

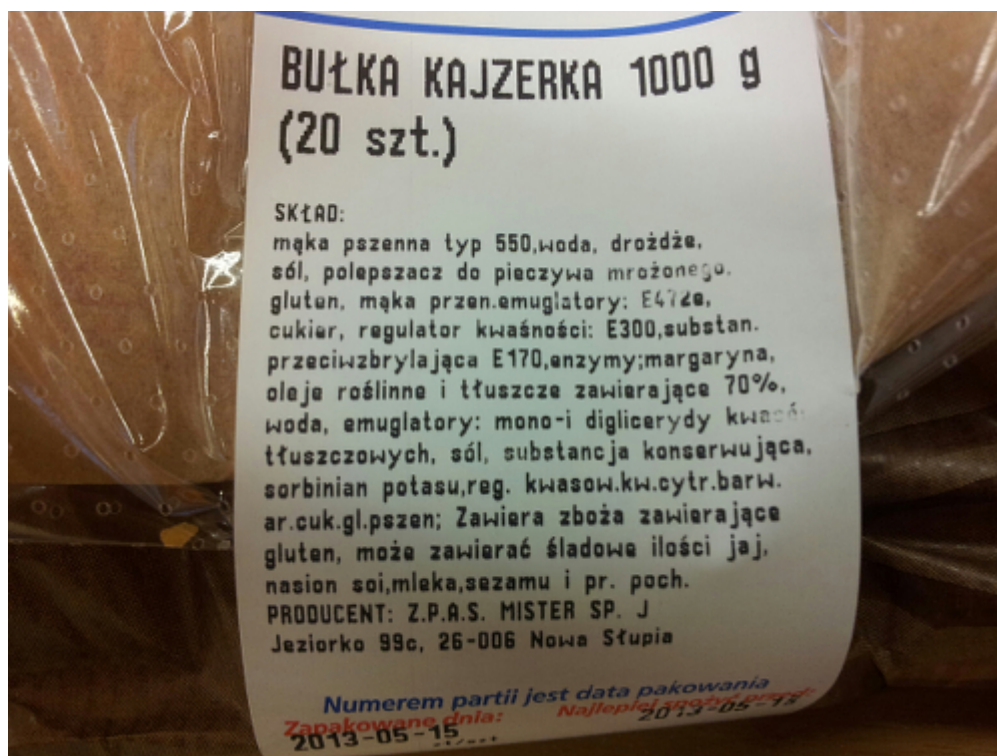


Jagna Rolska "Cukier wanilinowy, czyli jak producenci żywności robią z nas wała - część 1"

Fahrenheit Crew

To, że robią, wie każdy, ale czy ktoś się zastanawiał nad skalą zjawiska? Wchodzicie do sklepu, a tu jak okiem sięgnąć półki, półeczki, lodówki, regały. A wszystko wypchane kolorowymi towarami, które uśmiechają się do nas i cieszą nasze oczy. I ten zapach. Już w wejściu atakuje nosy cudowny aromat świeżutkiego pieczywa. Co więc robimy? Oczywiście biegniemy do regału z bułeczkami, po drodze zgarniając od niechcienia kilka kompletnie zbędnych produktów wystawionych na samym środku tak, by trzeba było je omijać. Nie bez przyczyny do pieczywa wiedzie tak wyboista droga. Spece od marketingu doskonale zdają sobie sprawę, że właściwie każdy człowiek, bez wyjątku, jest w pewnym stopniu podatny na zakupy impulsywne. Co należy zrobić, żeby zmusić klienta do impulsywnego, nieprzemyślanego zakupu? To bardzo proste. Podsunąć mu produkt pod nos. Najlepiej, żeby miał wielką czerwoną metkę z napisem „gratis” lub „promocja”, a wtedy impulsywność zakupów zostaje dodatkowo podbudowana poczuciem, że właśnie udało nam się złapać okazję. Co tam okazję! Sklep nam się udało przechytryć. Jesteśmy tacy sprytni, szybko kojarzymy fakty, i może w tej chwili czteropak kremu ochronnego na mróz nam się nie przyda, bo właśnie przyszło lato, ale przecież kiedyś się znowu zrobi zimno, prawda? I wrzucamy do wózka ów nieszczęsny kosmetyk, starannie ignorując fakt, że cena za sztukę w opakowaniu zbiorczym jest wyższa, że właściwie to nie używamy takiego produktu, a na dodatek data jego przydatności do użytku kończy się jesienią. Dlaczego tak się dzieje? No właśnie dlatego, że dla mózgu ważniejsze jest zadowolenie wywołane impulsywnym zakupem niż racjonalne przesłanki. Okazuje się, że zanim dotrzemy do pieczywa, supermarket co najmniej raz nabił nas w butelkę.

