
Složení šunky a vliv legislativních typů na nutriční hodnoty

Ing. Kristýna Miřátská, PhD.

3.10.2017

Osnova

- Úvod
 - Definice šunky
 - Surovinové složení
 - Funkce přídatných látek
 - Vliv na nutriční hodnoty
 - Závěr
-

Úvod

Masné výrobky

- Je stále stejné jejich složení?
 - Jaká je funkce jednotlivých přídatných látek?
 - Mají přídatné látky vliv na výživovou hodnotu masných výrobků?
-

Definice šunky

- Podle vyhlášky 69/2016 Sb. Zákona o potravinách a tabákových výrobcích
 - tepelně opracovaný výrobek
 - 3 třídy jakosti
 - nejvyšší jakost – min. 16 % hm. čistých svalových bílkovin*
 - výběrová - min. 13 % hm. čistých svalových bílkovin**
 - standardní - min. 10 % hm. čistých svalových bílkovin

* použití barviv, vlákniny, škrobu, rostlinných nebo jiných živočišných bílkovin a dalších látek, které zvyšují obsah bílkovin ve výrobku, se nepřipouští

** použití barviv, vlákniny (s výjimkou přírodních zahušťovadel karagenanu a gummy euchemy), škrobu, rostlinných nebo jiných živočišných bílkovin a dalších látek, které zvyšují obsah bílkovin ve výrobku, se nepřipouští

Definice šunky

- Vepřové maso
 - 20 % bílkovin
 - 2 % tuku
 - do 1 % min. látek
 - zbytek voda
- Čistá svalová bílkovina

Vepřová šunka Wellness
Výběrová třída jakosti

Energetická hodnota (113 kcal/100g)	475kJ/100 g
Bílkoviny	15g/100g
Sacharidy	1,3g/100g
Cukry	0,6g/100g
Tuky	5,0g/100g
Nasycené mastné kyseliny	1,9g/100g
Vláknina	0,18g/100g
Sodík	0,83g/100g

Složení: Vepřové maso 80%, voda 14%, jedlá sůl, stabilizátory E250, E450, antioxidant E300, ochucovač E407, dextróza, koření, aroma.

Masný výrobek tepelně opracovaný

Obsah čistých svalových bílkovin minimálně 13%

Obsah soli max. 1,7% (snížený obsah)

Obsah tuku max. 5%

Bez glutamanu

Baleno v ochranné atmosféře a fórně B-UNIPACK a.s.
Sídlo: Křenová 40, 659 98 Brno

Uchovejte při teplotě 0-5°C

100 g e

Spotřebujte do: 07.11.10

0 810065 8

Surovinové složení

- Vepřová kýta (kuřecí, krůtí prsa)
- Nástržik = voda + aditiva

Typ šunky	Vepřová kýta	Nástržik (voda + aditiva)
Nejvyšší jakost	100 Kg	118 Kg
Výběrová	100 Kg	140 Kg
Standard	100 Kg	170 Kg

Surovinové složení

Vepřové maso 80 %
Voda 14 %
Jedlá sůl
Stabilizátor E250, E450
Antioxidant E300
Zahušťovadlo E407
Dextróza
Koření
Aroma

Vepřová šunka Wellness
Výběrová třída jakosti

Energetická hodnota (113 kcal/100g)	475kJ/100 g
Bílkoviny	15g/100g
Sacharidy	1,3g/100g
Cukry	0,6g/100g
Tuky	5,0g/100g
Nasycené mastné kyseliny	1,9g/100g
Vláknina	0,18g/100g
Sodík	0,22g/100g

Složení: Vepřové maso 80%, voda 14%, jedlá sůl, stabilizátory E250, E450, antioxidant E300, zahušťovadlo E407, dextróza, koření, aroma.
Masný výrobek tepelně opracovaný

Obsah čistých svalových bílkovin minimálně 13%
Obsah soli max. 1,7% (snížený obsah)
Obsah tuku max. 5%
Bez glutamanu

Baleno v ochranné atmosféře a formy B-UNIPACK a.s.
Sídlo: Křenová 40, 659 98 Brno

