

### [Akceptuje](#)

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](#)

## Grillowanie nie takie zdrowe



**200 gramów kiełbasy przyrządzonej na tradycyjnym grillu węglowym dostarcza nam 100 razy więcej benzo(a)pirenu niż 20 wypalonych papierosów - wynika z badania łódzkich naukowców. Tego typu urządzenia szkodzą zarówno na etapie rozpalania, jak i przyrządzania żywności. Jak wskazuje badanie naukowców z Politechniki Warszawskiej podczas przygotowywania jedzenia na grillu węglowym stwierdzono obecność 13 z 16 szkodliwych rakotwórczych substancji. Zestawienie najzdrowszych urządzeń otwierają grille na gaz.**

*- Ostatnio pojawia się coraz więcej informacji podających w wątpliwość, że grillowanie to korzystny dla zdrowia sposób przyrządzania potraw. Postanowiliśmy to zweryfikować naukowo i obiektywnie. Poprosiliśmy o to naukowców z Politechniki Warszawskiej, zespół pod kierunkiem dra Andrzeja Badydy, którzy przetestowali trzy rodzaje grilli - najczęściej dostępne na rynku grille węglowe, zasilane węglem drzewnym, grille zasilane brykietem z węgla drzewnego i grille gazowe zasilane czystym propanem - mówi agencji informacyjnej Newseria Anita Bugajska-Owczarek, kierownik marketingu i rozwoju rynków Gaspol.*

W przypadku każdego z trzech wybranych rodzajów grilli ogrodowych naukowcy Politechniki Warszawskiej na zlecenie firmy Gaspol dokonali pomiarów i analizy chemicznej gazów odlotowych. Zakres prac obejmował pomiar stężenia masowego aerozolu (pyłu PM<sub>2,5</sub>) oraz oznaczenie składu chemicznego w zakresie 16 wielopierścieniowych węglowodorów aromatycznych (WWA), czyli szkodliwych substancji rakotwórczych - w fazie stałej i gazowej. Pierwszy cykl pomiarowy wykonano z użyciem pustych grilli, a następnie pomiary powtórzono w warunkach grillowania żywności - po umieszczeniu na każdym grillu identycznego zestawu potraw.

*- Okazało się, że najbardziej tradycyjne i typowe grille węglowe trują nas już w momencie, gdy je rozpalamy. Badania pokazały, że grill zasilany brykietem z węgla drzewnego, jeszcze zanim położymy na nim nasze ulubione potrawy, wydziela 4 z 16 badanych przez nas WWA. Jak już położymy na nim produkty, to wdychamy i wchłaniamy razem z nim aż 13 z 16 szkodliwych substancji. Podobnie jest w przypadku grilla węglowego - jego spaliny zawierały 12 z 16 WWA - wyjaśnia Anita Bugajska-Owczarek.*

Zdecydowanym pozytywnym bohaterem tego testu okazał się grill gazowy.

*- W przypadku urządzenia gazowego zarówno na pustym grillu, jak i w trakcie grillowania nie stwierdzono żadnego ze szkodliwych węglowodorów aromatycznych. Wszystkie próbki badane były poniżej granicy oznaczalności. Wniosek jest jeden: jeżeli grillować, to tylko na grillu gazowym - mówi Anita Bugajska-Owczarek.*

Jak podkreśla, inną zaletą takiego urządzenia jest łatwość jego rozpalenia i zgaszenia.

*- Niektórzy przy rozpalaniu grilla węglowego spędzają nawet 20 minut zanim wykorzystają podpałkę, węgiel, brykiet i wszystkie inne potrzebne do tego rzeczy. Jeśli chodzi o grill gazowy, wystarczy odkręcić zawór butli i kurek grilla. Temperatura uzyskiwana jest w ciągu kilku minut, a później*

*utrzymywana jest według naszych wymagań. Można ją dowolnie regulować - mówi Anita Bugajska-Owczarek.*

Takie grille są także łatwe w czyszczeniu (brak sadzy i popiołu) i ekonomiczne.

Źródło: [www.newseria.pl](http://www.newseria.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/27298.html>



02-07-2026

## **Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej**

Analizy mają pokazać, jak promieniowanie kosmiczne wpłynęło na nośniki leków.



23-06-2026

## **Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej**

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

## **Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią**

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

## **Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny**

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

## **Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne**

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

## **Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego**

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

## Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

## Przyjemnych snów życzy anestezjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.

**Informacje dnia:** [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

**Partnerzy**