

### Hooikaas

# Uut Hooi: Betere melk, betere kaas

**Uut Hooi is een ongelooflijk lekkere kaas, met hoge voedingswaarden. Het idee erachter komt van boer Aleid Blitterswijk, en is eigenlijk simpel: betere melk maken en daarmee betere kaas maken. Waarom doet dan niet iedereen dat? Omdat het moeite kost, en dat kost weer tijd en geld...**

**T**en zuidoosten van Utrecht, in het stroomgebied van de Rijn en de Kromme Rijn ligt Werkhoven. Hier heeft Aleid Blitterswijk zijn boerenbedrijf, een voortzetting van de vier generaties vóór hem. Aleid is opgeleid als akkerbouwer, en van plantengroei weet hij heel veel. Maar de boerderij heeft ook vee. "Wij zitten in het rivierengebied, zoals veel gebieden in Nederland. Hier heb je hoge gronden naast de rivier, en verderop de lagere gronden. Op die hogere gronden kun je akkerbouw bedrijven, maar op die lagere gronden en in het veenweidegebied groeit alleen gras. En alleen met vee kun je die grond en dat gras verwaarden en omzetten tot voedsel. Vandaar dat er al eeuwen koeien worden gehouden hier. .

#### **Wat is het geheim achter die kaas van Aleid, wat maakt die kaas zo veel beter?**

Aleid Blitterswijk: "Gras is een prachtige voedingsstof voor koeien, het zit vol gezonde bestanddelen en is een bron van eiwitten. In het moderne boerenbedrijf graast de koe in de zomer gras uit de wei. Maar voor het grootste deel van het jaar maait de boer zijn gras en bewaart hij dat in een grote kuil die wordt afgedekt: kuilgras. Populair geworden om de kostprijs te beperken in de steeds verdergaande intensivering van de veeteelt. Dat gras ligt maanden onder een zeil en gaat daar fermenteren. Het gras verzuurt en de natuurlijke smaak en essentiële voedingsstoffen gaan verloren. De koe eet dat wel, maar het is ook erg makkelijk eten. Het is een soort fastfood voor de koe: het is makkelijker verteerbaar, maar de



**'Gras is een prachtige voedingsstof voor koeien, het zit vol gezonde bestanddelen en is een bron van eiwitten'**



meeste voedingsstoffen zijn er al uit. Daarom moet het melkvee in zo'n moderne boerderij worden bijgevoerd met kunstmatige brokken."

Het is net als bij de mens: fastfood is makkelijk eten, maar veel essentiële voedingswaarde zit er niet in. We worden gestimuleerd veel meer groenten te eten, en vezels zoals in volkorenbrood. Dat is moeilijker verteerbaar, maar veel gezonder voor je lijf. Het inkUILen van gras is een vorm van voorverteren. Voor de koe is het veel beter om gras te eten, omdat zo al zijn (vier) magen worden aangestuurd. De koe is een herkauwer, die moet zijn best doen voor de vertering van zijn eten, om zo die essentiële voedingsstoffen op te nemen en door te geven in de vorm van melk en vlees. >>

Ook op stal wordt er zo groen mogelijk gevoerd.



# 'Wij laten de grassen intact en houden het zo groen als mogelijk is'

► Van dit inkuiten, dat zo gebruikelijk is geworden in de veehouderij, maakt Aleid Blitterswijk geen gebruik. "Wij laten de grassen intact en houden het zo groen als mogelijk is. Wij kiezen ervoor om koe waardevol gras te laten eten, door ze in de wei te laten eten en zodra hij binnen staat vers gras te maaien en direct aan te bieden, of het gras direct na het maaien intensief en CO<sub>2</sub>-neutraal na te drogen tot groen hooi. Zo behouden we de voedingswaarde en dat is goed voor de koe, goed voor de melk en goed voor de kaas."

