

De waarheid over glutenvrije wijn

Diverse bronnen.

Het lijkt een simpele vraag: “is wijn gluten-vrij?”. Mijn eerste reactie was waarschijnlijk dezelfde als die van jou: “Natuurlijk!”. Helaas is het (weeral) zo simpel niet...en mocht je ooit een bezoeker hebben die hierrond vragen stelt, dan kan enige achtergrondkennis nuttig zijn om die persoon te overtuigen van je goede intenties (en vakkennis 😊).



We bouwen het hele verhaal even van de grond af op:

1. Bestanddelen van wijn:

Wijn is een **alcoholische drank op basis van het sap van druiven**, die ontstaat door het vergisten van het druivensap. In chemische (scheikundige) zin bestaat wijn uit: water, suikers, alcohol, zuren, resveratrol, quercetine, tannine, sulfiet, koolzuurgas (in mousserende wijnen) en hars...

2. Hoe wordt wijn gemaakt?

De productie van wijn begint al bij de oogst van de druiven. Na de oogst worden de druiven gekneusd (geperst) en ontdaan van de steeltjes. Het druivensap dat ontstaat door het kneuzen heet **most**. Om rode wijn te krijgen moeten de schillen van de druiven >24 uur weken in de most. Voor rosé is dit 8-14 uur. Hoe langer de schillen mee weken, **hoe donkerder de kleur van de wijn is**. Bij witte wijn worden de schillen niet geweekt in de most. De most wordt dan direct gefilterd. Na de persing begint de most langzaam te **gisten**. Tijdens de gisting worden suikers omgezet in alcohol.

Na de gisting worden wijnen **opgeslagen in vaten**. Sommige wijnen (vooral rode wijnen en Chardonnay) worden opgeslagen in eikenhouten vaten en **rijpen hier nog na**. Sterke rode wijnen rijpen tot 24 maanden na. De meeste lichte rode wijnen en witte wijnen worden opgeslagen in roestvrijstalen vaten en rijpen een stuk minder lang na dan de sterke rode wijnen.

3. Is wijn glutenvrij?

In het productieproces van wijn worden **geen glutenbevattende** ingrediënten gebruikt. Dat betekent dus in principe dat wijn **glutenvrij** is.

Dit is zo in een notendop de algemene kennis die iedereen van ons hierover heeft. **Maar**...er zijn twee punten waarbij gluten theoretisch in het wijnproces kunnen terecht komen.

Een daarvan is tijdens het klaren, waarbij een bindmiddel wordt gebruikt om ongewenste deeltjes uit de wijn te verwijderen. Naarmate meer mensen vegetarisme omarmen, is er een vloed van interesse ontstaan in het ontwikkelen van plantaardige klaringsmiddelen, zoals erwten- en aardappeleiwitten. En tarwe! De wetenschappelijke artikelen die dit onderzoek documenteren, circuleren vrij online.

Pix deed een rondvraag bij een reeks internationale experts, waaronder twee universitaire afdelingen, twee wetenschappers en een wereld-reizende consultant-wijnmaker, om te vragen of klaringsmiddelen op basis van tarwe of gluten echt bestonden. Ze antwoordden allemaal: nee, maar een paar wilde het niet ondubbelzinnig zeggen, voor het geval er een malafide wijnmaker was die een boete oplegde met een op tarwe gebaseerde agent.

Het gerenommeerde Duitse Geisenheim-universiteit, liet weten dat bij Europese wijnmakers "in de praktijk alleen erwteneiwit en aardappeleiwit worden gebruikt." En vervolgde: "Tarwe-eiwit is goedgekeurd, maar wordt momenteel (nog) niet gebruikt."

Zelfs als het is goedgekeurd, kan het alleen worden gebruikt als een wijnmaker het kan bemachtigen. Scott Laboratories, een van 's werelds grootste toeleveringsbedrijven voor wijnbereiding, gaf mee dat geen van hun producten tarwe of gluten bevat. "Waarom zou je?" zei de agent, "Mensen zijn er allergisch voor." En inderdaad, een duik in hun catalogus bracht geen enkel product aan het licht dat "glutenbevattende granen" bevat.

Maar klaring is slechts één mogelijk toegangspunt tot wijn. Er is er ook nog een.

Kuipers/Tonneliers gebruiken soms een meelpasta om eiken vaten te verzegelen; als de korrels opzwellen, vormen ze een goede afdichting tussen het vat en de kop. Terwijl kuipers hun best doen om te voorkomen dat meel in het vat komt, is het onvermijdelijk dat sommigen dat zullen doen. Maar hoeveel?

Professor Sanders zegt dat 20 jaar geleden de aanbeveling was dat coeliakie-patiënten zich moesten houden aan voedingsmiddelen met minder dan 200 delen per miljoen gluten. "Toen werd het 50. Nu is het 20." Tegenwoordig mogen voedselproducenten hun producten glutenvrij noemen als ze minder dan 20 mg gluten per kilo bevatten.

Per eiken vat wordt ongeveer 100 gr meel gemengd met een gelijke hoeveelheid water tot pasta als dichtingsmiddel. De pasta wordt aangebracht op de groef waar de kop zit. "De vaten zijn gevuld met wat heet water om te testen, dus bij de laatste inspectie is er geen zichtbaar meel in de vaten."

Greg Hirson, vice-president van Cork Supply USA, waar ook vatenmaker Tonnellerie Ô deel van uitmaakt, zegt dat zelfs als al het eiwit in bloem gluten zouden zijn, wat niet het geval is, en zelfs als elk stukje bloem in het vat zou belanden, wat als dat niet het geval is, zou er een maximum van 5 ppm in het hele vat zijn, met een typisch vat met een inhoud van 225 liter. (oftewel 5 mg op 1 kilo wijn) "Maar dat is eigenlijk onmogelijk", zegt hij. "Je kunt niet 100% van dat meel in de wijn krijgen, anders zou het vat gaan lekken."



Een studie uit 2012 suggereerde al "dat wijn glutenvrij lijkt te zijn", maar in 2020 besloot Hirson dat de corona-lockdown het perfecte moment was om er zelf achter te komen. Het bedrijf voorspelde dat er mogelijk maximaal 25% van mogelijke 1 ppm in het vat zou kunnen komen. Om erachter te komen of ze gelijk hadden, testten ze vijf vaten in twee verschillende wijnmakerijen. "Er zijn geen gluten gedetecteerd kunnen worden", zegt hij.

Er zit iets in wijn dat darmproblemen kan veroorzaken: alcohol. Maar gluten? Dat is dus een mythe.