

Vařilo se z náhražek? Poznáte to z obalů



Chcete si koupit svíčkovou, která se co nejlíc podobá té od babičky? **Sledujte složení.** Když v něm bude víc chemických názvů než běžných surovin, nebude to asi domácí strava.

Některé testované pokrmy jsou vyrobeny ze stejných surovin, jaké byste použili i doma. Jiné s pomocí přípravků, náhražek a éček. Který případ máte před sebou, vyčtete ze složení, jež je uvedeno na obale. Nemusíte přitom ani vědět, co všechny ty položky z krkolomnými chemickými názvy znamenají, stačí pozorně číst a vzít rozum do hrsti. Názorně to ukazuje příklad dvou svíčkových, které byly zastoupeny v testu. Jednu vyrobila Hamé, druhou společnost Heli Food Fresh. Obě stály stejně – 65 korun. Při výběru vám si stačí pamatovat pár zásad.

PRAVIDLO PRVNÍ: výčet složek

Čím delší je seznam složek, tím větší je šance, že nevařil kuchař, ale někdo (jak ho nazvat?), kdo všechny ty směsi a přípravky skládá dohromady.

PRAVIDLO DRUHÉ: „cézetko“

Pokud nenajdete na obale ovál s registračním kódem CZ, znamená to, že výrobce nemá oprávnění zpracovávat živočišné produkty. Nepracuje tedy s masem, ale s hotovými polotovary, které nakupuje od někoho dalšího. „My maso nezpracováváme, nakupujeme je

zamrazené,“ přiznává Jan Zón z firmy Heli Food Fresh. „Omáčky si připravujeme sami podle vlastních receptur z různých směsí, které nakupujeme. Naše know-how je v tom, jak jsme schopni si s nimi pohrát.“

PRAVIDLO TŘETÍ: závorky

Když najdete ve složení závorky v závorkách, znamená to, že použitá složka je vyrobena z dalších složek. Když použije kuchař do omáčky smetanu, bude ve složení uvedena smetana. Když chce ušetřit, sáhne po přípravku, který je připraven z rostlinných tuků, vlákniny, stabilizátorů, emulgátorů, aromatu a barviva. Když je ve výčtu hovězí maso, vzal kuchař maso a uvařil ho. Hovězí plátky se závorkou znamená, že byl použit masný polotovar, který výrobce koupil od dalšího zpracovatele. Kromě masa je v něm aroma a stabilizátor. Někdy i přidaná voda.

Výrobci mají k dispozici škálu přípravků, které pomohou vylepšit chuť tam, kde nebyly použity „pravé“ suroviny. Najdete je pod označením látky zvýrazňující vůni a chuť. A nemusí to být jen nechvalně známý glutamát, stejnou funkci plní také kvasničný extrakt, hydrolyzát rostlinných bílkovin, aroma či extrakt z hovězího masa. **(hve)**

Dva příklady svíčkové

Hamé Svíčková s housk. knedlíky

knedlík

pšeničná mouka, voda, vejce, droždí, sůl

maso

hovězí maso

omáčka

zeleninový polotovar (mrkev, petržel, cibule, celer, ocet, sůl, koření, zahušťovadlo: modifikovaný škrob), smetana, cukr, cibule, rostlinný olej, pšeničná mouka, zahušťovadlo: modifikovaný škrob, sůl, citronová šťáva, ocet, koření

slanina

uzená vepřová slanina (vepřová slanina, sůl, konzervant E250)

Albert Quality Svíčková omáčka s hovězím masem a housk. knedlíkem

knedlík

pšeničná mouka, voda, droždí, jedlá sůl, sušená vejce, rostlinný olej

maso

hovězí plátky (hovězí maso 99 %, aroma, regulátor kyselosti: E331)

omáčka

rostlinný krém šlehačkového typu (voda, rostlinný tuk, rozpustná vláknina, mléčná bílkovina, jedlá sůl, stabilizátory: E420, E460(i), E339, E466; emulgátory: E472e, E322, E472b; aroma, barvivo E160a), celer, mrkev, sušené mléko (sušené odstředěné mléko, laktóza,

směs mléčných bílkovin), rostlinný olej, cibule, cukr, citronová šťáva, zeleninový bujon (jedlá sůl s jodem, látky zvýrazňující chuť a vůni: E621 a E631; směs zeleniny 4 % (mrkev, cibule, pórek), rostlinný tuk, glukóza, bramborový škrob, petrželový list, kurkuma, aroma (obsahuje celer), barviva: E150d a E101(i)), modifikovaný kukuřičný škrob, zahušťovadla: E412, E415; jedlá sůl, konzervant E262; pepř, bobkový list, nové koření, stabilizátor: E466; petržel

slanina

není ve složení



Jiří Laštovka
Stará garda Asociace kuchařů a cukrářů ČR

Pro lidi, kteří nemají čas vařit, je to tedy tragédie. Tragický byl hlavně plněný lusk – maso, omáčka... snad jen ta rýže se dala jíst. Některé vzorky byly lepší, ale stejně je to většinou samá chemie, aby to vydrželo.



