

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Naukowcy: gotowe posiłki zdrowsze niż dania telewizyjnych kucharzy

Potrawy przyrządzone według przepisów proponowanych przez występujących w telewizji kucharzy są mniej zdrowe od gotowych dań z supermarketów - wynika z badań opublikowanych przez „British Medical Journal”.

Naukowcy z Newcastle University porównali 100 głównych dań autorstwa sławnych kucharzy, których książki zajmowały wysoką pozycję na listach bestsellerów - Jamiego Olivera, Lorraine Pascale, Nigelli Lawson i Hugh'a Fearnley-Whittingstalla - z gotowymi daniami z supermarketów Asda, Sainsbury i Tesco. Jako punkt odniesienia posłużyły wytyczne Światowej Organizacji Zdrowia (WHO).

✘ Jak się okazało, wykwintne przysmaki przygotowane przez celebrytów były bardziej kaloryczne i zawierały więcej cukru oraz tłuszczów - w tym nasyconych - od wyrobów z supermarketu. Niższa natomiast była w nich zawartość soli. Naukowcy zaznaczyli, że nie chodzi im o potępienie telewizyjnych kucharzy, z których wielu ma spore dokonania, jeśli chodzi o zdrowe odżywianie i walkę z otyłością. Jak jednak powiedział prof. Martin White, zarówno gotowe posiłki, jak i telewizyjne smakołyki mogłyby być znacznie zdrowsze.

Podczas badań nie analizowano, jak często spożywane są poszczególne potrawy - czy to część codziennej diety, czy też coś na specjalne okazje.

Naukowcy zaapelowali do szefów i wydawców, aby umieszczali informacje o wartości odżywczej obok swoich przepisów w książkach kucharskich, aby początkujący kucharze dokonywali bardziej świadomego wyboru wartości odżywczej posiłków.

Rzecznik Jamiego Olivera oświadczył, że popiera on wszelkie badania, pobudzające do dyskusji na temat zdrowego odżywiania.

Rzeczniczka Lorraine Pascale przyznała, że niektóre dania z jej książek są zdrowe, inne już nie tak bardzo.

źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/15996.html>



03-10-2024

[Studenci poszerzają wiedzę medyczną](#)

Dzięki grze w wirtualnej rzeczywistości.



03-10-2024

[Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#)

Informuje Ministerstwo Cyfryzacji.



03-10-2024

[Psycholog o pomocy powodzianom](#)

Mamy naturalną potrzebę pomagania ludziom.



03-10-2024

[Muzyka pomocna w leczeniu osób](#)

Z zaburzeniami wynikającymi z używania narkotyków czy alkoholu.



03-10-2024

Kardiochirurgia zmaga się z brakami kadrowymi

Podobnie jest też w innych krajach.



03-10-2024

Potrafimy zapędzić bakterie do roboty

Odpowiednio zaprogramowane bakterie produkują leki, białka i żywność.



03-10-2024

Mikrożele zmieniające właściwości podczas druku 3D

Dla lepszego poznania raka piersi.



03-10-2024

System ewaluacji działalności naukowej wymaga zmian

Poważniejsze zmiany powinny wejść w życie od następnego okresu.

Informacje dnia: [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#)

Partnerzy