Uchovejte při teplotě 0-5 °C

100 g e
Spotřebujte do: 07.11.10

0 810065 8

Funkce přídatných látek

□ NaCl

- údržnost (snížení aktivity vody)
 - chuť
 - zvyšuje rozpustnost fibrilárních bílkovin
=> vytvoření struktury
 - většinou ve směsi s dusitanem
-

Funkce přídatných látek

- Dusitan sodný (E250)
 - vybarvení – zachování barvy masa
 - konzervace – brání růstu klostridií
 - Dusičnan sodný (E252)
 - dnes nahrazen dusitanem
 - před funkcí musí být redukován na dusitan pomocí MO
 - Problém
 - předávkování – methemoglobinie
 - záhřev (170°C) – vznik karcinogenních nitrosaminů
-

Funkce přídatných látek

- Kyselina askorbová (E300)
 - při použití dusitanové směsi jako redukční činidlo při vybarvovacích reakcích
 - nevýhoda – snižuje pH => nižší vaznost

 - Askorbát sodný (E301)
 - Erythorbát sodný (E316)
 - redukují, ale nesnižují pH
-

Funkce přídatných látek

- Polyfosfáty (E450, E451, E452)
 - vyšší vaznost
 - snížení ztrát při tepelném opracování
 - vazba vápenatých iontů – ochuzují konzumenta o Ca!!!
 - limit 5g/kg, v praxi 2-3g/kg (jako P_2O_5)
 - Polysacharidy
 - zvýšení stability
 - vážou vodu, bobtnají, vytvářejí gely
 - škrob, karagenany (E407), vláknina
-

Vliv na nutriční hodnoty

Typ šunky	Vepřová kýta	Nástřik (voda + aditiva)
Tradiční	100 Kg	111 Kg
Nejvyšší jakost	100 Kg	118 Kg
Výběrová	100 Kg	140 Kg
Standard	100 Kg	170 Kg

- Tradiční x Nejvyšší jakost – minimální rozdíl – 0,5 %
 - Nejvyšší jakost x Výběrová – 10 %
 - Nejvyšší jakost x Standard – 20 %
 - méně bílkoviny
 - více sacharidů
-

Vliv na nutriční hodnoty

□ Balené šunky – hodnoty uvedené na obalech

- složení masa může být různé!
- obsah tuku „**do 5 %**“

=> ochrana výrobce

Vliv na nutriční hodnoty

Výživové údaje na 100 g výrobku		% RI*
Energetická hodnota	456 kJ/108 kcal	5%
Tuky	3,2 g	5%
z toho nasycené mastné kyseliny	1,8 g	4%
Sacharidy	0,8 g	<1%
z toho cukry	<0,5 g	<1%
Bílkoviny	19 g	38%
Sůl	1,9 g	32%

Výživové údaje na 100 g výrobku		% RI*
Energetická hodnota	407 kJ/97 kcal	5%
Tuky	3,2 g	5%
z toho nasycené mastné kyseliny	0,9 g	5%
Sacharidy	1,2 g	<1%
z toho cukry	0,3 g	<1%
Bílkoviny	15,6 g	31%
Sůl	2 g	33%

Nejvyšší jakost

Výběrová

Výživové údaje na 100 g:	
Energetická hodnota 406 kJ/97 kcal
Tuky 3,7 g
z toho nasycené mastné kyseliny	... 1,2 g
Sacharidy 2,0 g
z toho cukry 0,9 g
Bílkoviny 14 g
Sůl 2,1 g

Standard

Závěr

- ❑ Současné receptury se liší od tradičních.
 - ❑ Důležitá je znalost legislativy a složení jednotlivých typů masných výrobků.
 - ❑ Od rozdílné receptury se odvíjí i různá nutriční hodnota.
 - ❑ Neopisovat slepě nutriční hodnoty z tabulek!
-

Použitá literatura

- Hvízdalová, I.: Masné výrobky, UZPI, 2008.
 - Vyhláška 69/2016 Sb. zákona o potravinách a tabákových výrobcích.
 - Kadlec, P.: Technologie potravin, VŠCHT Praha, 2002
-

Děkuji za pozornost

