CULIQUIZ
JOUW CULINAIRE KENNIS

hop Mede mogelijk gemaakt door het Horeca Ontwikkel Platform

CULIQUIZ PROEFTUIN HORECA · REFERENTIEDOSSIER

Module 10 van 15

Warenkennis: Vis

Soorten, herkomst, kwaliteit en bereiding

DOELGROEP	NIVEAU	STUDIELAST
Bediening en keuken, mbo 2 t/m 4	**Basis**	**Circa 2,5 uur**

HOP-DOELSTELLING	CAMPAGNE IN DE APP	VERSIE
2d Opleiding en scholing	**Warenkennis: Vis**	**September 2026**

Dit dossier hoort bij het HOP-project CuliQuiz Proeftuin Horeca (aanvraag 2512-0343, penvoerder Tuindorphotel 't Lansink, uitvoering CuliQuiz B.V.). Het beschrijft de leerdoelen, de kerninhoud en tien voorbeeldvragen van deze module, zodat opleiders en de sector kunnen zien wat er is ontwikkeld. De volledige interactieve module is gratis speelbaar in de CuliQuiz-app tot en met 31 augustus 2027.

CULIQUIZ
JOUW CULINAIRE KENNIS

In het kort

Vis is een veelzijdig en waardevol product, en het product waarbij kennis het meeste verschil maakt. Te lang bewaard, verkeerd bereid of slecht gekozen, en het resultaat valt tegen. Deze module leert deelnemers de vier hoofdgroepen herkennen, versheid beoordelen, de juiste techniek kiezen, gasten adviseren en duurzaam kiezen.

Waarom deze module

Vis bederft sneller dan bijna elk ander product en gaart sneller dan vlees. Wie soorten, versheidskenmerken en technieken kent, voorkomt verspilling, voedselveiligheidsrisico's en teleurstelling op het bord. Vis en schaal- en schelpdieren zijn bovendien verplichte allergenen, ook verborgen in sauzen en bouillons.

Voor wie

Voor iedereen in de horeca die meer wil weten over vis; er is geen voorkennis nodig. Keukenmedewerkers oefenen met herkennen, bewaren en bereiden; bedieningsmedewerkers met adviseren, pairen en het communiceren van allergenen en herkomst.

Leerdoelen

Na het doorlopen van deze module kan de deelnemer:

1. Herkennen tot welke hoofdgroep (witvis, vette vis, platvis, schaal- en schelpdieren) een vissoort hoort en wat het smaakprofiel is.
2. Uitleggen wat wilde vis en kweekvis onderscheidt in smaak, beschikbaarheid, prijs en duurzaamheid.
3. Beoordelen of vis vers is aan de hand van de vijf versheidskenmerken: ogen, kieuwen, huid, geur en textuur.
4. Toepassen van de bewaarregels: 0 tot 2 graden op ijs, FIFO, langzaam ontdooien in de koeling en nooit opnieuw invriezen.
5. Kiezen welke techniek (bakken, grillen, pocheren, stomen, confijt) past bij vissoort, dikte en gewenst resultaat.
6. Herkennen wanneer vis gaar is en wanneer hij te lang is gegaard.
7. Adviseren van gasten over smaak, graten, versheid en wijnkeuze, en allergenen correct communiceren.
8. Uitleggen wat MSC en ASC betekenen en waarom seizoen en herkomst bepalend zijn voor een duurzame viskeuze.

Plek in het HOP-programma. Warenkennis: Vis is de tiende van vijftien modules in CuliQuiz Proeftuin Horeca. De module sluit aan op de andere warenkennismodules en op allergenen en voedselveiligheid: versheidscheck, temperatuurketen en allergenenvermelding komen hier terug bij één productgroep. De adviesvragen verbinden de module met gastvrijheid en wijnkennis.

Kengetallen

Leerboek	5 hoofdstukken, met kennischeck per hoofdstuk, eindoverzicht van 20 principes en woordenlijst
Hoofdstukken	Vissoorten herkennen · Kwaliteit en versheid · Bereidingstechnieken · Adviseren en pairen · Duurzame vis
Vraagvormen	Sorteren en slepen, juist of onjuist, meerkeuze en gastscenario's
Afronding	Badge "Warenkennis: Vis" in de CuliQuiz-app na het voltooien van alle challenges
Toegang	Gratis voor young professionals, opleidingen en horecabedrijven tot en met 31 augustus 2027

Kerninhoud

Samenvatting van het leerboek per hoofdstuk. Het volledige leerboek staat op culiquiz.nl/hop.

