



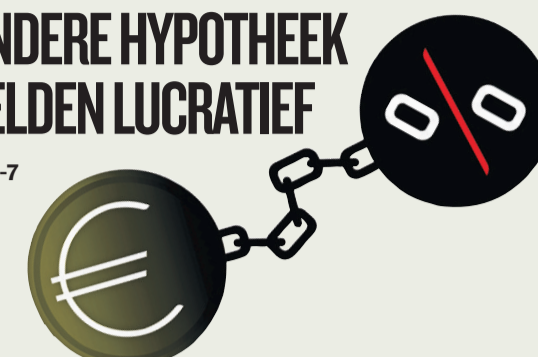
Voor u getest  
**KAASFONDUE  
UIT 'N PAKJE:  
HEEL GOED  
TE ETEN**

→ 4-5



Irene weet raad  
**ANDERE HYPOTHEEK  
ZELDEN LUCRATIEF**

→ 6-7



**MATHIJS  
MAALTIJDBOX**  
Linzensalade met  
gebakken avocado  
en sinaasappel

Foto: Shiro / Contrasto, Illustratie: Mark Remington

## VERANTWOORD KOKEN uit een doosje

Wekelijks worden zo'n 30.000 maaltijdboxen bij Nederlandse huishoudens bezorgd. Maar wat houdt dat eigenlijk in, dat 'out of the box' koken?

door PAM VAN DER VEEN

Als de eerste maaltijdbox wordt bezorgd, dromt het hele gezin nieuwsgierig bijeen. Samen pakken we het pakket van HelloFresh uit. „Ah, gehaktballen,” zegt de puber goedkeurend. „Met tomatensaus!” roept de kleuter verheugd. „En volkorenspaghetti,” bromt de echtgenoot ontstemd. Wat is dat toch met mannen, die diepgevoelde afkeer van volkorenpasta? Te weinig lege koolhydraten? Teveel natuurwinkels? Nou ja, hij moet niet zuren, *culisnob* die hij is. Hij ziet dit hele foodboxexperiment sowieso met enige scepsis tegemoet. Drie weken lang eten van HelloFresh, Mathijs Maaltijdbox en

“**Is dit hele project soms een slinkse manier om man aan het diëten te krijgen?**”

Marley Spoon; wat betekent dat voor zijn eigen kookkunsten? Wat als hij opeens onbedaarlijke trek krijgt in risotto met rivierkreeftjes of een stoof van konijn? Moet hij het dan alsnog doen met een groentesoep of maaltijdsalade uit zo'n box? Wacht eens: is dit hele project soms een slinkse manier om hem aan het diëten te krijgen? Ik negeer zijn insinuaties. „Jij met je gastronomische persoonlijkheidsstoornis,” zeg ik. En tevreden haal ik de schoffel tevoorschijn, speciaal gevangen voor HelloFresh. Door niemand minder dan visser Han uit IJmuiden, zo meldt de receptenkaart. → 2-3

Test 1, 2, 3

Ook last van keuzestress tijdens je zoektocht langs internetwarenhuizen en prijsstunters? Geld&Goed helpt een handje, met deze week een vergelijkend onderzoek met Chinese tablets.

Made in China

Natuurlijk willen we allemaal een splinter-nieuwe iPad. Maar soms laat de portemonnee dat niet toe. Doe eens gek en schaf een 'luke' tablet aan op een Chinese site als mijnthebox of banggood. Bedenk wel dat je te maken kunt krijgen met toeslagen van de douane (21 procent btw en 15 euro inklaringskosten), enkele weken levertijd en een hoop gedoe als het ding kapot gaat. Je kunt dat risico verlagen door te zoeken naar Nederlandse leveranciers die Chinese tablets importeren. Wie rekening houdt met al deze hindernissen, kan best een goede koop doen, zegt de Consumentenbond. Die onderzocht luxe Chinese tablets van rond de 200 euro. Wij selecterden drie exemplaren met een scherm van 9/10 inch. #MARK ROOS

1 PIPO PG

Richtprijs: €235  
 Plus: goede prestaties, goede accu, lichtgewicht  
 Min: matige beeld- en geluidskwaliteit, slordig in elkaar gezet



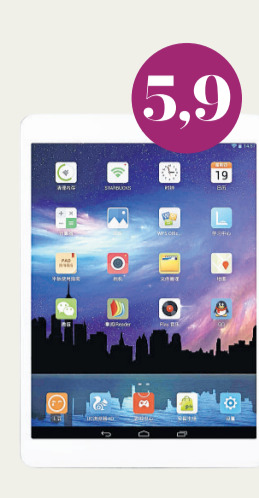
2 RAMOS KID

Richtprijs: €240  
 Plus: scherp display  
 Min: niet erg handzaam, matige geluids- en bouwkwiteit



3 ONDA V989 AIR

Richtprijs: €189  
 Plus: scherp display  
 Min: slechte accu, matig beeldscherm, matige bouwkwiteit, lange opstarttijd



BRON: CONSUMENTENBOND



Gebakken hetelucht van de opa van Aviko

De Airfryer leent zich uitstekend om vetarme potatochips te bakken.

