

**Внимание!!! Опасность - кукурузный сироп!!!**



В настоящее время в продаже появились несколько видов кленового сиропа, которые вызывают у специалистов большое сомнение в их составе, хотя на этикетках и указано 100% натуральный кленовый сироп. Некоторые покупатели верят в броскую рекламу этих продуктов, и еще более их привлекает их низкая цена. Как правило, в таких "100% натуральных кленовых сиропах" в составе имеется в немалых количествах дешевый кукурузный сироп, который, ко всему прочему, является достаточно вредным продуктом.

***Вредоносный кукурузный сироп.***

Кукурузный сироп с высоким содержанием фруктозы, входящий в состав большого количества безалкогольных напитков, сладостей и замороженных продуктов, опасен для здоровья. Биологи создали условия, которые способствуют формированию потенциально вредных уровней токсичных веществ в кукурузном сиропе – состава под названием гидроксиметилфурфурол или HMF. Эти токсины негативно сказываются на здоровье, увеличивая риск сердечных проблем, диабета, ожирения, нарушения обмена веществ и завышенных уровней холестерина.

Кукурузный сироп повсеместно добавляется в обработанные пищевые продукты и сладкие напитки, а некоторые коммерческие пчеловоды также кормят им пчёл, чтобы повысить производство мёда. В условиях обработки и хранения с высокой температурой в сиропе образуются составы HMF, которые убивают насекомых, обнаружили учёные.

Для тестирований в течение 35 дней были измерены концентрации HMF в продуктах с кукурузным сиропом от разных производителей. При повышении температуры уровня HMF постоянно возрастают. По

продуктов и не употреблять те из них, которые имеют в составе кукурузный сироп. Врачи также установили, что НМФ в сиропе приводят к повреждению ДНК и распадаются в организме на другие субстанции, которые ещё опаснее для здоровья.

Источник: [ami-tass.ru](http://ami-tass.ru)

### ***Кукурузный сироп – главный враг стройной фигуры.***

Не все подсластители равны, когда речь заходит о лишних килограммах: исследование Принстонского университета показало, что крысы, получившие высокие дозы кукурузного сиропа с фруктозой, стали полнеть гораздо быстрее и весить больше, чем грызуны, имевшие доступ к обычному столовому сахару, при условии идентичных показателей калорийности. Длительное употребление кукурузного сиропа также привело к аномальному росту жировых отложений, особенно в области живота, и повышению показателей циркулирующих в крови жиров под названием триглицериды.

Распространено мнение, что кукурузный сироп с фруктозой ничем не отличается от других подслащающих веществ, способных увеличить массу тела и риск ожирения, но результаты лабораторных тестирований ясно доказали, что подобные убеждения просто не соответствуют действительности. Даже когда мышам давали пищу с высоким содержанием жиров, они не набирали столько лишнего веса, как при потреблении кукурузного сиропа. Причём концентрация сахара в растворе сахарозы, который давали животным, была идентична содержанию сахара в некоторых безалкогольных газированных напитках, в то время как кукурузный сироп имел в два раза меньше сахара. Экспериментальные мыши показали характерные признаки опасного метаболического синдрома, включая симптомы ненормального увеличения веса /на 48% больше/, значительного роста показателей триглицеридов и расширенного скопления висцерального жира на животе. Таким образом из-за кукурузного сиропа в организме мышей происходили не только серьёзные изменения, но животные также проявляли все черты быстрой прогрессии ожирения в самых тяжёлых формах.

Причины таких разительных изменений американские учёные видят в метаболизме избытка фруктозы в сиропе для активного производства жира в тканях, в то время как глюкоза в основном обрабатывается для производства энергии или хранится в виде углеводов, названных гликогеном, в печени и мышцах.

Уже 40 лет кукурузный сироп на основе фруктозы присутствует на американском рынке и добавляется во многие продукты и напитки. Примерно с 1970-х годов в США зафиксирован и рост темпов ожирения: если в то время около 15% американцев получили такой диагноз, то теперь примерно третья населения страны страдает от болезни. Чрезмерное потребление вредного кукурузного сиропа без сомнения вносит свой отрицательный вклад в распространение эпидемии ожирения среди американцев. Убеждены клиницисты,

Широко используется в пищевой промышленности и кулинарии как загуститель и подсластитель. Кукурузный сироп имеет свойство не засахариваться и сохранять влагу в массе приготовляемого продукта, что помогает продуктам, в которые он был добавлен, иметь более нежную текстуру, выглядеть более свежими и не высыхать. Он также увеличивает объем продукта и обогащает вкус.

