



Spørgsmål og svar om **tilsætningsstoffer**

Facts om tilsætningsstoffer	2
Hvad er tilsætningsstoffer og er de nødvendige?	3
Hvordan må tilsætningsstoffer bruges i fødevarer?	5
Er tilsætningsstoffer farlige for sundheden?	7
Hvordan skal fødevarer med tilsætningsstoffer mærkes?	10
Spørgsmål og svar om tilsætningsstoffer	12



Facts om tilsætningsstoffer

Hvad er det for stoffer? Hvorfor bruges tilsætningsstoffer i det hele taget? Hvordan vurderes de sundhedsmæssigt? Hvad siger loven om tilsætningsstofferne? Kan man få allergi eller kræft af tilsætningsstoffer? Disse og flere andre spørgsmål får du svar på i denne pjece.

Tilberedning af mad har stort set altid givet anledning til brug af forskellige stoffer, som skal give maden smag, længere holdbarhed, en bestemt konsistens eller et bedre udseende. Der har været anvendt stoffer, som vi nu kalder tilsætningsstoffer, fx nitrat (salpeter) og sulfid. Eddike, salt, sukker og krydderier regnes ikke som tilsætningsstoffer, selvom de tilføjer maden nogle af de samme egenskaber, som tilsætningsstoffer gør.

Tidligere blev maden produceret fra grunden hjemme i køkkenerne. Man kendte sine råvarer og havde sine egne opskrifter, som også af og til inkluderede tilsætningsstoffer, fx konserveringsstoffer til kød eller marmelade. Med den industrielle fødevarerproduktion gik mange erfaringer om maden tabt, fordi industrien efterhånden overtog en del af det arbejde, som tidligere blev lavet i køkkenet. I industriens fødevarerproduktion bruges både teknikker og ingredienser, bl.a. tilsætningsstoffer, som de fleste forbrugere ikke kender særlig godt.



I husholdningen bruger vi også ingredienser, som i sig selv er tilsætningsstoffer, fx kulør (E 150 c), det tredje krydderi (E 621) og potaske (E 501).

Der er omfattende regler for godkendelse og anvendelse af tilsætningsstoffer i de forskellige fødevarer. I reglerne indgår også krav om mærkning og kontrol af både råvarer og færdigvarer. Reglerne skal sikre, at brugen af tilsætningsstoffer er sundhedsmæssig forsvarlig, at forbrugerne beskyttes mod vildledning, og at forbrugerne får information om brugen af tilsætningsstoffer. Alligevel er mange forbrugere stadigvæk bekymrede over "kemien" i maden. Tilsætningsstofferne er jævnligt til debat, og der bliver stillet spørgsmålstejn ved det forsvarlige i at bruge dem.

Hvad er tilsætningsstoffer og er de nødvendige?

Tilsætningsstoffer er syntetiske stoffer eller stoffer udvundet af naturlige produkter. De blandes i maden for at give en bestemt virkning. Mange madvarer ville hurtigt blive fordærvede, hvis man ikke brugte tilsætningsstoffer som konserveringsmidler og antioxidanter for at forlænge deres holdbarhed.

Nogle tilsætningsstoffer er beregnet til at give maden en bestemt konsistens eller stabilitet. Det er fx emulgatorer, fortykningsmidler og stabilisatorer. Andre tilsætningsstoffer bruges for at give varen en bestemt farve, smag eller lugt. Det gælder fx farvestoffer og aromastoffer. Endelig betragtes vitaminer og mineraler også som tilsætningsstoffer, når de fx bruges i kosttilskud som vitamintabletter.

Hvorfor bruges tilsætningsstoffer?

Tilsætningsstofferne bruges for at give maden nogle særlige egenskaber, fx lang holdbarhed og stabilitet eller en bestemt farve eller smag.

At industrien i dag bruger tilsætningsstoffer i det omfang, den gør, er typisk for specialiserede og højteknologiske samfund. Før i tiden vidste man, at det meste mad ikke kunne opbevares ret længe uden at blive fordærvet. De fleste råvarer var ved hånden, for man brugte kun sæsonens råvarer og det, man kunne få lokalt. Man tilberedte lige det, man skulle bruge. Hvis der blev rester, kunne de sættes køligt og spises næste dag. Længere holdbarhed kunne man fx skaffe sig ved at salte, sukkersylte, ryge eller tørre eller evt. henkoge maden, selv om det ofte forringede madens ernærings- og smagsmæssige kvalitet.