Dozen staan in de vrieskast. Zakken liggen in de vrieskast. Twee keer oorlog in de supermarkt. Er is voorgebakken friet natuurlijk, maar Aviko heeft ze van Oma en noemt ze Vlaamse friet. En dan te weten dat in België nergens Vlaamse friet te koop is. Nieuw bij Aviko is Opa. Opa's frieten moeten thuis heet worden gemaakt in de oven, niet in vet. En dat is waar in vrieskist en -kast strijd om wordt geleverd. De ovenkroket tegen de vetkroket. Mora heeft ze allebei, voor in vet en voor de oven. Kwekkeboom doet duur met ovenchips en zopas kwam Bondulle er bij met bitterballen, gevuld met internationale stampot. Voor in de oven.

Ik schreef er over. Lezers reageerden. Ze vinden het maar niks. Klacht: niet lekker. Maar er kwam ook een elektrische brief uit Eindhoven. Van Philips. Met nieuws. Over een geruisloze omwenteling in Nederlandse huishoudens. Wie thuis frituren wil, koopt of heeft daartoe een fritusee. Een bak olie met een thermostaat die de temperatuur van de olie min of meer constant houdt. Uit de tijd! Volgens Philips staat nu in een op de

“De ovenkroket tegen de vetkroket; daar wordt strijd over geleverd”

een. De naam Airfryer is van Philips. Goede naam; beter dan in het Nederlands: luchtbakker. Doet onweerstaanbaar denken aan gebakken lucht.

De Airfryer, Nederlands ontwerp, is een internationaal succes voor Philips. En de naam is al gemeengoed. Ook namaak wordt Airfryer genoemd. En de opa van Aviko zegt op de zak voorgebakken friet dat ze in een Airfryer moeten, zonder over Philips te reppen. Het is een hete-luchtoven, maar beter. De lucht wordt efficiënter benut. Bij een groot model Airfryer wordt een rek geleverd met stalen pinnen. Om saté te bakken. Uitvinding van uw verslaggever: vetarme potatochips. Ze plakken niet aan elkaar omdat ze aan satépinnen zijn geregen.

De fabrikant bakt uitstekende chips en verpest ze door er smaakpoeders overheen te strooien. Echte chips uit de oven, dat lukt hem niet. Ons nu wel. Maar van welke aardappel? Hieromtrent ontbreekt het superchefs aan kennis. We moeten bij een aardappelspecialist te rade. Of de opa bellen van Aviko.

→ Reageren? wouter.klootwijk@persgroep.nl



MARLEY SPOON  
Knapperige granaatappelkip met walnoten-tabouleh

HELLOFRESH  
Gebakken scholfilet met geglaceerde bospeen en aardappelpuree

IN DE BAN VAN DE maaltijdbox

→ VERVOLG VAN VOORPAGINA

Het lijken er wel elke dag meer te worden, de thuisbezorgde food-boxen met verse ingrediënten en eenvoudige recepten. In totaal worden er wekelijks zo'n dertigduizend afgeleverd aan Nederlandse voordeuren. In opzet en inhoud verschillen ze niet wezenlijk van elkaar, al is de één wat chiquer dan de ander. Zo komt Marley Spoon met luxere, ingewikkeldere recepten, haalt het z'n vlees bij boerderij Lindenhoff en kun je er ook desserts en wijn bestellen. Een aantal boxen onderscheidt zich met biologische producten, al dan niet uit de streek. Ook verschillen ze onderling soms

in prijs (zie kader), maar allemaal hebben ze gemeen dat ze inspelen op onze behoefte aan gemak, aan snel, maar toch gezond en lekker eten. Vooral aan tweeverdieners en

jonge gezinnen beloven ze uitkomst te bieden. Na het werk geen boodschappen meer doen, niet hoeven verzinnen wat je nu weer zult eten, maar gewoon koken uit

de doos die elke week wordt geleverd. Daarin zitten verse spullen voor drie tot vijf gerechten die dankzij een overzichtelijk stappenplan in twintig tot veertig minuten te bereiden zijn. Best handig, vinden we bij mij thuis. Onze food-boxestafette levert tijdswinst op en de maaltijden vallen niet tegen. Vooral mijn zoon en ik eten met smaak van de kip in zoete citroen uit Mathijs Maaltijdbox, al halveer ik uit voorzorg de portie van acht (!) geperste knoflookteentjes uit het recept. De bloemkoolsoep van HelloFresh is een hit en de cheescake met kiwiblokjes van Marley Spoon noemt de puber 'restaurantwaardig'. En hij mag dan wat moeite hebben met de gort met peterseliepesto uit diezelfde box („Dit is raar“), de bijbehorende ge-

→ Groot zijn de verschillen tussen de maaltijdboxen niet. Als er al verschillen zijn, zijn het hooguit accentverschillen.

