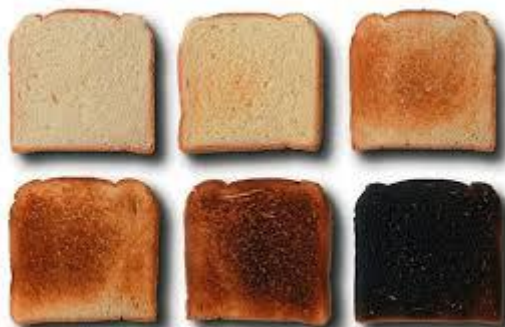


Informativni članek: NOVO za gostince in živilce



Nova uredba komisije (EU 2017/215)

Uredba je v uporabi od 11. aprila 2018 dalje.

Besedilo uredbe najdete na tej povezavi

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/SL/TXT/?uri=CELEX%3A32017R2158>

Akrilamid nastane ob toplotni obdelavi živila na višjih temperaturah, ko postaja zapečenost karamelno rjave barve. Največje količine akrilamida se sproščajo, če živila pečemo v olju (cvrtje), pečici ali na žaru pri visoki temperaturi: nad 120 °C (nad 175 °C pospešena tvorba), dolgotrajnem kuhanju, odsotnosti vlage, visokem pH.

Potem ko je poleti 2017 Evropska Komisija storila prvi korak k zmanjšanju vsebnosti akrilamida v hrani, je bila konec novembra 2017 objavljena še Uredba komisije (EU 2017/215) o preventivnih ukrepih za doseganje referenčnih vrednosti, ki jih bodo morali **proizvajalci, gostinci in peki** preverjati s testiranjem in tako dokazovati uspešnost izvajanja predpisanih obveznih ukrepov, po principih HACCP analize tveganj za zdravje potrošnikov. EFSA (Evropska agencija za varno hrano) je namreč že leta 2015 določila, da je akrilamid kontaminat (rakotvorna snov), katerega prisotnost v živilih je potrebno regulirati.

Akrilamid je kemična snov, ki naravno nastane v škrobnih živilih (npr. krompir, žita), ko jih toplotno obdelujemo pečemo, cvremo ali pražimo nad 120° C in ob pomanjkanju vlage. Pri daljši obdelavi živila nad 120° C nastaja več akrilamida.

Uredba ne prinaša zavezujočih mejnih vrednosti za vsebnost akrilamida v hrani. V uredbi so zapisani t.i. blažilni ukrepi za določene skupine živil, pri katerih je vsebnost akrilamida pogosto povečana, to so pomfrit, čips in prigrizki, kruh, žitni kosmiči za zajtrk, fini pekovski izdelki (piškoti, prepečenci...), kava (pražena, instant) in kavni nadomestki, ter otroška hrana. **Blažilni ukrepi so navodila in napotki, ki naj bi jim nosilci živilskih dejavnosti sledili: od izbire surovine, do skladiščenja in postopkov priprave izdelkov za potrošnika, ter navodila (kot zapis na embalaži) za ustrezno pripravo živila doma.**

Uredba določa tudi referenčne ravni akrilamida za posamezno skupino živil, ki pa niso zavezujoča, ampak so zgolj kazalnik uspešnosti za preverjanje učinkovitosti blažilnih ukrepov oz. naj bi s pomočjo referenčnih ravni nosilci živilske dejavnosti preverili, kako učinkovito so v svoj proizvodnji proces vpeljali blažilne ukrepe, ter jih po potrebi spremenili.

Vselej naj velja pravilo: pečeno do zlato rumenega in v vsako kuhinjo, kjer pripravljate

ocvrte in pečene dobrote, obesite barvno lestvico. Seveda za izdelke iz rži in polnozrnate moke zmerna pečenost ni »zlato rumena«, ker so tovrstna testa po svoji naravi temnejša. Barvna lestvica mora biti obešena v prostorih, kjer se pripravlja hrana!

1. Nosilci živilske dejavnosti, ki proizvajajo proizvode iz krompirja, uporabljajo naslednje blažilne ukrepe:

pomfrit in drugi narezani (ocvrti) proizvodi iz krompirja: uporabijo se sorte krompirja z nižjo vsebnostjo sladkorjev, če so na voljo in so skladne z živilom, ki se želi pridobiti. Pri tem se nosilec živilske dejavnosti z dobaviteljem posvetuje o najprimernejših sortah krompirja, krompir se skladišči pri temperaturi, višji od 6 °C,