I dag stiller forbrugerne, detailhandlen og industrien andre krav til fødevarerne. Et af dem er, at fødevarer skal

Aromastoffer

Aromastoffer er også tilsætningsstoffer. De kan tilsættes maden for at give smag eller duft. Myndighederne skal på forhånd godkende røgaramaer og aromaer til mælkeprodukter. Andre aromaer skal indtil videre ikke godkendes, men producenten må naturligvis ikke bruge aromaer, som er sundhedsmæssigt betænkelige.

EU er ved at lave en positivliste for aromastoffer, så alle aromastoffer i fremtiden skal være godkendt, før de tages i brug. Industrien har oplyst, at der anvendes ca. 2.900 stoffer. En videnskabelig vurdering af stofferne forventes at være klar i 2006. Derefter kan de godkendte stoffer samles i en positivliste.



kunne holde sig. Forbrugerne slipper for at købe hyppigt ind og kan have et stort udvalg af fødevarer, og detailhandlen og industrien kan købe og producere store og ensartede partier ad gangen. Forbrugerne ønsker også i stigende grad forarbejdede fødevarer i stedet for selv at skulle fremstille maden ud fra råvarerne. Kravene om lang holdbarhed og høj forarbejdningsgrad har sammen med de længere transportveje øget behovet for tilsætningsstoffer. Fx anvendes i dag en række almindelige luftarter som ilt (oxygen) og kvælstof (nitrogen) som konserveringsstoffer. De hæmmer væksten af mikroorganismer i fx friske grønsager og på fersk kød, så man undgår fordærvelse og dermed forlænger holdbarheden. Luftarterne forsvinder praktisk talt, når pakken åbnes.

Hvorfor er der behov for tilsætningsstoffer?

Ny typer af fødevarer kommer frem hele tiden, og mange af dem dækker et ønske hos forbrugerne om at kunne købe madvarer med helt specielle egenskaber, fx færdig-

retter, der kan sættes i mikroovnen direkte fra fryseren, eller "light"-sodavand, hvor sukkeret erstattes af sødestof. Nogle af disse egenskaber har fødevarerindustrien kun kunnet få frem ved at bruge tilsætningsstoffer.

Der er tradition for, at maden skal have en bestemt farve. Til flæsketeg hører brun sovs, mens man spiser hvid sovs med stuede kartofler til stegte ål – det omvendte ville virke helt forkert. Farven er i mange tilfælde så tæt knyttet til produktet, at varetypen ikke kunne eksistere, hvis farven ikke var der, fx røde pølser. På samme måde er det farven og aromaen, der gør blandede bolcher forskellige.

Ligesom mange mener, at forskellige typer af mad skal have en bestemt farve, er det blevet en vane, at nogle produkter har et bestemt udseende eller en bestemt konsistens. Derfor sættes der fx emulgator og stabilisator til dressing og mayonnaise, så de har en bestemt konsistens og ikke skiller.



Hvordan må tilsætningsstoffer bruges i fødevarer?

I EU gælder fælles regler for farvestoffer, sødestoffer og diverse andre tilsætningsstoffer til madvarer. På nogle af de områder, der endnu ikke er omfattet af EU-lovgivningen, har Danmark selv fastsat regler. Det gælder fx anvendelsen af bakteriekulturer og enzymer. Alle reglerne om tilsætningsstoffer findes i bekendtgørelsen om tilsætningsstoffer og i Positivlisten.

Positivlisten

Positivlisten, der udgives af Fødevederedirektoratet, er listen over tilladte tilsætningsstoffer til fødevarer. Det betyder, at det er forbudt at anvende andre stoffer som tilsætningsstof. Der er altså faste regler og begrænsninger for "kemien i maden".

De stoffer, der står på listen, er tilladt efter en vurdering af stofferne og deres brug i fødevarer. Vurderingen omfatter det teknologiske behov, sundhedsmæssige forhold samt risikoen for vildledning af forbrugeren. Positivlisten

betyder sikkerhed for forbrugerne, fordi systemet sikrer, at anvendelsen af et nyt stof først kan ske, når det er godkendt.