Dojeżdżamy do alejki z pieczywem. Zapach sprawia, że dostajemy ślinotoku i natychmiast robimy się głodni. Przypadek? Oczywiście, że nie. Marketingowcy doskonale wiedzą, że głodny klient kupi więcej i rzeczywiście tak się dzieje. Większość klientów wkłada do koszyka więcej pieczywa, niż w rzeczywistości planuje zjeść. Ktoś powie - no przecież to oczywista i znana wszystkim praktyka. Zgadzam się, ale czy ktoś się kiedyś zastanawiał, dlaczego konfiguracja produktów piekarniczych prawie w każdym sklepie wygląda bardzo podobnie? Najpierw mamy szuflady z wypiekanymi na miejscu bułkami, potem - wiklinowe najczęściej - kosze z bagietkami, dalej produkowane na miejscu chleby, a na szarym końcu pieczywo paczkowane. Dlaczego? Ponieważ na pieczywie wypiekanym na miejscu sklep zarabia najwięcej, i to z dwóch powodów. Po pierwsze, sprzedając produkt zewnętrznego producenta ponosi wyższy jednostkowy koszt przychodu, a po drugie, składu chlebów i bułeczek wypiekanych na miejscu nikt tak naprawdę nie kontroluje. Nie ma jednoznacznego przepisu, który by nakazywał umieszczanie etykiet informujących o składzie pieczywa. To znaczy obowiązek poinformowania o składzie producent ma, ale jeśli to sklep jest producentem, może to uczynić na przykład ustnie, na życzenie klienta. Producent zewnętrzny, ponieważ nie jest obecny przy procesie sprzedaży detalicznej, nie ma wyjścia i uczciwie podaje skład. Sprytnie supermarkety znalazły wygodną lukę w przepisach i zarabiają krocie na swoich bułeczkach, których składu nie kontroluje nikt. I jest w nich wszystko, łącznie z okruskami z podłogi na zapleczu, by o „spulchniaczach” (E330, E322) i „wybielaczach” (E471, E300) nie wspomnieć.



No to co? Wrzuciliśmy do wózka radioaktywne bułeczki i kierujemy się w stronę nabiału na zasadzie prostego skojarzenia: mam chleb, idę po masło. Oczywiście po drodze czyhają na nas kolejne pułapki. Najpierw ciastka, jakieś torty, często stoisko, w którym można kupić kawałek pizzy albo hot-doga. Naturalnie wrzucamy paczkę paczków do koszyka (bo wciąż pozostajemy w strefie zapachu wypiekanych bułek), dodatkowo kupujemy ciepłą przekąskę (bo nas głód od tych zapachów dopadł) i docieramy do działu z wędlinami. Wprawdzie wędlina nam akurat zupełnie niepotrzebna, ale skoro mamy chleb, a tu do tego obok na różnie obracają się kurczaki i tak zachęcająco pachną...

I od razu przestaje dziwić kolejczka do szyneczki. Stajemy grzecznie i czekamy. Na wypadek gdyby oczekiwanie nam się znudziło, sklep sprytnie stawia tuż obok chłodnie z wędlinami paczkowanymi. Łapiemy mokrą szynkę w folii i pędzimy dalej. I nawet nie zdajemy sobie sprawy z tego, co nasza wędlinka w sobie zawiera... a jest tam sporo ciekawostek. Właściwie wszystko, tylko nie szynka. Najwięcej, bo nawet połowę masy produktu, może stanowić solanka. Pół biedy, jeśli naturalna, ale najczęściej „wzbogacona” różnymi konserwantami. Co więcej, przed szprycowaniem szynki solanką poddaje się ją działaniu fosforanów i karagenu E407, które to pyszności wspomagają zatrzymywanie solanki w środku wędliny. To tylko kilka z wielu oszukańczych procederów, których celem jest, by nasza szyneczka wyprodukowana z kilograma mięsa finalnie ważyła nawet dwa kilo. I biznes się kręci. Oczywiście w dziale wędliniarskim to nie jest jedyne świństwo, które sklep próbuje nam wcisnąć do koszyka. Przecież tuż obok szynki leżą paróweczki. Spróbujmy rozszyfrować skład popularnych parówek śniadaniowych z indyka.

