**Voedingscentrum lanceert unieke ‘Receptenapp Slim Koken’   
  
12 juni 2018**

**De nieuwe ‘Receptenapp Slim Koken’ van het Voedingscentrum biedt naast recepten ook unieke hulpmiddelen om slimmer te koken. Ongeveer de helft van de Nederlanders tussen de 25 en 55 jaar maakt gebruik van een receptenapp op een mobiele telefoon of tablet. Het Voedingscentrum speelt met de nieuwe app in op die trend en gaat nog een stapje verder.**

Stel een gevarieerd menu samen met de handige (week)menuplanner. Je kunt kiezen uit heerlijke recepten in lijn met de Schijf van Vijf. En je gooit veel minder eten weg dankzij de digitale koelkast, waarin je ingrediënten kunt ‘opslaan’ en zo in één oogopslag ziet wat wanneer op moet. Er is ook de optie om een boodschappenlijstje te maken én realtime te delen met huisgenoten. Of chat met ‘Sjef’, een digitale assistent voor persoonlijke kookhulp.

**Onderzoek**

Voorafgaand aan het ontwikkelen van de ‘Receptenapp Slim Koken’ is een behoefte-onderzoek gedaan onder 1.000 consumenten. Een ruime meerderheid van de respondenten geeft aan het belangrijk te vinden om te kunnen kiezen uit een grote hoeveelheid gezonde recepten die snel en makkelijk te maken zijn. Verder zijn het ontvangen van kookinstructies en de mogelijkheid om een eigen weekmenu samen te stellen populair. De ‘Receptenapp Slim Koken’ haakt in op al deze wensen.

**Gevarieerd weekmenu**

De ‘Receptenapp Slim Koken’ biedt de unieke mogelijkheid om een gevarieerd weekmenu samen te stellen. Nadat je een aantal gerechten hebt gekozen, krijg je suggesties voor gezonde variatie voor de volgende dagen. De hoeveelheden zijn makkelijk aan te passen op maat voor jouw huishouden.

**Kookwekkers**

Hulp nodig bij het koken? Je stelt makkelijk meerdere kookwekkers in, voor de aardappeltjes in de oven, de boontjes op het vuur en de marinade in de koelkast. Zo hoeft er niets meer aan te branden of te lang te koken. Kortom, de ‘Receptenapp Slim Koken’ geeft een extra dimensie aan koken, bewaren en boodschappen doen.

**Duurzaam en veilig eten**

Naast veel lekkere, gezonde en makkelijke recepten helpt de ‘Receptenapp Slim Koken’ je ook tijdens het kopen en bewaren van je boodschappen. Zo kun je eten ‘opslaan’ in de digitale koelkast en krijg je suggesties voor wat je nog kunt maken met je restjes. Dat is handig om verspilling te voorkomen. Je kunt een groep aanmaken zodat je de boodschappenlijst kan delen met bijvoorbeeld je partner die al onderweg is naar de supermarkt. Die ziet in de app direct de laatste aanvulling die je hebt gedaan. Met een boodschappenlijstje is de kans kleiner dat je meer koopt dan nodig. Gezond en duurzaam eten wordt zo makkelijk én leuk voor iedereen**.**

**Advies op maat met ‘Sjef’**

“Hallo! Ik ben Sjef, je virtuele keukenassistent! Waarmee kan ik je helpen?” Sjef beantwoordt allerlei vragen over eten met behulp van experimentele technologie. Zoals “Waarmee kan ik de boontjes in dit pastarecept vervangen?” Of “Waar bewaar ik een paprika?” Maar Sjef kan ook een receptsuggestie doen op basis van jouw voorkeur. Je kan Sjef vragen om appels op de boodschappenlijst te zetten, en hij kan je tijdens het koken helpen door de stappen aan te geven, een kookwekker voor je aan te zetten, en de hoeveelheden van de ingrediënten aan te geven.

De ‘Receptenapp Slim Koken’ van het Voedingscentrum is gratis te downloaden in de Apple of Play Store. Zie ook: [www.voedingscentrum.nl/receptenapp](http://www.voedingscentrum.nl/receptenapp)

Voor persvragen kun je mailen naar media@voedingscentrum.nl of bellen naar 070 – 3068883.