Reglerne justeres med mellemrum

Positivlisten udkom første gang i 1973 og er siden blevet justeret med jævne mellemrum. Der er kommet nye stoffer til, og der har været enkelte stoffer, som er taget ud, bl.a. fordi de ikke længere er blevet vurderet som sundhedsmæssigt acceptable. Den seneste ændring af Positivlisten er sket i august 2002.

Der må fortsat forventes ændringer af Positivlisten, fordi der foregår en stadig produktudvikling, ikke kun i Danmark, men også i Europa og den øvrige verden. Inden der foretages ændringer, bliver forbrugerorganisationer og fødevarerindustrien bedt om at kommentere forslagene.

I 1995 blev det såkaldte diverse-direktiv vedtaget. Direktivet omfatter andre tilsætningsstoffer end farve-



stoffer og sødestoffer. Under forhandlingerne pegede Danmark på sundhedsproblemer i forbindelse med forslagets udvidede brug af stofferne nitrit, nitrat og sulfid men uden held. Den daværende danske regering besluttede derfor at anvende miljøgarantien og fastholde de hidtidige danske regler for stofferne bortset fra de områder, hvor EU vedtog mere restriktive bestemmelser. I 1999 meddelte EU-Kommissionen, at den ikke ville acceptere Danmarks brug af miljøgarantien i denne sag. Danmark indbragte herefter sagen for EF-domstolen, som i 2003 gav Danmark medhold i, at vi kan fastholde de stramme regler for nitrat og nitrit, men ikke for sulfid.

Indtil regler berørt af miljøgarantisagen er justeret, er disse medtaget i tilsætningsstofbekendtgørelsen.

Hvilke oplysninger findes i Positivlisten?

Positivlisten er et system, hvor alle fødevarer er opdelt i grupper, fx "mælk", "kød" og "bagværk". Inden for hver

gruppe er der undergrupper, fx "fersk kød", "hakket kød" og "varmebehandlede kødprodukter". For hver gruppe eller undergruppe er der nævnt, hvilke tilsætningsstoffer der må være i de produkter, der tilhører gruppen. Producenter, importører, kontrolmyndigheder og forbrugere kan desuden se, i hvilke mængder stofferne må findes i produkterne.

Da fødevaregrupperne omfatter flere typer af fødevarer, vil listen over de tilladte stoffer indeholde flere stoffer, end der er i den enkelte fødevarer. I gruppen med konfektureprodukter optræder der fx en lang række farvestoffer, men det er normalt kun ét af de røde farvestoffer, der bruges til røde bolcher osv.

Fødevarerlovens definition af tilsætningsstoffer

"Ved tilsætningsstoffer forstås i denne lov stoffer, som uden i sig selv at være fødevarer eller sædvanligt anvendte bestanddele af sammensatte fødevarer er bestemt til at tilsættes fødevarer for at påvirke fødevarernes næringsværdi, holdbarhed, farve, lugt, smag eller i øvrigt med teknologiske eller andre formål."



Er tilsætningsstoffer farlige for sundheden?

Alle stoffer i Positivlisten har været igennem en sundhedsmæssig vurdering. Et stof accepteres kun, hvis det er fundet sikkert at bruge efter en videnskabelig sundhedsmæssig vurdering, der bygger på internationalt accepterede principper.

Det "forsigtighedsprincip", som vurderingen foregår efter, betyder dels, at der ikke må være sundhedsmæssige betænkeligheder ved brugen af stoffet, dels at der skal være en grund til at bruge det – der skal være et såkaldt teknologisk behov. Stofferne må kun bruges i den mængde, der er teknologisk behov for, selv om der godt kunne tilføres en større mængde ud fra en rent sundhedsmæssig betragtning. Desuden må anvendelsen ikke vildlede forbrugeren.

Hvert enkelt tilsætningsstof vurderes, og der fastlægges et Acceptabelt Dagligt Indtag for stoffet – ADI-værdien. Denne værdi er et mål for, hvor meget af et stof man kan

indtage hver dag gennem et helt liv uden sundhedsmæssig risiko. ADI-værdien fastsættes på baggrund af dyreforsøg. ADI-værdien er som regel 100 gange mindre end den mængde, som ikke gav skader i dyreforsøg.

