

Češi vynalezli proteinové nudle, mohou pomoci ke zdravější výživě

Přední čeští odborníci v potravinářství přišli s objevem tzv. proteinových nudlí na bázi bílkovin, které významně mohou přispět k racionální výživě, a tím i snížení výskytu obezity v populaci. O novince se hovořilo v prosinci v Pardubicích na tematické konferenci Výživa a potraviny 2010.



FOTO: [fotobanka Profimedia](#)

sobota 18. prosince 2010, 2:39

„Tento unikátní objev může významnou přispět k řešení problémů s narůstajícím počtem obézních osob u nás,“ sdělil Právu doktor Petr Tláškal, předseda Společnosti pro výživu.

Informoval, že pod vedením Karla Kýhose vynalezl český Výzkumný ústav potravinářský způsob zpracování vaječných bílků do formy, která snadno nahradí jedno z hlavních jídel dne. Kromě chuti nabízí i nízkokalorickou hodnotu a je zdrojem živočišných bílkovin. Tyto nudle na bázi proteinů se na český trh dostanou začátkem příštího roku.

Nový druh potraviny plně nahradí klasické těstovinové výrobky, ale energetická hodnota proteinových nudlí je 2,5krát nižší než u běžných těstovin. Proto jsou ideální při redukčních dietách, bezpečné pro diabetiky i osoby trpící vysokým cholesterolem. Neobsahují lepek a jsou tedy vhodné i pro bezlepkovou dietu. Jejich základem je vaječný bílek obohacený o vlákninu.

Doktor Tláškal tvrdí, že proteinové výrobky s obsahem kvalitní bílkoviny jsou bez nežádoucích cukrů, tuků, konzervačních látek a velkého množství soli.

Při testech se ukázalo, že člověk přijme pouze 28 procent energie ve srovnání s běžnými těstovinami. Tato energie navíc pochází z bílkoviny, která se neukládá do energetických zásob v organismu. Obezitologové si od nové potraviny slibují podstatné rozšíření možností redukční diety.

Václav Pergl, [Právo](#)