

Żywność bez chemii?

5 stycznia 2012

Coraz więcej producentów żywności skłania się do wycofywania lub ograniczania wzmacniacza smaku, glutaminianu sodu – informuje Puls Biznesu.

Jak pokazują badania konsumenckie Polacy chcą kupować zdrową żywność, bez konserwantów, dlatego coraz więcej firm rezygnuje z chemizacji żywności, a przede wszystkim rezygnują ze stosowania wzmacniacza smaku – glutaminianu sodu.

Czym jest glutaminian sodu? Jest to substancja pozyskiwana z surowców odpadowych powstałych w trakcie obróbki buraka cukrowego lub w drodze fermentacji bakteryjnej. Naturalnie występuje w mięsie, rybach, warzywach, produktach zbożowych, mleku, ziemniakach, serach oraz pomidorach.

Najwięcej glutaminianu sodu można znaleźć w produktach przetworzonych – zupkach w proszku, gotowych daniach, wędlinach czy mieszankach przypraw. Dietetycy zalecają zmniejszenie ilości ww. produktów w codziennej diecie. Z drugiej strony zwracają uwagę, by uważnie czytać etykiety, bo często produkty z informacją „bez glutaminianu sodu” zawierają większe ilości soli.

Oficjalnie glutaminian sodu jest uważany za substancję nieszkodliwą. W Unii Europejskiej jest zalegalizowany i zakodowany pod skrótem E621. Z drugiej strony pojawiły się badania, które dowodzą, że związek ten jest silnym alergenem, a nadmierne spożywanie glutaminianu sodu prowadzi do otyłości. Jednak zdania na temat szkodliwości tej substancji nadal dzielą naukowców, którzy przyznają, że jego oddziaływanie na organizm nie do końca zostało poznane.

Zatem czy rezygnacja z glutaminianu sodu wynika z troski o zdrowie konsumentów? Eksperci na łamach „Pulsu Biznesu” dochodzą do wniosku, że jest to ruch czysto marketingowy,

który nie spowoduje masowego odwrotu firm od stosowania tej substancji.

Na podstawie: Puls Biznesu

Źródło: Ekologia.pl