Fødevedirektoratet deltager i internationale grupper, som arbejder med tilsætningsstoffer og følger udviklingen på området nøje for at sikre, at anvendelsen af tilsætningsstoffer er sundhedsmæssigt forsvarlig. Man kan aldrig garantere en fuldstændig og uforanderlig bedømmelse af sikkerheden ved noget stof, heller ikke et tilsætningsstof. Derfor kan ADI-værdien ændres i lyset af ny viden. Det gør det vigtigt at følge udviklingen, så man hele tiden har det mest sikre grundlag for at vurdere tilsætningsstoffer.

Fødevedirektoratet har etableret et overvågningssystem, hvor der hvert år tages prøver af fødevarer, som bliver analyseret for bl.a. tilsætningsstoffer. På den måde kan



Codex Alimentarius

FN's landbrugsorganisation FAO og verdenssundhedsorganisationen WHO samarbejder om at fastlægge vejledende internationale normer for fødevarernes sundhedsmæssige kvalitet. Arbejdet foregår i komitéen Codex Alimentarius Commission, som har fået stigende betydning, efter at verdenshandelsorganisationen WTO blev dannet i 1995. De normer, der vedtages i Codex Alimentarius, skal danne grundlag for en fremtidig verdensomspændende harmonisering af regler på fødevarerområdet.

myndighederne holde øje med udviklingen i indholdet af udvalgte tilsætningsstoffer i maden, og man kan vurdere den sundhedsmæssige betydning, når man sammenholder med danskernes kostvaner.

Betydningen af, at madvarer kan indeholde flere forskellige tilsætningsstoffer, diskuteres af og til. Kan det give en forstærkende effekt? Eller svækker stofferne måske hindrens effekt? Den viden, man har, tyder ikke på, at det har nogen negativ sundhedsmæssig betydning, at flere tilsætningsstoffer findes i samme fødevarer.

Godkendelse af et nyt tilsætningsstof

Hvis en fødevarer virksomhed ønsker at anvende et nyt tilsætningsstof, som ikke står i Positivlisten, er det et krav, at firmaet fremlægger dokumentation for stoffet, bl.a. en række undersøgelsesresultater, som viser, hvordan stoffet virker, og at stoffet ikke har skadelige virkninger på mennesker, selv efter lang tids indtagelse.

Undersøgelserne skal omfatte mulig risiko for skader på arvelige anlæg, forstyrrelser i forplantningsevnen, foster-skader og kræft. Desuden forlanges der dokumentation for, hvordan stoffet optages og eventuelt omdannes i kroppen, og hvor hurtigt det udskilles igen.

Undersøgelserne udføres dels med forsøgsdyr, dels i reagensglas fx med bakterier, før stoffet evt tillades til fødevarer. Undersøgelserne er langvarige og kostbare, også fordi der stilles store krav til kvaliteten af forsøg og dokumentation. Stoffet kan accepteres i Danmark for højst to år, hvorefter det skal vurderes af EU og endelig accepteres anvendt. EU-Kommissionen udarbejder et forslag til ændring af reglerne, som forelægges medlemsstaterne til forhandling, før stoffet eventuelt indsættes i EU-bestemmelserne.



over for tilsætningsstoffer. Især farvestoffer, men også konserveringsstoffer gav reaktioner. Udenlandske undersøgelser tyder på, at de fleste børn vokser fra overfølsomhed over for tilsætningsstoffer.

Tilsætningsstoffer og kræft

Enkelte tilsætningsstoffer har været diskuteret indgående i forhold til risikoen for kræft hos mennesker. Der har været særlig fokus på konserveringsmidlerne nitrat og nitrit, antioxidanterne BHA og BHT og sødestoffet saccharin.

Konserveringsstofferne nitrats og nitrits anvendelse i maden har været genstand for særlig vurdering. Det er vurderet, at anvendelsen af disse stoffer er acceptabel i de lave mængder, der var tilladt i Danmark før 1997, uanset at nitrat og nitrit kan medvirke til dannelse af ganske små mængder nitrosaminer, som er stoffer, der er kræftfremkaldende i dyreforsøg.

Antioxidanterne BHA og BHT har i dyreforsøg i høje doser vist sig at kunne fremkalde kræft. I andre dyreforsøg har de vist sig at være kræft hæmmende. De mængder, der er tilladt som tilsætningsstoffer, er uden virkning på mennesker.