1 Vissoorten herkennen

- Vier hoofdgroepen: witvis (mager, mild, stevig: kabeljauw, koolvis, heek, wijting, zeebaars), vette vis (rijk, donkerder vlees, meer omega-3: zalm, makreel, haring, sardine, forel), platvis (plat lichaam, beide ogen aan één kant, fijn en zacht: schol, tong, tarbot, griet, bot) en schaal- en schelpdieren.
- Vette vis verdraagt hoge hitte goed omdat het vet beschermt tegen uitdrogen; zalm wordt bij te hoge temperatuur snel te gaar.
- Tong en schol worden vaak verward: tong is klein, langwerpig, zeer fijn en duur; schol is groter, ronder, milder en betaalbaar.
- Schaaldieren (garnalen, kreeft, krab) en schelpdieren (mosselen, oesters, sint-jakobsschelpen) zijn beide verplicht te vermelden allergenen, ook in sauzen en bouillons.
- Wilde vis is voller van smaak, seizoensgebonden en variabel in prijs; kweekvis is consistenter, milder en het hele jaar beschikbaar.

2 Kwaliteit en versheid

- Vijf versheidskenmerken: heldere bolle ogen, rode of roze vochtige kieuwen, glanzende huid met vastzittende schubben, frisse geur naar zee en stevig vlees dat terugveert na een vingerdruk.
- Ruik aan de kieuwen, niet aan de huid. Bij mosselen en oesters moet de schelp gesloten zijn of sluiten als je erop klopt.
- Bewaar verse vis op 0 tot 2 graden, bij voorkeur op ijs; filets afgedekt op de koudste plek, maximaal 1 tot 2 dagen. Mosselen nooit luchtdicht afsluiten, oesters op de platte kant leggen.
- Bevroren vis (-18 graden) ontdooi je langzaam in de koeling, nooit op kamertemperatuur, en nooit opnieuw invriezen.
- FIFO is bij vis een noodzaak: datum van ontvangst op de verpakking. Vis staat maximaal 2 uur buiten de koeling; kerntemperatuur na bereiding minimaal 70 graden.

3 Bereidingstechnieken

- Vis gaart snel: een filet van 150 gram is in 3 tot 5 minuten gaar. Te lang is bijna altijd erger dan te kort. De techniek hangt af van soort, dikte en gewenst resultaat.
- Bakken: vis droog deppen, pan heet met neutrale olie, pas dan boter, presentatiekant eerst naar beneden, eenmaal keren en aan het einde arroseren. Tong en schol 2 tot 3 minuten per kant, zalm 3 tot 4 minuten.
- Grillen past bij vette en stevige vis (makreel, zeebaars, zalm, tonijn); tong, wijting, schol en heek vallen uit elkaar. Olie de vis, niet het rooster.
- Pocheren is garen in vloeistof op 70 tot 80 graden, bijvoorbeeld in court-bouillon; stomen (90 tot 100 graden) geeft de puurste smaak; confijt in olie op 55 tot 60 graden geeft zijdezachte zalm of tonijn.
- Vis is gaar als het vlees net niet meer doorschijnend is en begint los te laten. Uitlopend wit eiwit (albumine), krimp en vochtverlies wijzen op te lang garen.

4 Adviseren en pairen

- Gasten vragen vooral: is de vis sterk, heeft hij graten, is hij vers en wat past erbij. Vertaal smaakprofielen naar bekende vergelijkingen: mild zoals kip (tong, kabeljauw), vol zoals rood vlees (makreel, haring).
- Wit bij vis klopt grotendeels, maar de saus en de bereiding bepalen minstens zoveel als de vissoort. Bij twijfel is droog, fris wit bijna altijd veilig.
- Klassieke combinaties: tong met beurre blanc of meunière en Muscadet of Chablis; kabeljauw in roomsaus met witte Bourgogne; makreel of haring met Vinho Verde; oesters met Muscadet, Chablis of Champagne brut.
- Vis is zelf een verplicht allergeen. Verborgen vis zit in worcestershiresaus en Caesar dressing (ansjovis) en in visbouillon in risotto, soepen en sauzen.

