

Není burák jako burák - test arašídových pomazánek

17.4.2024 - Lucie Korbeliusová | DTest

Ačkoliv arašídový svým vzhledem připomínají ořechy, botanicky jde o luštěninu. Pomazánky vyráběné z mletých pražených arašídů obsahují okolo 50 % tuku a 25 % bílkovin. Při nákupu arašídových pomazánek můžete narazit na dva složením zásadně odlišné výrobky. V první řadě může jít o arašídové máslo vyrobené pouze z arašídů. Druhou možnost nabízejí arašídové pomazánky, které navíc obsahují i přidaný cukr, sůl a další rostlinné tuky. „Do našeho testu jsme vybírali hlavně výrobky prvního typu, tedy arašídová másla, ač by se toto sousloví správně na etiketách používat nemělo. Máslo je v Evropské unii vyhrazeno jen a pouze pro mléčný výrobek s 80 až 90 % mléčného tuku,“ vysvětluje šéfredaktorka časopisu dTest Hana Hoffmannová a dodává: „Odlišné složení se projevuje nejen v chuti, ale také odlišnou nutriční hodnotou. Pomazánky ukrývají vyšší podíl cukru a také soli.“ A oproti arašídovým máselům jsou pomazánky i značně levnější - cena čtyř testovaných pomazánek se pohybovala od 15,60 do 16 Kč za 100 g oproti 21,20 až 48,20 Kč/100 g u 12 hodnocených vzorků másla.

Arašídové máslo zatím nemá v Česku příliš dlouhou tradici. „I my jsme se při jeho testu dozvěděli mnoho nových informací a zajímavostí,“ přibližuje Hana Hoffmannová. Laboratoř odhalila, že se arašídová másla liší nejen v chuti a textuře, ale zásadně i v kvalitě vzhledem k použitým typům arašídů. „První pohled na výsledky nás trochu znejistil,“ říká šéfredaktorka Hoffmannová a pokračuje: „Podíly některých kyselin se u několika výrobků extrémně lišily. Platilo to zejména pro kyselinu olejovou a linolovou. U produktu Mělněné arašídový jemný krém značky Navařeno představovala kyselina linolová 9 % z celkového počtu mastných kyselin. V případě výrobku Alnatura Erdnuss Mus fein to bylo 38,2 %.“ Ukázalo se tak, že vedle běžných arašídů existují i speciálně vyšlechtěné druhy buráků s pozměněným složením tuku s vysokým obsahem stabilní kyseliny olejové, což má významný dopad na kvalitu a chuť finálního produktu.

Máslo vyrobené ze speciálně vyšlechtěných arašídů s vyšším obsahem stabilních mononenasycených mastných kyselin vykazovalo i nižší sklon ke žluknutí. Naopak, výrobky z běžných arašídů často vykazovaly výraznější známky chemického rozkladu tuku, což vedlo k horšímu hodnocení v testu.

„Arašídové máslo bylo vynalezeno jako lehce stravitelná a vydatná výživa pro pacienty v sanatoriích. Ať už hledáte ideální pomazánku na toast, základ pro smoothie nebo prostě jen chcete něco málo na lžici pro rychlou energii, můžete sáhnout po burákovém másle. Samozřejmě by bylo dobré sáhnout po výrobku z odolnějších odrůd arašídů, ale ten bohužel spotřebitel podle etikety nepozná. Obaly o použitém druhu arašídů mlčí a bez chemické analýzy je nelze odhalit,“ popisuje situaci Hana Hoffmannová.

Redakce časopisu dTest se kromě 100% arašídových másel podívala i na pomazánky s přidaným cukrem, solí a dalšími rostlinnými tuky. Hlavní rozdíl mezi nimi vynikl při kontrole výživových hodnot. Slušnou porci bílkovin nabízejí oba druhy výrobků (24 - 29,9 g/100 g), ovšem výhodou arašídových másel je nižší obsah cukru a především soli. Odlišné složení se projevilo i v chuti výrobků.

Jak si jednotlivé výrobky vedly v senzorickém hodnocení či zda obsahovaly nežádoucí látky se spolu s kompletními výsledky testu produktů z arašídů dozvíte na webových stránkách organizace dTest.

dTest, o.p.s. je největší českou spotřebitelskou organizací, která v ČR působí již od roku 1992. Je vydavatelem spotřebitelského časopisu dTest, na jehož stránkách jsou publikovány výsledky nezávislých a objektivních testů produktů, varování před nebezpečnými a zdravotně závadnými výrobky, informace o spotřebitelských právech a rady, jak tato práva účinně uplatňovat. dTest je součástí mezinárodní organizace International Consumer Research and Testing (ICRT) a evropské spotřebitelské organizace BEUC.

Poradenská linka časopisu dTest - 299 149 009 - je v provozu každý pracovní den od 9 do 17 hodin a spotřebitelé na ní mohou konzultovat s právními poradci časopisu dTest nejrůznější spotřebitelské problémy, a to za cenu běžného tarifu volání. Od spuštění v roce 2010 této možnosti využily již statisíce spotřebitelů a poradenská linka časopisu dTest se tak stala první a nejvyhledávanější cestou k řešení potíží, se kterými se zákazníci na trhu setkávají.

<https://www.dtest.cz/clanek-10865/dtest-neni-burak-jako-burak-test-arasidovych-pomazanek>