Irena Michalová
Sdružení českých spotřebitelů

Určitě to nebyl žádný zážrak. Je třeba počítat, že je to nižší kategorie jídel, ale špatně vám z nich nebude. Ale připadá mi, že ceny jsou vysoké, za ty peníze si můžu dojet na jídlo do hospody.



Pavel Hanuška
dovozce italských specialit

Celkový dojem je tristní, kvalita vzhledem k ceně je nízká. Za 70 korun dostanu v obvyklé hospodě daleko lepší svíčkovou. Knedlíky bez housky, omáčky bez zeleniny, zahuštěné škrobem...



Václava Kunová
odbornice na výživu

Nečekala jsem gurmánský zážitek, ale bylo to utrpení. Svíčkové ještě ušly, plněná paprika byla příšerná, lasagne peckelné, rozvařené, umělé chutě... Za tu cenu je lepší si ohřát mraženou zeleninu s kvalitní šunkou a parmazánem.



Pavel Menci
šéfkuchař restaurace Kastrol

U svíčkových byly někdy i dobré suroviny, ale technologicky špatně zvládnuté. Ani jedno maso nebylo našpikované, což je škoda, slanina dává svíčkové příjemnou chuť. Omáčky nebyly zjemněné smetanou...



Michal Makusi
Stará garda Asociace kuchařů a cukrářů ČR

Mezi vzorky byly velké rozdíly. Jedna z těch svíčkových se dala jíst, ale obecně jsou ta jídla nevyhovující. Je to lepší, než si dát deset deka salámu a rohlík, ale na stálé stravování to není.



Jan Malinda
redaktor MF DNES

Podle mě je daleko lepší nechat si dovézt hotovou pizzu. Když si ji dám naplň s kamarádem, jsou náklady nesrovnatelně lepší, než stojí tahle jídla, která bych servíroval snad jen nepřítelům.



Jan Havaš
majitel restaurace

Svíčkové byly většinou nevyrazné, nebo byl vynikající knedlík a omáčka špatná, případně naopak. Takové produkty v plastu z mikrovlnky jsou podle mě systémově špatné. To je lepší si dát kilo banánů.

POROTA Jak hodnotíte testovaná jídla?



Pavel Martinek
šéfkuchař restaurace Zaježd

Jsem z toho dost zklamaný. Chápu, že si každý nemůže sám doma vařit, ale i tak si myslím, že než tahle jídla ohříván v mikrovlnce je lepší dát si cokoli jiného. Ještě teď cítím v žaludku glutamát a všechna ta dochucovadla.



Jan Souček
šéfkuchař restaurace La Strada

Dojem z pohledu kuchaře je hodně špatný. Chápu, že úspěšný člověk hledá alternativy, ale nevím, jestli je tohle ta správná cesta, snad jen v případě krajní nouze. Poměr výkon/cena je vlastně ve výsledku nepříznivý.

V ý s l e d k y t e s t u

2,7
známka testu

Marks & Spencer Beef lasagne

ve Velké Británii
výrobno 89,90 Kč
cena za porci

Lasagne s hovězím masem a krémovým bešamelem posypané sýrem. Hotové jídlo
koupeno: Marks & Spencer
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, trouba

CO ZJISTIL TEST

deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 393 g



Dobré složení, bez náhražek a přídavných látek, kvalitní suroviny (těstoviny z tvrdé pšenice, vejce). Nespecifikováno složení bešamelu, přestože je uveden v názvu. Údaje v češtině jsou hůře čitelné.

Z degustace:

Masa je hodně (určitě hovězí), není tak jemně mleté jako u ostatních lasagní, pokrm není přesolený, sýra by mohlo být víc. Málo chuťově výrazný, zřejmě i zásluhou toho, že je bez ochucovadel. Znáмка za smyslové hodnocení 3,6.



