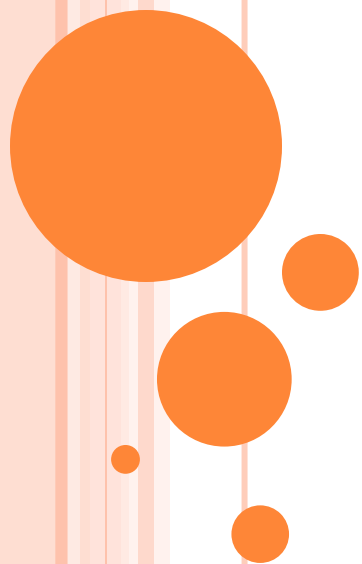


ХИМИЯ В НАШЕЙ ПИЩЕ



Чипсы-это яд!



**Они могут
вызвать рак!**



Не ешьте эту гадость!

- В картофельных чипсах содержится вещество акриламид, которое способно вызывать раковые опухоли у крыс и мышей.
- Избыточное количество масла, специй, красителей, соли и химических добавок.







ВРЕДНА И КОКА-КОЛА!





24/10/2006



Что находится в колбасе?

- ❑ Многие предприятия используют вместо мяса так называемую MDM - своеобразную субстанцию, сделанную из костей с остатками мяса. Под прессом превращают в нечто похожее на пюре и используют вместо мяса.
- ❑ Самый распространённый способ заменить мясо в колбасе - это добавлять вместо него соевый белок. Соя - это обычный белый порошок. Смешиваешь его с водой, и он превращается в кашу, которую можно подсолить, поперчить, подкрасить и добавить в колбасу вместо мяса.





- Основное свойство соевого белка - впитывать воду, разбухать и увеличивать выход продукции. Чем больше воды может впитать в себя белок, тем он лучше. По степени гидратации (впитывания влаги) соевый белок делится на три вида: соевую муку, соевый изолят и соевый концентрат. Сейчас почти все мясокомбинаты перешли на концентрат, он хоть и стоит дороже, зато впитывает всех больше воды. Технологи мясо переработки, как древние алхимики, постоянно ищут соевый белок все с более высокой впитываемостью.





- Вот, например, некоторые компании используют одну любопытную немецкую добавку - морковную клетчатку. Эта клетчатка, так же как и соя, обладает выгодной для производителей колбасы способностью впитывать влагу. Её смело сыплют в колбасный фарш, льют воду и она разбухает, увеличивая в несколько раз вес конечной продукции.
- При этом никаким цветом и запахом клетчатка не обладает. И никакого вреда в отличие от генетически модифицированной сои здоровью не несет: собственно, она вообще не усваивается организмом, но, как уверяют её производители, необходима для хорошей работы толстого кишечника. Так что производитель даже, наоборот, может похвастаться на этикетке, что его продукт "обогащён диетическими волокнами". За границей, например, эту самую клетчатку специально везде добавляют - в хлеб, мороженое, макароны, кондитерские изделия и даже корм для животных, чтобы сделать их более полезными для здоровья.



ТАК ИЗ ЧЕГО ЖЕ НА САМОМ ДЕЛЕ ДЕЛАЮТ КОЛБАСУ?

❑ Сосиски в полимерной оболочке:

❑ 45% - эмульсия

❑ 25% - соевый белок.

❑ 15% - птичье мясо.

❑ 7% - просто мясо.

❑ 5% - мука, крахмал.

❑ 3% - вкусовые добавки.





Сардельки:

- 35% - эмульсия
- 30% - соевый белок.
- 15% - просто мясо.
- 10% - птичье мясо.
- 5% - мука/крахмал.
- 5% - вкусовые добавки.



Шпикачки:

АНАЛОГИЧНО САРДЕЛЬКАМ, ТОЛЬКО ВМЕСТО ПТИЧЬЕГО МЯСА ИДЁТ ФЕРМЕНТИРОВАННАЯ СВИНАЯ КОЖА, НУТРЯНОЕ И НЕКОНДИЦИОННОЕ ПОДКОЖНОЕ САЛО.

- Колбаса вареная:
- 30% - птичье мясо.
- 25% - эмульсия
- 25% - соевый белок.
- 10% - просто мясо.
- 8% - мука/крахмал.
- 2% - вкусовые добавки.





- Пояснения:
- Эмульсия - кожа, субпродукты, отходы мясопроизводства - всё это размолотое и уваренное до состояния светло-серой кашицы.
- Мясо - мясо крс/мрс и свинина. В подавляющем большинстве - английская брикетированная свинина.
- Мука/крахмал - кукурузная/картофельная мука и крахмал.
- Вкусовые добавки - загустители, краситель, "вкус мяса", консерванты, соль,
- сахар, перец по вкусу.





ФАСТ-ФУД, ВСЕ ЭТИ ГАМБУРГЕРЫ И ХОТ-ДОГИ. ВКУСНЫЕ, УДОБНЫЕ, КРАСИВЫЕ, НО ВРЕДНЫЕ.

- Как их готовят? Чаще всего из полуфабрикатов в кулинарных цехах.
- А в местах продаж - лишь разогревают и продают.
- Практически любая "быстрая еда" щедро напичкана трансжирами -
- разновидностью вредных липидов. Эти молекулы, которые называют
- "молекулами-уродами", не только способствуют развитию целлюлита,
- атеросклероза (что, в свою очередь, приводит к инфарктам и инсультам),
- но и онкологических заболеваний. Главная проблема фаст фуда это некачественное
- масло, которое подвергается бесконечному кипячению.



МАКДОНАЛЬДС

- Так что же "Макдональдс"?
- Диетологи обвиняют здешнюю пищу в большом количестве калорий, жиров,
- холестерина, углеводов и соли. Налицо (а потом и на лице, в самом прямом
- смысле слова) все то, что ведет к тусклым волосам, угрям, прыщам.
- Не говоря уже о расстройстве пищеварения, развитии атеросклероза,
- целлюлита и гипертонии.



- Типичный обед в таком месте - это Биг-Мак, средние дозы картофеля и
- кока-колы плюс молочный коктейль. Даже в этом не слишком обильном
- варианте содержится больше половины всей дневной нормы калорий, соли
- и почти половина дозы холестерина. Что
- касается жиров, то их количество в таком "перекусе" для женщин приближается
- к верхней границе дневной нормы, а у мужчин оно составляет больше половины.













احتسب التدخين
الآثار المدمرة لك
التدخين يؤثر
على الأطفال
- حافظ على
أطفالك من
التلوث