

9. Přídavné látky v potravinách

Zde bych chtěl upozornit zejména na přídavné látky, kterým bychom se měli pokud možno určitě vyhnout. To znamená, že zde nevypíši všechny, ale jen ty které nás vyloženě ohrožují na zdraví, mnohdy i na životě, ale i těch je až dost. Myslím si, že jsme schopni, pokud nebudeme pohodlní velice omezit nebo mužná i odstranit příjem těchto přídavných látek v potravě. Je třeba ještě upozornit na to, že někteří výrobci jsou si vědomi, že lidé se již koukají na potraviny a zde vypsaná Éčka a tak ona Éčka vypisují textem. Právě proto je třeba znát i názvy těchto Éček.

Přídavné látky působící zjevně nepříznivě. Můžete-li se jim proto vyhnout, ROZHODNĚ to udělejte!!!

E 120	Košenila, kyselina karmínová, karmíny
E 161g	Kanthaxanthin
E 173	Hliník (v podobě pigmentu)
E 234	Nisin
E 236	Kyselina mravenčí
E 251	Dusičnan sodný
E 252	Dusičnan draselný
E 262	Octany sodné
E 280	Kyselina propionová
E 281	Propionan sodný
E 282	Propionan vápenatý
E 283	Propionan draselný
E 338	Kyselina fosforečná
E 339	Fosforečnany sodné
E 340	Fosforečnany draselné
E 341	Fosforečnany vápenaté
E 342	Fosfáty amonné
E 343	Fosforečnan hořečnatý
E 355	Kyselina adipová
E 356	Adipan sodný
E 357	Adipan draselný
E 362	Adipan amonný
E 368	Fumarát amonný
E 370	1,4 – heptonolakon
E 380	Citrát amonný
E 381	Citrát železnato-amonný
E 383	Glycerolfosfát vápenatý
E 385	Dvijsodnovápenatá sůl kyselina ethylendiamintetraoctová
E 386	Dvojsodná sůl kyseliny ethylendoamintetraoctové
E 387	Oxystearin
E 388	Kyselina thiopropionová
E 389	Diaulyr thiodipropionát

E 390	Distearyl thiodipropionát
E 405	Propan-1,2-diolalginát
E 412	Guma gust
E 413	Tragant
E 414	Arabská guma
E 432	Polyoxyethylensorbitanmonolaurát
E 433	Polyoxyethylensorbitanmonooleát
E 434	Polyoxyethylensorbitanmonopalmitát
E 435	Polyoxyethylensorbitanmonostearát
E 436	Polyoxyethylensorbitantristearát
E 442	Amonné soli fosfatidových kyselin
E 443	Bromovaný rostlinný olej
E 444	Acetát-isobutyryát sacharózy
E 446	Succistearin
E 450	Difosforečnany (další druhy označené E 543, 544, 545)
E 451	Trifosforečnany
E 452	Polyfosforečnany
E 459	Beta-cyklodextrin
E 462	Ethylcelulóza
E 467	Ethylhydroxyethyl celulóza
E 468	Zesíťovaná sodná sůl karboxycelulozy
E 476	Polyglycerolpoliricinoleát
E 477	Estery propan-1,2-diolu s mastnými kyselinami
E 478	Laktylované Estery glycerolu
E 479	Oxidovaný sojový olej a jeho produkty
E 485	Stearát sodný
E 487	Sodium Laurylsulfát sodný
E 488	Etoxylované mono- a diglyceridy
E 507	Kyselina chlorovodíková
E 513	Kyselina sírová
E 518	Síran hořečnatý
E 520	Síran hlinitý
E 521	Síran sodnohlinitý
E 522	Síran draselnohlinitý
E 523	Síran amonnohlinitý
E 535	Hexakynoželeznatan sodný
E 536	Hexakynoželeznatan draselný
E 537	Hexakynomanganatan železnatý
E 538	Hexakynoželeznatan vápenatý
E 539	Thiosíran sodný
E 540	Difisforečnan vápenatý
E 541	Fosforečnan sodnohlinitý
E 542	Jedlá kostní poučka
E 546	Difosforečnan hořečnatý
E 573	Steran hlinitý
E 620	Kyselina glutamová
E 621	Glutaman sodný
E 622	Glutaman draselný
E 623	Glutaman vápenatý
E 624	Glutaman amonný