pred postopkom cvrtja: razen pri zamrznjenih proizvodih iz krompirja, pri katerih se upoštevajo navodila za pripravo, se pri surovem pomfritu uporabi eden od naslednjih ukrepov za znižanje vsebnosti sladkorja, kadar je to mogoče in skladno z živilom, ki se želi pridobiti: — pranje in namakanje, po možnosti od 30 minut do dveh ur v hladni vodi; spiranje rezin s čisto vodo pred cvrtjem, — namakanje nekaj minut v topli vodi; spiranje rezin s čisto vodo pred cvrtjem, — blanširanje krompirja omogoča nižje ravni akrilamida, zato je krompir primerno blanširati, kadar je mogoče,

pri cvrtju pomfrita ali drugih proizvodov iz krompirja: — uporabijo se olja in maščobe za cvrtje, ki omogočajo hitrejšo cvrtje in/ali cvrtje pri nižjih temperaturah. nosilec živilske dejavnosti se z dobavitelji kuhinjskega olja posvetuje o najprimernejših oljih in maščobah, — temperature cvrtja so pod 175 °C, vsekakor pa kolikor mogoče nizke ob upoštevanju zahtev za varnost hrane, — kakovost olj in maščob za cvrtje se ohranja z rednim odstranjevanjem drobnih delcev in drobtin.

Pri pripravi pomfrita je primerno, da nosilci živilske dejavnosti uporabijo razpoložljive barvne lestvice, ki dajejo smernice za optimalno kombinacijo barve in nizkih ravni akrilamida. Primerno je, da se barvna lestvica, ki daje smernice za optimalno kombinacijo barve in nizkih ravni akrilamida, obesi na vidno mesto v prostorih, v katerih osebje pripravlja živila.

2. Nosilci živilske dejavnosti, ki proizvajajo kruh in fine pekovske izdelke, pri postopku pečenja uporabljajo naslednje blažilne ukrepe: — kolikor je mogoče in skladno s proizvodnim postopkom in higienskimi zahtevami: — podaljša se čas kvasne fermentacije, — optimizira se vsebnost vlage v testu za proizvodnjo proizvoda z nizko vsebnost vlage, — zniža se temperatura v pečici in podaljša čas priprave.

Proizvodi se zapečejo do svetlejšje končne barve, temno zapečene skorje pa naj ne bi bilo (če je temna barva skorje posledica močnega pečenja in ni povezana s posebno sestavo ali naravo kruha, ki povzročata temno skorjo).

3. Nosilci živilske dejavnosti pri pripravi sendvičev zagotovijo, da so zapečeni do optimalne barve. Če so na voljo, je primerno uporabljati barvne lestvice, ki so zasnovane za posebne vrste proizvodov in dajejo smernice za optimalno kombinacijo 5/8 barve in nizkih ravni akrilamida. Pri uporabi vnaprej pripravljenega kruha ali pekovskih izdelkov za dopeko se upoštevajo navodila za pripravo. Barvna lestvica, ki daje smernice za optimalno kombinacijo barve in nizkih ravni akrilamida, se obesi na vidno mesto v prostorih, v katerih osebje pripravlja živila.

Vselej naj velja pravilo: pečeno do zlato rumenega in v vsako kuhinjo, kjer pripravljate ocvrte in pečene dobrote, obesite barvno lestvico. Seveda za izdelke iz rži in polnozrnatih moka zmerna pečenost ni »zlato rumena«, ker so tovrstna testa po svoji naravi temnejša. Barvna lestvica mora biti obešena v prostorih, kjer se pripravlja hrana!

Napotki za manj akrilamida:

- Nastanek akrilamida pri pripravi živil lahko zaviramo z dodajanjem različnih zelišč, kot so npr. rožmarin, zeleni čaj, žajbelj in limonin sok.
- Pri pečenju dodajajte vodo in hrano zapecite do svetlo - zlato rumene barve,
- Temperaturo pečice ali olja v fritezi nastavite na največ 170° C, živilo pa dajte v pečico ali fritezo predhodno blanširano, odcejeno in še toplo.
- Živila med pečenjem na žaru pogosto obračajte, tako da se posamezni deli ne zažgejo, mariniranje z začimbami pa bo omilil učinke akrilamida, posebno še dodatek rožmarina in limoninega soka.
- Krompir shranjujte v temnem, hladnem prostoru (ne manj kot 8°C) in ne v hladilniku.
- Krompir za pečenje ali cvrtje narežite na debelejše kose in jih pol ure pred peko namakajte v vodi, lahko ga pred peko tudi blanširate (nekajminutno kuhanje v vreli vodi)

Vir: www.kgzs.si; www.zps.si; <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/SL/TXT/?uri=CELEX%3A32017R2158>



Pripravila: Saša Pegan, svetovalka točke SPOT svetovanje Zasavje; junij 2018

Vir: www.mdsz.gov.si; ZDR-1