
"Agro-technological training methodology based on organic farming - Einkorn -
Ancient innovation II"
Project No 2014-1-BG01-KA202-001570

ХРАНИ И НАПИТКИ НЕСЪДЪРЖАЩИ И С МНОГО НИСКО СЪДЪРЖАНИЕ НА ГЛУТЕН

Има много храни, които **не съдържат глютен** и може да се консумират без ограничение. Те включват **ориз, царевица**, различни видове растения, съдържащи нишесте като **картофи, боб, елда, маниока, тапиока и кестени; мляко и млечни продукти; месо, риба; яйца; растителни масла; зеленчуци и плодове**. В допълнение, има широка гама от преработени храни (включително хляб, макаронени изделия, и бисквити), които са доставени специално за хранителните нужди на пациенти с целиакия. Тези храни могат да бъдат намерени по етикета, на който е показано **напречно пресечено стебло пшеница**, което гарантира **отсъствието на глютен**.
(http://www.dietbg.com/shop/ celiakia/index.php?header=2_1&body=2_2)

Някои храни са специално произведени, приготвени и/или преработени, за да се намали съдържанието на глютен в една или повече съдържащите глютен съставки или се заменят съдържащите глютен съставки с други съставки, без глютен естествено. Други храни са произведени изключително от съставки, които са без глютен.



"Agro-technological training methodology based on organic farming - Einkorn - Ancient innovation II"

Project No 2014-1-BG01-KA202-001570

Отстраняването на глутена от съдържащите глутен зърнени култури се характеризира със значителни технически затруднения и икономически ограничения и следователно производството на изцяло безглутенови храни, когато използвате такива зърнени храни е трудно. Следователно, много храни, по-специално преработени за намаляване съдържанието на глутен, могат да съдържат малки остатъчни количества глутен.

Сертифицираните методи за измерване на съдържанието на глутен са:

- **Ridascreen Gliadin competitive R7021 (competitive ELISA)** с лимит на детекция 1,36 ppm глиадин или 2,72 ppm глутен; граница на количествено определяне 5 g/kg ppm глиадин или 10 ppm глутен;
- **Ridascreen Gliadin R7001 R7021 (sandwich ELISA)** с лимит на детекция 1,5 ppm глиадин или 3 ppm глутен; граница на количествено определяне 2,5 mg/kg ppm глиадин или 5 ppm глутен (Zarnkow, 2014).



PETKOM
PETKO ANGELOV



INSTITUTE FOR PLANT
GENETIC RESOURCES "K. MALKOV "

