

Badai Gábor
Stevia szerepe a gyümölcs és zöldségtermékek piacán

Napjainkban egyre nagyobb szerepet tölt be a táplálékbevitel során az egészségtudatos étrend. Dolgozatom témaként a *Stevia Rebaudiana Bertoni* leveleiből származó Szteviol-glikozidok felhasználásának előnyeit kutatom az élelmiszeriparban. Meggyőződésem, hogy Szteviol-glikozidok alkalmazásával hozzájárulhatunk társadalmunk egészségügyi állapotának javításán keresztül az életszínvonal javulásához.

Az élelmiszeriparban folyamatosan változó trendeknek köszönhetően nagy potenciál rejlik az alacsony kalóriatartalmú, természetes forrásból származó intenzív édesítőszerekben, a Szteviol-glikozidok felhasználásában. A Stevia édesítőszer tulajdonságai, mint az akár 300 szoros édes íz, alkalmazása során nem tapasztalható barnulás, a pH tűrés, a fermentációs képesség hiánya, az akár 200°C hőtűrés jól illeszthetők az élelmiszeripari gyártási folyamatokba. A Szteviol-glikozidok használata pasztörözéssel, az UHT, a sterilizálás, a HTST elvekkel jól harmonizál alapanyagként, így nagyobb fennakadások nélkül alkalmazható a gyümölcs és zöldségtermékek piacán.

A fogyasztók bizonyos részére jellemző túlsúly és az elhízás okot ad a megfelelő fizikai aktivitás és az optimális táplálkozásban rejlő megoldások kutatására és fejlesztésére, mivel ezek nagy hatással vannak egészségi állapotunkra.

A cukorbetegségben szenvedő személyek száma megduplázódott az elmúlt két évtizedben és további emelkedést prognosztizálnak az érintettek számában. A megelőzésben és a betegség kezelésében is nagy szerepet kapnak az édesítőszerrel készített termékek, mivel fogyasztásuk során az édes ízhatás nem párosul a vércukorszint megemelkedésével.

A Szteviol-glikozidok alkalmazásával teszünk a kalóriabevitel csökkentése érdekében is és ez hozzájárul az egészségügyi állapotunk javulásához.

A szteviozidok élelmiszer-adalékanyagok, amelyek ellenőrzése és szabályozása az Európai Unió által az 1333/2008/EK rendeletben találhatóak meg. Az adalékanyagok E-szám jelöléssel azonosíthatók, a Szteviol-glikozidok az E960a, E960c és E960d jelöléssel szerepelnek. Napi engedélyezett beviteli mennyiség (ADI) fejenként 4 mg / ttkg. A *Stevia Rebaudiana Bertoni* levél feldolgozása a Szteviol-glikozidok kinyerése érdekében többnyire különböző extrakciós

technológiák segítségével történik. Dolgozatomban megemlítek néhány egyszerűsített Stevia édesítőszer gyártási eljárást, amelynek segítségével képet kapunk a folyamatról.

Kutatásom részeként készítettem két kérdőívet a Google Docs Forms alkalmazásának segítségével. Az egyik kérdőívvel a fogyasztók véleményét kívántam felmérni a Stevia alkalmazásával kapcsolatban. A második kérdőívvel a Magyarországon tevékenységet végző, érintett élelmiszergyártók álláspontjáról kívántam képet kapni a Szteviol-glikozidok alkalmazásának területén.

A fogyasztók számára készített kérdőívre kapott válaszok alapján elmondható, hogy a kitöltők közel egyharmada küzd olyan jellegű egészségügyi problémával, amely befolyásolja étkezési szokásait. A kitöltők többsége nem sportol rendszeresen, vagy csak alkalmi jellegű sport tevékenységet folytat, viszont több, mint 20% tekint önmagára túlsúlyosként. A megkérdezettek többsége táplálkozási gyakoriság szempontjából átlagosan napi háromszori étkezést alkalmaznak, több, mint 90% fogyaszt valamilyen formában zöldséget és gyümölcsöt. Kimondottan kedvelik az édes ízű élelmiszert. Egy összehasonlító felmérés során hat édesítőszerrel kapcsolatosan feltett kérdés alapján a Stevia édesítőszer kedveltsége kimagasló, leginkább a természetes eredetét, az ízét, és az egészségességét jelölték pozitív jellemzőként. A résztvevők fele lecsérélné háztartásában a kristálycukrot *Stevia Rebaudiana Bertoni* növény leveleiből származó édesítőszerre. A második kérdőív feldolgozása során vállalkozói véleményt igen szerény csoportja képviselte az élelmiszergyártóknak, azonban a válaszadók több, mint fele (60%) alkalmaz édesítőszert bizonyos termékei előállításánál, potenciált lát a Szteviol-glikozidok felhasználásában és termékfejlesztést is helyezett kilátásba az érintett édesítőszer kapcsán.

Összességében kijelenthetem, hogy a Szteviol-glikozidok igen jelentős szerepet töltenek be a gyümölcs és zöldségtermékek piacán, a piacra kerülő termékeken keresztül javítanak társadalmunk egészségügyi helyzetén.