FOTO'S: SHOOTY CAREMAN ILLUSTRATIE: MARK RELJUNTEMS

VAN HELLOFRESH TOT ALLERHANDE

Dat de maaltijdbox een groeimarkt is, bewijst HelloFresh. Het bedrijf, in 2011 opgericht, bezorgt naar eigen zeggen maandelijks 4 miljoen maaltijden aan 250.000 klanten wereldwijd. In Nederland gaat het abonneestbestand momenteel richting de 75.000. HelloFresh is

marktleader, mede dankzij het bijna agressieve ronselen van nieuwe klanten op sportclubs, op straat en aan huis. HelloFresh heeft veel concurrenten: Mathijs (van tv-chef Mathijs Vrietze en Streekmolen, leverancier van seizoensproducten), Marley

Spoon (van oorsprong Duits), De Streekbox, Beebox, Zinner Dinner, Bio Freshbox, sinds kort Albert Heijn en binnenkort Jumbo. De Allerhande Box heeft nu al z'n eerste 'affaire': de box bleek zo'n 14 euro duurder dan de losse ingrediënten.

bakken camembert schuift hij enthousiast naar binnen. Zelf vind ik de linsensalade met gebakken avocado en sinaasappel van Mathijs een succes, en laat ik me graag verleiden door de knapperige granaatappelkip van Marley Spoon. We eten verrassende dingen, zoals gierst en koolrabisalade, en gebruiken nieuwe technieken als het paneren van vis met polenta, wat ook zeer in de smaak valt bij de kleuter. En van de BBQ bacon burgers van Marley Spoon, gemaakt van eersteklas rundvlees, wordt zelfs mijn man gelukkig. Alleen de porties verontrusten hem, bang als hij is om de bite te missen. „Rijstnoedels met paksoi? Oh ja, lekker. Maar dan bak ik er wel even een biefstukje bij.“ Niet dat de hoeveelheden per se te klein zijn, maar de gerechten zijn soms iets te eenzijdig om door te kunnen gaan voor een hele avondmaaltijd. Bij de plaatartaart met ricotta en tomaat vraagt mijn man onthutst: „Ik neem aan dat dit het voorgerecht is?“ Bij de salade niçoise wordt het hem te bar en maakt hij ook meteen de witvis met couscous uit een andere maaltijd klaar. En hoe makkelijk en gezond de gerechten ook zijn, na drie weken foodbox verlangen we allemaal

Welke box past bij mij?

- !! VOOR DE LUIE FOODIE: Marley Spoon. Stijlvolle verpakking, high end ingrediënten en originele recepten. Extra keuze in maaltijden, wijn en desserts zijn ook te bestellen.
- !! VOOR DE SNELLE HOBBYKOK: Mathijs Maaltijdbox. De gevarieerde gerechten zijn in 20-30 minuten klaar. Ook verkrijgbaar: Familiebox, met 'maaltijden die kinderen lekker vinden'.
- !! VOOR DE VERMOEIDE TWEEVERDIENER: HelloFresh. Basic ingrediënten, simpele recepten, vers en gezond. Ook verkrijgbaar als Veggiebox of Family box. De Hellofresh Fruitbox bevat Hollands seizoensfruit en exotisch fruit.
- !! VOOR DE BEWUSTE ETER: Zinner Dinner. Biologische ingrediënten. Of Streekbox, met deels biologische, maar altijd regionale biologische spullen.
- !! VOOR DE PRINCIPIËLE ETER: Beebox. Met EKO-keurmerk.
- !! VOOR DE AH-FAN: AllerHande Box. Via de Albert bezorgservice je boxje aanvragen en tegelijkertijd andere boodschappen bestellen.

terug naar onze oude routine – zelfs naar de gang naar de supermarkt. „Is de hagelslag nou nog steeds op?“ vraagt de kleuter elke ochtend, en ja, die is al een tijdje op. Evenals de tandpasta, de melk en de allesreiniger, want we komen nog zelden in een winkel. We hebben heimwee naar onze dagelijkse home cooking, naar zelf bedenken wat we zullen eten, het uitgebreide klaarmaken, het freestylen met ingrediënten en zelfs het telefonisch onderhandelen aan het eind van de werkdag: „Lamstajine? Dorade uit de oven? Iets van Ottolenghi? Regel jij het?“ Voor huishoudens die voor gezond gemak gaan, is een maaltijdpakket perfect, maar wij blijken toch te bourgondisch van aard. Al was het mooi, ons foodbox-avontuur, vanaf nu koken wij weer echt out of the box.

De drie geteste boxen kosten - afgerond - 59 euro voor drie maaltijden voor vier personen. Hoe duur zijn de concurrenten?  
 AllerHande Box: 4 personen, 3 maaltijden per week: 49 euro  
 Beebox: 4 personen, 3 maaltijden per week: 56 euro  
 Zinner Dinner: 4 personen, 3 maaltijden per week: 67,50 euro