

az élelmiszerekben lejátszódó oxidációs folyamatok megakadályozásával vagy késleltetésével. Természetes antioxidánsok például a tokoferolok [E306-309].

Milyen feltételekkel engedélyezhető új adalékanyag?

Amennyiben egy gyártó egy új adalékanyagot kíván forgalomba hozni, bizonyítani kell, hogy az anyag megfelel a biztonságos felhasználási feltételeknek, és csak ezután kaphat engedélyt a forgalmazására (adott felhasználási szint mellett). Számos adalékanyag már évtizedek



óta megtalálható az Unió piacán, melyek ugyancsak engedélyezést követően kerülhetnek forgalomba. Ezeket az anyagokat az újabb anyagok mellett, a napvilágra kerülő új ismeretek fényében folyamatosan újra értékelik annak vizsgálatával, hogy tényleg biztonságosak-e.

Hogyan tájékozódhat a vásárló?

Az adalékanyag felhasználását fel kell tüntetni az élelmiszerek csomagolásán, az összetevők között. Az E-szám használata nem kötelező, lehetőség van az adalékanyag nevének használatára (pl. szorbit, szacharin).

Különösen fontos a jelölés bizonyos fogyasztói csoportok számára, hiszen egyes adalékanyagok az arra érzékeny fogyasztók számára nem tolerálhatók (pl. tartósítás céljából alkalmazott szulfítok [E220-228], tartrazin [E102] színezék).

Az adalékanyagok együttes, és más élelmiszer-összetevők jelenlétében szervezetre gyakorolt hatását jelenleg nehéz megbecsülni, ezért a túl sok E-számot tartalmazó termékek vásárlása előtt mindig tartsuk ezt szem előtt.

Az adalékanyagok felhasználása az élelmiszer-előállításban ellenőrzött rendszerben történik, a szakemberek folyamatosan újraértékelik a hatásukat és a rájuk vonatkozó előírásokat szükség esetén módosítják.



Kérdezz-felelek az élelmiszer-adalékanyagokról

Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal
Élelmiszerbiztonsági Kockázatértékelési Igazgatóság

Ma már nincs olyan ember, aki ne hallott volna az adalékanyagokról. Egyesek szerint az E-számok mérgezők, és be kellene tiltani őket, mások szerint szükségesek, sőt előnyösek.

Tény, hogy az ember az élelmiszerben az eredetit, természetest keresi, azonban tévhit, hogy minden E-szám mesterséges.

Élelmiszer-adalékanyagnak nevezik azt az anyagot, amelyet – tekintet nélkül arra, hogy van-e tápértéke vagy sem – élelmiszerként önmagában általában nem fogyasztanak, ám az élelmiszerhez technológiai célból hozzáadva annak részévé válik. Általában kis mennyiségben, határozott cél elérésére alkalmazzák a termékekben.

Milyen szabályozás vonatkozik az adalékanyagokra?

Az élelmiszer-adalékanyagok felhasználásának szabályait az Európai Unióban és így hazánkban is, a 1333/2008/EK számú rendelet írja elő, mely szerint egy adalékanyag csak akkor, és olyan mennyiségben adható élelmiszerhez, amely a fogyasztó

egészségére nem jelent kockázatot, nem vezet félre, használata technológiailag indokolt és más módon nem helyettesíthető, valamint alkalmazása előnyökkel jár (pl. megőrzi a tápértékét, vonzóbb lesz a megjelenése).

Nem használhatók adalékanyagok a csecsemőknek és kisgyermekeknek szánt élelmiszerekben, kivéve ha a rendelet erről kifejezetten rendelkezik. Szintén csak a rendeletben szereplő színezékek használhatók fel tojások díszítő színezésére és húsok bélyegző jelölésére. Az adalékanyagok biztonságos felhasználására vonatkozó követelményrendszert két nemzetközi szervezet, a FAO és a WHO élelmiszer-adalékanyagokkal foglalkozó közös szakértői bizottsága (JECFA) dolgozta ki. A jelölésükre használt kódrendszert, melyet E-számokként ismerünk, az Európai Közösség fejlesztette ki.

Milyen eredetűek az adalékanyagok?

Az élelmiszer-adalékanyagok eredetük szerint több csoportba sorolhatók. A természetes adalékanyagok az élelmiszer nyersanyagokban is megtalálhatók.



A természetes eredetű adalékanyagokat is természetes anyagokból állítják elő, ám csak az előállítási eljárásuk során alakulnak át a kívánt anyaggá. A mesterséges adalékanyagok nem találhatók meg a természetes élelmiszerekben, hanem szintetikus úton előállított kémiai anyagok.

Milyen célból alkalmaznak adalékanyagokat a gyártók?

Az adalékanyagok főbb csoportjai az élelmiszer-színezékek, édesítőszer, tartósítószer, antioxidánsok, savanyúságot szabályozó anyagok, sűrítőanyagok, zselésítőanyagok, stabilizátorok, ízfokozók, és egyéb vegyületek. Színezékek azok az anyagok, melyeket az élelmiszer előnyös, vonzó színének kialakítása vagy visszaállítása céljából használnak. Természetes színezék például a céklavörös [E162], természetes eredetű a karamell [E150a], mesterséges színezék a főként üdítőita-

lokban előforduló kinolinsárga [E104]. Az édes ízérzetet kiváltó édesítőszer használatakor feltétel, hogy a cukrot helyettesítsék, vagy különleges táplálkozási célra szánt élelmiszer előállításában használják fel. A cukoralkoholok (pl. sorbit, E420) a glükózhoz hasonló energiatartalmúak, de a fogat nem károsítják, emellett hő- és savállóak.

Mesterséges, kevés kalóriát adó édesítőszer a sokat emlegetett aszpartám [E951], mely egyes, ritka enzim-betegséggel született embereknél betegséget okozhat, ezért ezt fel kell tüntetni a késztermék jelölésén. Kalóriamentes mesterséges édesítőszer pl. a szacharin [E954]. A tartósítószer az az anyag, melyek a penészgombák, élesztők, baktériumok okozta romlás megakadályozásával meghosszabbítják az élelmiszerek eltarthatóságát. Ide tartoznak például a nitrátok és nitrátok [E249-252]. Az antioxidánsok is fokozzák az élelmiszerek eltarthatóságát,

