

Als abonnee kan je dit  plusartikel lezen.

 DE HELPDESK HET PRIJSVERSCHIL

Waarom is het ene zout 142 keer duurder dan het andere? “Himalayazout is consumentenbedrog”



Keukenzout is altijd goedkoper dan zeezout. — © Kaat Pype

Ook het meest nederige dat u in uw keukenkast heeft staan, kan een luxeproduct zijn. Daar lijkt het toch op in de kruidenafdeling van de supermarkt, waar het ene zout maar liefst 142 keer zo duur is als het andere. Hoe komt dat en wat betekent het voor u?

Eva Kestemont

Woensdag 5 maart 2025 om 10:45

Zout maakt eten lekkerder, langer houdbaar en ons lichaam heeft het nodig voor zijn vochthuishouding. Het was lang zo kostbaar dat de oude Romeinen het als betaalmiddel gebruikten, maar vandaag heb je al een kilogram voor enkele tientallen centen. Soms toch. In het kruidenrek van Delhaize kost het duurste potje (zeezout van Sal de Ibiza: 7,45 euro per potje of 49,67 euro/kg) maar liefst 142 keer meer dan het goedkoopste (keukenzout Delhaize: 0,35 euro/kg).

Vanwaar komt dat verschil? Is het ene beter dan het andere?