Obsah soli v jedné porci

2,4 g

3,3
známka testu

Coquette Pork Lasagne

v Německu
výrobno 49,90 Kč
cena za porci

Lasagne na boloňský způsob se sýrem a rajčatovo-masovou omáčkou. Chlazený hotový pokrm
koupeno: Lidl
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, pečící trouba



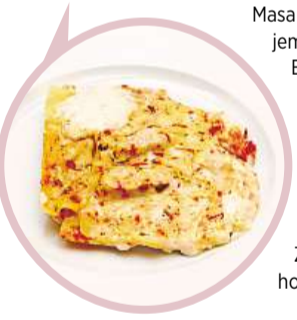
CO ZJISTIL TEST

deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 401 g

Dobré složení, těstoviny z tvrdé pšenice, vejce, bez „éček“. Vysoký obsah soli. Údaje pro spotřebitele jsou hůře čitelné (drobné písmo na málo kontrastním pozadí). Kofeněné mléko – není uvedeno složení.

Z degustace:

Masa je velmi málo a je příliš jemně mleté až kašovitě. Barevný povrch (snad kousky rajčat a koření) nepůsobí důvěryhodně, chuť je o něco lepší, i když v ní převládá oregano. Těstoviny jsou rozvařené. Znáмка za smyslové hodnocení 3,8.



Obsah soli v jedné porci

4,5 g

3,7
známka testu

Albert Quality Svíčková omáčka s h. masem a HK

Heli food fresh Milín, ČR 64,90 Kč
výrobce cena za porci

Hotový pokrm, pasterováno.
koupeno: Albert
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, vodní lázeň



CO ZJISTIL TEST

deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 416 g

Pokrm obsahuje celý koktejl náhražek a éček. Místo smetany je použit rostlinný krém (rostlinný tuk, vláknina, mléčné bílkoviny, aroma, stabilizátory, emulgátory a barvivo). Jsou tu i zvýrazňovače chuti, škroby a konzervant. Vysoký obsah soli. Nedostatky ve značení.

Z degustace:

Maso je měkké a chutné, nešpikované. Knedlíky standardní. Omáčka má dobrou barvu (barviva), černé tečky (rozemleté koření?) vyvolávají dojem „domácí“ svíčkové, ale chuť to vyvrací. Znáмка za smyslové hodnocení 3,2.



Obsah soli v jedné porci

4,8 g

2,8 známka testu
Chef Menü Špagety Bolognese
v Rakousku pro Chef Menü 73,90 Kč
vyrobena cena za porci

Špagety v omáčce z celých rajčat, se štvavnými kousky hovězího a vepřového masa.
koupeno: Billa
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, pánev



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 350 g
skutečná hmotnost 365 g

Téměř bez přídavných látek, výhrady jen k extraktu hovězího masa. Těstoviny z tvrdé pšenice. Soli je přiměřeně. Značení je trochu matoucí: kořeninami je zřejmě míněn extrakt koření

Z degustace:
Dostatečné množství masa i omáčky, která je chuťově dobrá, i když chutná po kečupu, jsou v ní ale i kousky rajčat. Špagety jsou kvalitní a dobře uvařené. Slušná pasta. Známa za smyslové hodnocení 3,1.



Obsah soli v jedné porci 2,4 g

3,3 známka testu
Heli Špagety Bolognese
Heli food fresh Milín, ČR 59,90 Kč
výrobce cena za porci

Hotové jídlo tepelně opracované-pasterované, chlazené.
koupeno: Tesco
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba

CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 418 g

Výrobek obsahuje škroby, dochucovadla (kvasničný extrakt), zahušťovadla, aroma, bílkovinné hydrolyzáty, hovězí bílkoviny a barviva. Značení: místo „mleté maso“ by mělo být uvedeno „masný polotovár“, maso nesmí obsahovat mouku ani barvivo.



Z degustace:
Kde je maso? Je ho skutečně nepatrné, a navíc chutná spíše jako sójový granulát. Celý pokrm má umělou „glutamátovou“ pachuti. Špagety nejsou rozvařené. Známa za smyslové hodnocení 3,9.

Obsah soli v jedné porci 2,3 g

3,7 známka testu
Chef Menü Svičková s knedlíky
pro Billa ČR 67,90 Kč
vyrobena cena za porci

Podle registračního kódu vyrábí Slovacká Fruta, Kunovice, což je jedna z provozoven společnosti Hamé. Pasterovaný hotový pokrm včetně přílohy.
koupeno: Billa
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, vodní lázeň



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 424 g

Nejvyšší obsah soli. Složení je bez náhražek a přídavných látek (kromě dusitanu sodného ve slanině), vadí jen zahušťovadla. Značení je dobré.

