

# VEGETA JE OTROV: Evo čime ubijate svoju porodicu

January 8, 2018 admin Zanimljivosti 0



Jedan od najprepoznatljivijih brendova Hrvatske, svakako je Vegeta, proizvedena davne 1959. godine.

Kada ju je naučnica Zlata Bertl poznatija kao 'teta Vegeta' napravila bio je to spoj začina i suvog povrća, posebno šargarepe, luka i celera pa je kao takva služila kao izvrstan dodatak supama i čorbama. No, kada je kreirala svoju mešavinu začina, Zlata verovatno nije ni sanjala kakvu će slavu svojim proizvodom postići. Od tih dana pa sve do danas Vegeta se isprofilirala u jednu od najkorišćenijih namirnica te dodatak gotovo svakom jelu.

Ipak, čini se kako je Vegeta koja se danas nudi na policama supermarketa daleko od čiste mešavine sušenog povrća. U njoj se nalazi velika količina soli, i to više od 50 odsto. A uz to, tu se kriju i pojačivači ukusa, odnosno aditivi koji se dodaju hrani kako bi imala što duži rok trajanja, bila ukusnija te izgledala dobro. Velika količina aditiva dominira ukusom hrane te ona tako gubi prirodnu aromu.

Aditivi se obeležavaju E-brojevima, zavisno o njihovom uticaju na ljudsko zdravlje. Dele se u tri kategorije: zelene, koji nisu opasni za ljudsko zdravlje; žute, koje bi trebalo konzumirati u manjim količinama; i crvene, koje bi trebalo izbegavati po svaku cenu.

Najzastupljeniji aditiv u Vegeti jest vrlo štetni mononatrijev glutaminat MSG – pojačivač ukusa i zamena za so – kojega se u Vegeti može naći čak oko 15% posto. MSG je aditiv E 621, označen crvenom bojom! Njegove nuspojave kreću se od migrena preko pogoršanih simptoma astme pa sve do izazivanja: mučnine, vrtoglavice, lupanje srca, teskobe, bolove u prsima, hiperaktivnost, nadutost, žeđ, hladan znoj, crvenilo lica, alergijske reakcije.

U velikim količinama može dovesti do odumiranja nervnih ćelija, a to se pak povezuje sa nastankom Alzheimerove, Parkinsonove, Huntingtonove bolesti. Zabranjen je u dečjoj hrani. Upravo zbog MSG-a, mnoge su majke iz svojih kuhinja izbacile vegetu.

Sušeno povrće tu je samo kao pokriće za hemijske sastojke kojima je cilj prevariti, pa čak i zatrovati konzumenta.

Tako se u skupoj Vegeti danas nalazi sol, malo sušenog korena te mrvica začina i sve u svemu moglo bi se konstatovati da kupujete nezdravu, pa čak i otrovnu namirnicu.

Ako ste u grupi onih koji alternativu pronalaze u Vegeti Natur, tada i dalje niste na pravom putu. Reč je o proizvodu koji sadrži kvašičev ekstrakt, odnosno veštački dobijenu glutaminsku kiselinu koja tako izolovana „pojačava“ slani ukus.

Istina je da je ta Glutamati kiselina neesencijalna aminokiselina, ali prirodna se nalazi u hrani te bi ju kao takvu trebalo i unositi u organizam i taj je unos pravilnom ishranom i više nego dovoljan.

Stoga bi bilo najbolje da po uzoru na Zlatu sami u svom domu spravite mešavinu začina koja ne samo da će biti korisna po vaše zdravlje, već i za vaš ukus.

izvor:ljekovitobilje



« PREVIOUS

Budućnost je stigla: Mašina koji pegla i slaže čist veš!

NEXT »

Svaki dan je slušala glasne zvukove iz garaže, KADA JE OTKRILA SUPRUGOVU TAJNU NIJE MOGLA VJEROVATI



## DUP

SEARCH ...

## RECENT POSTS

Dva koraka za sretniji život: Oslobodite se stresa i naučite da riješite svaki problem

Limunada s kurkumom tretira depresiju bolje nego antidepresivi

NOĆNO ZNOJENJE UKAZUJE NA SMRTONOSNU BOLEST: Ako imate OVE simptome, hitno idite kod LJEKARA

Kokosovo ulje cini cuda za vasu kozu i kosu, ali necete vjerovati sta jos moze

Briselski klošar jednim pozivom promenio život srpskom lekaru ... ipak ... EVO KO JE USTVARI BIO TAJ ČOVEK

## RECENT COMMENTS

Mr WordPress on Hello world!

## ARCHIVES

January 2018

December 2017

November 2017

October 2017

September 2017

August 2017

July 2017

May 2016

## CATEGORIES

Dijete

Ispovijesti

Kuhinja

Ljepota i njega

Medicina

Ostalo

Uncategorized

Vicevi

Zanimljivosti

## META

Log in

Entries [RSS](#)

Comments [RSS](#)

WordPress.org

## BE THE FIRST TO COMMENT

### Leave a Reply

Your email address will not be published.

Comment

Name \*

Email \*

Website

POST COMMENT