

Asociația Pro Consumatori

ATENȚIE! Zacusca de pe piață ne îmbolnăvește cu... zile!

Mulți au renunțat să își mai prepare diferite bunătăți pentru cămară, așa că le cumpără gata făcute. Dar ce cumpără, de fapt? Multe E-uri, multe... otrăvuri! Un alt studiu, alte nereguli: tradiționala zacuscă, numai tradițională nu mai este! Ce conține de fapt un borcan cu acest preparat? Asociația Pro Consumatori, organizație de utilitate publică, membră a Organizației Europene a Consumatorilor, a analizat conținutul a 55 mărci de zacuscă de/cu ciuperci, de/cu vinete, de fasole, țărănească, macedoneană, clasică, cu pește, comercializate în marile structuri comerciale. Iată ce conțin, de fapt, aceste produse: Zacusțe cu ciuperci și 5 lingurițe de zahăr!; Zacuscă de vinete cu amidon din cartofi!; Zacuscă de fasole cu 5 grame de sare!; Zacuscă țărănească cu 5 lingurițe de zahăr!; Zacuscă cu carne de pește separată mecanic!; Cantitatea de ciuperci din zacusca cu ciuperci variază între 5% și 35%!; Cantitatea de vinete din zacuscă cu vinete variază între 18% și 35%!

Experții APC au analizat conținutul a 27 mărci de zacuscă de/cu ciuperci, 14

mărci de zacuscă de/cu vinete, 5 mărci de zacuscă de/cu fasole și alte 9 mărci de zacuscă (macedoneană, bulgărească, țărănească, cu pește).

Top 10 mărci zacuște ciuperci după cantitatea de ciuperci din compoziție:

1. FML Gardena (borcan de 290 grame) cu 40 % bureți de fag și 30% ciuperci pleurotus;
2. Topoloveana (borcan de 190 grame) cu 41 % ghebe;
3. Gusturi românești (borcan de 300 grame) cu 35 % ghebe;
4. Conacul Boierului (borcan de 190 grame) cu 33,81 % ghebe;
5. Vrâncioaia (borcan de 300 grame) cu 26 % ghebe;
6. Auchan (borcan de 300 grame) cu 25 % ciuperci;
7. La gura sobei (borcan de 300 grame) cu 25 % bureți de fag; Vatra Bunicii (borcan de 300 grame) cu 25 % ciuperci; Tradiția gustului (borcan de 300 grame) cu 25 % ciuperci;
8. Gusturi românești (borcan de 300 grame) cu 23 % ciuperci; Cora (borcan de 295 grame) cu 23 % ciuperci;
9. Bunătăți de Topoloveni (borcan de 540 grame) cu 20 % ghebe; Capricii și delicii (borcan de 290 grame) cu 20 % gălbiori; Capricii și delicii (borcan de 290 grame) cu 20 % hribi; Capricii și delicii (borcan de 290 grame) cu 20 % ciuperci; Pivnița Bunicii (borcan de 180 grame) cu 20 % ciuperci;
10. Mega Image (borcan de 300 grame) cu 17, 9% ciuperci.

Top 10 mărci zacuscă vinete după cantitatea de vinete din



compoziție:

1. FML Gardena (borcan de 290 grame) cu 65 % vinete coapte;
2. Turan (borcan de 300 grame) cu 60 % vinete coapte; Topoloveana (borcan de 190 grame) cu 60% vinete coapte; Drag de România (borcan de 190 grame) cu 60 % vinete coapte;
3. Roua (borcan de 340 grame) cu 59 % vinete coapte;
4. Tradiția gustului (borcan de 295 grame) cu 48 % vinete coapte;
5. Capricii și delicii (borcan de 550 grame) cu 44 % vinete coapte;
6. Carrefour (borcan de 300 grame) cu 40 % vinete; Răureni (borcan de 300 grame) cu 40 % vinete coapte;
7. Naturelo (borcan de 540 grame) cu 35 % vinete coapte;
8. Conacul Boierului (borcan de 190 grame) cu 33,81 % vinete coapte;
9. Cora (borcan de 300 grame) cu 30 % vinete coapte;
10. La gura sobei (borcan de 300 grame) cu 25 % vinete coapte.

Cantitatea de zahăr adăugat variază între 0,5 grame și 9,60 grame per 100 grame zacuscă.

De asemenea, produsele analizate au un conținut ridicat de sare, care variază între 0,35 grame și 1,4 grame/per 100 grame de zacusca de/cu ciuperci, în timp ce la zacusca de/cu vinete cantitatea de sare variază între 1,07 grame și 1,5 grame. Persoanele care consumă o cantitate de sare mai mare decât media au o presiune sanguină mai mare și au un risc crescut de

hipertensiune arterială. Consumul excesiv de sare a mai fost pus în legătură și cu alte afecțiuni agravate de retenția de apă provocată de sare: insuficiență cardiacă, hipertrofia ventriculară stângă, afecțiuni ale rinichilor și litiază renală, edemul, accidentul vascular cerebral, osteoporoză etc. Un adult are nevoie de 1,6 grame de sodiu zilnic, pe care și-l procură dintr-o linguriță rasă de sare (6 grame).