Om te meten wat hij doet gebruikt Aleid een ureum-meter. "Afgekeken van de wijn- en olijfolie-industrie. Zo kun je meten in de melk wat de koe aan waarden produceert. Zo hebben we kunnen zien dat we in de zomer een keurig eiwitrijk dieet konden voeren vanuit het gras, en dat we in de winter de kwaliteit goed op peil konden houden door het voeren met snel gedroogd gras, de groene hooi. Het heeft wel enkele jaren geduurd voor we het optimale dieet hebben kunnen bepalen."

De kwaliteit van de melk en de kaas komt onder andere terug in de aanwezige linolzuren  $\text{c18:1}$  en  $\text{x18:1}$  en vetzuren. De mens heeft behoefte aan omega 3 en omega 6, maar wel in de juiste verhouding; van omega 6 moet je niet te veel binnenkrijgen. Aleid: "Zorg dus dat je veel natuurlijke producten eet om je omega 3 op peil te houden. Dan gaat het om de zogenaamde zachte vetten, die je lichaam makkelijk verbrandt."

Nu Aleid de voeding voor de koeien goed heeft weten af te stemmen wil hij die hoogwaardige melk een eigen plek gaan geven: niet meer alles wegbrengen naar de gewone melkindustrie, maar een deel reserveren voor een eigen bijzondere kaas: Uut Hooi. De melk van Aleid gaat naar twee kaasmakers, die er elk een aparte soort van maken: de 'gewone' kaas, met de bekende gele korst heet Traduutioneel, een extra belegen kaas, maar zeer romig, smeufig. Het andere deel gaat naar een kaasmakerij waar kaas met (eetbare) natuurkorst wordt gemaakt, zoals bij Gruyère. Die kaas heet Uutentiek, een belegen kaas. De natuurkorst heeft een eigen inwerking op de kaas, waardoor beide kazen een eigen karakter hebben.

Beide kazen worden in de handel gebracht door kaashandel De Groot-Verburg. Directeur Cees Verburg is erg blij met de

## Hooikaas

Aleid Blitterswijk en Cees Verburg proeven de kaas in de hooischuur.



nieuwe ontwikkeling: "We horen van de kaasmakers dat de melk gewoon veel geleer is dan andere melk. Dat komt doordat Aleid zijn koeien zo vers mogelijk versgemaaid gras geeft, en bij het maaien alleen de graspunten meeneemt, het deel van het gras waar de waardevolle vetzuren en de kleurstoffen in zitten. Die kleur komt ook terug in de kaas." (Aan veel andere kaas wordt een natuurlijke kleurstof toegevoegd, zoals anatto of caroteen, om die gele kleur te bereiken.)