5 Duurzame vis

- MSC (Marine Stewardship Council) certificeert duurzame wilde visserij; ASC (Aquaculture Stewardship Council) certificeert duurzame kwekerijen. Een keurmerk zegt niets over de behandeling daarna: vraag de leverancier naar herkomst.
- Vis heeft een seizoen: nieuwe haring mei tot augustus, makreel april tot september, mosselen in de maanden met een R (september tot en met april), kabeljauw in najaar en winter. In de paaitijd is de kwaliteit lager.
- De Viswijzer van het Wereld Natuur Fonds geeft per vissoort aan of hij aanbevolen is, kan worden gebruikt of vermeden moet worden.
- Gebruik de hele vis: koppen en graten voor bouillon, huiden krokant gebakken, mosselsap als sausbasis, garnalenkoppen voor bisque.
- MSC-vis kost gemiddeld 5 tot 15 procent meer. Communiceer specifiek ("onze zalm is ASC-gecertificeerd uit Noorwegen") in plaats van vaag ("wij serveren duurzame vis").

Zo werkt de module in de CuliQuiz-app

De campagne bestaat uit negen challenges, verdeeld over drie blokken: vissoorten, kwaliteit en bereiding, en adviseren en duurzaamheid. Elke challenge is een kort spel van 10 tot 15 items met directe feedback per antwoord, zodat de speler niet alleen ziet of het goed was, maar ook waarom. De leerstof zelf staat in het leerboek; de challenges toetsen en oefenen die kennis in situaties uit de keuken en de bediening.

Campagne
Warenkennis: Vis, met HOP-logo en badge

›

Challenges
9 challenges, elk rond een onderwerp uit het leerboek

›

Rondes
5 tot 15 vragen per ronde, oplopend in moeilijkheid

›

Badge
Na alle challenges: badge en certificaat

#	Challenge	Wat de speler oefent	Spelvormen
1	De vier groepen	Vijftien vissoorten sorteren in de vier hoofdgroepen	Slepen (canvas)
2	Kenmerken per soort	Stellingen over smaak, textuur en gebruik per vissoort	Juist of onjuist
3	Wilde vis en kweekvis	Wild en kweek, seizoen, herkomst via MSC en ASC	Meerkeuze
4	Versheidskenmerken	Leveringen beoordelen als vers, twijfelachtig of bedorven	Slepen (canvas)
5	Bewaren en voedselveiligheid	Bewaartemperatuur, ontdooien, FIFO, schelpdieren, kerntemperatuur	Juist of onjuist
6	Bereidingstechnieken	Techniek kiezen: bakken, grillen, pocheren, stomen, confijt	Meerkeuze
7	Vis adviseren aan de gast	Gastscenario's over graten, smaak, versheid, wijn en allergie	Meerkeuze
8	Pairen met wijn en sauzen	Combinaties indelen als goed, acceptabel of niet passend	Slepen (canvas)
9	Duurzame vis	Stellingen over MSC, ASC, seizoen, Viswijzer en hele vis	Juist of onjuist

Badge en certificering
Wie alle negen challenges voltooit, ontvangt de badge "Warenkennis: Vis" in de CuliQuiz-app en een certificaat. Drie challenges sluiten af met een korte vragenlijst waarin de speler reflecteert op de eigen praktijk. De badge laat een werkgever of opleider zien dat de deelnemer vissoorten herkent, versheid beoordeelt, technieken kiest en gasten kan adviseren.

Gebruik in de les en op de werkvloer

- Als warming-up: speel challenge 1 (de vier groepen) klassikaal voordat het leerboek wordt behandeld, en bespreek de soorten die verkeerd gesorteerd werden.
- Als toets na de les: laat deelnemers de challenges over versheid, bewaren en bereiden na de theorie zelfstandig spelen en gebruik de scores als startpunt voor het gesprek.
- Op de werkvloer als inwerktool: nieuwe medewerkers spelen de gastscenario's en de pairing-challenge voordat ze de viskaart aan gasten uitleggen; koks doen de versheidscheck bij de eerstvolgende levering.
- Als battle tussen keuken en bediening: de keuken speelt de bedieningschallenges, de bediening speelt de keukenchallenges, en het team met de hoogste score kiest de dagvis.