„Dr. Mark Hyman este de părere că „zahărul aprinde creierul precum o face

jocul Pinball, în timp ce cocaina și heroina activează o singură zonă a plăcerii la nivelul creierului.” Consumul zahărului este asociat în mod direct cu creșterea incidenței afecțiunilor cardiovasculare și cancerului, adică cu primele două afecțiuni care curmă cei mai mulți oameni în fiecare an.

■ **CUM ALEGEM?** ■ „În alegerea unei zacuște trebuie să plecăm de la denumirea acesteia. Astfel,

zacusca de ciuperci nu este același lucru cu zacusca cu ciuperci. Foarte mulți consumatori nu sunt atenți la această diferență dată de sensul semantic al cuvintelor. În zacusca de ciuperci, primul ingredient din lista de ingrediente trebuie să fie ciupercile, în proporția cea mai mare, de cel puțin 40%. Din păcate, una din 10 zacuște pe bază de ciuperci are denumire înșelătoare care nu respectă regula de mai sus. La zacuștele cu ciuperci, proporția acestei legume variază între 5% și 35%”, a declarat conf. univ. dr. Costel Stanciu, președinte APC.

Acest studiu face parte din Campania Națională de Informare și Educare: „Să învățăm să înțelegem eticheta!”. APC nu este finanțată de statul român! Studiul a fost realizat de către o echipă de experți ai APC, coordonați de către conf. univ. dr. Costel Stanciu.

Pe scurt.

Adina Florea, aproape de șefia DNA! Iohannis, cu propunerea numirii pe birou!

Deși părea ieșită din schemă după raportul dur al Secției de procurori a CSM, numele Adinei Florea a ajuns, iată, la președintele Iohannis. Ministrul Justiției, Tudorel Toader, a anunțat luni că i-a transmis președintelui Klaus Iohannis propunerea de numire a Adinei Florea în funcția de procuror-șef al Direcției Naționale Anticorupție. De asemenea, Toader a precizat că a transmis către șeful statului propunerile de numire a Elenei Giorgiana Hosu în funcția de procuror-șef adjunct al DIICOT și a Florenei-Esther Sterschi în funcția de procuror-șef la Secția de resurse umane și documentare din cadrul PICCJ. „Astăzi am transmis către președintele României următoarele propuneri de numire în funcții de conducere: Adina Florea - procuror-șef DNA; Elena Giorgiana Hosu - procuror-șef adjunct DIICOT; Florena-Esther Sterschi - procuror-șef la Secția de resurse umane și documentare din cadrul PICCJ!”, a scris ministrul Justiției pe Facebook.

Reamintim că, pe 8 octombrie, Secția pentru procurori a Consiliului Superior al Magistraturii a avizat negativ propunerea ministrului Justiției, Tudorel Toader, de numire a Adinei Florea ca procuror-șef al Direcției Naționale Anticorupție. Funcția de procuror-șef al DNA a devenit vacantă după ce Laura Codruța Kovesi a fost revocată.

Toamna e ca vara! Trafic restricționat pe A2! Vezi de ce

Pe Autostrada Soarelui se lucrează, așa că traficul este restricționat pe kilometri întregi.

Astfel, potrivit Centrului INFOTRAFIC din Inspectoratul General al Poliției Române, pe Autostrada A2, pe sensul București - Constanța, au loc lucrări de reparații la sistemul rutier între kilometrii 68+700 metri și 75+900 metri, circulația fiind restricționată pe sensul către litoral, între localitățile Lehliu-Gară și Drajna, județul Călărași. Traficul se desfășoară doar pe calea 2 (Constanța - București), în ambele sensuri, pe câte o bandă de circulație, până la data de 04 noiembrie 2018.

Și pe DN 1, pe o distanță de aproximativ doi kilometri la intrarea în Predeal, pe sensul de mers București - Brașov, se execută în această perioadă lucrări de reparații asupra părții carosabile. Traficul rutier este dirijat prin semafoare. Tot pe DN 1, în județul Brașov, la kilometrul 220, se execută lucrări la podul de la ieșirea din Șercaia spre Făgăraș, până la începutul lunii noiembrie 2018. Zona este semnalizată cu semafoare.

Pe Autostrada A1, circulația rutieră este închisă pe sectorul șoimuș - Simeria, între kilometrii 354 și 369, pentru efectuarea lucrărilor de realizare a conexiunii între sectorul de autostradă Deva - Orăștie (aflat sub trafic) cu lotul 4 al autostrăzii Lugoj - Deva (în execuție). Se estimează că lucrările vor fi finalizate până în data de 15 noiembrie 2018. Traficul se desfășoară deviat pe DN 7, pe segmentul Simeria - Deva.