Zeezout Sal de Ibiza

7,45
per potje

49,67
per kg



Keukenzout Delhaize

0,35
per zak

0,35
per kg

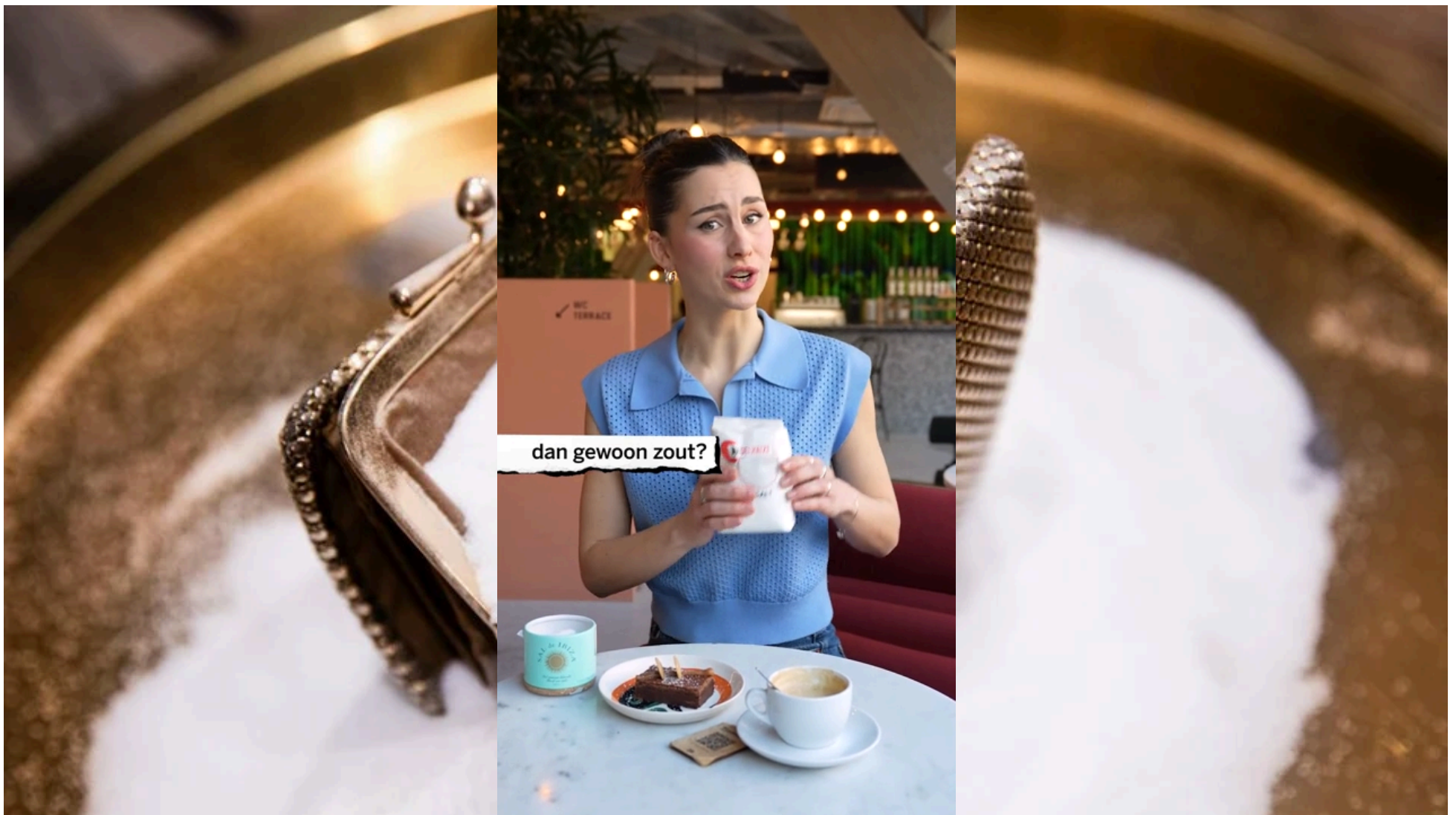
Zeezout versus keukenzout

Een eerste verklaring schuilt in de twee soorten in het winkelrek: zeezout en keukenzout. In de verpakkingen zit telkens - natriumchloride, maar de eerste wordt gewonnen uit water, de laatste uit grond.

Ook keukenzout was ooit zeezout. Ondergrondse zoutlagen zijn het achterblijfsel van zeeën die miljoenen jaren geleden opdroogden, die ontgonnen worden via klassieke mijnbouw – denk aan graafmachines, mijnwerkers en explosieven – of via geavanceerdere vacuümtechnieken. Daarbij wordt water door de ondergrondse zoutlaag gepompt en vervolgens verhit tot er alleen een fijn, zout poeder overblijft.

Het winnen van zeezout lijkt op het eerste gezicht gemakkelijker. Dat is in de kern weinig meer dan gefilterd en verdampt zeewater. De grondstoffen – zeewater en zon – zijn gratis. De grootste kosten van een zeezoutboer kruipen in zijn personeel en de aankoop van land om het zeewater op te gieten. Hij zal nooit moeten investeren in zware mijnbouwinstallaties. Toch gebeurt er iets gekks in de winkel: keukenzout is altijd goedkoper dan zeezout.

“Dat komt doordat keukenzout doorgaans een nevenproduct is”, weet Thidrek Van Grunderbeeck. Hij is woordvoerder van de Belgische zeezoutfabrikant Zoutman, die u misschien kent van het gemiddeld geprijsde merk Marsel. “Multinationals zoals Nobian en K+S mijnen zout om grondstoffen mee te maken voor de chemische industrie. Ze verdienen hun geld met andere producten en verkopen het zout aan lage prijzen.”



Waarom is zeezout vaak duurder? Uitgelegd in 90 seconden

Dat komt met een externe kost. Om de opgepompte pekkel te verhitten, is veel fossiele brandstof nodig. “De CO2-afdruk van vacuümzoutproductie is dertig keer hoger dan die van zeezout”, aldus Van Grunderbeeck. Bovendien zijn de ondergrondse zoutlagen niet oneindig en veroorzaakt de ontginning grondverzakkingen.

Schaalvoordelen

Ook binnen de categorie zeezout zijn de prijsverschillen groot. Dat komt deels doordat er verschillende soorten zijn – het prijzige bovenste laagje van zout, fleur de sel, moet handmatig worden opgeschept. Maar ook ‘gewoon’ zeezout kan erg verschillend geprijsd zijn. Zo kost het zeezout van huismerk Delhaize 0,75 euro per kilogram: het dubbele van keukenzout, maar slechts een fractie van de prijs van Sal de Ibiza.

In de fabrieken van Zoutman breken, zeven en spoelen tal van blinkende machines het zout, om zo een erg zuiver product te bekomen. Dat staat in schril contrast met hoe de Amerikaanse zoutboer Steven Judelson, die levert aan sterrenzaken als Eleven Madison Park, werkt. Hij gebruikt plastic emmers om water uit de zee te halen, filtert amper en laat verder de zon zijn werk doen. Zijn zout kost zo’n 200 euro per kilogram. “Door onze grootte kunnen wij onze processen optimaliseren”, verklaart Van Grunderbeeck. Dat telt door, want de logistieke kost kan tot wel 70 procent van de verkoopprijs bepalen.

