E-számok az élelmiszerekben

Ezen az órán ezzel a témával foglalkoztunk egyénileg és csoportos lebontásban.

Egyes kutatások szerint a húskészítményekben nagyjából tízszer annyi káros anyag halmozódik fel, mint a növényi eredetű táplálékokban. Ugyanakkor tény, hogy ez utóbbiak sem mentesek a vegyszerektől és egyéb káros anyagoktól.

Veszélyes E-számok az élelmiszerekben

A feldolgozott élelmiszerek csomagolásán az adalékokat a gyártók E betűvel, valamint egy azután következő kóddal jelölik. Ezt a jelzésrendszert még az 1960-as években dolgozta ki az akkori Európai Közösség. A hét legveszélyesebb E-számot az alábbi képgalériában találod.

Élelmiszeradalék-csoportok

- E100-E199 - színezékek.
- E200-E299 - tartósítószerek.
- E300-E399 - antioxidánsok.
- E400-E499 - emulgeálók, stabilizálók, sűrítők és zselésítők.

Biotermékek előnyben

Ha teheted, inkább vásárolj biotermékeket. Ezek az élelmiszerek vegyszermentes alapanyagok, valamint biológiailag lebomló anyagok felhasználásával készülnek.

Vásárláskor a termék csomagolásán először az alkotórészek nevét kell keresned, majd az ellenőrző szervezet megnevezését és kódszámát. Hazánkban a termékek csomagolásán a Biokontroll Kht. tanúsítványának kell szerepelnie.