



Saté in de

Anders dan in de patatzaak

"Lekkere dingen, dat is echt wat de mensen willen. Bitterballen en saté mógen niet alleen op de menukaart staan, ze moeten erop." Dat is de mening van Sherita Narain, eigenaresse van Thermen Holiday in Schiedam. "We hebben wel eens geprobeerd de saté van de kaart te halen. Maar – zonder overdrijven – toen kwamen de mensen echt in opstand. Een dagje sauna is voor velen een verwendag. Haal dus nooit die lekkere dingen van je kaart!" Om toch een wellnessgevoel te creëren, serveert Thermen Holiday de saté op een bananenblad, met een krokant mandje kroepoek. "Er zitten dikke Vlaamse frieten bij en een mooi groentegarnituur. Het is niet het sateetje zoals je dat in de patatzaak krijgt", aldus Sherita. Ze erkent dat het een ongezonde hap blijft, maar voelt niet de behoefte mensen daarin op te voeden. "Of ze het wel of niet nemen, moeten ze helemaal zelf bepalen."

De saté zal altijd blijven

Commercieel denken, op basis van gedegen onderzoek, dat is Sherita en haar broer Tonny wel toevertrouwd. Elke zes maanden stellen ze een nieuwe menukaart samen. Die komt tot stand in overleg met leveranciers en een zestal gasten. "We vragen hun wat ze missen en wat er zeker op de kaart moet blijven staan. Het maken van een nieuwe menukaart is een traject van een paar maanden maar dan heb je ook echt iets waar de mensen blij mee zijn", vertelt Sherita. De laatste tijd zagen ze bij Thermen Holiday vooral de vraag naar visgerechten en vegetarische maaltijden toenemen. "Maar één ding is zeker: de saté zal altijd blijven. Daar durf ik mijn hand voor in het vuur te steken."

Het is een typisch saunagerecht: saté. Bij heel wat wellnesscentra staat het dan ook op de menukaart. Lekker met een portie friet erbij en een goed gekruide pindasaus. Heerlijk, zeggen velen. Afschuwelijk, roepen anderen. Sauna & Spa sprak met een chef-kok en een aantal ondernemers uit de branche. Moet een wellnessbedrijf alleen gezond eten op de menukaart zetten? Of mogen er ook saté en bitterballen op staan?

Wellnessgarnituur met radijsjes

Het overgrote deel van de menukaart bij Thermen Holiday bestaat uit gezonde gerechten. Vreemd is dat niet want uit het Nationaal Saunaonderzoek blijkt dat gezondheid – na ontspanning en een prettig gevoel – de belangrijkste reden is om naar de sauna te gaan. Van de saunabezoekers ervaart maar liefst 94,5% een saunabezoek als gezond. Als je weet dat 65% van de gas-

ten in een wellnesscentrum ook gebruikmaakt van de horecafaciliteiten aldaar, is duidelijk dat de doelgroep behoorlijk groot is. Volgens HealthyConcepts geeft 42% van de vrouwen de voorkeur aan gezonde horeca, bij mannen is dat 35%. Een sauna of spa zal dus meer moeten bieden dan een vette hap. Zo staat er bij Thermen Holiday, naast bitterballen en saté, een wellnessgarnituur op de kaart dat bestaat uit rauwkost met radijsjes en paprika.



In het restaurant van Thermen Holiday'

sauna?

Opkomst van de 'spa cuisine'

Mensen hebben steeds meer aandacht voor wat ze eten. Ze vragen zich af: wat krijg ik nou eigenlijk allemaal binnen? De 'spa cuisine' is dan ook in opkomst: lichte gerechten met een vermelding van de werkzame stoffen die erin zitten en welke positieve effecten die hebben op lichaam en geest. Denk daarbij ook aan een aanduiding van de hoeveelheid calorieën. Sherita ziet het nog wel gebeuren dat de menukaart in Thermen Holiday een aparte bijlage krijgt waarin werkzame stoffen en calorieën worden vermeld. "Maar die moet je dan echt voor elk gerecht gaan tellen. Dat is een enorme praktijk, aangezien we een bijzonder uitgebreide menukaart hebben."

Snacken met sushi en dimsum

Nog een stapje verder ga je als je speciale menu's aanbiedt voor mensen met allergieën en bijzondere voedingswensen. Daarmee komen we terecht op het terrein van de health spa, Ryokan in Zutphen bijvoorbeeld. De menukaart daar bevat soep, belegde broodjes, maaltijdsalades en diverse andere gerechten, zo veel mogelijk vers bereid met biologische ingrediënten. Snacken doe je er met sushi of gestoomde dimsum. "Wij hebben de visie dat bewustzijn in een gezond en vitaal lichaam moet leven, en dat willen we onze gasten ook meegeven", legt directeur Tina Visch uit. "Saté, hamburgers en bitterballen vind je bij ons dus niet op de menukaart." Op die kaart staat wel precies welke ingrediënten de aangeboden gerechten bevatten, maar geen vermelding van werkzame stoffen. "Dat gaat in de toekomst ook niet gebeuren", weet Tina. "Het vermelden van E-nummers bijvoorbeeld, dat voert echt te ver.

Wij zien ieder mens als uniek. Als een van onze kuurgasten speciale voeding nodig heeft, dan schrijven we daar een individueel dieet voor." Een calorieënaanduiding zul je bij Ryokan niet vinden. "Wij kijken naar andere dingen", zegt Tina. "Iemand met een burn-out krijgt voeding met voldoende energie. En als hier voor een kuur iemand binnenkomt met heel veel hitte in zijn lijf, dan serveren we verkoelende voeding."

Gezond aanbod in het kuuroord

De chef-kok van Thermae 2000 in Valkenburg overweegt wel de hoeveelheid calorieën bij de gerechten te vermelden. Dit kuuroord richt zich op puurheid en echtheid. Op de kaart geen bitterballen en kroketten, maar bijvoorbeeld wel een 'Vitaallunch'. "Wij willen vooruitstrevend zijn op dit gebied", zegt food & beverage manager Richard Wentink. "Ik denk dat binnen drie, vier jaar de overheid het verplicht stelt dat je alle stoffen op de menukaart vermeldt. In Duitsland is dat al zo. Wij zijn dat ook van plan, maar het kost veel tijd en energie." Overigens is bij een van de vijf horecalocaties binnen Thermae 2000 wel saté verkrijgbaar: gegrild en 100% kip. Richard: "We streven het gezondheidsbeeld na dat bij een wellnesscentrum hoort. Een aardappelgerecht willen we best nog frituren, maar bitterballen komen er hier niet in. Dat past niet binnen de bedrijfsfilosofie."



en 'Eerlijk eten bij Spa

De jongste telg in de wellnessfamilie

Misschien nog leuk om het jongste wellnessbedrijf in Nederland eens naar zijn menukaart te vragen: Spa Zuiver. Op 25 juni opende deze sauna in het Amsterdamse bos zijn deuren. Saté staat er niet op de kaart, wel allerlei pure gerechten met eerlijke, verse producten. "De insteek van Zuiver is dat je er helemaal gezond, gezuiverd en vol energie weer vandaan komt", vertelt Anneke van Dijk. "Saté hoort daar niet bij. Maar als blijkt dat er veel vraag naar komt van gasten, dan sluiten we niet uit dat er alsnog een gezonde kipsaté op de menukaart komt. De klant is koning!"

Tekst: Janneke Sinot