



Næringarfræðingurinn, rangfærslurnar & rógurinn

Náttúrulækningafélag Íslands er eitt af virtustu félögum landsins með langa sögu. Það er því mjög alvarlegt er næringarfræðingur notar rit NLFÍ til að dreifa rangfærslum og rógi um þekktar matvörur og ekki hægt að láta slíku ósvarað fyrir okkar góðu vöru, SS pylsuna.

Grein Geirs Gunnars næringarfræðings 24. janúar síðastliðinn í riti NLFÍ ber yfirskriftina „Fimm algengar gervimatvörur sem við gefum börnunum okkar“.

Með heitinu „gervimatvara“ felst fullyrðing um að SS pylsan sé ekki úr náttúrulegum efnum. Þetta er alrangt. Í pylsum er rúmlega 99% innihaldsins náttúruleg efni og meira að segja kollagen görnin sem er utan um pylsurnar er náttúrulegt efni sem unnið er úr nautum.

Geir bætir um betur og segir „og þetta er líklega bæjarins versta næring“. Það er varla hægt að hugsa sér meiri róg um eina matvöru en hér kemur fram og með miklum ólíkindum að maður menntaður í næringarfræði láti svona frá sér.

Enn heldur Geir áfram og segir að erfitt sé að finna eitthvað hollt við pylsuna og gefur upp innihald frá öðrum framleiðanda en SS og dregur þá ályktun að 57% af pylsunni sé kjöt en hitt hin ýmsu aukefni.

Í tilfalli SS er kjöthlutfallið um 65% og það sem Geir kallar aukefni eru íslenskt vatn sem er 25% af þyngdinni sem engum nema Geir dettur í hug að kalla aukefni. Þar við bætist undanrennuduft 3,5% sem er þurrkuð undanrenna og inniheldur fyrst og fremst kolvetni og prótein. Undanrennuduft er ekki aukefni. Þar við bætist kartöflumjöl 2,7% sem er náttúruleg vara unnin úr þurrkuðum kartöflum og er ekki aukefni. Salt er 2,1% sem gerir um 1 gramm í hverri pylsu. Sojaprótein er 1% og er náttúrulegt efni sem unnið er úr sojaböunum. Krydd og kjötkraftur er 0,8%.

Það eru þrjú aukefni í pylsunni. Þau eru fosfat 0,54% sem er bindiefni, C vítamín 0,07% til að minnka hættu á gerjun og nítítrít 0,03% til að gefa rauðan lit. Samtals eru aukefni því 0,64% af þyngd en ekki 43% eins og Geir heldur fram.

Enginn sykur er í pylsunni

Næringarlega er SS pylsan góður kostur miðað við sambærilegan flokk matvæla. Hún inniheldur aðeins 17% fitu sem er miklu minna en algengt er með pylsur og miklu minna en t.d. í hamborgurum sem eru yfirleitt með 20-25% fitu. Pylsan inniheldur 13% prótein sem er meira en skyr svo dæmi sé tekið. Fullyrðing Geirs um að SS pylsan sé „líklega bæjarins versta næring“ er augljóslega fráleit.

SS leggur mikið kapp á þróun góðra matvæla sem uppfylla þarf nýrra tíma. Við fögnum faglegru umræðu um matvæli og mataræði. Umræðu sem er án rangfærslna og rógs.

SS pylsan á sér langa sögu. Á bak við hana er hefð og metnaður afburða fagmanna til að framleiða úrvals vöru og standa undir væntingum íslendinga um vöru sem er fremst fyrir bragðið.

Reykjavík 1. Febrúar 2016

Virðingarfyllt,

Steinþór Skúlason forstjóri SS