

De basisprincipes VAN SMAAK

www.ZOETSTOFFEN.eu

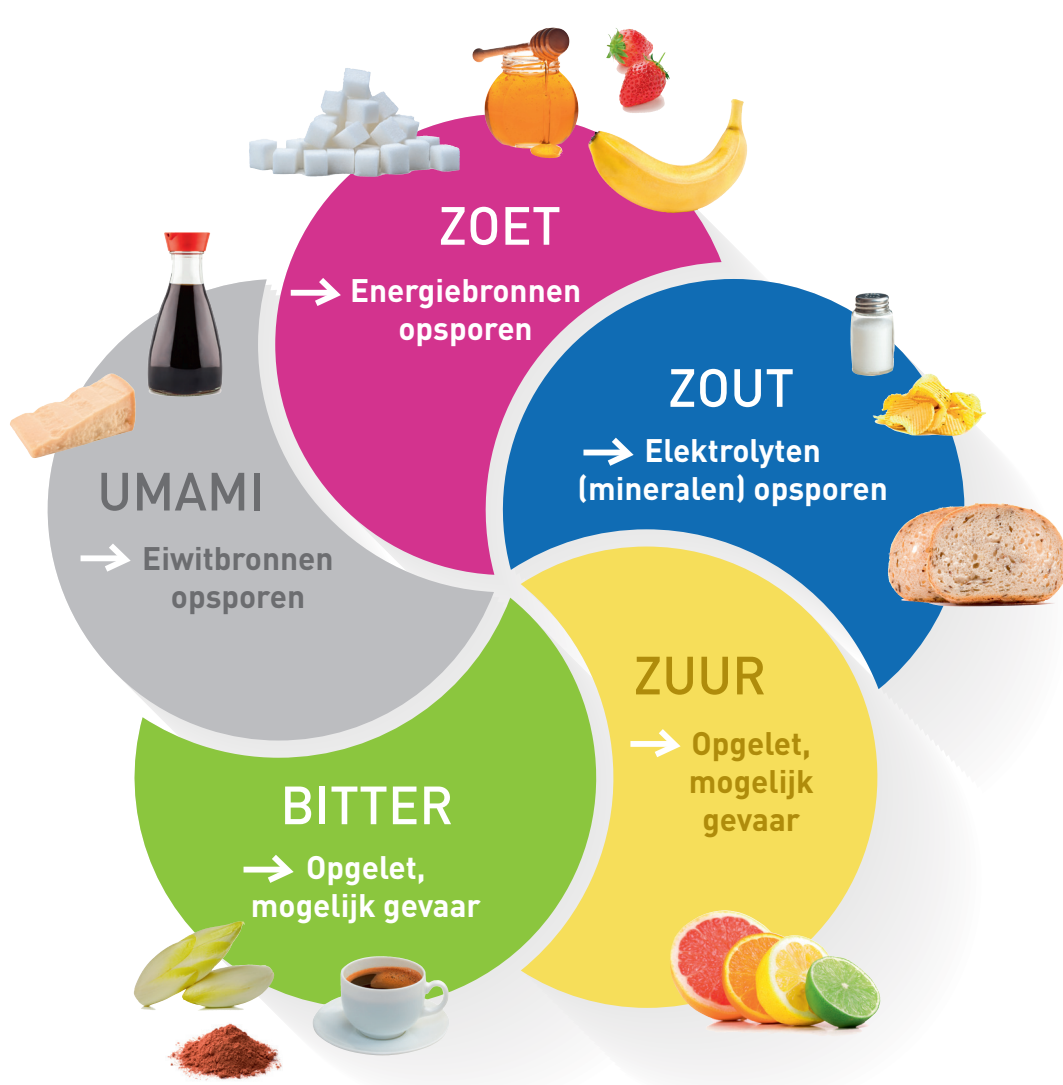
Smaak speelt een belangrijke rol bij de aanvaarding of afwijzing van bepaalde voedingsmiddelen. Smaak draagt ook bij tot het plezier dat we ervaren tijdens het drinken en eten.