Dyreforsøg har vist en sammenhæng mellem blærekræft og brugen af sødemidlet saccharin i høje doser. Samtidig er der fundet doser, der ikke har nogen kræftfremmende virkning. Undersøgelser viser også, at saccharin ikke kan starte en kræftudvikling, men stoffet kan i store mængder skade blæreslimhinden, sådan at udviklingen af kræft af andre årsager bliver lettere. Ved befolkningsundersøgelser har man ikke kunnet vise nogen sammenhæng mellem brugen af saccharin og blærekræft.

Sundhedsmæssige vurderinger i internationalt samarbejde

Kultur og lovgivning er meget forskellig fra land til land. Med den omfattende internationale samhandel er der et stort behov for internationalt samarbejde om ensartede sundhedsmæssige vurderinger af tilsætningsstoffer. Danske eksperter har deltaget i udarbejdelse af sundhedsmæssige vurderinger i EU og WHO/FAO. Her foretages en samlet vurdering af de videnskabelige oplysninger bl.a. fra dyreforsøg, og der fastsættes ADI-værdier for de enkelte stoffer. De sundhedsmæssige vurderinger i WHO/FAO er grundlaget for handelen i hele verden i verdenshandelsorganisationen WTO. Så et aktivt arbejde i dette forum er med til at sikre forbrugerne.

Tilsætningsstoffer og overfølsomhed

Mange tror, at det især er tilsætningsstoffer, der er årsag til overfølsomhed over for fødevarer. Overfølsomhed over for almindelige madvarer som mælk, æg, rejer, nødder og æbler er dog langt mere almindelig. En undersøgelse har vist, at knap to pct. af danske skolebørn er overfølsomme



Hvordan skal fødevarer med tilsætningsstoffer mærkes?

Alle madvarer, der købes færdigpakkede, skal være mærket med en ingrediensliste, hvor bl.a. anvendte tilsætningsstoffer skal fremgå. I ingredienslisten skal betegnelsen for stoffets kategori, fx konserveringsmiddel eller sødestof, anføres sammen med enten Positivlistens navn på stoffet eller E-nummeret.

Der er dog enkelte vigtige undtagelser fra denne hovedregel. Der skal ikke mærkes, hvis:

- tilsætningsstoffet er overført til den færdige fødevarer fra en anden fødevarer og ikke har en teknologisk funktion i den færdige vare. Konserveringsstoffer eller farvestoffer har som oftest en teknologisk funktion i det færdige produkt og er derfor ikke undtaget.
- stoffet anvendes som teknisk hjælpestof i fremstillingsprocessen.
- stoffet anvendes som opløsningsmiddel eller bærestof.
- emballagens største overflade er mindre end 10 cm².

Navnet på tilsætningsstoffet er det specifikke navn, som er anført i Positivlisten. Mange forbrugere synes, at det er vanskeligt at forstå navnene, men hvis man bruger mere traditionelle betegnelser som fx bagepulver, vil det ikke være entydigt. Bagepulver er en blanding af flere stoffer. De specifikke navne er entydige, og man kan bruge dem til at finde flere og præcise oplysninger om stofferne.

Det er tilladt at mærke med tilsætningsstoffets E-nummer i stedet for dets navn. Det er fordi, en del tilsætningsstoffer har meget lange navne. E-numrene er generelt ordnet efter deres funktion (kategori):

- Fra E 100 til E 199 har man farvestofferne.
- Fra E 200 til E 399 er der dels konserveringsstofferne, som forhindrer bakterier, gær og skimmel i at gøre maden uspiselig, dels antioxidanterne, som forhindrer luftens ilt i at gøre olie og fedt harsk.
- Fra E 400 til E 499 findes konsistensmidlerne, som



også bidrager til at øge holdbarheden i ustabile blandinger og forhindrer fx mayonnaise og dressing i at skille. Det er bl.a. fortykningsmidler, geleringsmidler, emulgatorer og stabilisatorer.

- Stoffe med numre over 500 har forskellige funktioner, fx hævemidler, smagsforstærkere og sødestoffer.

De eneste tilsætningsstoffer, der ikke har fået numre af EU, er næringsstoffer, som derfor altid skal mærkes med deres navn. Aromastoffer har ikke E-numre, men de skal mærkes med deres kategori "aroma" og/eller navn fx "aroma: Vanillin".

