



## Meer chili leidt tot minder kauwen

**Cong Lyu, promovendus bij Sensory Science and Eating Behaviour, bestudeerde het effect van pittig voedsel eten. De resultaten zijn misschien niet verrassend, maar bieden wel nieuwe aanwijzingen over hoe sensorische signalen van voedsel ons eetgedrag sturen.**

‘In tegenstelling tot de textuur van voedsel, weten we heel weinig over het effect van pittig eten op ons eet- en kauwgedrag. Wij wilden weten hoe het brandende gevoel dat je in je mond krijgt als je pittig eten eet, van invloed is op de manier waarop je eet’, zegt Lyu.

---

**‘Bij pittige curryrijst en hamburgers maakten deelnemers minder kauwbewegingen per hap’**

---

Lyu serveerde deelnemers aan zijn onderzoek maaltijden in verschillende gradaties van pittig door te variëren met de hoeveelheid chilipoeder. ‘We maakten tomatensoep, curryrijst en hamburgers die varieerden van een klein beetje pittig tot heel erg heet.’

Bij tomatensoep die meer brandend mondgevoel gaf, gingen deelnemers twee keer zoveel water drinken en werd de tijd tussen de slokken soep door steeds groter, aldus Lyu. ‘Bij pittige curryrijst en hamburgers zagen we datzelfde effect, maar maakten de deelnemers daarnaast minder kauwbewegingen per hap en hielden ze het eten minder lang in de mond. Waarschijnlijk probeerden ze op die manier het ongemak van het branderige mondgevoel te verminderen.’

### **Nieuwe onderzoekslijn**

Lyu: ‘Dit onderzoek is een startpunt van een nieuwe onderzoekslijn en de resultaten zijn misschien niet heel verrassend, maar geven al wel nieuwe inzichten in hoe sensorische signalen van voedsel het kauwgedrag beïnvloeden.’

De onderzoeker ziet ook potentiële toepassingen. ‘Het achterliggende idee is dat we consumenten langzamer en minder kunnen laten eten door de pittigheid van voedsel een beetje te verhogen. Toekomstige studies moeten uitwijzen of dat inderdaad zo is. Pittiger eten zou ook een manier kunnen zijn om mensen meer te laten drinken tijdens de maaltijd.’ DV