2011-06-15 **ЙОГУРТ ПОЛЕЗНЫЙ И СОМНИТЕЛЬНЫЙ.**

За последнее десятилетие в наш быт вошли модные словечки: «гамбургер», «сникерс», «йогурт». Последний завоевал огромную популярность благодаря рекламе о полезности, плюс патологическому желанию приобщиться к «западной цивилизации». Собственно йогурт - это ке-фир (осет.), егурт (туркм.), катык - (бывшие «братские» среднеазиатские республики и тюркские народы Поволжья). (В.В.Похлёбкин. «Поваренное искусство»).

Однако в России «йогурт» западного образца - это кефир, наполненный синтетическими «улучшителями», ароматизаторами и консервантами. Вероятно, что на Западе, будучи приготов-ленным для себя, этот продукт и в правду целительный. Но качество того «йогурта», который ввозится в Россию, вызывает очень большие сомнения. **Российский потребитель должен знать,**
что кисломолочный продукт йогурт - европейский синоним осетинского слова кефир, средне-азиатских слов; егурт, катык, действительно имеет целебное свойство при условии, если содержание в одном его кубическом сантиметре биологически активных (живых) бак□терий будет не ниже определённой величины. Дело в том, что количество этих бактерий на-прямую связано со сроком хранения, по истечении которого бактерии погибают и продукт пре-вращается в лучшем случае в пустышку.

.

На разговоры о том, что йогурт крайне полезен и необходим, что он способен покрыть де-фицит витаминов лучше наплевать и забыть. Для того, чтобы удовлетворить потребность в вита-минах посредством йогурта, придётся употребить его в таких огромных количествах, которые просто не выдержит не один желудок. А слово «кефир» поменяли на модное «йогурт», чтобы иметь возможность сбывать подороже.

В своё время в азиатских республиках допускалось до 30% овощных или фруктовых доба-вок, но это были натуральные соки свёклы или вишни. Сейчас покупая йогурт, например с гру-шевым вкусом, вы получаете кисломолочный продукт, в котором никакой груши никогда не бы-ло, а были и есть бутилацетаты. Здесь тоже надо знать, что это растворитель, применяющийся, в частности, в лакокрасочной промышленности.

Йогуртов с фруктовыми наполнителями - кусочками или целыми ягодами - лучше из бегать.
Дело в том, что «кусочки» проходят стерилизацию без термической обработки - их об-лучают «мирным атомом». Ещё надо знать, что йогурты с длительным сроком хранения - это йо-гурты с «убитыми» бактериями, т.е. не йогурт вовсе, а бесполезный (не исключено, что опасный) продукт.

Настоящий «живой» йогурт имеет срок хранения не более недели и должен храниться только в холодильнике при температуре не выше 8° С. всё остальное не йогурт вообще и в нём попросту «сидят» консерванты.

Кроме того, для снижения себестоимости (но никак не цены) продукта сахар зачастую за-мещается сахарозаменителями, например, аспартамом, о котором уже говорилось.

В некоторой степени йогурты, изготовленные в России, имеют преимущество перед импортными, потому что в большинстве случаев продаются в тех же регионах, в которых производятся, следовательно, не предназначены для длительных перевозок и не напичканы консервантами.

Но это справедливо, если мы говорим о натуральном йогурте (кефире) без ароматизаторов, всевозможных «кусочков» и прочего и не о соевом «йогурте», например, «Сойка».

Надо отдать должное производителям «Сойки» - они не скрывают соевой сущности своего продукта и честно пишут: «заменитель йогурта».

Жаль только, что ООО «ИнтерСоя» не поставило на упаковке своего «йогурта» зна□чок «ГМИ». Это значит, что йогуртовый напиток изготовлен из генетически модифициро□ванной сои. Согласно Федеральному реестру пищевых продуктов эта организация получает бобы генетически модифицированной сои линии 40-3-2 от фирмы «Монсанто» США.

Объединение «Русский избиратель»