

Tillsatsbefriade livsmedel kan bli farliga för konsumenten

Marie-Louise Danielsson-Tham är veterinären som blev professor i livsmedelshygien, som blev den ena halvan av succéduon i tv-serien Rent Hus i TV4. Hennes åsikter om livsmedelstillsatsernas vara eller icke vara, har retat gallfeber på många. Men Marie-Louise Danielsson-Tham är nöjd. Debatten om tillsatser i maten lyfter fram frågor som är viktiga för framtidens konsumenter. Nyckeln till att kunna ta ställning menar hon, är kunskap. Men hur medvetna är dagens konsumenter?

- Dagens konsumenter är medvetna, men samtidigt relativt okunniga. Många informerar sig genom media, vilket tyvärr ger en ganska ensidig, negativ bild av livsmedelstillsatser. Jag skulle önska att konsumenterna tog sig tid att söka upp korrekt information, innan de bestämmer sig i den här frågan. De tillsatser livsmedelstillverkarna använder sig av idag, finns där av en anledning och är väl kontrollerade av myndigheterna. Med kunskap kan man ta ställning på rätt grunder.

Inga tillsatser kan idag anses som farliga, menar Marie-Louise Danielsson-Tham, medan många hävdar motsatsen. Vad som ofta glöms bort i debatten är däremot anledningen till att tillsatserna finns. För faktum är att utan tillsatser skulle en del av våra livsmedel vara farliga för oss.

- Ett bra exempel är natriumnitrit eller E 250 som finns i bland annat charkvaror. En omdebatterad tillsats, då det anses vara cancerframkallande i större mängder. Förutom att vara en rent kosmetisk produkt för att köttet ska ha rosa och aptitlig färg, förhindrar natriumnitrit tillväxt av bakterien Clostridium botulinum. Denna bakterie kan under de gynnsamma förhållanden som finns i t ex korv, resultera i ett antal dödsfall per år. Det skulle också ställa mycket hårdare krav på rätt hantering, både hos tillverkaren, under transport och hemma hos konsumenten.

Varför har vi tillsatser i maten?

Idag finns ca 350 godkända tillsatser. Många har förlorat sitt syfte på grund av att vi idag har en större medvetenhet är tidigare kring livsmedelshygien och att vi har bättre tillagningsmetoder. Marie-Louise Danielsson-Tham är tydlig på den punkten.

- Har tillsatsen ingen betydelse för konsumenten, ska man naturligtvis inte använda den bara för att den är godkänd.

Men vi måste ta reda på varför den kommit till och vad syftet varit, innan vi tar bort den. Det är inte svart eller vitt.

Många av tillsatserna finns naturligt i olika råvaror men i alltför liten mängd för att det ska vara lönsamt att utvinna den på naturlig väg. Då tvingas man ta till andra metoder. Åsikterna går återigen isär.

- Många anser att om ett ämne framställs på konstgjord väg i ett laboratorium, är det en onaturlig och farlig tillsats, även om exakt samma ämne finns i naturen. Ett bra exempel på detta är bensoensyra (E 210), som finns naturligt i många bär. Bensoensyra ser till att saft och sylt inte möglar eller jäser. Varför skulle en syntetiskt framställd substans vara farligare än en som är tillverkad av naturen?

Hur ser det då ut i framtiden? Marie-Louise hoppas att de senare årens debatt öppnar upp för en större medvetenhet hos livsmedelstillverkarna.

- Jag tror och hoppas att tillverkarna börjar se över de tillsatser de använder. Findus och Daffgårds har börjat se över sina färdigrätter och halvfabrikat och det är ju bra, men fler behöver följa efter. Tidigare fanns exempelvis ett stort behov av konserveringsmedel och antimögelmedel, ett behov som idag minskat pga. att tillverkningsmetoderna och hygien blir allt bättre. Här finns mycket att göra.

Äkta mat

I dagarna har en ny symbolmärkning nått butikerna, "Äkta vara", som garanterar konsumenten att en vara är helt fri från tillsatser. Men Marie-Louise är inte imponerad.

- Märkning med "Äkta vara" tycker jag bara förvillar för konsumenten. Alla livsmedel är väl äkta livsmedel? Till exempel, all mjölk som kommer från kossan är väl mjölk och inte låtsasmjölk? För övrigt tycker att det blivit för många symbolmärken på livsmedlen. Konsumenten kan inte hålla reda på vad de betyder och blir bara ännu mer förvirrad.

Antioxidationsmedel, emulgeringsmedel, färgämnen, förtjockningsmedel, smakförstärkare, konserveringsmedel, sötningsmedel... Listan kan göras lång. Alla har de olika egenskaper och skilda syften. För att som konsument eller aktör inom livsmedelsindustrin kunna ta ställning för eller emot, krävs en vetenskaplig grund, i de flesta fall svåra för den vanliga konsumenten att reda ut. Frågorna är många...

Sara Hertzman Persson
mocktail.se



Marie-Louise Danielsson-Tham

Marie-Louise har arbetat som forskare i 30 år och är professor i Livsmedelshygien vid Örebro universitet, Restaurang- och Hotellhögskolan, Grythytte Akademi.

Hon började sin bana som veterinär, men specialiserade sig snart inom livsmedelssektorn. Tidigare har hon arbetat på SLU i Uppsala under 20 år som professor i Livsmedelshygien. Under våren 2009 sändes säsong 2 av Rent Hus i TV4, där Marie-Louise tillsammans med städexperten Marlène Eriksson fick stor uppskattning för sina tips och handfasta råd i tv-rutan. Idag syns hon ofta i media och gästföreläser med stor framgång i hela landet.

Vad är en livsmedelstillsats?

En livsmedelstillsats är ett ämne som i sig självt normalt inte konsumeras som livsmedel. Det skall inte heller utgöra en typisk ingrediens i livsmedel. Ämnet skall också vara avsiktligt tillfört livsmedlet för något ändamål. Flertalet tillsatser utgörs av så kallade teknologiska tillsatser, men också berikningsmedel såsom vitaminer och jod klassificeras som tillsatser.

För att komma ifråga som livsmedelstillsats skall den tilltänkta tillsatsen ha "påvisbara fördelar för konsumenten".

Närmare bestämt:

- bevara ett livsmedels näringsvärde
- tillföra nödvändiga ingredienser eller beståndsdelar för konsumentgrupper med särskilda behov
- öka hållbarheten, stabiliteten eller förbättra livsmedlets sensoriska egenskaper
- fungera som hjälpmedel vid framställning, förädling, beredning, förpackning eller förvaring

Ur artikeln "Vågar vi äta", Svensk Veterinärtidning, nr 3, 2009.

Vill du läsa mer om tillsatser?

Gå in på Livsmedelsverkets hemsida, www.slv.se