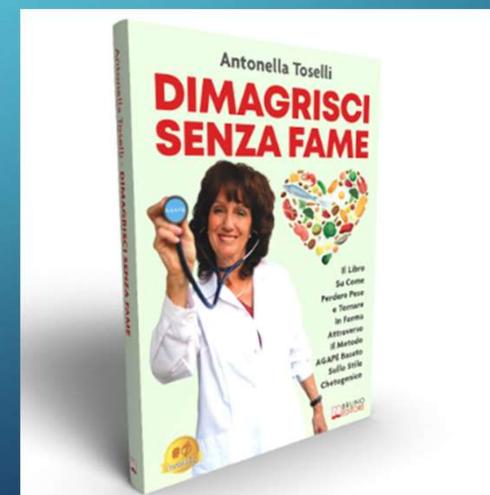


LO ZUCCHERO SULLE ETICHETTE: SCOPRIAMO I DIVERSI MODI

MATERIALE RISERVATO METODO AGAPE

DOTT.SSA ANTONELLA TOSELLI



ZUCCHERI AGGIUNTI

- Sono a tutti gli effetti degli zuccheri, come quelli naturali, che però vengono aggiunti nei cibi durante i processi di lavorazione.
- Vengono aggiunti negli alimenti confezionati, per conferire un sapore più gradevole, una consistenza differente o una conservazione più lunga.



ZUCCHERO AGGIUNTO

IL PEGGIOR INGREDIENTE DELLA DIETA MODERNA

- Ogni giorno ingeriamo grandi quantità di zucchero nelle più svariate forme, senza nemmeno accorgercene. In media si consumano circa 15 cucchiaini di zucchero aggiunto, dalle fonti più disparate.
- A causa degli zuccheri aggiunti, introduciamo inconsapevolmente, con l'alimentazione quotidiana, quantità maggiori di zuccheri, con tutti i rischi che ciò comporta per la salute.



ZUCCHERO/SACCAROSIO

1. Acesulfame (E 950)
2. Aspartame (E 951)
3. Aspartame e acesulfame (E 951)
4. Barley malt (sciroppo di malto d'orzo)
5. Blackstrap molasses
6. Brown sugar
7. Buttered syrup
8. Caramello
9. Cassonade
10. Castor sugar
11. Ciclamato (E 952)
12. Destrina
13. Destrosio
14. Diastatic malt
15. D-ribosio
16. Eritritolo (E968)
17. Eritritolo e fruttosio (E50)
18. Ethyl maltol
19. Florida crystals
20. Fruttosio
21. Fruttosio cristallino
22. Galattosio
23. Glucose solids
24. Glucosio
25. Golden sugar
26. Golden syrup
27. Icing sugar
28. Isomalto (E953)
29. Invert sugar
30. Lattilolo
31. Lattosio
32. Levulosio
33. maltitolo (E965)
34. Malto d'orzo
35. Maltodestrine
36. Maltosio
37. Mannitolo (E421)
38. Melasse
39. Miele
40. Monk fruit (frutto del monaco)
41. Neoesperidina (E959)
42. Neotame
43. Nettare d'agave
44. Raw sugar
45. Refiner's syrup
46. Saccarina (E 954)
47. Sciroppo d'acero
48. Sciroppo di carruba
49. Sciroppo di mais
50. Sciroppo di mais ad alto contenuto di fruttosio (HFCS)
51. Sciroppo di mais solido
52. Sciroppo di malto
53. Sciroppo di riso
54. Sciroppo di riso integrale
55. Sorbitolo (E 420)
56. Sorghum syrup
57. Stevioside
58. Sucanat
59. Succo di canna da zucchero
60. Succo di canna evaporato
61. Succo di frutta
62. Succo di frutta concentrato
63. Sucralosio (E955)
64. Tagatosio
65. Taumatina (E957)
66. Treacle sugar
67. Xilitolo (E 967)
68. Yellow sugar
69. Zucchero a velo
70. Zucchero d'uva
71. Zucchero da barbabietola
72. Zucchero Demerara
73. Zucchero di canna
74. Zucchero di canna Muscovado
75. Zucchero di canna Panela
76. Zucchero di cocco
77. Zucchero di datteri
78. Zucchero Eridania
79. Zucchero Turbinado
80. Zucchero/saccarosio