Fødevarer kontrollen og forbrugeren

Producenter, importører og forhandlere af fødevarer er ansvarlige for, at fødevarer lovens krav overholdes. Det gælder også for tilsætningsstofferne. En vare er ulovlig, hvis et tilsætningsstof anvendes i en fødevarer, hvor det ikke er tilladt, eller hvis stoffet anvendes i for stor en

mængde. Også hvis varen er fejlmærket, er den ulovlig, og det er da den lokale fødevarerregionens opgave at skride ind. Fødevarerregionernes adresser og telefonnumre findes i telefonbogen eller på www.fdir.dk.

Hvis du har mistanke om, at der er noget galt med et produkt, du har købt, fx at reglerne om tilsætningsstoffer er overtrådt, kan du henvende dig til fødevarerregionen. Får en fødevarerregion kendskab til en sag, sørger den for, at sagen bliver undersøgt hos producenten, importøren eller forhandleren, så fejlen kan rettes. Om nødvendigt kan de ansvarlige straffes.



Spørgsmål og svar om tilsætningsstoffer

Naturens egne stoffer

Hvorfor erstatter man ikke alle tilsætningsstoffer med naturlige stoffer?

Uanset om farvestoffer og andre tilsætningsstoffer er naturlige eller syntetisk fremstillede, er der grund til at sikre, at brugen af stoffet ikke er sundhedsmæssigt betænkeligt. At et stof findes i naturen er ikke afgørende for stoffets giftighed. Fx dannes nogle af de mest giftige stoffer i naturen (grøn fluesvamp m.fl.). Det er også hyppigere fødevarer, fx nødder, end tilsætningsstoffer, der giver overfølsomhedsreaktioner.

Mad uden tilsætningsstoffer

Hvordan sikrer jeg mig, hvis der er bestemte tilsætningsstoffer, jeg vil undgå?

Hvis der er nogle tilsætningsstoffer i færdigpakkede fødevarer, man vil undgå, kan man sikre sig ved at læse mærkningen. Der er dog nogle få undtagelser som beskrevet side 10. Når man køber ikke-færdigpakkede fødevarer, kan man spørge i forretningen.

Personer, der af religiøse eller andre grunde vil undgå at spise svinekød eller animalske produkter i det hele taget, skal være klar over, at tilsætningsstoffer kan være lavet med svinefedt som råvare. Det gælder fx fedtbaserede emulgatorer, som bl.a. kan findes i mælkedesserter, margarine, is og brød. Det mest enkle råd til personer, som ikke vil spise svinefedt eller animalske produkter, er at undgå gelatine samt følgende tilsætningsstoffer: E 120, 304, 422, 431-436, 445, 470-477, 479b, 481-483, 491-495, 570.

Ingen farlige tilsætningsstoffer

Hvordan kan man sikre sig mod farlige tilsætningsstoffer?

Et af kriterierne for tilladelse af tilsætningsstoffer er, at stofferne skal være sundhedsmæssigt acceptable, når de bruges. Så med mindre man lider af overfølsomhed over for et bestemt stof, er der ikke farlige tilsætningsstoffer i mad, og der er ikke sundhedsmæssige grunde til at undgå stofferne.



Svære kemiske navne

Tilsætningsstoffer er ofte angivet med svære kemiske navne, som jeg som almindelig forbruger ikke kan forstå. Stofferne bliver mærket med de såkaldt specifikke navne for at give forbrugere, der evt. vil vide mere, mulighed for at slå navnet op i håndbøger. Hvis man mærkede med andre navne, kunne man komme i tvivl om, hvad der faktisk er tilsat, fordi disse navne ikke altid er præcise. Fx er betegnelsen bagepulver ikke entydig, da det er forskelligt, hvilke tilsætningsstoffer der indgår i produktet.

Hvor er E 324?

Hvorfor kan jeg ikke slå E-nummer 324 op i E-nummerlisten?

Stoffet er ikke tilladt i EU til fødevarer. Nummeret kommer fra en international liste fra Codex over stoffer, der anvendes i hele verden. Da stoffet ikke må findes i mad i Danmark, er det ikke med i listen.

EU og tilsætningsstofferne

Er EU-reglerne for tilsætningsstoffer mere liberale end de tidligere danske regler?