Daniel Witte, de eigenaar van Sal de Ibiza, bevestigt dat het niet altijd goedkoper is om iets niét te doen: “Artificieel drogen, malen en additieven toevoegen zijn allemaal extra bewerkingen die afzonderlijk geld kosten, maar samen maken ze een ton zout goedkoper dan een kleine hoeveelheid van mijn onbewerkt product.”

(https://www.standaard.be/cnt/dmf20250129_96778055?utm_recirculatie=lees-ook)

Lees ook Belg eet overmatig veel zout: “We moeten de échte smaak van ons voedsel weer leren waarderen” >
(https://www.standaard.be/cnt/dmf20250129_96778055?utm_recirculatie=lees-ook)



(https://www.standaard.be/cnt/dmf20250129_96778055?utm_recirculatie=lees-ook)

Witte voegt niets toe. Geen jodium (een mineraal dat bijdraagt aan een normale schildklierwerking) en geen additieven die het natuurlijk klonteren van zout tegengaan. Hij neemt ook niets weg. Sal de Ibiza bevat “tachtig mineralen en spoorelementen die essentieel zijn voor het menselijk organisme. Ze blijven in hun natuurlijke complexe verbindingen, de ideale vorm voor ons lichaam om ze te gebruiken.” Zijn hun aanwezigheid en de afwezigheid van additieven – waar geen risico’s voor bekend zijn – de meerprijs waard?



© Kaat Pype

Niet volgens diëtiste Sneha Malik. “Dat zeezout mineralen en spoorelementen bevat, maakt het nog geen goede bron van die voedingsstoffen. De hoeveelheden die je ervan binnenkrijgt, zijn verwaarloosbaar. Daarbij eten we in het westen al meer zout dan goed is. Je haalt je mineralen beter uit groenten, fruit en volkoren granen.”

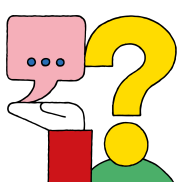
Het bezwaar van Malik geldt voor al het zout, ook dat waarvoor gezondheidsclaims gemaakt worden. “Himalayazout is consumentenbedrog”, stelt Van Grunderbeeck. “Dat is steenzout uit mijnen met barre werkomstandigheden die niet in de Himalaya liggen. Het is roze omdat het wat meer ijzeroxide bevat, maar dat is niet (on)gezonder dan ander zout.”

Om het risico op hart- en vaatziekten te verkleinen, raadt de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) aan niet meer dan vijf gram zout per dag te eten. De Belg krijgt gemiddeld negen gram binnen, vooral via bewerkte producten als kaas, vleeswaren en sauzen. Wie extra smaak wil toevoegen aan zijn maaltijden zou volgens de organisatie beter kiezen voor kruiden of kaliumzout. Dat laatste werkt op de tegenovergestelde manier als natrium: in plaats van vocht vast te houden in ons lichaam, drijft het vocht af. Dat maakt het evenwel niet geschikt voor mensen met nierproblemen. Kaliumzout wordt gewonnen via mijnbouw en speelt in een hogere prijsklasse (bij Delhaize vinden we het vanaf 11,11 euro/kg).

E-nummers

Zout klontert als het in aanraking komt met vocht. Om dat buiten te houden, gebruiken producenten met klanten die - afknappen op E-nummers stevigere (en dus duurdere) verpakkingsmaterialen. Daarbij vond Witte het erg belangrijk om zo veel mogelijk natuurlijke producten te gebruiken. Zijn verpakkingen van keramiek, karton en kurk dienen dus niet alleen om een luxueuze uitstraling te geven.

Al speelt dat zeker wel mee, blijkt uit een mail van Delhaize: “Sal de Ibiza is leuk om cadeau te doen of zichtbaar in de keuken te plaatsen. Daarbij speelt het merk ook in op het emotionele aspect van vakantieherinneringen.” Voor wie thuis al een zoutpot heeft, biedt Witte via zijn webshop *very ugly* plastic zakken aan voor 7,63 euro per kilogram. Dat toont twee zaken aan: het is goedkoper om grote zakken te vullen dan veel kleine potjes en de verkoopprijs van een producent is niet de prijs waaraan zijn product in de winkel ligt.



