Полезно знать - не ешьте это

Страница статьи: https://www.yournutrition.ru/articles/polezno-znat-ne-eshte-eto/
Масло 72,5% нельзя кушать ни в коем случае. Это транс-жир растительное масло низкого сорта разбитое водородом.
Масло меньше 82,5% не бывает. Если не получится найти такое масло, то лучше ешьте растительное. Лучше съешьте две ложки натурального сливочного масла, чем целую пачку или килограмм транс-жиров.

Употребление продуктов, содержащих транс-жиры, снижает способности организма к противостоянию стрессам, увеличивает риск возникновения депрессии. Продукты питания, содержащие транс-жиры:
маргарин;
мягкие масла, миксы сливочных и растительных масел;
рафинированное растительное масло;
майонез;
кетчуп;
продукция фаст-фуда картофель-фри и т.д., для приготовления которой использовались гидрогенизированные жиры;

кондитерские изделия торты, пирожные, печенье, крекеры и т.д., для изготовления которых использовался кулинарный жир;
снеки чипсы, попкорн и т.д.
замороженные полуфабрикаты.

Малосольная селёдка в пластиковых упаковках

Малосольная селёдка хранится только в масле. Ни в каком уксусе, вине она не хранится. Если селёдка без масла, значит в неё добавлен уротропин. Во всём мире уротропин признан очень опасной добавкой и запрещён, (образуется при взаимодействии аммиака с формальдегидом).

Икра малосолёная

Принцип тот же. Икра долго не хранится. Только в замороженном виде или сильносолёная. Если продаётся слабосолёная, значит, в неё добавлен, либо уротропин, либо лимонная кислота. Может быть добавлено что-то другое, но на выходе всё равно получается формальдегид.

Заведомо генно-инженерные продукты

Крабовые палочки. (Крабовая эссенция, смешанная с соей, вопреки названию, крабовые палочки вообще не содержат мяса крабов, а с 1993 года производители были юридически обязаны маркировать их «крабовые палочки ароматизированные».).
Какао.
Арахис. Вживляется ген петунии. Страшно ядовитое вещество. И насекомые арахис не едят.
Импортный картофель.
Зелёный горошек (консервированный).
Кукуруза (консервированная).
Кукурузные палочки и хлопья с сахаром.

Если покупаете кукурузные хлопья, палочки, они должны быть только НЕ сладкие. Потому что сахар не используют в производстве. Сахар горит при температуре 140 градусов. Поэтому используют сахарозаменители, в данном случае цикломат.

Каши и крупы с ароматизаторами и красителями
идентичными натуральным.

Это химические вещества, имеющие запах привкус груши, клубники, банана и т.д. Ничего натурального здесь нет.

Леденцы. Барбарис.
Сейчас используется настолько сильная химическая эссенция, что если вы слегка намоченную конфетку оставите на скатерти, она прожжёт скатерть насквозь, вместе с лаком. Уничтожается даже пластик. Представьте, что происходит с вашим желудком.

Джемы. Мармелад.
Мощнейшие антиокислители. Никогда
вы не сможете сохранить вишню в таком первозданном виде. Ничего общего с тем, что было при СССР, нынешний мармелад не имеет. Это просто чудеса химической промышленности.

СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНО

Продукты быстрого приготовления: лапша быстрого приготовления, растворимые супчики, картофельные пюре, бульонные кубики, растворимые соки типа «Юпи» и «Зуко». Всё это

сплошная химия, наносящая вред организму.

Сырокопчёные колбасы и прочее...Они из генно-модифицированной сои. Сосиски, сардельки, варёная колбаса, паштеты и другие продукты с так называемыми скрытыми жирами. В их составе сало, нутряной жир, свиная шкурка занимают до 40% веса, но маскируются под мясо, в том числе и с помощью вкусовых добавок. Ни о какой натуральности в данном случае вообще речь не идёт. Берётся тоненькая шейка и килограмм геля. За ночь в специальной машинке гель «расколбашивается» вместе с кусочком шейки и к утру получается огромный кусок «мяса». Как такового мяса в нём не более 5%. Всё остальное - гель (каратинин, усилители вкуса, усилители цвета). Розовый цвет такому «мясу» придают усилители цвета вместе со специальными лампами. Если выключить лампы в витрине, Вы увидите, что цвет - зеленёнький.

Как раньше, уже никто не коптит. Используются коптильные жидкости, в которых, опять-таки, формальдегид.

Молочные продукты длительного срока хранения (более 2 мес.). Всё, что хранится более 2-х недель, употреблять нельзя.

Асептическая упаковка это упаковка с антибиотиком. Арбузы Если вас пронесло 10 раз, то на 11-й может и не пронести. Арбуз удобряется такими веществами, что это первый кандидат на отравление.

Перец (не в сезон)
Абсолютно генно-модифицированный продукт.

Кексы в упаковках

Рулеты. Они не черствеют, не портятся, не сохнут, с ними вообще ничего не делается. Они месяц будет лежать. И через месяц они будут такими же.

Конфеты
90% шоколада это вовсе не шоколад (красители-заменители). Шоколадные батончики. Это гигантское количество калорий, в сочетании с химическими добавками, генетически модифицированными продуктами, красителями и ароматизаторами. Сочетание большого количества сахара и различных химических добавок обеспечивает высочайшую калорийность и желание есть их снова и снова.

Заморские чаи, ароматизированные чаи и многие наши
Пейте натуральный чай, в котором ничего не плавает, дополнительного вкуса нет. Все ароматизированные чаи то с лимонной кислотой, то с апельсиновой кислотой, то с ещё какой-то там кислотой. Привыкание возникает мгновенно. Нам необходимо все кислоты вывести из организма.

Рафинированное дезодорированное растительное масло
Данное масло нельзя использовать в сыром виде в салатах. Масло, произведённое фабриками для производства, является заведомо не предназначенным в употребление продуктом. Такие масла не несут никакой пользы пищеварительной системе, заглушая её работу, блокируя жирной субстанцией все процессы пищеварения.

Сладкие газированные напитки

Сладкие газированные напитки смесь сахара, химии и газов чтобы быстрее распределить по организму вредные вещества. Кока-кола, например, замечательное средство от известковой накипи и ржавчины. Подумайте

хорошенько прежде, чем отправлять такую жидкость в желудок. К тому же, газированные сладкие напитки вредны и высокой концентрацией сахара - в эквиваленте четыре-пять чайных ложек, разбавленных в стакане воды. Поэтому не стоит удивляться, что, утоляя жажду такой газировкой, вы через пять минут уже снова хотите пить.

Соки в пакетах
Ни о каких натуральных соках в данном случае речь не идёт. НЕТ натуральных соков в продаже в пакетах. НЕТ! Не смейте поить ими детей! Это чистая химия.

Клубника зимой
Абсолютно бесполезный продукт. Ни одного витаминчика там нет.

Это примерный список продуктов, от которых мы рекомендуем отказаться полностью! А стоит это делать или нет, решать Вам!