Tien voorbeeldvragen

Een representatieve selectie uit de vragenset van deze module, met het juiste antwoord en de uitleg die de speler in de app te zien krijgt. De volledige interactieve vraagset blijft exclusief beschikbaar in de CuliQuiz-omgeving.

1 MEERKEUZE

Welke van de volgende vissoorten is een platvis?

A. Zalm
B. Kabeljauw
C. Tong
D. Makreel

Uitleg: Tong (zeetong) heeft een plat lichaam, beide ogen aan dezelfde kant en delicaat fijn vlees. Zalm en makreel zijn vette vis, kabeljauw is witvis.

2 SORTEREN

Sorteer de volgende producten in de juiste hoofdgroep: witvis, vette vis, platvis of schaal- en schelpdieren. Producten: kabeljauw, zalm, schol, garnaal, makreel, tarbot, oester, zeebaars.

Uitleg: Witvis: kabeljauw en zeebaars. Vette vis: zalm en makreel. Platvis: schol en tarbot. Schaal- en schelpdieren: garnaal en oester. Elke groep heeft een eigen smaakprofiel en vraagt een andere aanpak in de keuken.

3 MEERKEUZE

Waarom moeten schaal- en schelpdieren altijd op de menukaart worden vermeld?

A. Omdat ze duur zijn
B. Omdat het wettelijk verplichte allergenen zijn
C. Omdat gasten ze altijd willen vermijden
D. Omdat ze moeilijk te bereiden zijn

Uitleg: Schaaldieren en schelpdieren staan op de lijst van 14 verplicht te vermelden allergenen. Ook als ze verwerkt zijn in een saus of bouillon moet dit worden aangegeven.

4 MEERVOUDIG CORRECT

Welke waarnemingen bij een levering wijzen erop dat de vis vers is? Meerdere antwoorden zijn juist.

A. De ogen zijn helder, bol en glanzend
B. De kieuwen zijn bruin en droog
C. De huid glanst en de schubben zitten stevig vast
D. Na een vingerdruk blijft de indruk in het vlees zichtbaar

Uitleg: Heldere bolle ogen en een glanzende huid met vastzittende schubben zijn versheidskenmerken. Bruine droge kieuwen en een zichtbaar blijvende vingerdruk zijn tekenen dat de vis zijn top voorbij is.

5 JUIST OF ONJUIST

Ontdooide vis kun je opnieuw invriezen als je hem snel genoeg terug in de vriezer stopt.

Onjuist. Bij het ontdooien vermenigvuldigen bacteriën zich. Opnieuw invriezen en ontdooien verdubbelt dat risico; vries alleen in wat je ook bevroren wilt serveren.

6 JUIST OF ONJUIST

Verse vis bewaar je het beste op ijs bij een temperatuur van 0 tot 2 graden Celsius.

Juist. Vis heeft een lagere bewaartemperatuur nodig dan de meeste andere koelkastproducten; een standaard koelkast staat op 4 tot 7 graden. Op ijs, met het ijs eronder en erboven, is ideaal.

7 MEERKEUZE

Welke vissoort is het meest geschikt voor de grill?

A. Tong
B. Wijting
C. Makreel
D. Schol

Uitleg: Makreel is een vette vis met stevig vlees. Het vet beschermt de vis tegen uitdrogen op de grill en geeft smaak. Tong, wijting en schol zijn te fijn en vallen op directe hitte snel uit elkaar.

8 MEERKEUZE

Op welke temperatuur pocheer je vis?

A. Circa 100 graden, volledig aan de kook
B. Circa 70 tot 80 graden, net onder het kookpunt
C. Circa 180 graden, zoals bij bakken in de oven
D. Circa 55 graden, zoals bij confijt

Uitleg: Pocheren is garen in vloeistof net onder het kookpunt, bijvoorbeeld in een court-bouillon. Zo blijft de vis zacht en sappig; het is de meest delicate techniek.

