

Yvonne en Léon van Gils maken van de nood een deugd

Van glutenvol naar glutenvrij

Van de nood een deugd maken. Dat is de slagkracht van Léon en Yvonne van Gils uit Chaam als bij Yvonne de diagnose coeliakie wordt gesteld. Het is dan april 2013. Twee maanden later staat Léon de eerste glutenvrije producten voor zijn vrouw te bakken. Twee jaar later verrijst in Breda een nieuwe loot aan het bedrijf: Van Gils Glutenvrij. De bakkerij is sinds september 2015 open.

DOOR ANNE NIEKE RAVENSHORST

Yvonne (44) en Léon (45) van Gils hebben hun werkzame en hun privéleven goed op de rit. Drie gezonde kinderen, een moderne bakkerij met even verderop een nieuwe winkel in Chaam, het woonhuis inmiddels losgekoppeld van de bakkerij zodat werk en privé niet steeds in elkaar overlopen. De twee ondernemers

staan in de kracht van hun leven.

Als Yvonne in het voorjaar van 2013 ziek wordt, denken ze eerst aan een griepje. Yvonne is niet doodziek, maar voelt zich wel zo lamelijk dat ze twee weken thuis moet blijven van de huisarts. In haar bloed worden antistoffen aangetroffen en ze heeft een te laag hb-gehalte. De huisarts schrijft staaltabletten voor en rust. 'Ik had verder geen klachten, maar dacht wel: het klopt niet helemaal, ik moet op m'n



Léon en Yvonne van Gils bouwen aan de toekomst met twee bakkerijen, waaronder Van Gils Glutenvrij.

Foto: Ton Kastermans

tandvlees lopen', vertelt Yvonne. De staaltabletten helpen haar niet, wat achteraf gezien logisch is, want haar darmen zijn stuk en nemen geen voedingsstoffen op. Yvonne: 'Coeliakie is een auto-immuunziekte. De glutenallergie tast via je immuunsysteem je darmen aan en zorgt dat je darmontstekingen krijgt. De gluten (eiwitten) maken de cellen in de darmen helemaal kapot als je deze aandoening hebt. En dat zie je in eerste instantie aan het ijzergehalte in je bloed.'

Drager

Eind april 2013 krijgt Yvonne de diagnose: coeliakie. 'Dat is heel raar. Ik had namelijk nooit buikpijn, geen ontlastingsproblemen, ik had totaal geen idee dat dit het zou zijn.'

Het is moeilijk te duiden waarom de ziekte zich ineens manifesteert. Tot haar 42e jaar heeft ze nergens last van. 'Als je het hebt, wil dat niet zeggen dat de ziekte tot uiting komt', legt zij uit. 'Van de bevolking heeft 30 procent de genen om deze intolerantie te ontwikkelen, zonder dat de ziekte zich uit. Maar als dat wel zo is, kan die uiteindelijk je gezondheid zo aantasten en je darmen zo kapotmaken dat je darmkanker kunt ontwikkelen. Dat is ook wat de huisarts zei. Hij dacht dat ik met de diagnose darmkanker terug zou komen. Dat zei hij trouwens pas achteraf hoor, toen ik inmiddels wist dat het coeliakie was, dus daarover heb ik me geen zorgen gemaakt.'

Yvonne heeft een stille vorm van coeliakie. 'Je hebt ook nog een andere vorm die zich uit op de huid. Ook dan moet je je dieet aanpassen.' Haar vader, hij is nu zeventig jaar, is drager, weet de familie inmiddels. 'Maar hij heeft het niet', zegt Yvonne. 'Ook onze drie kinderen hebben we laten testen. Zij hebben op dit moment geen antistoffen, maar dat wil niet zeggen dat ze de ziekte niet kunnen krijgen. We zijn er wel alerter op.'

En dan?

Na de diagnose vraagt Yvonne een second opinion aan, want ze kan niet geloven dat ze deze auto-immuunziekte heeft. Behalve dat die

een enorme impact heeft op haar gezondheid, is bovendien haar werkzame leven verweven met gluten. Die combinatie maakt dat het ziekenhuis de second opinion direct toekent. De uitkomst blijft: coeliakie.

Haar wereld stort even volledig in. 'De eerste weken heb ik er echt over gedacht uit het bedrijf te stappen. Ik wist niet of ik nog wel in de bakkerij mocht rondlopen, of in de winkel. Gluten waren overal, mocht ik die op mijn handen, op mijn huid krijgen?'

'Gelukkig kun je niet in een week regelen dat je kunt stoppen, ik heb bedenktijd gekregen. Maar het was moeilijk: ik kon de producten die Léon maakte niet meer proeven, kon niet testen of ze te droog waren of dat er geen zout op zat. Ik kon ze zelf niet meer keuren.'

Het is één van de aspecten die Léon nog steeds het moeilijkst vindt, vertelt hij. 'Na de diagnose heb ik ook wel een dag of twee gedacht: wat nu? Het moeilijkst is dat ik nieuwe producten niet meer door Yvonne kan laten proeven. Ik ben een gevoelsmens, dit deelden we altijd samen.'

Voor dit probleem vinden Yvonne en Léon een oplossing in het oordeel en de smaak van de medewerkers. Bovendien wordt het oordeel van Yvonne opnieuw belangrijk, zo wordt later duidelijk.

Second opinion

Een maand na de diagnose weet de ondernemster de knop om te zetten. 'Dat was het moeilijkst. Ik was eigenlijk niet gemotiveerd om anders te gaan eten, omdat ik niet echt last had. Als je buikpijn hebt, laat je die gluten wel staan. Dit werd me opgelegd, zo voelde het. In je hoofd gebeurt er van alles.'

Ook in de winkel moet het hoge woord eruit. 'Ik kon tegen de klanten niet zeggen dat dingen lekker waren, je moet uit de kast komen', vertelt ze. 'Nu luister ik naar wat Léon en de winkeldames ervan vinden en zo prijs ik de producten nu aan.'

Als Yvonne eenmaal stopt met de gluten, komt het herstel snel. De darmwand wordt rustiger, de kapot-



De nieuwe loot aan het bedrijf staat in Breda. Hier wordt alleen geproduceerd, er is geen verkoopspunt.

Foto's: Peter Roek

Van Gils Glutenvrij

In september 2015 opent Van Gils Glutenvrij een bakkerij op een bedrijventerrein in Breda. Breda ligt centraler dan Chaam en er is een geschikte bedrijfsruimte voorhanden. 'Chaam is een dorp van 4000 inwoners, daar vind je niet zo makkelijk een geschikte ruimte. Hier mag je een oven neerzetten, een schoorsteen door het dak en klaar. In Chaam gelden allerlei regels. Een bedrijfspand moet ook schoon zijn, dit is helemaal nieuw, ideaal.' Van Gils investeert €30.000, het pand wordt gehuurd.

Omdat de bakkerij geheel glutenvrij moet zijn, werkt Léon hier een aantal vaste dagen per week. Hij vertrekt meestal rechtstreeks vanuit huis zodat hij niet eerst in de glutenvolle bakkerij komt. Als dat wel zo is, gaat hij eerst naar huis om te douchen en vertrekt dan naar Breda. Marieke van Nimwegen (18) volgt haar BBL-opleiding bij Van Gils. Zij werkt vooral in de glutenvrije bakkerij. Samen met Léon en Yvonne. In de reguliere bakkerij zijn vijf bakkers aan het werk en een WA-jongere, Marieke werkt daar twee dagen per week. De leverancier uit Duitsland brengt de voorraad rechtstreeks (boekweit, tapioca, maismee). In Chaam is onvoldoende opslagruimte, waardoor de ondernemers de voorraad zelf in Duitsland gingen halen. De producten van Sonneveld worden nu nog steeds opgehaald in Papendrecht, omdat de ondernemers willen voorkomen dat er per ongeluk gluten met de reguliere vracht in de bakkerij in Breda terechtkomen.

Assortiment

Het assortiment glutenvrij van Van Gils bestaat uit twintig producten, waaronder vier broodsoorten, diverse soorten koek (elkerkoeken), worstenbrood, seizoensproducten zoals een amandelstaaf en een kerststol, taartaal en pepernoten vanuit de koeling (zelf thuis afbakken om het betaalbaar te houden).

De prijzen van glutenvrije producten zijn globaal genomen twee keer zo hoog, de verkoopprijs vier keer. 'We werken met een kostprijsprogramma, dit komt puur door de grondstoffen', aldus Yvonne. Ter illustratie: brood van 400 gram kost €4,95, speculaaskoeken per vijf stuks €3,50 en elkerkoeken per vier stuks €3,80.



De bereiding van glutenvrije producten vraagt om nieuwe inzichten omdat het deeg veel plakkeriger is.



De productie van worstenbroodjes heeft Léon kopzorgen gegeven, maar inmiddels heeft hij ze (bijna) zoals hij ze hebben wil.