Кукурузный сироп бывает светлым и тёмным. Чаще используется светлый, так как тёмный менее рафинирован, содержит специфические добавки и ближе к патоке.

В прошлом, при промышленном изготовлении кукурузного сиропа использовался гидролиз (осахаривание) кипячением раствора крахмала в присутствии хлорной либо серной кислот с последующим удалением кислоты и нерастворимых остатков. В настоящее время основной метод промышленного изготовления — двухэтапный ферментативный гидролиз. Фермент альфа-амилаза (продукт бактерии Сенная палочка) используют для гидролиза крахмала в сложные углеводы различной длины, а фермент глюкоамилаза — для дальнейшего расщепления до глюкозы. На производство одной тонны сиропа уходит примерно 2300 литров кукурузных зёрен.

В кукурузном сиропе высоко содержание глюкозы. Производится также кукурузный сироп с фруктозой, в котором от 45 % до 90 % сахаров приходится на фруктозу. Такой сироп слаще и легче растворяется. Для его производства используются дополнительные ферменты, которые превращают глюкозу в фруктозу.

Состав кукурузного сиропа может меняться в довольно широких пределах. Как и для других сахаросодержащих сиропов, общее количество сахаров определяют по декстрозному эквиваленту — содержанию редуцирующих сахаров, выраженных через декстрозу. Так, осахаренный сироп с 95 ДЭ содержит практически только глюкозу.

В США кукурузный сироп из местной кукурузы является более дешёвой альтернативой тростниковому сахару при производстве конфет, прохладительных напитков и других продуктов.

### Кукурузный сироп - вреднее гамбургера...

Новое исследование ученых из университета Мельбурна показало, что питание с высоким содержанием сахара может вызвать ожирение, даже если у человека нет склонности к набору лишних килограммов. В рамках работы эксперты обратили внимание на то, что у мышей, получавших в рационе больше глюкозы, были замечены признаки нарушения функционирования сердца и рост массы тела всего за 12 недель. Одну группы подопытных грызунов кормили жирной пищей, а другую потенциально здоровой с составом фруктозы, веществом, которое придает сладкий вкус, и является обычной пищевой добавкой.

Ведущий автор профессор Кимберли Меллор сообщил, что результаты указали на распространенное заблуждение о способности питании без добавок

давали кукурузный сироп, установили наличие окислительного стресса в мышечной системе сердца, что приводит к снижению количества кальция, позволяющего сердцу биться.

Потребление фруктозы увеличилось за последние несколько десятилетий в несколько раз, и это связано с появлением большего числа случаев с сахарным диабетом 2 типа. Раньше существовало мнение, что абсолютная или относительная инсулиновая недостаточность возникает на фоне ожирения, но на самом многие диабетики не страдают от лишнего веса, а некоторые пациенты даже не обладают предрасположенностью к появлению жировых отложений. Получается, что сахар куда страшнее, чем жирная пища, уверены исследователи.

Raut.ru публикация от 24.11.2010 07:30.

Спрос на кукурузный сироп в США растет с каждым днем. Сироп из кукурузы является неотъемлемой частью практически каждого продукта питания, произведенного на территории США.

Кукурузный сироп широко используется в пищевой промышленности и кулинарии как загуститель и подсластитель. Кукурузный сироп имеет свойство не засахариваться и сохранять влагу в массе приготовляемого продукта, что помогает продуктам, в которые он был добавлен, иметь более нежную текстуру, выглядеть более свежими и не высыхать, сообщает ИА «Казах-Зерно».

Он также увеличивает объем продукта и обогащает вкус. Однако американские ученые добавили ложку дегтя в бочку прекрасных и полезных свойств кукурузного сиропа.

Специалисты американского университета обнаружили, что значительное увеличение веса жителей США происходит по причине употребления кукурузного сиропа и продуктов на его основе.

Ученые провели исследования, результаты которых показали, что 48% людей, употребляющих сироп из кукурузы, набрали гораздо больше и быстрее лишний вес, чем те, которые не употребляли сироп в пищу.

Повальный интерес к этому продукту был вызван рекламой кукурузного сиропа, в котором говорилось о его схожести с белым сахаром. Однако содержание фруктозы в сиропе превышает в несколько раз по сравнению с содержанием в сахаре.

Также большинство сиропа производится из генетически модифицированной кукурузы, что обрекает продукт на содержание ГМО.

Источник kazakh-zerno.kz

Дискуссия о ГМО в программе "Специальный корреспондент" - "ГМО продукт" (04.12.2012)  
<https://www.youtube.com/watch?v=BmEqI2zoRuE>

Внимание!!! Опасность - кукурузный сироп!!!

Page 5 of 5



