

[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_{2,5}) 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

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



21-05-2026

Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

Pod względem leczenia czerniaka Polska w

czołowce Europy

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy