



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz

[O výživě](#) 7. 2. 2014 | veve

Masné výrobky s dusitanem - máme se jich bát?

URL článku: magazin/clanky/o-vyzive/Masne-vyrobky-s-dusitanem---mame-se-jich-bat__s10010x8141.html

Debata o škodlivosti dusitanů v masných výrobcích přijde v médiích tu a tam na přetřes. Často s cílem šokovat veřejnost. Dusitan je toxickou látkou, v malých dávkách, ve kterých se vyskytuje například v uzeninách, však není pro organismus nebezpečný. Zatímco veřejnost propadá panice, vědci mají jasno.



„Nedůvěra k masným výrobkům z obavy před dusitany je způsobena neinformovaností spotřebitelské veřejnosti o osudu dusitanů při výrobě masných výrobků,“ říká Ing. Jan Katina, ředitel Českého svazu zpracovatelů masa. V České republice, stejně jako v ostatních státech Evropské unie, reguluje množství přidaného dusitanu nařízení Komise Evropské unie, které připouští **150 mg dusitanu na kilogram masného výrobku**. Sledem chemických reakcí ale výsledné množství dusitanů ve výrobku klesá. „Je prokázanou skutečností, že **dusitany se v masných výrobcích téměř úplně rozloží a přemění na jiné neškodné produkty, které se z větší části z výrobků vylučují,**“ říká Katina. **Výsledný masný výrobek tak obsahuje maximálně 10 mg dusitanu na 1 kg.** Aby se zabránilo předávkování, dusitan se do masných výrobků přidává výhradně jako součást dusitanových solí. **Šunka, kterou si dáte na chleba, tak z hlediska obsahu dusitanů**

nepředstavuje žádné nebezpečí.

Bez soli to nejde

Maso se solilo od nepaměti, a to ze dvou hlavních důvodů. Sůl zlepšuje jeho chuť a **působí jako konzervant**. Koncem 19. století se zjistilo, že dusitan zachovává přirozenou barvu masa. Dusitan se v prostředí masa totiž velmi rychle redukuje na oxid dusnatý, který se váže na barvivo myoglobin a zabrání jeho oxidaci. Tento proces uchová nejen barvu, ale i cenné nenasycené mastné kyseliny. Pěkná barva ale není hlavním důvodem, proč se dusitan do masných výrobků přidává. **Dusitanové solicí směsi efektivně omezují růst škodlivých mikroorganismů** – z nichž nejvýznamnější riziko pro nás představuje **Clostridium botulinum, tzv. klobásový jed**.

Šunka bez dusitanu není šunka

„Pokud by byly uzeniny soleny pouze kuchyňskou solí, měly by šedou barvu, přesně jak tomu je v případě jaternic, světlé tlačanky či domácí sekané,“ říká k tomu Ing. Jan Katina. Šunku bez dusitanů vyrobit prostě nelze, nebyla by to už šunka. Nesplňovala by naše očekávání z hlediska chuti ani barvy. Rychle by podléhala mikrobiální zkáze a představovala by riziko otravy botulismem.

Zdroj: ČSZM: Dusitany v masných výrobcích, <http://www.cszm.cz/aktualita.asp?id=154>

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz