

Natriumglutamat göms under nya namn

Vår kamp mot natriumglutamat börjar ge resultat. Allt fler företag börjar ta bort smakförstärkare i sina varor och anledningen är att de förstår att vi konsumenter ställer större krav idag än vi gjorde för några år sedan och väljer varor utan glutamater.

Campbells den stora engelska matjätten var först ut under 2008, genom att redan när de köpte företaget Bong vid årsskiftet, meddela att de skulle avveckla glutamaterna i sina flytande buljonger under året, vilket man också gjort i de flesta smaker.

Konsum tog fram en ekologiska grönsaksbuljong som inte innehöll glutamater och Pärsons chark i Skåne lanserade sin nya serie charkprodukter helt utan glutamater under hösten. Pärsons har till och med klistrat på en stor gul rund lapp, på en del av sina produkter, där det står ”Ej tillsatt natriumglutamat E621”. Dessutom har Pärsons tagit bort en del andra tveksamma tillsatser i flera av sina produkter vilket vi får applådera.

Hoppas bara att de fortsätter med denna satsning även efter det eventuella ägarbytet 2009. Swedish Meats köper Pärsons Chark den 15 januari om det godkänns av Konkurrensverket, så det gäller att vara vaksam och läsa innehållsdeklarationen ordentligt.

Nu kommer i och för sig Pärsons att drivas helt och hållet som ett enskilt företag i koncernen, men man vet ju aldrig, den nya ägaren kanske har större vinstkrav och anser att fler tillsatser behövs för att de ska tjäna mer pengar.

Varför ändrade Pärsons sina produkter?

Flera hundra personer i veckan ringde under vår och sommar till kundtjänst och klagade på de många tillsatserna i den färdigskurna skinkan. (9 st.) Till slut började det gå upp för företaget att detta var på gränsen till en ”folkstorm” och att de måste göra något åt saken. Och till deras stora förvåning, så visade det sig att skinkan inte smakade sämre när glutamaterna togs bort.

Se upp för näringsjäst

På senare tid har ett flertal personer kontaktat mig och undrat varför de återfått sina diarréer, sin huvudvärk och sina utslag som varit borta sedan det slutat köpa mat som innehöll glutamater. Anledningen är att en del oseriösa företag försöker lura oss konsumenter genom att blanda i glutamat under ett annat namn, nämligen näringsjäst.

Det finns flera olika former av näringsjäst och tillverkaren behöver inte ange vilken som finns i produkten. Vissa sorters näringsjäst kan innehålla så mycket som 30-40% natriumglutamat, medan andra näringsjästsorter inte innehåller

någon tillsatt glutamat alls, utan bara en lite del naturlig som vi lättare kan klara av.

Forskare vid University of North Carolina kom under året med en forskningsrapport om att glutamaterna kan orsaka viktproblem. Personer som dagligen åt kost med natriumglutamat ökade risken för övervikt med 300% om de jämfördes med en grupp som inte åt natriumglutamat alls.

Ny tillsatsfri leverpastej

På Hemköp har det på senare tid dykt upp en leverpastej helt utan tillsatser. Att få uppleva en charkprodukt utan E250 (natriumnitrit) trodde jag inte att jag skulle få vara med om så länge vårt Livsmedelsverk finns med i bilden.

Företaget som tillverkar leverpastejen heter Tulip och har sin produktion i Danmark. Alla råvaror är ekologiska och produkten heter Ekologisk Baconpastej och innehåller:

Ekologisk grislever (33%),

vatten

Ekologisk bacon (12%) (gjort av ekologiskt bröstfläsk och ekologiskt salt)

Ekologisk potatis

Ekologiskt griskött (9%)

Ekologiskt fett fläsk

Ekologiskt majs mjöl

Ekologisk svål

Ekologisk torkad lök

Ekologiskt salt

Ekologisk majsstärkelse

Ekologiskt socker

Ekologiskt druvsocker

ekologiska kryddor

Innehåller ingen laktos eller gluten.

Ring och klaga även du

Om vi fortsätter att ringa till producenter som envisas med att blanda i natriumglutamat i sina produkter och klaga på innehållet, så är jag övertygad om att det inte tar så många år innan maten är fri från natriumglutamat. Låt dej inte luras av att de säger att de använder bara en naturlig glutamat. Den naturliga finns aldrig med som E-nummer eller som namn. Finns glutamaten med i innehållsförteckningen är den tillsatt.

Under året har vårt jobb med att få bort ”värstingarna” resulterat i att E128, den farliga AZO-färgen och E216 och E217, två av de farligaste konserveringsmedlen försvunnit och inte används längre.

TOMMY SVENSSON