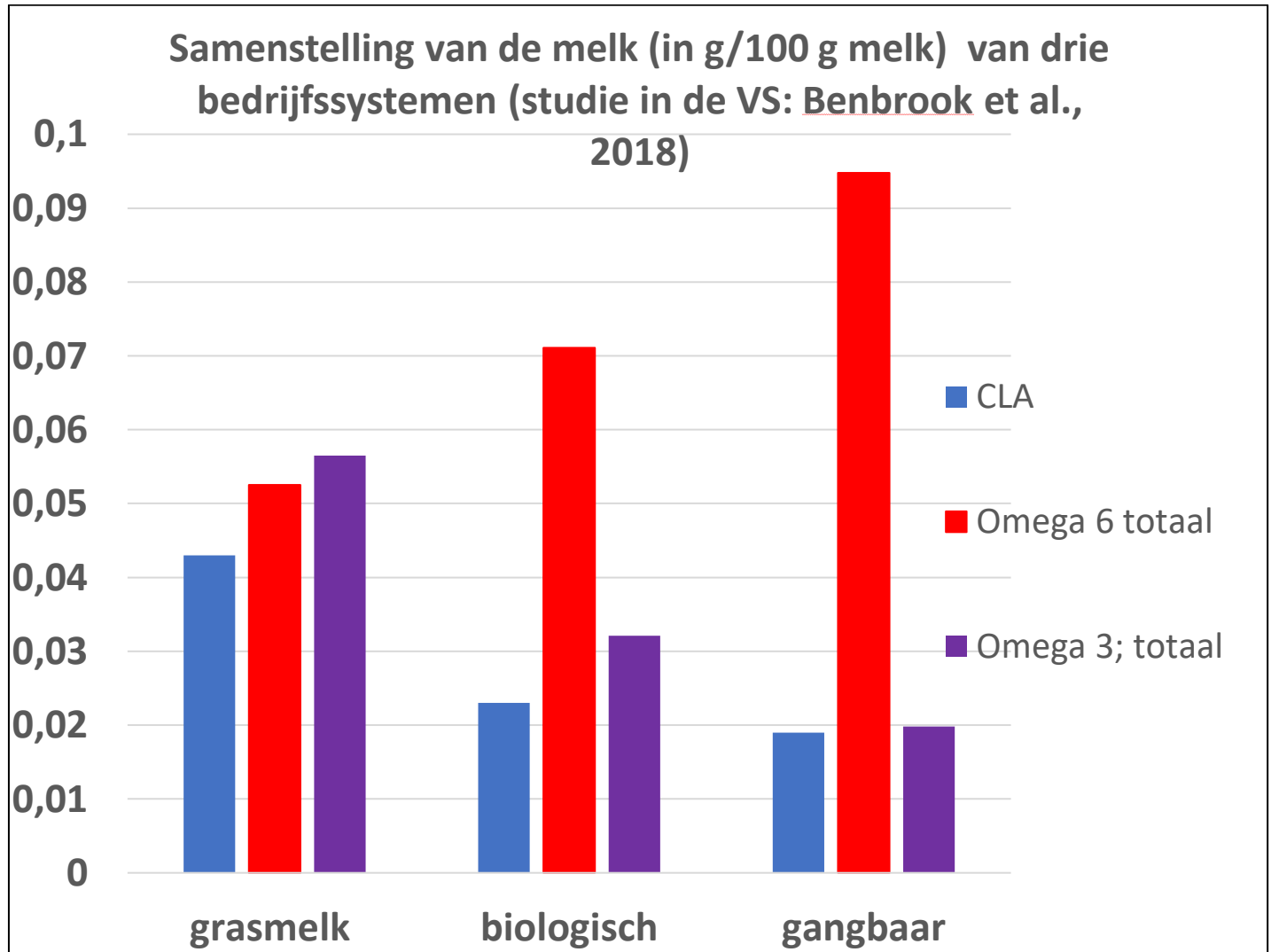
Aleid: "Je moet voorzichtig zijn met roepen dat iets gezond is, maar bij kuilgras gaat veel van de voedingswaarde uit die graspunten verloren, waardoor er meer harde vetten overblijven en minder cla en xla. En wat je in de koe stopt komt ook in de melk en de kaas. Deze Uut Hooi-kaas heeft veel meer zachte vetten, en dat proef je in de kaas. Want kaas is tien keer zo geconcentreerd als melk, dus ook de smaak wordt zo versterkt."

Cees Verburg: "Drie jaar geleden kwam Aleid met zijn verhaal bij ons. Wij hadden direct door dat dit een verhaal is dat hout snijdt. Dit heeft toekomst en hier wilden we graag mee verder. Nu is de kaas gereed voor de markt en hij is echt geweldig. Zo'n zachte, rijke smaak. Je moet hem proeven om het te begrijpen." Op de laatste Vakbeurs Foodspecialiteiten werd Uut Hooi verkozen tot Beste Kaasnoviteit van 2021. «



Vaak maaien en direct voeren of snel drogen.

## Achtergrondinformatie bij kwaliteit van zuivel bij het voeren van de koeien met veel vers gras en gedroogd vers gras (hooi).