E 625	Glutaman hořčnatý
E 626	Kyselina guanylová
E 627	Guanylan sodný
E 628	Guanylan draselný
E 629	Guanylan vápenatý
E 630	Kyselina inosinová
E 631	Inosinan sodný
E 632	Inosinan draselný
E 633	Inosinan vápenatý
E 634	Ribonukleotidy, vápenaté soli
E 635	Ribonukleotidy, sodné soli
E 900	Dimethylpolysiloxan
E 906	Guma benzoe
E 915	Glycerol-methyl-nebo pentaerythrytolestery
E 919	Nitrosyl Chloride
E 930	Calcium Peroxide
E 943	Butan, Isobutan
E 946	Octafluorocyclobutan
E 950	Acesulfam K
E 951	Aspartam
E 955	Cukralosa (trichlorogalaktosacharóza)
E 959	Neohesperidin DC
E 10201	Polyvinylpyrrolidon
E 1202	Polyvinylpolypyrrolidon
E 1410	Fosfátový monoester škrobu
E 1412	Fosfátový diester škrobu
E 1413	Monofosfát škrobového difosfátu
E 1414	Acetylovaný škrobový difosfát
E 1440	Hydroxypropylovaný škrob
E 1442	Hydroxypropyl – škrobový difosfát
E 1450	Škrobový oktenyljantaran sodný
E 1505	Triethylcitrát
E 1518	Glyceryltriacetát (triacetin)
E 1521	Polyethylenglykol

Přídavné látky upozorňující na „nejvyšší nebezpečí“ – proto komu je život milý, ten ať se snaží těmto látkám zásadně vyhýbat, neboť mohou vykazovat až výrazně škodlivý zdravotní dopad!!!

E 102	Tartrazin
E 104	Chlornilová žlut'
E 107	Žlut' 2G
E 110	Žlut' SY
E 111	Oranž GGN
E 121	Citrónová červeň 2
E 122	Azorubin
E 123	Amarant
E 124	Ponceau 4R

E 125	Ponceau SX
E 127	Erythrosin
E 128	Červeň 2G
E 129	Červeň Allura AC
E 131	Patentní modř V
E 132	Indigotin
E 133	Brilantní modř FCF
E 142	Zeleň S
E 143	Fast green FCF
E 151	Čerň BN
E 154	Hněď FK
E 155	Hněď HT
E 180	Litholrubin BK
E 209	Heptyl p-hydroxybenzoát
E 210	Kyselina benzoová
E 211	Benzoan sodný
E 212	Benzoan draselný
E 213	Benzoan vápenatý
E 214	Ethylparahydroxybeuзоát
E 215	Ethylparahydroxybeuзоát sodná sůl
E 216	Propylparahydroxybenzoát
E 217	Propylparahydroxybenzoát sodná sůl
E 218	Methylparahydroxybenzoát
E 219	Methylparahydroxybenzoát sodná sůl
E 220	Oxid siřičitý
E 221	Siřičitan sodný
E 222	Hydrogensiřičitan sodný
E 223	Disiřičitan sodný
E 224	Disiřičitan draselný
E 225	Siřičitan draselný
E 226	Siřičitan vápenatý
E 227	Hydrogensiřičitan vápenatý
E 228	Hydrogensiřičitan draselný
E 230	Bifenyl
E 231	Orthofenylfenol
E 232	Orthofenylfenolát sodný
E 233	Thiabendazol
E 235	Natamycin (pimaricin)
E 239	Hexamethylentetramin
E 240	Formaldehyd
E 242	Dimethyldikarbonát
E 249	Dusitan draselný
E 250	Dusitan sodný
E 284	Kyselina boritá
E 285	Teraboritan sodný
E 310	Propylgallát
E 311	Oktylgallát
E 312	Dodecylgallát
E 313	Ethylgallát
E 319	Terciální butylhydrochinon (TBHQ)

E 320	Butylhydroxyanisol (BHA)
E 321	Butylhydroxytoluen (BHT)
E 324	Ethoxyquin
E 384	Citrát isopropylnatý
E 430	Plyoxyethylenstearát
E 431	Plyoxyethylenmonostearát
E 480	Dioktyl sodium sulfosukcinát
E 922	Persíran draselný
E 923	Persíran amonný
E 924	Bromičnan draselný
E 925	Chlor
E 926	Oxid chloričitý
E 927	Azoformamid
E 927 b	Močovina (karbamid)
E 928	Benzoyl Peroxide
E 929	Acetone Peroxide
E 940	Dichlordifluorometan ^{••}
E 944	Propan
E 945	Chlorpentafluoroetan
E 952	Kyselina cyklamová a její soli (cyklamáty)
E 954	Sacharin
E 956	Alitam