleden weer bevestigd door het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu \(RIVM\).](#) [Dus hoe zetten we consumenten ertoe aan minder vlees te eten? Lees mijn](#)



[verhaal hier terug](#) [Zo zou de wereld eruitzien als iedereen veganist werd](#) [Moeten we allemaal veganist worden om de wereld te redden van extreme klimaatverandering en andere milieurampen? Nee, maar het scheelt wel. En er is een menu waarmee we de wereld wél kunnen redden. Lees mijn analyse hier terug](#)



[Zo zou duurzame veeteelt eruit kunnen zien Vlees eten is een probleem van wereldformaat, want de veehouderij veroorzaakt klimaatverandering en talloze andere milieuproblemen. Hoe kan veeteelt duurzamer? Deel twee van een drieluik, waarin ik deze vraag stel aan drie wetenschappers en een boer. Lees mijn verhaal hier terug](#)

--	--	--	--	--	--