Figuur n.a.v. artikel van Benbrook

> [Food Sci Nutr. 2018 Feb 28;6\(3\):681-700. doi: 10.1002/fsn3.610. eCollection 2018 May.](#)

### Enhancing the fatty acid profile of milk through forage-based rations, with nutrition modeling of diet outcomes

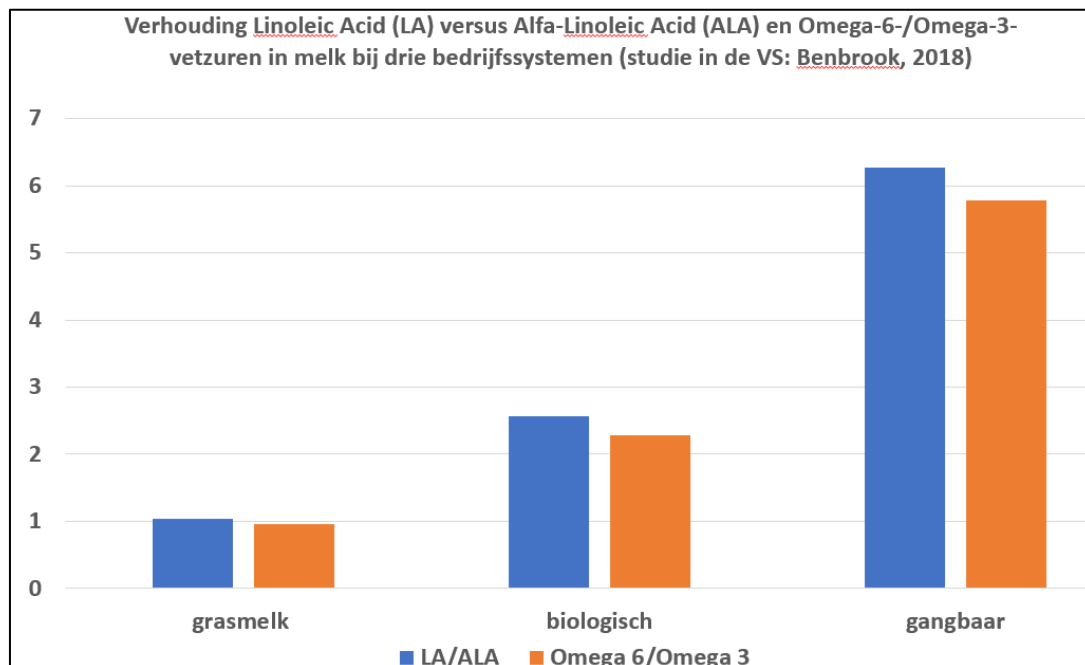
Charles M Benbrook <sup>1 2</sup>, Donald R Davis <sup>3</sup>, Bradley J Heins <sup>4</sup>, Maged A Latif <sup>5</sup>, Carlo Leifert <sup>6</sup>, Logan Peterman <sup>5</sup>, Gillian Butler <sup>7</sup>, Ole Faergeman <sup>8</sup>, Silvia Abel-Caines <sup>5</sup>, Marcin Baranski <sup>6</sup>

Affiliations – collapse

#### Affiliations

- 1 Bloomberg School of Public Health Johns Hopkins University Baltimore MD USA.
- 2 Benbrook Consulting Services Troy OR USA.
- 3 Biochemical Institute University of Texas at Austin Austin TX USA.
- 4 West Central Research and Outreach Center University of Minnesota Morris MN USA.
- 5 Organic Valley/CROPP Cooperative Lafarge WI USA.
- 6 Centre for Organics Research Southern Cross University Lismore NSW Australia.
- 7 School of Natural and Environmental Science Newcastle University Newcastle upon Tyne UK.
- 8 Department of Cardiology Aarhus University Hospital Aarhus Denmark.