Z degustace:
Maso tuhé, nešpikované. Knedlíky dobré, divný tvar, slané. Ačkoliv je ve složení uvedena smetana, v chuti cítit není, omáčka je přesolená, bez zeleniny, s divnou pachuti a pudinkovou konzistencí. Nejhorší ze všech svičkových. Známa za smyslové hodnocení 4.



Obsah soli v jedné porci 5,2 g

3 známka testu
Hamé Svičková s houskovými knedlíky
Hamé Kunovice, ČR 64,90 Kč
výrobce cena za porci

pasterované hotové jídlo
koupeno: Penny Market
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, vodní lázeň



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 474 g

Svičková z přirozených surovin, bez náhražek a přídavných látek, kromě dusitanu sodného ve slanině a zahušťovadla. Vysoký obsah soli. Porce je velká a je v ní hodně masa. Informace pro spotřebitele na obale jsou přehledné a dobře čitelné.

Z degustace:
Maso měkké, libové, ale nešpikované. Knedlíky bez chuti, téměř bez housky. Omáčka hodně světlá, chuťově mdlá, není v ní cítit zelenina, konzistence škrobová. Najíte se, ale nepochutnáte si. Známa za smyslové hodnocení 3,2.



Obsah soli v jedné porci 4,5 g

3,5 známka testu
Heli Svičková s hovězím masem, houskový knedlík
Heli food fresh Milín, ČR 69,90 Kč
výrobce cena za porci

Hotové jídlo tepelně opracované-pasterované, chlazené.
koupeno: Tesco
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, hrnec, vodní lázeň

CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 415 g

Chuť svičkové výleští z výrazného chuti, aroma, extrakt z hovězího masa, barvu kromě extraktu z červené řepy ještě tři barviva. Místo smetany náhražka z rostlinných tuků. Vysoký obsah soli.

Z degustace:
Maso dobré, měkké, ale nešpikované. Knedlíky slušné, málo housky. V omáčce příjemně tmavší barvy (barviva) je hodně cítit i vidět cibule, zato chybí smetana. Chuťově to není úplně špatné, ale není to svičková, spíše hovězí na divoko. Známa za smyslové hodnocení 3,1.



Obsah soli v jedné porci 4,9 g

3,7 známka testu
Albert Quality Lasagne Bolognese
Heli food fresh Milín, ČR 62 Kč
výrobce cena za porci

Hotové jídlo tepelně opracované-pasterované, chlazené.
koupeno: Albert
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, vodní lázeň



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 420 g
skutečná hmotnost 427 g

Ve složení jsou stabilizátory, zahušťovadla, bílkovinné hydrolyzáty, zvýrazňovače chuti, emulgátory, škrob, barvivo a hlavně nevhodný ztužený rostlinný tuk. Místo mléka je použita sušená syrovátka a mléčná bílkovina. To vše pod značkou Garance kvality.

Z degustace:
Sýr na povrchu (pokud je to vůbec sýr) je nekválitní, připomíná bláto (možná tavený). Chuť masa přebíjí kečup. Celý pokrm je divně rozvařený, kašovitý, mazlavý. V chuti silně převládá oregano. Známa za smyslové hodnocení 4,3.



Obsah soli v jedné porci 3 g

3,2 známka testu
Feine Küche Svičková na smetaně s housk. knedlíky
Hamé pro Spar, ČR 64,90 Kč
výrobce cena za porci

pasterované hotové jídlo
koupeno: Interspar
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, vodní lázeň



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 418 g

Bez náhražek, ve složení vadí snad jen modifikovaný škrob. Pokrm je klamavě označen tvrzením „bez přídavku konzervačních látek“, ale analýzy v něm prokázaly dusitan sodný (E250), zřejmě ze slaniny.

Z degustace:
Maso tvrdé, nešpikované. Knedlíky tuhé, téměř bez housky. Omáčka není chuťově nejhorší, příjemně sladkokyselá, ale konzistence je pudinková, škrobová. Nejlepší ze všech svičkových, přesto nespĺňuje očekávání. Známa za smyslové hodnocení 3.



Obsah soli v jedné porci 4,4 g

3,6 známka testu
Hamé Halušky s uzeným masem a kysaným zelím
Hamé Kunovice, ČR 66,90 Kč
výrobce cena za porci

Pasterovaný hotový pokrm včetně přílohy.
koupeno: Kaufland
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, vodní lázeň



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 400 g
skutečná hmotnost 472 g

Složení i označení výrobku jsou bez výhrad. Vysoký obsah soli.