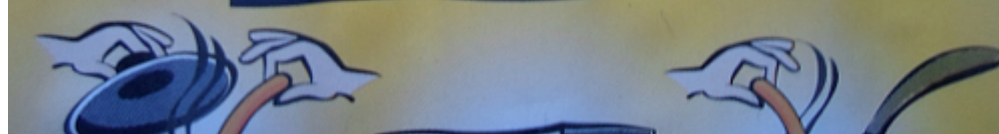
Parówki śniadaniowe z indykiem

Kielbasa homogenizowana z surowców indyckich z dodatkiem wieprzowiny wędzona, parzona

Skład: Mięso oddzielone mechanicznie z indyka (41%), woda, mięso wieprzowe (10%), tłuszcz z indyka (6%), mięso z indyka (4%), tkanka łączna z indyka (3%); hydroksypropylafosforan dyskrobowy (skrobia modyfikowana); białko sojowe, sól, tłuszcz wieprzowy (1%); cytryniany sodu (emulgator); glukoza, białko wieprzowe kolagenowe; askorbinian sodu, askorbinian sodu (przeciwutleniające); przyprawy, błonnik ziemniaczany, glutaminian monosodowy, rybonukleotydy disodowe (wzmacniacze smaku); ekstrakty przypraw, aromaty; karmel amoniakalo-sierczynowy (barwnik mleczan sodu, cytryniany sodu, octany sodu (stabilizatory); ocet, ekstrakt drożdżowy, aromat dymu wędzarniczego; kwas cytrynowy (regulator kwasowości), azotyn sodu (substancja konserwująca).

Produkt może zawierać śladowe ilości: zbóż zawierających gluten, jaj, mleka, laktozy z mleka, soli, gorczycy.

Sposób przygotowania:



Składnik	Opis	Działanie
Mięso oddzielone mechanicznie z indyka 40%	Resztki mięsa, odpady mięsne oraz chrząstki przepchnięte przez system sit, na których zostają kości (nie wszystkie, część kości zostaje zmielone razem z odpadami mięsnymi). Ma postać gładkiej, szarej masy.	Ma dużo gorsze parametry żywieniowe od normalnego mięsa. Zawiera dwa razy więcej tłuszczu.
Woda	Ta użyta do parówek? Niewiadomego pochodzenia i o nieustalonej szkodliwości (producent nie musi się spowiadać ze składu wody).	Zanieczyszczona woda jest szkodliwa z definicji, a spektrum działania jest zależne od rodzaju zanieczyszczeń.
Mięso wieprzowe 10%	To tyle, jeśli chodzi o drobiowe pochodzenie parówek... Wieprzowina drugiego gatunku oczywiście.	Muzułmanin by się na pewno ucieszył z hot-doga z taką indycką paróweczką.
Tłuszcz z indyka 6%	Tłuszcz indyka jest łatwo przyswajalny, ale nie w formie tłuszczu jako takiego, ale ten pozyskiwany z mięsa. Producenci mydlą oczy bajeczką o zbawiennym działaniu tłuszczu indyckiego, a to bzdura. Tłuszcz z indyka jest już wyżej, w pierwszej rubryce. Tu chodzi o wepchnięcie do parówek wszelkiego syfu, który nie mieści się w definicji mięsa oddzielonego mechanicznie.	A kto to wie, skoro nie wiadomo, co w tym jest?