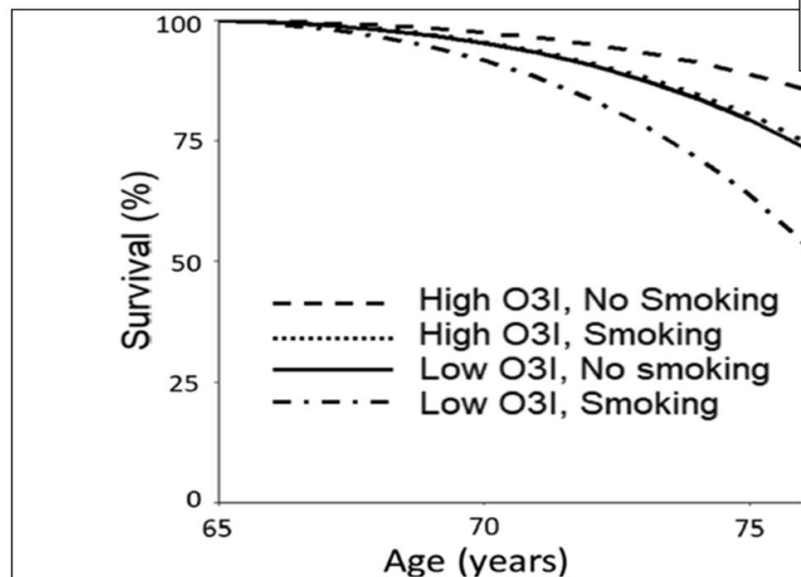
In het westerse dieet zitten vaak te veel meervoudige onverzadigde vetzuren Omega 6 in verhouding tot de Omega 3 vetzuren (wel tot 10:1). De literatuur wijst meer naar een verhouding 1:1 tot 2:1. Uit de figuur hierna blijkt, op basis van dat artikel van Benbrook, dat grasmelk daar aan voldoet.



Er is veel literatuur over belang van hoog Omega3 in de humane voeding. O.a. onderstaand artikel met een figuur uit dat artikel.

**Artikel: Using an erythrocyte fatty acid fingerprint to predict risk of all-cause mortality: the Framingham Offspring Cohort;** *The American Journal of Clinical Nutrition*; 16 June 2021; Michael I McBurney,<sup>1,2,3</sup> Nathan L Tintle,<sup>1,4</sup> Ramachandran S Vasan,<sup>5</sup> Aleix Sala-Vila,<sup>1,6</sup> and William S Harris<sup>1,7</sup>

<sup>1</sup>The Fatty Acid Research Institute, Sioux Falls, SD, USA; <sup>2</sup>Department of Human Health and Nutritional Sciences, University of Guelph, Guelph, Canada; <sup>3</sup>Friedman School of Nutrition Science and Policy, Tufts University, Boston, MA, USA; <sup>4</sup>Department of Statistics, Dordt University, Sioux Center, IA, USA; <sup>5</sup>Schools of Medicine and Epidemiology, Boston University, Boston, MA, USA; <sup>6</sup>Hospital del Mar Medical Research Institute, Barcelona, Spain; and <sup>7</sup>Sanford School of Medicine, University of South Dakota, Sioux Falls, SD, USA



High O3I = Hoge Omega-3 Index  
Low O3I = Lage Omega-3 Index

**Research suggests a diet rich in dairy fat may lower the risk of heart disease**

Tue 21 Sep 2021 19.05 BST

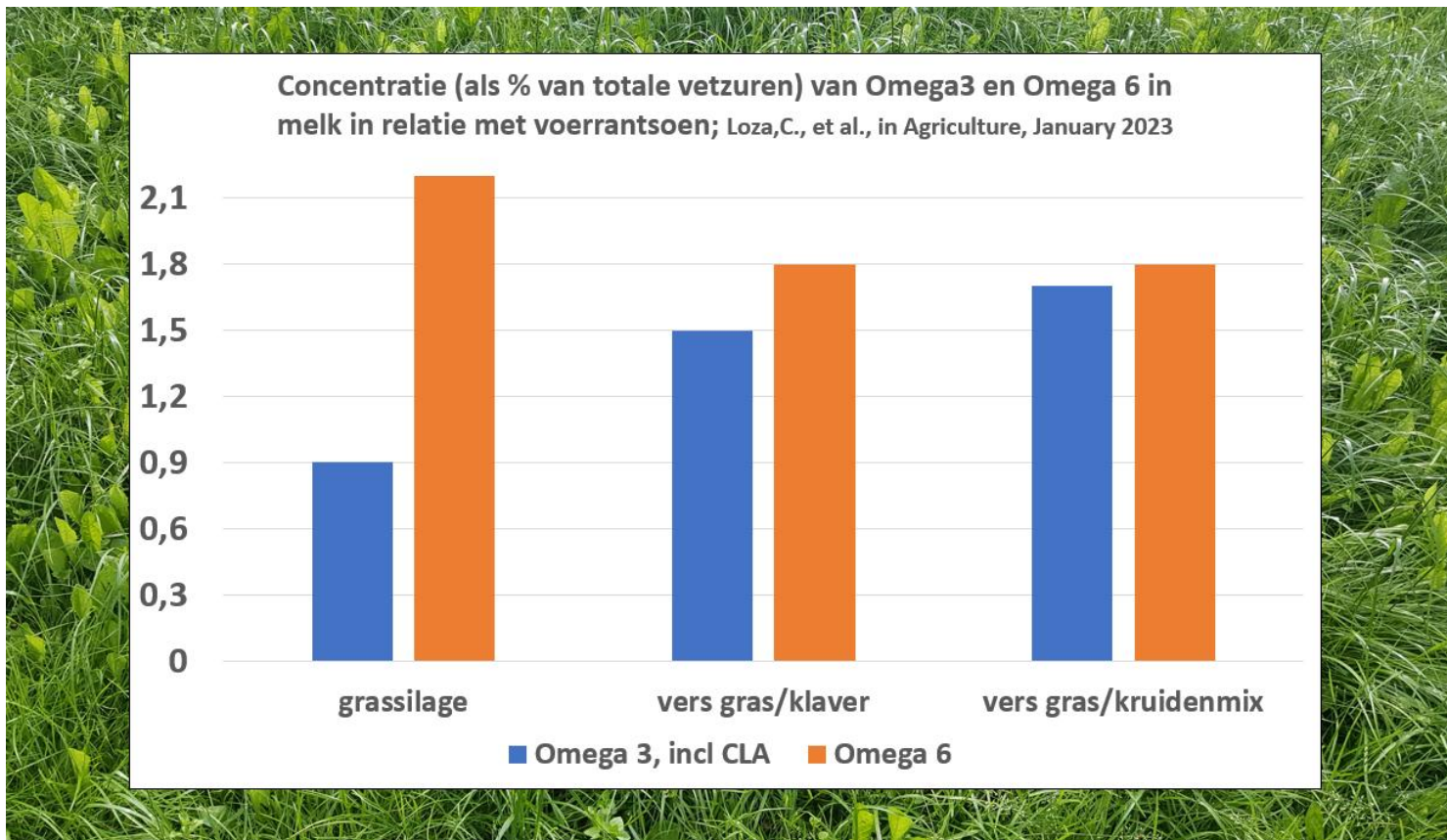
Researchers assessed dairy fat intake in 4,150 Swedish 60-year-olds by measuring the blood concentration of certain fatty acids that are found in dairy foods.

They followed the participants for an average of 16.6 years, recording how many died or had heart attacks, strokes and other cardiovascular conditions.

Cardiovascular disease risk was the lowest for participants who had high levels of the dairy fatty acids. The researchers also found that higher intakes of dairy fat were not associated with an increased risk of death.

**FIGURE 2** Estimated Kaplan–Meier survival curves by age using estimated HRs per year according to the highest/lowest O3I quintile and smoking status for individuals reaching 65 y (average baseline age). O3I, omega-3 index.

Informatie over samenstelling grassilage versus versus vers gras in een artikel:



Presentatie  
van de UUT  
Hooi Kaas bij  
Plus, Plantage  
15 Utrecht

---



GEZONDE ZUIVEL!



NIEUW: UUT HOOI



**Brochure in het kader van het project: Integraal Duurzaam en Marktgericht Melkvee-Akkerbouwbedrijf. Mede medefinanciering van:**



Europees Landbouwfonds voor  
Plattelandontwikkeling: Europa  
investeert in zijn platteland