Z degustace:
Masa je málo, je zcela rozdrobené do malých kousků, chutná podivně, těžko věřit, že je to uzené. Halušky bez chuti, určitě ne z brambor, spíše z prášku. Chuť pokrmu zachraňuje jen kyselé zelí. Halušky z nádražního stánku jsou lepší. Známa za smyslové hodnocení 3,9.



Obsah soli v jedné porci 4,8 g

4 známka testu
Heli Plněná paprika, rýže
Heli food fresh Milín, ČR 64,90 Kč
vyrobena cena za porci

Hotové jídlo tepelně opracované-pasterované, chlazené.
koupeno: Kaufland
doporučený ohřev: mikrovlnná trouba, hrnec, vodní lázeň



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hmotnost 420 g
skutečná hmotnost 424 g

Hodně náhražek - zahušťovadla, sójový bílkovinný hydrolyzát, aroma, barvivo, zvýrazňovače chuti a vůně. Označení „bez glutamátu“ může být zavádějící. Glutamát přímo v pokrmu není, k vylepšení chuti jsou ale použita hned dvě jiná dochucovadla (E631 a E627).

Z degustace:
Rýže je méně kvalitní, ale dobře uvařená. Paprika dobrá, výrazně červená omáčka (barviva) je sladká, pudinkovitá, ale nechutná špatně. Zato masová náplň má pastovitou konzistenci a chemickou vůni i chuť. Známa za smyslové hodnocení 4.



Obsah soli v jedné porci 2,9 g

AkčníCeny.cz
Nejlepší nabídky hypermarketů

Podporujeme kvalitní výrobky!

Jsmo partnerem TEST DNES.
Všechny testy naleznete na AkčníCeny.cz/test-dnes

Není do mikrovlnky

2,7 známka testu
Condelli Lasagne Bolognese
v Rakousku 89,90 Kč
vyrobena cena za 2-3 porce

Vaječné těstoviny plněné. S rajčatovou omáčkou s vepř. masem a bešamelovou omáčkou se sýrem emental v samostatném sáčku
koupeno: Penny Market
doporučený ohřev: pečicí trouba



CO ZJISTIL TEST
deklarovaná hm. 1000 g
skutečná hm. 971 g

Pokrm se liší od ostatních, není určen k ohřevu v mikrovlnce, ale k zapéčení v troubě. Ze složení je patrné, že jsou použity kvalitní suroviny, prakticky bez přídavných látek. Vysoký obsah soli. Nejsou uvedeny alergenů.



Z degustace:
Vepřové maso jemně mleté. Těstoviny jsou dost rozvařené, hodně bešamelu, chuťově přijatelné, bez chemických pachuti. Výborná je křupavá horní krusta sýru a bešamelu. Známa za smyslové hodnocení 2,7.

Obsah soli v jedné porci 3,1-4,7 g

Protokol testu

- Test jsme zaměřili na **chlazená hotová jídla**, která stačí rychle ohřát a konzumovat.
- Zařadili jsme do něho celkem **13 pokrmů**, z nichž jeden (Condelli Lasagne Bolognese) nebyl určen k ohřevu v mikrovlnné troubě, ale v normální pečicí troubě. A není navíc jednorázový, ale nabízí 2-3 porce. Proto jsme ho také hodnotili zvlášť.
- Vzorky jsme nakupovali v hypermarketech.
- Ve **Státním veterinárním ústavu v Praze** zjišťovali obsah soli, měřili hmotnost celé porce i množství masa (u svičkových) a u některých vzorků, které byly označeny „bez konzervantů“, ověřovali pravdivost tohoto tvrzení.
- **Obsah soli** jsme přepočítali na množství porce, které jsme zjistili v analýzách, nikoliv na množství deklarované výrobcem.
- **Desetičlenná porota složená z kuchařů i laiků** posuzovala výrobky smyslově. Hodnocení proběhlo v pražské restauraci Kastrol. Naslepo hodnotili vzhled, vůni a chuť pokrmů, které jsme jim předkládali postupně pod čísly. Znali jen název jídla, nikoliv značku ani výrobce. Každé jídlo hodnotili školními známkami od 1 (velmi dobrý) až po 5 (nepřijatelný).
- Údaje na obalech posoudila odborná poradkyně pro potraviny **Irena Michalová** ze Sdružení českých spotřebitelů.
- **Znátku testu** tvoří: smyslové hodnocení 50 %, obsah soli 20 %, množství masa 10 %, složení (zejména použití náhražek a přídavných látek) 10 %, značení na obale 10 %.
- Záběry z testování můžete vidět 25. února v 17.40 v pořadu České televize **Černé ovce** na ČT1.
- Test **hradila redakce** MF DNES ze svého rozpočtu.