Mięso z indyka 4%	O! Okazuje się, że w parówkach z indyka mamy aż 4% mięsa z indyka! To wyjaśnia wreszcie pochodzenie nazwy produktu.	Mięso indycze samo w sobie rzeczywiście jest zdrowe, ale w takim towarzystwie jest nadużyciem podobnym temu, gdy mówimy o setce gorzały z ogórkiem, że to białe wino i owoce.
Tkanka łączna indyka 3%	Ściągną, skóra, kości i wszystko to, co w pozycji pierwszej tabeli nie przeleci przez sito, stając się „mięsem oddzielonym mechanicznie”, zostaje zmielone ponownie i staje się tymże składnikiem. Czyli są to resztki resztek (łącznie z kopytami, ryjami, ogonami, uszami i innymi świństwami, na widok których normalnie byśmy pawia rzucili). Jest to zagęstnik otrzymywany w wyniku reakcji działania na skrobię tlenkiem propylenu i kwasem fosforowym. Brzmi niewinnie? No to wejdźmy w to głębiej:- tlenek propylenu - ciecz toksyczna, łatwopalna, figuruje na liście ratownictwa chemicznego jako substancja niebezpieczna - kwas fosforowy (E338) sam w sobie nie jest niebezpieczny i występuje w naturze, ale ten używany w laboratoriach to wynik reakcji fosforanu wapnia i kwasu siarkowego.	Ponownie - wysoka zawartość tłuszczu. Spowalnia trawienie (więc tuczy dodatkowo) - może prowadzić do zatruć pokarmowych - powoduje odwapnienie kości
Hydroksypropylofosforan diskrobiowy		
Białko sojowe	Soja sama w sobie jest zdrowa, a więc jej białko również. Ale czy zawsze?W procesie przetwarzania soi w dużych zakładach produkcyjnych używany jest do jej odtłuszczenia heksan. - heksan powstaje w procesie rafinacji ropy naftowej, stosowany jest jako rozpuszczalnik przemysłowy oraz składnik benzyny.	Brak jakichkolwiek wartości spożywczych i utrata wszystkich cennych składników wskutek procesu obróbki. Czyli kolejny zapychacz bez wartości. - odurzenie euforyczne, senność, zawroty głowy, nudności. W dużych dawkach może doprowadzić do osłabienia sprawności ruchowej, zanik mięśni szkieletowych, osłabienie koordynacji, osłabienie wzroku.
Sól	Niezbędna, ale w nadmiarze niezwykle szkodliwa.	Długo by wymieniać, każdy z grubsza zna działanie.
Tłuszcz wieprzowy 1%	Kolejne resztki z mięsa.	Kolejny zapychacz podnoszący kaloryczność produktu i podnoszący zły cholesterol.
Cytrynian sodu	Sól sodowa kwasu cytrynowego.	Nieszkodliwy, obojętny dla organizmu.

Glukoza	Łatwo przyswajalny cukier prosty.	Nieszkodliwy, a nawet pożyteczny.
Białko wieprzowe kolagenowe	Ciężko znaleźć jednoznaczne informacje, oprócz tego, że istnieje firma AdiTech, która oferuje białka wieprzowe kolagenowe o różnym zastosowaniu, np. preparat o nazwie Integra. Może on żelować mięsa na zimno albo zastępować mięso w produktach mięsnych.	Nie wiadomo czy szkodliwy, ale nadal, jeśli ma udawać mięso, to jest to oszustwo.
Izoaskorbinian sodu	Syntetycznie produkowany przeciwutleniacz i stabilizator barwy. Limit dodawania tego czegoś nie jest regulowany. Samowolka.	Nadmiar może powodować bóle głowy, nudności, problemy z koncentracją i duszności.
Askorbinian sodu	Jak wyżej.	Nie zaobserwowano objawów niepożądanych, ale na jakieś zbawienne skutki spożywania raczej nie ma co liczyć
Błonnik ziemniaczany	Sam w sobie nieszkodliwy, a nawet zdrowy, ale to nie troska kierowała producentem, gdy dokładał go do parówek. Im więcej tłuszczu w masie mięsnej zostaje zamienione na błonnik ziemniaczany, tym więcej solanki z „polepszaczami” może w sobie związać masa. Czyli im więcej zdrowego błonnika tym więcej trujących związków chemicznych.	Brak skutków ubocznych z wyjątkiem wkurwienia. Jeśli konsument chciałby zjeść ziemniaka, to by kupił ziemniaka, a jeśli kupuje parówkę to oczekiwałby raczej mięsa.
Glutaminian monosodowy	To kwas wyizolowany z pewnego wodorostu o nazwie listownica japońska. Obecnie syntezowany chemicznie, więc bardziej precyzyjnie jest to po prostu trujący, biały granulat, który intensyfikuje wrażenia zapachowe i smakowe. Absolutnie niezdrowy, więc kompletnie niezrozumiałe jest to, że UE pozwala na jego stosowanie. No ale jak coś nie jest jasne, to jest jasne, że chodzi o kasę. W tym wypadku łapówki, które z Pekinu do Brukseli płyną strumieniem szerokim jak Amazonka.	Całkowita liczba działań niepożądanych nie jest znana. Z dwóch powodów - niezależni naukowcy ciągle znajdują nowe, a lobby producenckie próbują fałszować wyniki badań. Na pewno wiadomo, że glutaminian sodu osłabia komórki nerwowe mózgu, co może doprowadzić nawet do śmierci, powoduje wady wzroku, zaburzenia hormonalne, wspomaga tycie, co jakiś czas jakiś uczoney przebąkuje, że jest rakotwórczy. Z innych, „lekkich” objawów można zaobserwować: astmę, duszności, ucisk w klatce piersiowej, migreny, zawroty głowy i ogólne osłabienie.

