**PROBLEMATIKA AKRYLAMIDU V POTRAVINÁCH**

**Akrylamid** je chemická látka typicky sa tvoriaca v škrobovitých potravinách pri tepelnej úprave pokrmov za vysokých teplôt /napr pečenie, grilovanie, smaženie). Hlavným mechanizmom tvorby akrylamidu v potravinách je *reakcia redukujúcich cukrov s voľným asparagínom v rámci Maillardovej reakcie*. Tvorí sa z cukrov a aminokyseliny, ktoré sú prirodzene prítomné v potravinách. EFSA v r.2015 potvrdila, že akrylamid spôsobuje rakovinu u zvierat a na základe toho vedci dospeli k záveru, že **akrylamid v potravinách potenciálne zvyšuje riziko vzniku rakoviny u spotrebiteľov všetkých vekových skupín.**

Od začiatku r.2018 sa začali uplatňovať opatrenia na minimalizáciu množstiev akrylamidu u nasledovných potravín:

- zemiakové hranolčeky, iné krájané (vyprážané) výrobky a zemiakové lupienky *z čerstvých zemiakov,*

*–* zemiakové lupienky, ľahké jedlá, krevety a iné zemiakové výrobky *zo zemiakového cesta,*

- *chlieb,*

– *cereálie na prípravu raňajok* (okrem kaše z ovsených vločiek),

– *jemné pečivo: keksy, sušienky, sucháre, cereálne tyčinky, pagáče, kornúty, oplátky, lievance a medovníky,* ako aj *krekery, chrumkavé chleby a náhrada chleba*. V tejto kategórii je kreker sušienkou (pečený výrobok na báze obilnej múky),

-*káva –* pražená káva, instantná (rozpustná) káva*, náhrady kávy,*

*- detské potraviny a potraviny spracované na báze obilnín určené pre dojčatá a malé deti,* vymedzené v nariadení EÚ a Rady (EÚ) č.609/2013.

**Tvorbu akrylamidu je možné znížiť výberom surovín, zmenou postupov pri skladovaní a tepelnej príprave pokrmov!**

 

Europan Potato Processors association /EUPPA) pripravil v záujme znižovania tvorby akrylamidu počas prípravy pokrmov tzv. **zlaté pravidlá pre smaženie hranolkov,** ktoré sa nachádzajú na stránke:

<http://www.goodfries.eu/sk/rules/>

podporné video [http://www.goodfries.eu/sk/home/](http://www.goodfries.eu/sk/home/%20)