

Kansen voor bewustzijn rond vezels en eiwitten in brood

Uit recent consumentenonderzoek van Instituut Brood & Gezondheid vzw, (Profacts, maart 2026) blijkt dat er nog veel kansen liggen om het bewustzijn rond vezels en plantaardige eiwitten in brood te vergroten. Daarom blijft het Instituut Brood & Gezondheid vzw, als vertegenwoordiger van de



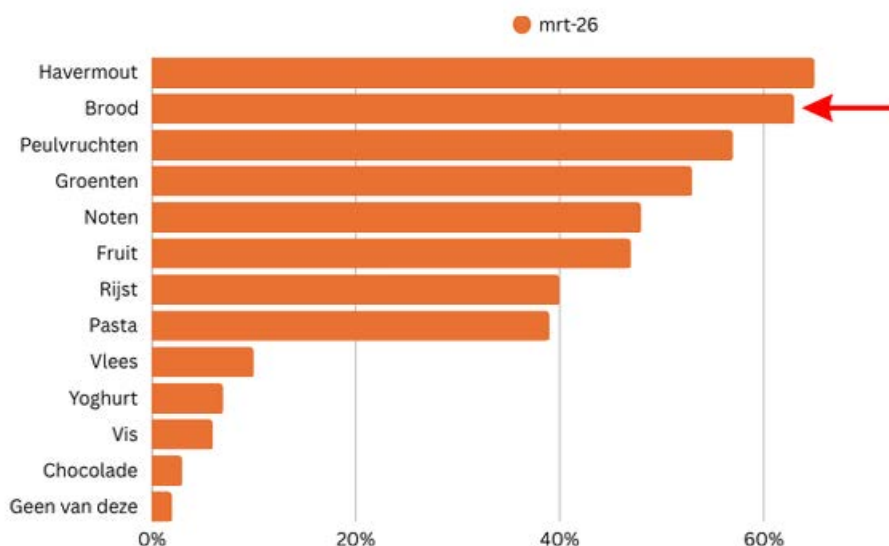
volledige bakkerijsector, inzetten op heldere, wetenschappelijk onderbouwde informatie om het vertrouwen in brood te versterken en zijn rol als een essentieel, voedzaam en duurzaam voedingsmiddel te benadrukken.

Vezels: bekend, maar nog niet vanzelfsprekend

Brood is een vezelrijke keuze. Toch blijkt uit het onderzoek, dat slechts 63% van de Belgen zich daarvan bewust is. Vooral jongeren scoren laag: slechts 47% van de 18 tot 35 jarigen weet dat brood vezels bevat. Dat is opvallend, zeker in een tijd waarin trends zoals fibermaxxing - het bewust verhogen van de vezelinname - steeds populairder worden.

Dit benadrukt de noodzaak om vezels zichtbaarder en tastbaarder te maken in de dagelijkse communicatie, zowel richting consumenten als richting professionals.

Bewustzijn vezels



Eiwitbewustzijn groeit, maar blijft achter bij jongeren

Uit het onderzoek blijkt dat het bewustzijn rond eiwitten in brood in België nog beperkt is. Slechts 28% van de consumenten weet dat brood plantaardige eiwitten bevat. Toch is er goed nieuws: dit percentage steeg het afgelopen jaar met 11%.

Deze groei laat goed zien dat de gerichte inspanningen van het Instituut Brood & Gezondheid effect hebben. Opvallend zijn de regionale verschillen: in Vlaanderen is de stijging sterker (14%) dan in Wallonië (7%). Mogelijk komt dit doordat Vlaamse consumenten mee profiteren van de gezamenlijke communicatie met Nederland.

Ook tussen leeftijdsgroepen zijn er duidelijke verschillen. Consumenten van 55 jaar en ouder (33%) zijn zich meer bewust van eiwitten in brood dan jongeren (24%). Gerichte communicatie over eiwitten in brood - net zoals over vezels - blijft ook de komende jaren belangrijk.

Brood als pakketje vol voedingsstoffen

Naast vezels en plantaardige eiwitten levert brood ook belangrijke B-vitamines, ijzer en complexe koolhydraten. Je kunt brood dus gerust beschouwen als een pakketje vol waardevolle voedingsstoffen.

Uit het onderzoek blijkt dat 75% van de Belgen het eens is met deze stelling. Ook hier scoort de jongere generatie (18-35 jaar) lager: slechts 63% van hen deelt die mening. Ook op dit vlak is er dus nog duidelijk winst te boeken door effectieve communicatie, om brood sterker te positioneren als een voedzame, toegankelijke basis in het dagelijkse eetpatroon.

EU-aanvraag: een nieuwe stap vooruit

Om de impact verder te vergroten, heeft Instituut Brood & Gezondheid namens de volledige bakkerijsector opnieuw een EU aanvraag ingediend voor een driejarige broodcampagne in 2027, 2028 en 2029, samen met Nederland.

De campagne richt zich op de voedingswaarde van brood, met bijzondere aandacht voor plantaardige eiwitten en vezels. In september of oktober wordt duidelijk of de aanvraag wordt goedgekeurd. Een positieve beslissing zou betekenen dat we als sector de komende jaren nog krachtiger kunnen bouwen aan kennis, vertrouwen en waardering voor brood.

In 2026: vezels centraal

Ook in 2026 gaan we door met communicatie-activiteiten om het kennisniveau over brood te verhogen, met een focus op eenvoudige, positieve communicatie en praktische tips over vezels.

Voedingsprofessionals spelen daarbij een sleutelrol; omdat zij consumenten dagelijks begeleiden in hun voedingskeuzes. Daarom werken wij aan nieuwe ondersteunende materialen voor gebruik in hun praktijk én aan een vernieuwende landingspagina over vezels op onze website, zodat zij hun cliënten nog beter kunnen informeren.

Ook voor jullie als individuele ambachtelijke bakkerijen blijft het belangrijk om kennis over vezels actief met klanten te delen. Met gezamenlijke communicatie versterken we vertrouwen in brood, verhogen we de waardering én stimuleren we uiteindelijk ook de broodconsumptie.

Bewustzijn eiwit