5' -rybanukleotydy disodowe	Jeśli chodzi o skład chemiczny, to już naprawdę zaawansowana szkoła jazdy, a jeden ze składników jest jednocześnie składnikiem antybiotyku. Jednak pozostajmy przy stwierdzeniu, że to kolejny dziadowski i szkodliwy polepszacz smaku.	Mogą występować zmiany skórne (wysypki i krosty znaczą się), nadpobudliwość, gwałtowne wahania nastroju; niewskazany dla alergików i astmatyków, powoduje opuchliznę warg oraz języka. I oczywiście przez nasze organizacje do spraw żywności uznawany za całkowicie nieszkodliwy dla człowieka.
Karmel amoniakalno - siarczynowy	Syntetyczny barwnik o kolorze brązowym. bo w końcu trzeba pokolorować jakoś skórki tych parówek.	Ponieważ jest silnie trujący, więc organizacje ds. żywności troskliwie wyznaczyły dzienny limit jego spożycia w przeliczeniu na masę ciała. Może spowodować zmiany w krwi (badania na szczurach potwierdziły toksyczność barwnika), nudności, problemy gastryczne
Mleczan sodu	Polepszacz smaku i przeciwutleniacz.	Podobno bezpieczny dla zdrowia.
Cytrynian sodu	Polepszacz, środek konserwujący, składnik bardzo wielu leków.	Teoretycznie obojętny dla organizmu.
Octan sodu	Konserwant i regulator kwasowości.	Brak informacji o działaniach niepożądanych (co nie oznacza, że takich nie ma).
Azotyn sodu	Konserwant.	UWAGA! Środek rakotwórczy!
Ekstrakt drożdżowy	Stosowany jako środek aromatyzujący.	Brak informacji o szkodliwym działaniu.
Aromat dymu wędzarniczego	To jest tak jakby ... sproszkowany dym, choć trudno w to uwierzyć. A jeszcze trudniej w to, że zawiera frakcje smołowe.	Podobno może prowadzić do nowotworu jelita grubego.
Kwas cytrynowy	Regulator kwasowości.	Twierdzą, że w branży spożywczej nieszkodliwy, ale jednocześnie w bezpośrednim kontakcie z oczami może powodować ich uszkodzenie. Ciekawe wobec tego, jak wpływa na śluzówkę żołądka?



Sur

owiec na mięso oddzielone mechanicznie (tzw. MOM)



Gotowe mięso oddzielone

mechanicznie

Czyli co? Parówki oznaczone sugestywnym napisem „śniadaniowe” lecą do wózka. Będzie dla dzieci na śniadanko jak znalazł. Trzeba iść dalej i to szybko, bo na dziale rybnym jest jakaś promocja na

łososie.

Koniec części pierwszej