De worstenbroodjes moesten ook rationeel te maken zijn voor Léon. 'Ik ben tenslotte wel ondernemer.'

te cellen herstellen zich in rap tempo. 'Ik zakte van de een na hoogste gradatie van beschadiging naar de een na laagste gradatie. Ik voelde me meteen beter, maar ik moet wel opletten, omdat ik niets voel als ik per ongeluk wél gluten eet. Ik mag bijvoorbeeld geen hostie eten in de kerk. Of een biertje drinken, daarin zit gerst mét gluten.'

Nu haar darmgestel rustig is, volstaat het voor Yvonne om eens per jaar haar bloed te laten testen op antistoffen en het hb-gehalte. Ze mag gewoon in de winkel in Chaam aan het werk. Handen wassen voordat ze zelf haar glutenvrije lunch eet is voldoende, als ze maar voorkomt dat er sporen van het eiwit op haar handen of haar eten komen.

Superlekker!

Léon gaat vrijwel direct na de diagnose aan de slag, thuis in de keuken. De man die voorheen tegen zijn vrouw zei: 'Glutenvrij, dat kopen we wel in', wordt geconfronteerd met een echtgenote die geen gluten meer mag eten. Hij constateert dat vele glutenvrije producten die op de markt zijn niet erg smakelijk zijn. Yvonne: 'Dit triggerde hem enorm, het is ook zijn vak natuurlijk: eten, lekkere dingen maken, maar dat was best lastig. Alles in de bakkerij is geënt op tarwe. Zonder gluten gaat het deeg plakken.'

Ze geeft haar man alle eer, terwijl ze een zwaaiende beweging maakt door de glutenvrije bakkerij in Breda. 'Hij heeft dit allemaal in gang gezet. Daardoor zag ik een lichtpuntje. Ik zat behoorlijk in de put, in die bakkerij met al die lekkere dingen... Maar Léon pakte het op.' 'Ik wilde dat Yvonne weer lekker kon eten', vult de bakker aan.

Léon maakt eerst glutenvrije Zwitserse koeken met jam. 'Die waren superlekker', aldus Yvonne. Al snel is de keuken thuis te klein en richt Léon een ruimte van 3 vierkante meter in bij de bakkerij in Chaam, strikt gescheiden van de glutenvrije bakkerij, want de glutenvrije productie mag niet in aanraking komen met de reguliere productie. Elke gram gluten kan een coeliakie-patiënt ziek maken.

Hier begint hij ook glutenvrij brood te maken. 'Een belangrijk product, want dat eet je twee keer per dag', legt Yvonne uit. 'Hij heeft wel veel gesleuteld. Eerst hadden we een andere oven, maar vanwege de andere bakaard van glutenvrije producten staat er nu een hete-lucht vijfslaags plaatoven', aldus Yvonne, pratend over de nieuwe glutenvrije bakkerij in Breda.

Vaktechniek

De vakman in Léon wordt wakker geschud. 'Glutenvrij bakken is een ander verhaal, ik moest uitzoeken wat wel en niet mocht. Maar ik ben leergierig en wil het onder de knie krijgen.'

Léon weet de smaakpapillen van zijn echtgenote te prikkelen. Hij tovert goede producten uit de hoge hoed. De eierkoeken lukken eerst niet: te licht van kleur, de mondbeleving was niet goed, de smaak evenmin. Yvonne: 'Het moet aan zoveel voorwaarden voldoen, Léon wil niet voor minder gaan.'

Hoe meer tarwebestanddeel er in een product zit, hoe moeilijker het is om op de traditionele manier te bakken. 'De tarwe moet je namelijk vervangen. Een koekje gaat nog wel, omdat er ook suiker, boter en eieren ingaan. Melk mag ook. Bier niet, daar zitten de glutenbestanddelen nog in', aldus Yvonne. 'Maar brood is best moeilijk.'

Afgelopen voorjaar krijgt Yvonne als echte Brabantse zin in worstenbroodjes. 'Dat zei ik tegen Léon, maar dat was voor hem zo moeilijk. Hij had er eigenlijk een aparte uitrolmachine voor nodig, dus in Chaam ging het niet. Inmiddels hebben we veel aanvragen voor glutenvrije worstenbroodjes.'

'Ja daar is een hoop chagrijn overheen gegaan', lacht de bakker inmiddels. 'Je weet even niet meer hoe je het moet aanpakken.'

