

## Eten

Om het allerbelangrijkste risico van ons doorgaans copieuze eetgedrag, namelijk dat we mettertijd voor pampus komen te liggen omwille van een onverantwoorde glycogeenvoorraad, te voorkomen is het noodzakelijk dat het teveel aan sachariden te allen tijde het lichaam uitgewerkt wordt, bijvoorbeeld door een tienkilometersnelloop op gympies in een Vinex-wijk, non-stop heen-en-weergeloopt op een vlizotrap, frequent yogaën of andere burleske afmattingen.

Daarenboven moet men de importantie inzien van een voedingsrijke maaltijd. Ter wille van een weloverwogen congruentie in hun eetattitude zouden onder anderen asceten en fastfoodgebruikers volgens Bartjens hun dagelijks vereiste consumptie op een to-dolijstje moeten schrijven, in dier voege dat de portee van gezond eten ten langen leste door hen allesbehalve meesmuilend gebagatelliseerd wordt.

Heden ten dage tendeert men om meerdere redenen naar slowfood, waarbij we niet per se moeten denken aan een traag groeiend groenteassortiment, coquilles of andere laks voortbewegende diersoorten, maar aan een hang naar de traditiegetrouwe keuken en daarmee ook naar de authentieke teeltvariëteit en landbouwgeplogenheden van de regio; dit als reactie op de monoculturen en genetisch gemodificeerde gewassen.

Zowel onder de flexitariërs als onder de quasiveganisten bevinden zich epicuristen die zich bijwijken graag tegoed doen aan een rijkgeschakeerde tafel met voornamelijk exotische gerechten zoals pangasiusfilet of pekingeend met bakabana en paksoi opgedist in een indigoblauw pateel, in plaats van gesauteerde T-bonesteak met savooiekool en noordzeegarnalen geserveerd in een lila-achtige roestvrijstalen autoclaaf.

Niettegenstaande onze initieel weinigzeggende eetcultuur, wordt men vandaag de dag buitengewoon goed geïnformeerd over de draagwijdte van een gevarieerde hap, en worden we regelmatig door allerhande culinaire programma's het mekka van de gastronomie ingezogen, waardoor gourmands in toenemende mate overgaan tot fusionrecepturen van Aziatische en westerse ingrediënten en kooktechnieken.

Onze eetgewoonten zijn excessief veranderd, getuige deze seance met een dictee, dat appeltje-eitje blijkt voor de hippocampus, aangezien u als multitasker de gedichteerde woordenbrij probleemloos weet te combineren met het appetijtelijk nuttigen van een amuse.