9 MEERKEUZE

Een gast vraagt of de vis sterk van smaak is. Welk antwoord is het meest behulpzaam?

A. Dat is persoonlijk, dat kan ik niet zeggen.
B. Alle vis smaakt sterk.
C. Tong is heel mild, makreel is voller. Wat vindt u lekker?
D. U kunt beter vlees nemen als u niet van vis houdt.

Uitleg: Een goed advies vergelijkt de opties op een manier die de gast begrijpt, en vraagt daarna naar zijn voorkeur. Zo help je de gast tot een bewuste keuze.

10 JUIST OF ONJUIST

MSC is het keurmerk voor duurzame kweekvis.

Onjuist. MSC staat voor Marine Stewardship Council en certificeert duurzame wilde visserij. Voor kweekvis is er het ASC-keurmerk (Aquaculture Stewardship Council).

Begrippenlijst

Albumine · Wit eiwit dat uit zalm lekt als hij te snel of te lang wordt bereid; teken van overgaring.

Arroseren · Vet of boter over de vis lepelen tijdens het bakken, voor een sappig en smaakvol resultaat.

ASC · Aquaculture Stewardship Council: keurmerk voor duurzame kweekvis.

Beurre blanc · Klassieke Franse botersaus van witte wijn, sjalotten en koude boter; past bij fijne vis zoals tong.

Bisque · Rijke, romige soep op basis van schaaldieren, doorgaans van kreeft of garnalen.

Confijt · Garen in olie op zeer lage temperatuur (55 tot 60 graden) voor een zijdezacht resultaat.

Court-bouillon · Aromatische vloeistof van water, wijn, groenten en kruiden, gebruikt voor het pocheren van vis.

FIFO · First In, First Out: de vis die het langst bewaard wordt, gaat als eerste de keuken in.

Kweekvis · Vis die is opgegroeid in een gecontroleerde kwekerij in plaats van in de vrije natuur.

Meunière · Bereidingswijze waarbij vis door bloem wordt gehaald en gebakken in bruine boter met citroen.

MSC · Marine Stewardship Council: keurmerk voor duurzame wilde visserij.

Paaitijd · Periode waarin vis zich voortplant; vangen is dan ecologisch ongewenst en het product is minder van kwaliteit.

Platvis · Vis met een plat lichaam en beide ogen aan dezelfde kant, levend op de zeebodem: tong, schol, tarbot.

Pocheren · Garen in een vloeistof op lage temperatuur (70 tot 80 graden); de zachtste gaartechniek voor vis.

Versheidskenmerken · De vijf indicatoren van visversheid: ogen, kieuwen, huid, geur en textuur.

Viswijzer · Gratis tool van het Wereld Natuur Fonds die aangeeft welke vissoorten duurzaam zijn om te kopen.

Verantwoording

Ontwikkeling

Inhoud ontwikkeld door het contentteam van CuliQuiz (Culinair AnnoNu) binnen CuliQuiz Proeftuin Horeca, 2026. Inhoudelijk getoetst op praktijktoepasbaarheid door de praktijkpartner Tuindorphotel 't Lansink (Lars van Galen, SVH Meesterkok).

Onderdelen van deze module

- Leerboek (docx), 5 hoofdstukken, met kennischeck per hoofdstuk, eindoverzicht van 20 principes en woordenlijst
- Game content: 9 challenges met microgames en drie vragenlijsten, tweetalig (NL/EN)
- Campagne in de CuliQuiz-app, live sinds augustus 2026
- Dit referentiedossier (PDF)

Gebruik door de sector. Dit dossier mag vrij worden gedeeld en gebruikt door horecaopleidingen, brancheorganisaties en horecabedrijven. Platform, spelmechanieken, code en de volledige vraagsets blijven eigendom van CuliQuiz B.V. Vragen over inzet in een opleiding of bedrijf: info@culiquiz.nl.

CULIQUIZ
JOUW CULINAIRE KENNIS

hop
Mede mogelijk gemaakt door het Horeca Ontwikkel Platform, een initiatief van KHN, CNV en De Horecabond