‘Proeven is gewoon kicken!’

Niemand die zo enthousiast kan vertellen over eten, proeven en verschillende smaken als Pierre Wind. Vandaar dat de topkok jaren geleden Smaaklessen verzon. Lessen op school waarin een kok, of je eigen juf of meester je van alles leert over eten en proeven.

‘Iedereen moet verplicht voedingslessen krijgen op school’, vindt Pierre. ‘Sommige kinderen weten het verschil niet tussen een komkommer en een courgette. Dat is heel erg.’ Net zoals hij het heel erg vindt dat sommigen niet weten dat overgewicht en een ziekte als diabetes met voeding te maken hebben. Of in wat voor soort sap de meeste vitamine C zit. Sterker nog, dat kinderen niet weten wat vitamine C ís. Daarom verzon hij lessen vol proefjes om in de klas te doen. Een paar van die proefjes vind je op deze pagina. ‘Bij elke vraag die ik beantwoord, komt er weer een nieuwe op. Er is zóveel te vertellen!’ roept Pierre enthousiast.

Pierre: "Ik word helemaal gek als ik mooie koffie of chocola ruik. Of een goede tomatensoep, dan wil ik er wel een bad in nemen! Of als je een schilletje van een citroen kneust, alsof ik in een citroenbos loop. Ik smeer er zelfs vaak mijn nek mee in, zodat ik naar frisse citroen ruik, zo lekker vind ik dat."

Vies bestaat niet

Proeven is onderzoeken. Dat doe je niet alleen met je mond. Je doet het met zes zintuigen:

Horen: Hoe klinkt een tomaat als je hem doorsnijdt?

Kijken: Is een tomaat groen? Dan is hij nog niet rijp.

Voelen: Een tomaat is rond. Voel maar of-ie perfect glad is.

Ruiken: Een tomaat ruikt niet echt. Maar haal je dat groene dingetje eraf, dan wel!

Proeven: In je mond. Bijt in je hapje en laat het 15 seconde door je hele mond gaan. Dan komt er heel veel smaak vrij. Daarna kun je het doorslikken of uitspugen.

Emotie: Als je lekker zit te eten en er gaat ineens iemand over zijn nek, dan smaakt je eten minder. Als je verliefd bent, smaakt een tomaat lekkerder dan als je ruzie hebt.

Zintuigproefjes:

Doe de proefpersoon een blinddoek om, zodat hij niks ziet. Laat een opengesneden ui ruiken. En laat een eetlepel geraspte chocola proeven. En?

Pierre: ‘Weddden dat jouw proefpersoon niet weet wat-ie eet? Zo belangrijk zijn je neus en ogen om te kunnen proeven.’

Laat iemand een lepel vanillesuiker proeven terwijl hij zijn neus goed dichtknijpt.

Pierre: ‘Hij zal denken dat het gewone suiker is. Vanille kun je namelijk alleen maar ruiken!’

Pierre: 'Van mij moet iedereen plechtig deze eed afleggen: "Ik beloof dat ik nooit meer zal zeggen ik lust het niet, zonder eerst geproefd te hebben."'