De 5 smaken

Smaak berust op het **ONTDEKKEN VAN DE 5 BASISSMAKEN**



In tegenstelling tot wat men lang dacht, worden de 5 basissmaken door **VERSCHILLENDE ZONES OP DE TONG** waargenomen.

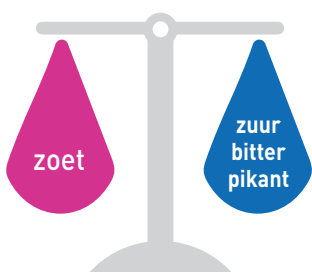


Smaken in balans

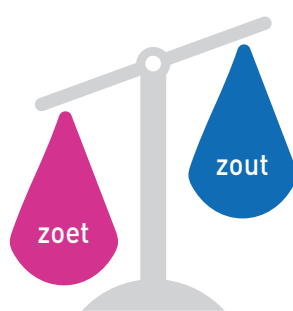
Zoet:

• **COMPENSEERT** zuur, bitter en pikant

• **VERSCHERPT** zout



Voorbeeld: suiker of zoetstof in de koffie, appel in curry



Voorbeeld: ketchup

Zoete smaak doorheen de tijd

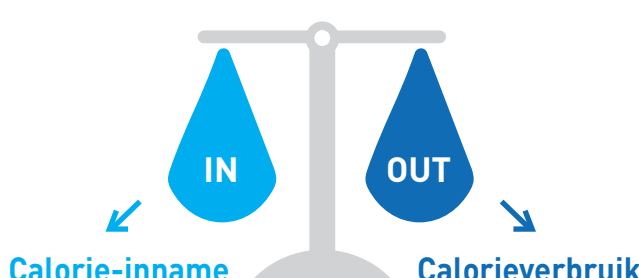
DE VOORKEUR VOOR ZOET
evolueert in functie van de leeftijd om te voldoen aan specifieke behoeften:



Zoete smaak en laagcalorische zoetstoffen

Zoet verhoogt het plezier van eten en draagt bij tot de smakelijkheid (PALATABILITEIT). **LAAGCALORISCHE ZOETSTOFFEN** dragen bij tot de palatabiliteit van voedingsmiddelen **ZONDER DE CALORIEËN VAN SUIKER**.

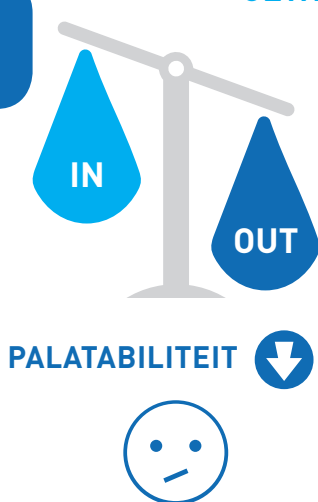
GEWICHT IN BALANS



↓ SUIKERS

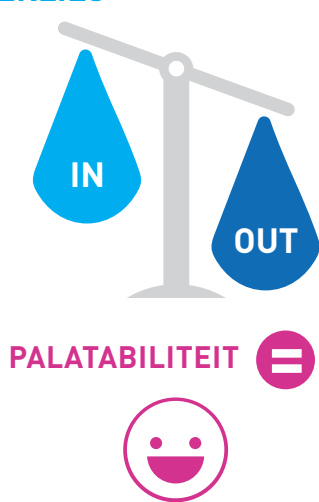
GEWICHTSVERLIES

ENERGIEARME VOEDING



ENERGIEARME VOEDING

+ LAAGCALORISCHE ZOETSTOFFEN



Referenties:
Chandrashekar J et al. Nature 2006 ;16(144) :288-294. De Graaf C et al. Physiol Behav 1999 ;67 :513-520.
Desor JA et al. Physiol Behav 1997 ;39(5) :639-641. Drewnowski A. Nutr Rev 1995;53:1-7. Nelson G et al. Nature 2002 ;416 :199-202. ISA. Low Calorie Sweeteners : Roles and Benefits, 2015.