

# Kikkererwten op het menu voor Week van de peulvrucht



In kader van de Week van de Peulvrucht eten alle kinderen op de Gentse stadsscholen en kinderdagopvang op woensdag 7 februari heerlijke tajine met kip en kikkererwten.

De Stad Gent grijpt de campagne van de [Week van de Peulvrucht](#) aan om de eiwitrijke groente wat bekender te maken bij het jonge publiek. Op die manier wil de Stad de kinderen en bijgevolg ook de ouders warm maken voor peulvruchten. Ze passen helemaal binnen gezonde, duurzame en betaalbare voeding. En dat is ook waar de halfhalf-maaltijden op de Gentse stadsscholen en kinderdagopvang voor staan. Met de halfhalf-maaltijden kiest de Stad Gent voor maaltijden die op weekbasis gemiddeld uit 50% dierlijke en 50% plantaardige eiwitten bestaan. De heerlijke tajine met kip en kikkererwten is hier een mooi voorbeeld van.

Van levendige linzen over stoere bonen tot smaakvolle kikkererwten. Peulvruchten zijn snel te bereiden en heerlijk veelzijdig. Ze zijn bovendien lief voor je portemonnee en het milieu.

De [Week van de Peulvrucht](#) loopt dit jaar van 12 tot en met 18 februari 2024. Doordat dit in de krokusvakantie valt, staat het gerecht met peulvruchten een week vroeger op de menu van de Gentse stadsscholen en kinderdagopvang.

Deze actie past in de [bredero voedselstrategie](#) van de Stad Gent.

#weekvandepeulvrucht

**PLANTAARDIG & GEZOND**  
PEULVRUCHTEN VIND JE DAN OOK  
IN DE **DONKERGROENE ZONE**  
VAN DE VOEDINGSDRIEHOEK

**GOED VOOR JE LICHAAM**  
**VERLAGEN DE LDL-CHOLESTEROL**  
EN ZIJN DUS GOED VOOR HART EN BLOEDVATEN  
GOEDE BRON VAN **EIWITTEN, VEZELS,**  
**B-VITAMINEN EN MINERALEN**

**GEDROOGD, IN BLIK,  
IN BOKAAL OF IN STAZAK?**  
ALLEMAAL **EVEN GEZOND,**  
RELATIEF **GOEDKOOP**  
ÉN **LANG HOUDBAAR**

**GOEDE VLEESVERVANGER**  
**KLIMAATVRIENDELIJKER**  
DAN DIERLIJKE PRODUCTEN  
**ÉN EIWITRIJK**

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN, 2019