



Jeste li pročitavši o štetnosti teflona, odlučili izbaciti iz kuhinje teflonsko posuđe?

Jeste li u potrazi za novim, zdravijim i bezopasnijim posuđem?

Jesu li Vam možda zapele za oko one lijepe bijele tave i lonci s “revolucionarnim” keramičkim premazom?

Iako na njima piše da su “green”, “eco” i “healthy”, ove tavice su možda opasnije od teflona.

Zašto teflonsko posuđe ne bi trebalo biti u Vašoj kuhinji

Ako još niste pročitali o štetnom djelovanju teflona, ukratko ćemo navesti razloge zbog kojih biste ga trebali izbjegavati:

- Suprotno od onoga što kažu reklamne poruke, teflon ne podnosi temperature na kojima se priprema hrana.
- Kod zagrijavanja teflonske tave na temperaturi 240-350°C dolazi do raspada teflona i ispuštanja otrovnih para.
- Pri ovim temperaturama oslobađaju se velike količine fluorirane kiseline, tetrafluoretilena i heksafluorpropena te sitnih nanočestica teflona.
- Kod još većih temperatura (koje možete postići, ostavivši praznu tavu na vatri samo 3 minute), ispuštaju se još štetniji otrovi perfluorizobuten i karbonilfluorid.
- Tetrafluoretilen, perfluoroktanska kiselina i perfluorizobuten su kancerogene tvari i deset puta su toksičnije od konvencionalnoga bojnog otrova fosgena i monofluoroktene kiseline koje mogu uzrokovati smrt i u niskim koncentracijama.
- Teflon je proizvod polimerne industrije koji je za vrijeme Drugog svjetskog rata upotrebljavan **u procesu proizvodnje nuklearne bombe**.
- PFC spojevi koji sadrže teflon su otrovni i biološki nerazgradivi pa se s vremenom nakupljaju u okolišu.
- PFC narušava hormonsku ravnotežu u organizmu, može uzrokovati mnoge vrste karcinoma, oštećuje imunosustav i sprečava normalni razvoj fetusa.

Pametno je izbor izbaciti teflonsko posuđe iz kuhinje. Ali čime ga zamijeniti? Koje je posuđe zdravo, a koje nije? A čime tek zamijeniti tavu za palačinke?!!

Danas u supermarketima možemo vidjeti bijele i šarene tave te setove posuđa s keramičkim neprijanjajućim slojem od Delimano, Neoflame, Moneta itd. Izgledaju vrlo privlačno i čine se kao zdrava alternativa teflonskom posuđu.

Na žalost, iako na njima piše da su ekološki prihvatljive i zdrave, ovo je daleko od istine.

Zašto su tave s keramičkim premazom loša zamjena za teflon

Tave sa keramičkim neprijanjajućim premazom su se pojavile nedavno na tržištu.

Njihova je izrada moguća zahvaljujući napretku tehnologije.

Radi se o “revolucionarnom” premazu koji se sastoji od **nanočestica keramike koje se lijepe na tavu uz pomoć posebnog ljepljiva**.

Prvo što zabrinjava je upotreba ljepljiva.

Pitali smo proizvođače kako se ovo ljepljivo ponaša pri visokim temperaturama i ogrebotinama te koje količine toga ljepljiva se ispuštaju u hranu. Odgovor nismo dobili.

Ali ono što uistinu zabrinjava je upotreba nanočestica.

Problem je u tome što je nanotehnologija sasvim nova grana znanosti. Nanoproizvodi su se počeli prodavati bez provedenih dodatnih istraživanja i nadzora.

Naime, nije u potpunosti jasno kako nanočestice djeluju na naše zdravlje i okoliš.

Počeli smo koristiti perilice rublja s nanosrebrom, antibakterijske čarape s nanosrebrom te kozmetiku s nanosrebrom.

Nakon toga smo shvatili da nanočestice srebra ulaze u okoliš i **mijenjaju prirodni balans mikroorganizama u prirodi**.

Upravo stoga mnogi proizvodi s nanosrebrom užurbano se povlače s tržišta.

Proizvođači nanokeramičkih tava bi trebali odgovoriti na sljedeća pitanja: Koliko nanočestica se ispušta u zrak? Koliko ih hranom unesemo u organizam? Kako se oni ponašaju u našem organizmu?

Na žalost, odgovor na ovo pitanje nećete uskoro dobiti jer tehnologija za mjerenje ispuštenih nanočestica još ne postoji!

Rezultati istraživanja o djelovanju nanočestica na ljudski organizam i okoliš zabrinjavaju. Otkriveno je da se nanočestice ponašaju na vrlo agresivan način.

"Izgleda da su nanočestice još opasnije i toksičnije od drugih materijala zbog njihove male veličine i povećane reaktivnosti." ([ETC group](#))

Nanočestice brzo ulaze u naš organizam. Malene su i pokretljive te ih zbog toga naš imunitet

ne prepoznaje.

- čestice veličine 70 nanometara pohranjuju se duboko u našim plućima,
- čestice veličine 50 nanometara bez problema ulaze u naše stanice,
- čestice veličine 30 nanometara prelaze krvno-moždanu barijeru i ulaze u mozak

Zvuči li Vam ovo bezopasno?

Zdrava alternativa teflonu i nanokeramičkim tavama

Pitanje ostaje: čime zamijeniti teflonsko posuđe?

Posuđe od nehrđajućeg čelika, kvalitetno emajlirano posuđe, stakleno, glineno i keramičko posuđe (ne nano!) odlično i zdravo su posuđe za pripremanje hrane.

Što se tiče pečenja palačinki i drugih ljepljivih namirnica, najbolje su rezultate pokazale tave od lijevanog željeza (gusa) koje ravnomjerno raspoređuju toplinu i omogućuju pripremu hrane bez lijepljenja.

Ove tave se nešto duže zagrijavaju i relativno su teške, ali zato se vrlo lagano peru i zdrave su.

Naša preporuka su tave od lijevanog željeza s emajliranom glazurom od Le Crueseta koje su pokazale odličan rezultat kod pečenja.

Ovo posuđe ima dugačku tradiciju i mnogi profesionalni kuhari ga zaslužno smatraju najboljim, najzdravijim i najpouzdanijim posuđem.

Preneseno sa: <http://www.alternativa-za-vas.com/index.php/clanak/article/keramichke-eko-tavice/>

