

Sukralose

Sukralose er det eneste kalorifrie søtningsmiddelet som er basert på sukker. Med en unik, sukkerlignende smak kan sukralose erstatte tradisjonelt sukker i alle typer mat- og drikkevarer. Sukralose kan t.o.m. brukes i baking og koking.

Søtningsmiddelet sukralose ble oppdaget i 1976 og ble deretter utviklet av foretaket Tate & Lyle og McNeil Nutritionals, LLC – et foretak som inngår i Johnson & Johnson-konsernet. I 2005 godkjennes sukralose som tilsetning i mat- og drikkevarer i EU. I dag er sukralose godkjent i over 80 land verden rundt, blant annet Canada, Australia og USA.

Sukralose er fremstilt av sukker. Sukralose får sin søte smak gjennom en patentert flertrinnsprosess som erstatter tre av suktermolekylets [OH-grupper](#) med tre kloratomer. Klor spiller en viktig rolle i mange biologiske prosesser og forekommer naturlig i mat vi konsumerer hver dag. Kloratomene produserer et søtningsmiddel som smaker som sukker, er 600 ganger søtere enn sukker, men inneholder ikke noen kalorier. Sukralose-søtsmaken er ren og har ingen bitter ettersmak. Stoffet beholder også sin søt smak i hele tilvirkningsprosessen – dette gjør at sukralose kan brukes i alle mat- og drikkevarer som vanligvis inneholder sukker.

Sukralose forvandles ikke til energi i kroppen da sukralose ikke brytes ned som sukrose (sukker). Sukralose passerer gjennom kroppen uforandret.

Sukralose har gjennomgått omfattende tester - over 100 studier i de siste 20 årene - og bedømmes å være en sikker ingrediens. Alle kan konsumere sukralose, både gravide kvinner og ammende mødre og barn. Forskning viser at sukralose er egnet for personer med diabetes ettersom sukralose ikke påvirker blodsukkeret eller kroppens utsondring av insulin. Dette gjelder både på kort og lang sikt.

At sukralose beholder sin struktur er en fordel for produsentene som fremstiller ulike mat- og drikkevarer, men også for de private forbrukerne. Dette er fordi sukralose forblir søtt uansett oppbevaring eller temperatur. Med sin unike holdbarhet og sukkerlik smak kan matvareprodusenter bruke sukralose for å skape nye gode produkter, slik som konserverte frukter, lavkaloridrikker, bakverk, sauser og siruper.

Sukralose kan også brukes som søtningsmiddel i næringstilskudd, i medisinsk mat og i vitamin- og mineraltilskudd. Det er sukralose som har gjort det mulig for forbrukere å få et større utvalg av mat- og drikkevarer som inneholder få kalorier.

Sukralose finnes i dag i en rekke ulike produkter. For eksempel finnes sukralose i kullsyredrikker, lavkaloridrikker, yoghurt, saus, krydder, desserter og godterier.

FORDELER

- **Smaker som sukker**

Sukralose smaker som sukker og gir ingen ubehaglig ettersmak. Forskere har utført vitenskapelige smakstester som viser at sukralose smaker meget likt sukker.

- **Holdbar i varme**

Sukralose forblir stabil i varme. Dette gjør at sukralose er ideelt for baking, konservering, pasteurisering og andre tilvirkningsprosesser som krever varme. I studier utført på bakte retter, konserverte frukter, siruper og syltetøy kunne man konstatere at mengden sukralose forble uforandret selv etter at produktene ble prosessert.

- **Sunt for personer med diabetes**

Kroppen forveksler ikke sukralose med sukker eller kullhydrater. Dette betyr at sukralose ikke påvirker blodsukkeret eller insulinproduksjonen, verken på lang eller kort sikt. Studier utført både på personer med normalt blodsukker og personer med diabetes type 1 og type 2 bekrefter dette.

- **Kan hjelpe med å kontrollere kaloriinntaket**

Sukralose brytes ikke ned av kroppen. Det betyr at stoffet ikke inneholder kalorier. Sukralose passerer gjennom kroppen praktisk talt uforandret: stoffet lagres ikke i kroppen og påvirker ikke kroppens fordøyelsesprosess. Kalorimengden i ulike matvareprodukter kan derfor reduseres betydelig med sukralose, i visse tilfelle elimineres helt. Kombinert med en økt fysisk aktivitet og et sunnere kosthold kan sukralose faktisk være et skritt på veien til å redusere overvekt.

- **Forårsaker ikke hull i tennene**

Vitenskapelige studier har vist at sukralose ikke fører til karies eller bakterier i munnhulen.

- **Lang holdbarhet**

Sukralose forener smaken av sukker med den nødvendige holdbarheten i

varme, væske og oppbevaring som er påkrevet i alle typer mat- og drikkevarer. Sukralose er spesielt holdbart i kullsyredrikker og andre væskebaserte produkter, f.eks. syltetøy, melkeprodukter og behandlete fruktdrikker. Sukralose er t.o.m. holdbart i tørre produkter slik som pulverdrikker og desserter. Forbrukere kan være sikre på at produkter som søtes med sukralose smaker som sukker.

SIKKERHET

Sukraloses sikkerhet er dokumentert i en av de mest omfattende og grundige sikkerhetstestene som noensinne har blitt utført på et nytt matvaretilsetningsmiddel. Under en 20-års periode ble det gjennomført over 100 studier av sukralose. Alle disse bekreftet sukraloses sikkerhet.

Studiene ble utført innenfor flere forskjellige områder. For å evaluere om det fantes noen risikoer med hensyn til kreft, genetiske virkninger, fortplantning og fertilitet, misdannelser, immunologi, påvirkninger på det sentrale nervesystemet eller stoffskiftet var sukraloses mengde i testene ofte langt høyere enn ved normalt forbruk. Alle studiene kom frem til at sukralose var sikkert å konsumere. Det finnes ingen kjente bivirkninger av sukralose.

Som en del av sikkerhetstestene er det blitt utført tester for å fastslå om sukralose kunne påvirke miljøet. IVL Svenska Miljøinstituttet er en av de aktører som har undersøkt dette. IVLs studier viser at sukralose ikke har noen påvirkning på miljøet: sukralose er ikke skadelig for planteliv og akkumuleres ikke i vannlevende dyr som fisk og skalldyr. IVLs sluttsetning lød: "basert på de økotoksikologiske dataene som finnes for tiden, så antyder ikke de målte miljøsamlingene at det finnes noen risiko for miljøet".

Sukralose er biologisk nedbrytbar. I jord brytes sukralose ned til salt, vann og kulldioksid over tid.

MØTE FORBRUKERNES ETTERSPORSLE

Når antallet personer som lider av fedme øker, øker også etterspørselen på lavkaloriprodukter. Mange matprodusenter søker nå utveier for å gi verdens forbrukere et bredere utvalg på smakfulle og kalorifattige produkter. Utviklingen og godkjennelsen av søtningsmidler og andre ingredienser med lavt kaloriinnhold hjelper til å møte denne etterspørselen.

Ved å forene en sukkerlik smak med uovertruffen holdbarhet muliggjør sukralose å tilfredsstille forbrukernes preferanser. Sukralose kan anvendes i mange produkter som tidligere var utilgjengelige som lavkalorialternativer og gir mennesker flere valgmuligheter i butikken.