

## Recept

### Oat Kombucha Latte

#### Ingrediënten:

125 ml Alpro Oat For Professionals / 125 ml groene thee kombucha (bijvoorbeeld Mattisson Green Tea Kombucha of Captain Kombucha) / ijsblokjes

#### Bereiding:

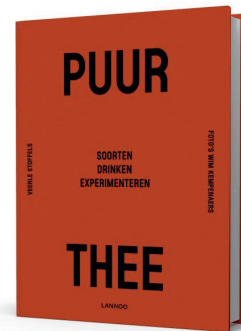
1. Doe de ijsblokjes in een glas
2. Voeg de kombucha toe
3. Top af met Alpro Oat For Professionals

[alpro.com](http://alpro.com)



## Theebijbel

Na een succesvolle eerste editie is het boek *Puur Thee* herzien met de laatste trends en (r)evoluties binnen de theewereld. Auteur en theesommelier Veerle Stoffels van Tasting Tea neemt je mee door de rijke geschiedenis van thee en deelt al haar kennis die ze door de jaren heen heeft verzameld. Haar verhaal start met het oogsten van de theeplant en eindigt bij het bereiden en drinken van thee. Zowel theeprofessionals als -liefhebbers kunnen met dit boek hun kennis bijspijkeren over de verschillende theesoorten, herkomst, smaak, medicinale werking en bereidingswijze van thee. Bovendien geeft Veerle



heerlijke recepten weg voor ijstheeën, thecocktails en theesmoothies en tips en tricks om zelf aan de slag te gaan met foodpairing. Thee is immers een fantastisch alternatief voor wijn bij een diner!

**Prijs € 35,99**  
**ISBN 978 94 014 6349 2**

## CLEVER CLOVER

EMS, een joint venture van First Data en Abn Amro, heeft een nieuw betalingssysteem gelanceerd dat ondernemers helpt met slim, efficiënt én coronaproof afrekenen. Clover is een betaalautomaat en een kassasysteem ineen dat met de slimme apps in de Clover App Market eenvoudig is uit te breiden met het stroomlijnen van administratieve handelingen. Zo kunnen ondernemers bijvoorbeeld hun planning, urenregistratie, voorraad en klantgegevens beheren via Clover.

EMS heeft twee verschillende versies gelanceerd van de Clover. De Flex en de Mini. De Clover Flex is een veelzijdig

en compact apparaat, dat je makkelijk in één hand vasthoudt. Door de wifi en 4G-verbinding kun je op afstand afrekenen, handig op het terras. De Clover Mini is, ondanks zijn naam, een slag groter: het is een kassa-oplossing voor op de toonbank. Beide apparaten zijn niet alleen heel praktisch, maar hebben een strak design met een volledig glad glazen oppervlak. Makkelijk schoon te houden dus! Ook fijn: ondernemers hoeven geen fysieke pinbonnen meer te overhandigen. Deze kunnen eenvoudig per e-mail of sms naar de klant gestuurd worden.

[emspay.nl](http://emspay.nl)



Nieuw!

## The Coffee Edit

The Amsterdam Coffee Festival en koffieTcacao hebben de handen ineen geslagen voor een nieuwe maandelijkse nieuwsbrief over koffie, lifestyle en hospitality. Elke editie brengt The Coffee Edit je op de hoogte van het laatste nieuws, must-have producten en de leukste plekken en, zodra het coronavirus het weer toelaat, evenementen die

in je in het weekend kunt bezoeken! Bovendien valt er elke maand ook een mooie prijs te winnen. Schrijf je in voor de nieuwsbrief op de website van The Amsterdam Coffee Festival.

[amsterdamcoffeefestival.com/coffee-edit](http://amsterdamcoffeefestival.com/coffee-edit)



## Koffie en vochtbalans: de mythe voorbij

Vocht is van onmisbaar belang om zowel fysiek als geestelijk goed te functioneren. Daarom is het advies van het Voedingscentrum aan volwassenen om gemiddeld 1,5 tot 2 liter per dag te drinken. Koffie en thee staan in de Schijf van Vijf van het Voedingscentrum en tellen even goed mee als water, zo is bepaald in de Richtlijnen Goede Voeding van de Gezondheidsraad. Toch blijkt uit consumentenonderzoek dat 40 van de consumenten denkt dat je van koffie uitdroogt en dat 29% niet weet of dat wel of niet zo is. In de media krijgt het vermeende uitdrogende effect van koffie veel aandacht, al dan niet genuanceerd met de huidige inzichten, zo stelt Het Kenniscentrum Koffie & Gezondheid (KKG). Zelfs gezondheidsprofessionals in de sport en de zorg houden vaak nog vast aan een verouderd advies, vertelden diëtisten, voedingskundigen en een sportarts tijdens een tafelgesprek met het kenniscentrum.

Studies laten echter zien dat, ondanks een licht diuretisch (vochtafdrijvend) effect, gematigde consumptie van koffie geen negatief effect heeft op de totale

vochtbalans. Een toonaangevende studie was het onderzoek van Killer et al. uit 2014, waarin de effecten van matige koffieconsumptie werden vergeleken met een gelijk volume water, in een groep van vijftig koffiedrinkende mannen. Daaruit kwamen geen significante verschillen in de hydratatie tussen de koffie- en de watergroep. Voor sporters speelt naast de vochtbalans ook het prestatieverhogend effect van cafeïne mee. De Europese voedselautoriteit EFSA concludeerde in een wetenschappelijke opinie in 2011 dat er een verband is tussen cafeïneconsumptie en verbeterde duurprestaties en een verminderd gevoel van inspanning tijdens het sporten. Ook is er bewijs voor een verbeterde alertheid door cafeïne. Die volgende kop koffie hoeft je dus zeker niet te laten staan!

[koffieengezondheid.nl](http://koffieengezondheid.nl)



## Staycation

Veel vakantieplannen lijken deze zomer in het water te vallen. Daarom treffen de Foodhallen Rotterdam voorbereidingen voor een smakelijke staycation: in één dag, onder één dak. In een monumentaal pakhuis op de Wilhelminakade nemen de Foodhallen Rotterdam je mee op wereldreis dichtbij huis. Met twaalf verschillende foodstands proef je wereldse gerechten van over de hele wereld. In één maaltijd vlieg van je van Spanje via Mexico naar Vietnam om vervolgens met een cocktail neer te strijken bij de ondergaande zon op het terras in Rotterdam. Uiteraard helemaal veilig: met de 1100 vierkante meter is voor de Foodhallen Rotterdam anderhalve meter afstand houden geen probleem. Blijven slapen kan ook, want de Foodhallen bieden ook een speciale overnachtingsdeal met het hotel Roommate Bruno.

**Wanneer:** t/m 31 augustus 2020  
**Tickets met overnachting:** € 150 (overnachting incl. ontbijt + 50 euro tegoed bij Foodhallen Rotterdam)  
**Adres:** Wilhelminakade 52-58, Rotterdam  
[foodhallen.nl/rotterdam](http://foodhallen.nl/rotterdam)