



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
[O zdraví](#) 22. 9. 2021 | redakce Vím, co jím

Test potravin: Sirupy a sladidla - jsou zdravější náhradou za bílý cukr?

URL článku:

magazin/clanky/o-zdravi/Test-potravin:-Sirupy-a-sladidla---jsou-zdravejsi-nahradou-za-bily-cukr__s10012x20091.html

Otestovali jsme 14 druhů sirupů a alternativních cukrů. V akreditované laboratoři provedli senzorkou analýzu. Naši odborníci pak posoudili nutriční hodnoty a porovnali je s klasickým krystalovým bílým cukrem. Jsou sirupy a jiné cukry vhodnější variantou? Jaký je výsledek?



O testu

Na poptávku po zdravějších alternativách cukru intenzivně reagují výrobci. V posledních letech je trh zaplaven mnoha druhy sladidel. **V testu se podíváme na zoubek sirupům vyrobených z různých druhů ovoce nebo obilí a na méně obvyklé druhy cukrů.**

- **Je možné najít vhodnou náhradu za cukr?** Tj. výrobek, který bude mít nižší energetickou hodnotu, dostatečně silnou intenzitu sladké chuti a přiměřenou cenu.

14 druhů sirupů a cukrů: Jsou lepší než bílý cukr? -->

Co jsme testovali?

Do testu byly zahrnuty 2 skupiny sladidel – první skupinu tvořily sirupy, druhou sypká sladidla. Celkem se jednalo o **10 sirupů a 4 sypká sladidla**. Je třeba zdůraznit, že se jedná o sladidla, **která jsou zdrojem energie**, nikoli o náhradní sladidla, jako je například aspartam, sukralóza nebo sacharin, známé především mezi diabetiky.

Jako patnáctý, „nesoutěžní“ výrobek, jsme zařadili obyčejný cukr krupici, abychom mohli porovnat, jak si testované produkty stojí ve srovnání s nejpoužívanějším a nejoblíbenějším sladidlem.

Celý test potravin - 14 druhů sirupů a cukrů

Jak probíhalo hodnocení?

Základem hodnocení byla senzorická zkouška - v laboratoři Eurofins. Sladidla byla posuzována **5 nezávislými profesionálními hodnotiteli**. Každý z nich dostal k posouzení 20 g sypkého sladidla nebo sirupu a roztok vzniklý rozpuštěním 20 g sypkého sladidla nebo sirupu ve 200 ml vody. Hodnocení jednotlivých parametrů bylo zaznamenáno pomocí lineární stupnice od 0 do 100, na které každý z hodnotitelů zaznamenal svůj subjektivní pocit.

Celý test potravin

Známka testu - pořadí

Výrobky dostaly celkem 4 dílčí známky (1-5). Celková známka vznikla s použitím následujících váhových faktorů:

- Celkové senzoričké posouzení akreditovanou laboratoří - 20 %
- Intenzita sladké chuti - 20 %
- Energetický obsah ve 100 g výrobku - 50 %
- Cena - 10 %

Celý test potravin - 14 druhů sirupů a cukrů: Jsou lepší než bílý cukr?

Copyright © 2022

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