EKLHAFT - ALE DOBRÃ• ...

ÄŒtvrtek, 17 zÃ¡Å™Ã- 2020

Dnes si dopÅ™ejeme trochu chemie â€“ konkrÃ©tnÄ› o tom, â€žco by se nemÄ›loâ€œ. Tedy o tom, co jÃ-me tak rÃ¡di a ono nÃ
dÄ›snÄ› Å¡kodÃ-â€¦ JednÃ¡ se o akrylamid, â€žchemickou potvoru, kterÃ¡ patÅ™Ã- mezi karcinogeny. Akrylamid je takÃ© zÃ¡kl
stavebnÃ- jednotkou polyakrylamidu â€“ plastu vyuÅ¾Ã-vanÃ©ho napÅ™Ã-klad pÅ™i Ä•iÅ¡tÄ›nÃ- vod, v kosmetickÃ©m prÅ¯m
a v podobÄ› tÄ›snicÃ-ho tmelu jej mÅ¯Å¾ete potkat na stavbÄ› pÅ™ehrad a vodnÃ-ch rezervoÃ¡rÅ¯.

V naÅ¡ich
kuchynÃ-ch si ho vytvÃ¡Å™Ã-me zcela samovolnÄ› pÅ™i smaÅ¾enÃ-, restovÃ¡nÃ-, peÄ•enÃ- nebo
grilovÃ¡nÃ- potravin bohatÃ½ch na bÃ-lkoviny
a Å¡krob, pÅ™i teplotÄ› vyÅ¡Å¡Ã- neÅ¾ 120 Â°C. Brambory jsou proto pro vytvÃ¡Å™enÃ-
akrylamidu typickou vÃ½chozÃ- surovinou.

MnoÅ¾stvÃ-
vytvÃ¡Å™enÃ©ho akrylamidu vzrÅ¯stÃ¡ s teplotou a dÃ©lkou tepelnÃ© Ãºpravy. A - je
jedno, zda brambory smaÅ¾Ã-te na pÃ¡nvi, ve fritÃ©ze nebo v troubÄ› - na vznik
akrylamidu to vliv nemÃ¡.

-
SmaÅ¾te a peÄ•te brambory a bramborovÃ© vÃ½robky pouze do zlatova,
nikdy ne do hnÄ›da. PÅ™i pÅ™Ã-pravÄ› se vÅ¾dy snaÅ¾te udrÅ¾et teplotu do 175 Â°C. PeÄ•enÃ- je obecnÄ› mÃ©nÄ› Å¡kod
smaÅ¾enÃ-.

-
Neskladujte brambory pÅ™i teplotÄ› do 6 Â°C, protoÅ¾e tÃ-m
zvÃ½Å¡Ã-te obsah sacharidÅ¯, z nich pak pÅ™i tepelnÃ© ÃºpravÄ› vznikÃ¡ takÃ© vÃ-ce
akrylamidu.