

## Drie tips om je veggie gerechten beter te verkopen

### 1. Besteed aandacht aan je menukaart

- Zet het veggie gerecht als eerste op de kaart. Gerechten bovenaan de kaart worden sneller gekozen.
- Stel de veggie schotel voor als “gerecht van de dag”, “suggestie van de chef” of “duurzame topper van de week”. Gerechten die meer in het oog springen, worden het vaakst gekozen.
- Zet de veggie gerechten niet in een apart vakje op de kaart, maar gewoon tussen de andere gerechten. Een afzonderlijk veggie gedeelte zullen veel klanten niet bekijken. Met een subtiel logo kun je aangeven dat een gerecht veggie of vegan is. Uit een onderzoek van de London School of Economics blijkt dat veggie gerechten die apart staan op de kaart maar liefst 56 procent minder goed verkopen dan wanneer ze tussen de andere gerechten staan.

### 2. Geef je gerecht een aantrekkelijke naam

Een goede omschrijving en benaming overtuigen je klanten om voor een gerecht te kiezen. Bedenk dus een aantrekkelijke naam en beschrijving, en benadruk vooral de kwaliteiten van het gerecht.

- Beschrijf de texturen van een gerecht.  
Bv. aardappelcrackers, mousseline, pangrattato, crumble van olijf, kaviaar van artisjok, poffertje van primeurgroenten.
- Vermeld de herkomst van je gerecht of ingrediënten.  
Bv. Michelbeekse shiitake, lentegroenten, peultjes van eigen kweek, zelf gefermenteerde tempeh
- Beschrijf de smaak, geur, kleur of bereidingswijze van een gerecht.  
Bv. geschroeide sjalotblaadjes, gerookte knolselder, gepekeld walnoten, poeder van algen, gekarameliseerde bloemkool, Vitelotte Noire, witte aubergine.
- Zet de meest luxueuze en smaakvolle ingrediënten in de kijker.  
Bv. cashewnoten, lamsoor, homemade Texas BBQ burger, morieltjes, shiro miso.

Een tofucurry wordt dan: gemarineerde en geroosterde bloemkool, ramen, currybouillon, sesamtofu, poeder van shiitake.

### 3. Denk aan de prijs van je gerecht

Maak je veggie gerechten goedkoper dan de opties met vlees en vis. Lukt dat niet? Maak je veggie aanbod dan in ieder geval niet duurder dan de vleesgerechten.

In een keuken speelt de foodcost natuurlijk een grote rol. Je vraagt je misschien af of veggie koken duurder uitkomt. We kunnen je geruststellen: veggie hoeft niet duur te zijn. Sterker nog, het kan je zelfs geld besparen. Het hangt er allemaal van af welke producten je gebruikt en hoe je dierlijke producten wil vervangen. Door de toenemende druk op de veehouderij om duurzamer en milieuvriendelijker te worden, zullen de prijzen van vlees, melk en eieren de komende jaren trouwens alleen maar verder stijgen.



### ENKELE TIPS OM DE FOODCOST TE DRUKKEN:

1. Vergeet de peulvruchten niet! Heel vaak wordt vlees vervangen door een vleesvervanger, maar ook peulvruchten bieden heel veel mogelijkheden. Ze worden wereldwijd het vaakst gebruikt in culturen waar minder vlees wordt gegeten. Peulvruchten zijn gezond (we eten er nu veel te weinig van), milieuvriendelijk, kant-en-klaar verkrijgbaar én goedkoop, vaak goedkoper dan vlees. Een steeds breder gamma aan peulvruchten wordt nu lokaal geteeld. Zo zijn de eerste Belgische kikkererwten al een paar jaar een feit. We doen veel te weinig met zoete lupine, en ook Belgische soja is op komst! Er bestaat een heel gamma aan peulvruchten. Voor een overzicht zie p. 36.
2. Hou niet alleen de portiegrootte van vlees maar ook die van vleesvervangers onder controle. De maximaal aanbevolen hoeveelheid vlees per dag is slechts 100 gram. Dat is per dag, dus niet alleen de portie in de warme maaltijd maar ook de charcuterie op je broodje telt mee. Ook voor vleesvervangers ligt de aanbevolen hoeveelheid rond de 100 gram per dag, afhankelijk van het eiwitgehalte van het product. Door je porties af te stemmen op de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid hou je ook de foodcost onder controle. Serveer je vleesvervanger op een aantrekkelijke manier, en vul je gerecht aan met voldoende groenten. Op die manier kom je makkelijker tegemoet aan de aanbevelingen voor gezonde voeding.
3. Combineer verschillende soorten eiwitrijke bronnen. In veel gerechten kan je een mix maken van een peulvrucht en een vleesvervanger. Op die manier hou je de foodcost laag én leer je je publiek wennen aan peulvruchten.

Enkele voorbeelden:

- Maak een vleesbrood met een mengeling van seitan en champignons. Champignons zijn goedkoper en geven bovendien smaak.
  - Gebruik in een chili een mix van kidneybonen of zwarte bonen en veggie gehakt, en werk af met een zure room op basis van Griekse sojayoghurt.
  - Maak een tajine met kikkererwten of linzen, en werk af met enkele balletjes falafel, geroosterde cashewnoten of amandelen en wat sojayoghurt (natuur of Griekse yoghurt).
4. Bereken je foodcost per periode of over je hele menu. Met bovenstaande tips heb je al heel wat bespaard op je foodcost. Dat betekent dat je niet hoeft te blijven hangen in de zoveelste goedkope veggieburger, maar dat je kan investeren in betere vleesvervangers, die vaak iets duurder zijn dan vlees. Of je kan investeren in iets duurder condimenten en smaakmakers zoals miso, soja- of haverroom, noten ... Door je foodcost niet alleen per gerecht maar ook per week of maand te berekenen, of over je hele menu, kan je deze meerkost opvangen en kom je over de hele lijn wellicht nog steeds goedkoper uit.
  5. Kies voor producten van het seizoen. Die zijn niet alleen smakelijker en op dat moment op hun best, maar ook goedkoper.
  6. Wees creatief met 'afval': de schutbladeren van een bloemkool, de stronk van een broccoli (gecutterd in een quinoa-torentje), het loof van wortels (pesto), het koffiegruis van de espresso (koffiecombucha), de schillen van aardappelen (chips of krokantjes) ... Als je met goede, kwalitatieve (bij voorkeur biologische) ingrediënten werkt, valt hier veel mee te doen.