NIEUWSBRIEF
DE HELPDESK

Wil je de helpdesk nieuwsbrief ontvangen?

Schrijf je in en ontvang wekelijks tips over gezondheid, eten en drinken, werk, geld, tuin, opvoeding, relaties en wonen.

Door je in te schrijven voor deze nieuwsbrief zijn de [privacyverklaring \(https://www.mediahuis.be/nl/voorwaarden/privacy-beleid\)](https://www.mediahuis.be/nl/voorwaarden/privacy-beleid) en de [gebruiksvoorwaarden \(https://www.mediahuis.be/nl/voorwaarden/gebruiksvoorwaarden/\)](https://www.mediahuis.be/nl/voorwaarden/gebruiksvoorwaarden/) van toepassing.

Zegt de prijs van zout iets over de smaak? Dat durft Max Venning niet zeggen. De barman van het Londense Three Sheets reisde als zoutsommelier langs verschillende producenten en hield wel van het zee-aroma van de Isle of Skye Sea Salt Company, maar stelt tegelijk dat “smaakverschillen erg subtiel zijn. Zout is soms anders, maar niet per se slechter. In een soep of stoofpotje zal je geen verschil proeven tussen een goedkoop en duur zout.”

Ongeacht waar het geoogst werd: al het zout is natriumchloride. Wat wel een verschil kan maken in proefervaring, is de grootte en textuur van de korrel. Afwerkingszouten als fleur de sel of zoutvlokken leveren af en toe een krokante zoutexplosie op. Op frietjes wil je dan weer liever een fijn zout, dat alle vlakken bedekt.

Conclusie: het goedkoopste keukenzout komt met hoge externe kosten, maar duurder zeezout is niet kwalitatiever, lekkerder of gezonder dan goedkoper zeezout. Al smaken vakantieherinneringen natuurlijk wel altijd goed.

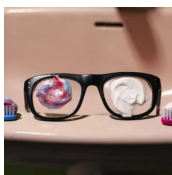
In ‘Het prijsverschil’ zoekt De Standaard uit hoe het komt dat een product veel duurder of goedkoper is dan een vergelijkbaar product.

Lees ook

(https://www.standaard.be/cnt/dmf20250219_93730733?utm_recirculatie=lees-ook)

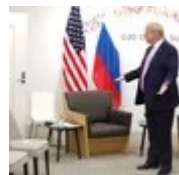
+ Is goedkope tandpasta minder goed voor je gebit? >

(https://www.standaard.be/cnt/dmf20250219_93730733?utm_recirculatie=lees-ook)



(https://www.standaard.be/cnt/dmf20250219_93730733?utm_recirculatie=lees-ook)

Niet te missen in DS+



ANALYSE

+ Trump lijkt wel het nieuwe instrument van Poetin

De bitse woordenwisseling tussen Volodymyr Zelensky en Donald Trump is een geschenk voor het ...

([/cnt/dmf20250302_96020419](https://www.standaard.be/cnt/dmf20250302_96020419))



+ Ketaminegebruik neemt fors toe: “We vonden grote hoeveelheden in het rioolwater van Harelbeke tot Tessenderlo”

In ons afvalwater zitten grote hoeveelheden ketamine, tot elf keer meer dan ruim een decennium ...

([/cnt/dmf20250223_95627444](https://www.standaard.be/cnt/dmf20250223_95627444))



REEKS

+ Vijf jaar na covid loert de volgende pandemie al. Zijn we nu wel gewapend?

Precies vijf jaar nadat een ongeziene pandemie is uitgebroken, heerst er ongerustheid dat met de ...

([/cnt/dmf20250221_97067080](https://www.standaard.be/cnt/dmf20250221_97067080))



ANALYSE

+ Waarom breken de VS de wereldorde af die ze zelf uitbouwden?

De regering-Trump vervangt diplomatie door trolling en schoffeert ...

([/cnt/dmf20250221_97571249](https://www.standaard.be/cnt/dmf20250221_97571249))