EU-reglerne er ganske rigtigt mere liberale på nogle punkter, men på andre er de mere restriktive end de tidligere danske regler. Generelt er det dog stadig et krav, at fødevarer ikke må være sundhedsfarlige, og at tilsætningsstoffer, der anvendes, skal være sundhedsmæssigt acceptable. Hvis man alligevel vil undgå stofferne, må man se på deklarationen, hvis varen er emballeret, eller spørge i butikken, hvis varen ikke er pakket ind.

Mærkning med tilsætningsstoffer

Hvordan kan man vide, om der er tilsætningsstoffer i noget ?

På færdigpakkede fødevarer skal det fremgå af ingredienslisten, om der er brugt tilsætningsstoffer. Først skal kategoribetegnelsen fx farvestof eller emulgator nævnes. Derefter skal der stå enten navnet på stoffet eller E-num-



meret. Er madvaren ikke emballeret, kan man spørge i butikken eller restauranten, om der tilsætningsstoffer i maden, og hvilke der er tale om.

Behov for farvestoffer

Hvordan kan man sige, at der er behov for farvestoffer?

Behovet kan fx være at justere farven i et produkt, der har mistet farve efter fx varmebehandling eller oplagring, at udjævne naturligt forekommende farvevariationer og give forskellige farver til slik m.m.

Falske lister

Jeg har en liste eller en pjece, hvor der står, at nogle tilsætningsstoffer er kræftfremkaldende, og jeg vil gerne vide, hvordan jeg undgår disse stoffer?

Et af de krav, der stilles til tilsætningsstoffer, er, at de skal være sundhedsmæssigt acceptable. Sidder du med en liste, der udpeger bestemte tilsætningsstoffer som kræftfremkaldende, er det sikkert en udgave af den såkaldte Villejeuf-liste. Den er falsk og egner sig bedst til at blive smidt ud. Det samme gælder tilsvarende lister eller pjecer.

Forbud mod farvestoffer

Hvorfor bliver farvestoffer ikke forbudt?

De farvestoffer, der er tilladt, er vurderet sundhedsmæssigt, og anvendelsen er fundet sundhedsmæssigt acceptabel. I lovgivningen er farvestoffer forbudt i en række basale fødevarer. De bruges især i slik, sodavand og kager, som man godt kan undgå at spise, hvis man ikke vil have farver i sin mad. Desuden kan man bruge oplysningerne i ingredienslisten, hvis der er bestemte tilsætningsstoffer, fx farvestoffer, man gerne vil undgå.

Mange E-numre

Listen over E-numre er lang – er det virkelig nødvendigt at tillade så mange stoffer?

Stofferne er tilladt til en gruppe af fødevarer, og producenten kan bruge dem, men skal ikke. I de fleste tilfælde bruges blot nogle få af stofferne i nogle typer mad, andre i andre typer.



Hvem skal jeg spørge om tilsætningsstoffer i fødevarer?

Generelle spørgsmål om lovgivning og brug af tilsætningsstoffer stilles til den lokale fødevareregion. Fødevareregionens telefon- eller faxnummer kan søges på Fødevaredirektoratets hjemmeside www.fdir.dk

Konkrete spørgsmål fx om en emulgator i en fødevarer er fremstillet af animalsk eller vegetabilsk fedtstof, må stilles til producenten af fødevareren.

Vil du vide mere?

Positivlisten

Fortegnelse over tilsætningsstoffer til fødevarer
Fødevaredirektoratet. August 2002.
Købes i boghandlen eller Danmark.dk, tlf. 1881 eller
www.netboghandel.dk

Tilsætningsstofbekendtgørelsen

Bekendtgørelse nr. 282 af 19. april 2000 om tilsætnings-
stoffer til fødevarer
Findes på www.retsinfo.dk.

E-nummerbogen

Tilsætningsstoffer i maden: virkninger og bivirkninger
Af Orla Zinck og Torben Hallas-Møller
Aschehoug. Ny udgave 2004.
Købes i boghandlen.

Tilsætningsstoffer. E-numre

Pjece. Fødevaredirektoratet. 2003.
Fås hos Fødevaredirektoratet.



Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri
Fødevaredirektoratet
Mørkhøj Bygade 19
2860 Søborg
tlf. 33 95 60 00
fax 33 95 60 01
info@fdir.dk
www.fdir.dk

