

A „tisztá címke" trükkje

A legális kiskapu a húskészítményeknél

BENJALEX LELEPLEZTE EUROPÁT!

„Mentes" vagy csak félrevezető?

1. Miről van szó?

A „Pure", „adalékanyag-mentes" vagy „csak természetes összetevők" feliratú húskészítményeket sokan azért választják, mert el akarják kerülni a tartósítószerket, főleg a nátrium-nitritet (E250). **A valóságban azonban gyakran nem az történik, hogy a gyártó nem használ nitritet, hanem az, hogy más úton hozza létre ugyanazt a vegyületet a termékben.**

A trükk a szabályozásban és a szóhasználatban van. **A gyártó jogilag nem hazudik, mert a szabályok lehetővé teszik neki, hogy másképp fogalmazzon. De a vásárlót ez félreviszi.**

2. A két út: mit csinál a gyár?

A hagyományos út – amit mindenki ismer:

A gyártó veszi a húst, belekeveri az E250-et (nátrium-nitritet), és kész. A címkén ott van: „nátrium-nitrit (E250)". Őszinte, egyértelmű.

Az új út – a „tiszta címke”:

A gyártó veszi a húst. Nem tesz bele E250-et. Helyette tesz bele zellerport (vagy céklalét, spenótport, „fűszerkivonatot” – ezek nitrátban gazdag zöldségek).

Majd hozzáad egy starter kultúrát. Ez nem más, mint egy baktériumtenyészet – leggyakrabban a *Staphylococcus carnosus*.

És itt jön a lényeg: a baktériumok megeszik a nitrátot, és nitritet eresztenek.

Ugyanazt a vegyületet, amit az E250 adna. Pontosan ugyanazt. A húspan ugyanaz a nitrit van, ugyanazt a szint adja, ugyanazt a tartósító hatást biztosítja.

A különbség? A címkén nem szerepel az E250.

3. Mi lesz az eredmény?

A végtermékben nátrium-nitrit van jelen – pontosan ugyanaz a vegyület, amit E250-ként ismerünk. Csak nem közvetlenül adták hozzá, hanem a „fűszerkivonatot” és a „starter kultúra” reakciójából keletkezett.

Ezért a címkén nem E250-ként szerepel, **hanem „zellerpor”, „fűszerkivonatot” és „starter kultúra” néven.** A gyártó formálisan nem ad hozzá nátrium-nitritet, de a technológia miatt a termékben mégis ez a vegyület keletkezik.

A végeredmény szempontjából ugyanaz történik: a szervezet nátrium-nitrittel találkozik.

4. Hol vezetik félre pontosan? – És miért jogilag mégis engedélyezett?

A címke elején: Nagy betűkkel az áll, hogy „nincs hozzáadott nitrit” vagy „no nitrite added”. Ez technikailag igaz – mert a gyártó nem tesz közvetlenül nitritet a húsba.

De a baktériumok létrehozzák. A végtermékben benne van.

A címke hátulján: Apró betűkkel, egy csillaggal van odaírva valami olyasmi, hogy „...kivéve azokat, amelyek természetesen előfordulnak”. Ezt senki nem olvassa el. A gyártó betartotta a szabályt, mert leírta. De úgy tette, hogy a lényeg eltűnjön.

Az összetevők listájában: Ott szerepel a zellerpor, a céklalé, a „fűszerkivonat”, a starter kultúra. Ezek nem hangzanak veszélyesen. Zeller? Az egészséges.

A szabályozásban:

- **Amerikában a USDA (Food Safety and Inspection Service)** jelenlegi szabályai szerint, ha a nitrit nem szintetikus adalékként kerül a húsba, hanem „természetes úton” keletkezik, akkor a terméket kötelezően „Uncured” (nem pácolt) vagy „No nitrate or nitrite added” címkével kell ellátni. Vagyis a törvény szerint kötelező ezt a szöveget ráírni. A gyártó nem dönthet másképp. A szabályozás maga teremti meg a félrevezetést.

- Az EU-ban a zellerport kötelező feltüntetni az összetevők között, és a végtermékben keletkező nitritet is szabályozzák. **Ráadásul az Európai Bizottság SCoPAFF A.09 állásfoglalása ezt a gyakorlatot szándékos adalékanyag-használatnak minősíti.** De a „nincs hozzáadott E250” szöveget itt is használhatják, és a vásárló ugyanúgy azt hiheti, hogy nitrit-mentes terméket vesz.

Tehát a gyártó nem törvényt sért. A törvény ad neki eszközt ahhoz, hogy a vásárlót félrevezesse. Ez nem jogilag büntetendő csalás. Ez egy jogilag engedélyezett félrevezetés.

5. Miért csinálják ezt?

Mert a vásárló megkérdezte. Az emberek elkezdtek kerülni az E250-et. A gyártó nem akart kevesebbet eladni. Így kitalálták, hogyan lehet ugyanazt a terméket eladni E250 nélkül, úgy, hogy közben ugyanaz legyen benne. És a vásárló örül, mert azt hiszi, döntött. **Pedig nem!!**

A marketing ezt „clean label”-nek, azaz „tisztá címkének” hívja. A címke tiszta. A termék nem.