De Chaamse bakker werkt steeds vanuit een traditioneel recept, waarvan hij de tarwebestanddelen vervangt. Hij vervangt het tarwemeel door een mix van rijstemeel, aardappelmeel, maizena, soja en zelfs tapiocameel (cassave). Daarnaast gebruikt hij boekweit, maismeeel en rijstebloem, alles met



Marieke van Nimwegen volgt haar BBL-opleiding bij Van Gils. Zij werkt veel met Léon samen in de glutenvrije bakkerij.

het garantiezegel 'glutenvrij'. Dat maakt deze producten ongeveer vier keer zo duur als producten van gangbare meel en bloem.

'Zeven van de tien keer kom ik met een aanpassing in de buurt van het gewone recept. Maar soms moet het ook helemaal anders. Zoals met de worstenbroodjes. Het deeg was te slap of het werd juist te krokant. Dat hoort niet bij worstenbroodjes. Dan ga ik zoeken, op internet, in kookboeken - van Phil Vickery bijvoorbeeld. Proberen, proeven, niet te snel tevreden zijn. Het moet lekker zijn, het mondgevoel moet goed zijn. Ik ben er nu bijna, maar ik moet nog steeds een beetje bijsturen. En waar ik ook op let: het moet rationeel te maken zijn, op de uitrolmachine. Daar ben ik ondernemer voor', aldus de bakker.

Ook de eierkoeken bezorgen Léon kopzorgen, maar inmiddels heeft hij ook die glutenvrije variant zoals hij hem hebben wil. 'Ik ben in eerste instantie bakker, dan ondernemer.'

Die ondernemerszin is niet onbelangrijk. Yvonne en Léon hadden een andere beslissing kunnen nemen en inderdaad glutenvrije producten kunnen inkopen. Yvonne

had haar oude beroep van laborante kunnen oppakken. Maar ook hieruit blijkt de slagkracht van Yvonne en Léon, hun ondernemerslust.

Toekomstverwachting

Dit jaar is Léon van Gils twintig jaar bakker. 'Inmiddels hebben we vier panden te onderhouden', zegt hij lachend, nu de rust is weergekeerd en zowel zijn vakmanschap als zijn ondernemerszin weer tot hun recht komen. En kan er weer worden genoten; Yvonne van de producten van Léon. Samen genieten ze van de reacties van klanten. 'Daar halen we veel vreugde uit.'

Léon van Gils heeft dankzij deze periode iets belangrijks geleerd. 'Dat ik niet elke dag nodig ben in de bakkerij in Chaam. Als we het goed plannen, kunnen ze daar best een paar dagen zonder mij. Eerder dacht ik niet dat dit kon, dat is een belangrijke les geweest.'

In 2016 willen de ondernemers dat de glutenvrije bakkerij winstgevend is. 'Op dit moment doen we het al goed als we quitte draaien', zegt Yvonne. 'Winstgevend en dekking in heel Nederland. Dan zijn we een heel eind.' Met internet is nog een wereld te winnen, weet zij, maar dat is langetermijnwerk.



Van Gils Glutenvrij biedt vier verschillende broodsoorten, die voor 80 procent voldoen aan de smaak van regulier brood.



Ook het glutenvrije assortiment koken koekjes voldoen aan de 80 procent-regel.

Klantenkring

Het aantal klanten dat voor glutenvrije producten naar Chaam komt, loopt in de tientallen. Ze komen van heinde en ver en rijden gerust een half uur. Woensdag is versdag bij Van Gils. De rest van de week worden de verse producten vanuit de vriezer verkocht. 'Zo'n dag werkt echt goed, want vers brood kun je glutenvrij niet kopen', aldus Yvonne. 'Ik had nooit meer een verse boterham. Die versbeleving vullen we weer in.'

In de eigen winkel wordt tussen €500 en €1000 per week aan glutenvrije producten omgezet. Over de omzet van levering aan collega-afnemers zijn nog geen cijfers beschikbaar. Collega-bakkers die kopen bij Van Gils Glutenvrij kunnen hun eigen versdag kiezen. 'De producten worden altijd vers geleverd per koerier of de gewone vracht. De collega-bakkers kunnen zelf kiezen of ze die direct verkopen of invriezen', vertelt Yvonne.

Wat de afzet betreft, probeert Van Gils een landelijke dekking te krijgen. 'We willen een dekking van één bakker per gebied, meer hoeft niet, want zoveel klanten die glutenvrij moeten eten, zijn er ook weer niet.'

Momenteel verkopen collega-bakkers in de regio Uden, regio Utrecht en Oosterhout (NB) Van Gils Glutenvrij. Voor januari lopen er aanvragen vanuit een aantal andere gebieden, waaronder Hoogeveen, regio Goes en Middelburg, regio Heerhugowaard en regio Valkenswaard.