6. A rákkockázat

Egyszerűen:

- A „fűszerkivonat” → nitrátot tartalmaz
- A „starter kultúra” → baktériumokat tartalmaz
- A baktérium átalakítja a nitrátot nitritté

- **A végeredmény ugyanaz, mintha a gyártó közvetlenül E250-et adott volna hozzá**

Ez a nitrit a szervezetben tovább alakulhat – **nitrozaminok keletkezhetnek, amelyeket a Nemzetközi Rákkutatási Ügynökség (IARC) rákkeltőként tart nyilván.**

A „mentes” jelölés tehát nem feltétlenül jelenti azt, hogy a vegyület nincs jelen.

Gyakran csak azt, hogy nem közvetlenül adták hozzá. **A végeredmény szempontjából viszont ugyanaz történik.**

7. Mit kell tenned, ha nem akarsz, hogy

félrevezessenek?

Fordítsd meg a csomagolást. Ne a nagy betűs szöveget nézd, hanem az összetevők listáját. Ha ezek bármelyike szerepel, akkor tudhatod: a termékben nitrit keletkezett:

- zellerpor (celery powder / celery juice powder)
- céklalé / céklapor (beetroot juice / powder)
- spenótpor (spinach powder)
- starter kultúra (starter culture)
- káposztalé (kale juice / powder)
- „fűszerkivonat” (spice extract)

Ha ezeket látod, és a csomagolás azt hirdeti, hogy „nincs hozzáadott nitrit”, akkor pontosan azt a módszert alkalmazták, amiről itt szó van.

8. Ki mondja ezt? Nem a Benjalex találta ki.

Ezt nem a saját fejemből szedtem. Ezt a szakma dokumentálta. Íme, a bizonyítékok:

„A zellerpor, mint természetes nitrátforrás, starter kultúrával kombinálva, az egyik leggyakrabban használt nitritforrás a természetes és organikus hústermékekben.”

— **American Meat Science Association (AMSA), Alternative Curing, szakmai kiadvány**

„A nitritpótlás gyakran nitrátban gazdag zöldségek alkalmazását jelenti, nitrát-redukáló starter kultúrákkal vagy előre konvertált nitritporokkal, hogy elegendő nitrit-termelést biztosítson.”

— **MDPI Foods folyóirat, „Clean-Label Strategies for the Replacement of Nitrite, Ascorbate and Phosphate in Meat Products”, 2025**

„Az elmúlt 10 évben fokozatosan fejlődtek ki a „természetes pácolási” folyamatok a zellerport tartalmazó nitrátforrásokból és starter kultúrákból.”

— **Sebranek, Joseph G. (Iowa State University), Jackson-Davis, A.L., Myers, K.L., Lavieri, N.A. — Meat Science, 2012**

„Kérjük, hogy a hatóság szüntesse meg azt a követelményt, miszerint az ilyen termékeket „Uncured” (nem pácolt) és/vagy „No Nitrate or Nitrite Added” (nincs hozzáadva nitrát vagy nitrit) felirattal kell ellátni.”

— **Center for Science in the Public Interest (CSPI) — Petition 19-03, USDA FSIS, 2019. augusztus 29.**

„A zellerpor starter kultúrával kombinálva a leggyakrabban alkalmazott természetes pácolási mód, és a végeredmény szempontjából nem különbözik a szintetikus nitrit hozzáadásától.”

— **Yong, Hae In (Korea Food Research Institute / Chungnam National University), Kim, Tae-Kyung, Choi, H.D., Jang, H.W., Jung, S., Choi, Y.S. — Food Science of Animal Resources, 2021, 41, 173–184**

„**Az Európai Bizottság SCoPAFF A.09 állásfoglalása ezt a gyakorlatot szándékos adalékanyag-használatnak minősíti.**”

— Európai Bizottság, Standing Committee on Plants, Animals, Food and Feed (SCoPAFF), A.09 állásfoglalás

9. A Benjalex nem csak a címkét olvassa

A Benjalex azt nézi, mi történik a termékben.

Nem elég elolvasni, hogy mit írnak a csomagolásra. Azt kell megnézni, mi van benne, és hogyan keletkezett. Ha egy „mentes” termékben ugyanaz a vegyület van, mint egy „nem mentes” termékben, akkor az a „mentes” felirat értelmetlen. Vagy pontosabban: félrevezető.

Ha a gyártó betehetne egy címkét, ami azt írja: „Ezt a terméket nem E250-gel pácoltuk, hanem zellerporral és baktériumokkal, amelyek a zeller nitrátjából pontosan ugyanannyi nátrium-nitritet állítanak elő, mint az E250" – vennéd meg?

Nem. Senki nem venné meg. Ezért nem így írják. Ezért írják azt, hogy „nincs hozzáadott nitrit". És ez jogilag engedélyezett. De ettől még félrevezet.

Ne dőlj be.

Források: Yong H.I. et al. (Food Sci. Anim. Resour. 2021), Sebranek J.G. et al. (Meat Science 2012), American Meat Science Association (Alternative Curing), CSPI Petition 19-03 (USDA FSIS 2019), MDPI Foods (2025), Európai Bizottság SCoPAFF A.09 állásfoglalás.

Jó ételhez jó alapanyag kell
Vizsgálathoz benjalex kell!

Tudod mit eszel?

Benjalex team