

Czy aromaty mają wpływ na wartość odżywczą produktów spożywczych i napojów?

Aromaty nie mają istotnego wpływu na wartość odżywczą produktów spożywczych ani napojów. Ich zadaniem jest poprawa smaku produktu oraz zapewnienie takich samych doznań smakowych, nawet w produktach o obniżonej wartości energetycznej.

Europejskie Stowarzyszenie Producentów Aromatów (EFA) pozytywnie ocenia strategię „Od pola do stołu” (Farm to Fork) Komisji Europejskiej (KE) oraz powiązaną z nią inicjatywę dotyczącą znakowania wartości odżywczej na froncie opakowania (FOP). Jako ważny dostawca składników dla europejskiego przemysłu spożywczego europejska branża aromatów odgrywa istotną rolę w unijnym łańcuchu dostaw żywności – zgodnie z podejściem „Od pola do stołu”. W kwestii bezpieczeństwa, niezależnie od sektora, kluczowa jest transparentność zarówno dla organów administracji publicznej, przemysłu, jak i konsumentów.

Każdy przyszły unijny system znakowania wartości odżywczej na froncie opakowania (FOP) powinien zwiększać świadomość konsumentów i być opracowywany w oparciu o

współpracę wszystkich zainteresowanych stron. W kontekście stosowania aromatów EFA deklaruje gotowość do konstruktywnej współpracy ze wszystkimi uczestnikami tego procesu oraz przekazuje dodatkowe informacje o charakterze naukowym. Naszym wspólnym celem powinno być wypracowanie zharmonizowanego systemu znakowania FOP w całej UE, opartego na dowodach naukowych.

W tym kontekście EFA pragnie podkreślić, że aromaty mają nieznaczny wpływ na wartość odżywczą gotowego produktu spożywczego lub napoju. Poniżej przedstawiamy również dodatkowe informacje dotyczące aromatów spożywczych.

Czym są aromaty i dlaczego je stosujemy?

Aromaty to składniki, które kształtują smak i zapach żywności oraz wzbogacają jej profil sensoryczny. Nie są przeznaczone do spożycia w czystej postaci, lecz stanowią dodatek do żywności w celu nadania lub modyfikacji jej zapachu i/lub smaku.

Aromaty nie są przypisane do jednej kategorii smakowej (np. słodkiej, kwaśnej lub słonej).¹



Kreatywność

Aromaty nadają żywności charakterystyczny smak i zapach, który przywołuje wspomnienia i budzi emocje. Pozwalają uzyskać szeroką gamę doznań smakowych i zapachowych. Wzmacniają też ogólne wrażenia sensoryczne oraz pomagają zachować rozpoznawalny profil smakowy produktu, uzupełniając nuty utracone w trakcie przetwarzania.



Zrównoważony rozwój

Aromaty pomagają nam wykorzystywać ograniczone zasoby Ziemi w sposób zrównoważony. Firmy z branży aromatów są innowacyjne, efektywne w wykorzystaniu zasobów i zaangażowane we wdrażanie bardziej przyjaznych środowisku procesów, co z kolei ogranicza zużycie surowców. Przykładem jest Karta Zrównoważonego Rozwoju (Sustainability Charter), opracowana przez globalne stowarzyszenia branży aromatów i kompozycji zapachowych.



Świadome wybory żywieniowe

Aromaty wspierają świadome wybory żywieniowe (lub styl życia), pomagając zachować atrakcyjny smak także w produktach o obniżonej zawartości soli, cukru lub tłuszczu, dzięki czemu konsumentom łatwiej jest wybierać zdrowsze opcje. Ponadto aromaty zwiększają akceptację takich produktów wśród konsumentów i sprawiają, że są one chętniej wybierane.

Dlaczego aromaty mają nieznaczny wpływ na wartość odżywczą gotowego produktu spożywczego?

- Aromaty są dodawane do produktów spożywczych i napojów w bardzo małych ilościach. Zazwyczaj stanowią około 0,01%–2% produktu, w zależności od jego rodzaju.
- Zasadniczo aromaty nie należą do kategorii składników odżywczych i nie powinny w istotny sposób wpływać na wartość odżywczą produktu.
- Wartość odżywcza gotowego produktu zależy od pozostałych, powszechnie stosowanych składników oraz ich wzajemnych proporcji i połączenia.

W związku z tym udział aromatów w całkowitej wartości odżywczej produktu spożywczego lub napoju jest ograniczony, a w praktyce – znikomy.

¹ Rozporządzenie 1334/2008 w sprawie środków aromatyzujących i niektórych składników żywności o właściwościach aromatyzujących do użycia w oraz na środkach spożywczych oraz zmieniające rozporządzenie Rady (EWG) nr 1601/91, rozporządzenia (WE) nr 2232/96 oraz (WE) nr 110/2008 oraz dyrektywę 2000/13/WE

Weźmy pod lupę następujący przykład: wartość energetyczną jogurtu z truskawkami



jogurt z truskawkami



jogurt truskawkowy z dodatkami aromatów

wartość energetyczna: 366 kJ (87kcal)/100g

wartość energetyczna: 366 kJ (87kcal)/100g

Wartość energetyczna obu jogurtów jest jednakowa. Wpływ aromatów okazuje się na tyle nieznaczny, że w świetle wytycznych UE związanych z Rozporządzeniem UE nr 1169/2011 określany jest jako znikomy. W związku z powyższym wartość energetyczna oznaczona na etykiecie pozostaje identyczna

Reguła ta dotyczy również innych produktów żywnościowych i napojów. W konsekwencji bez względu na to, czy wybierany produkt zawiera aromaty czy też nie, wpływ żywieniowy produktu pozostaje taki sam. Wynika to z faktu, że aromaty dodawane do żywności i napojów mają znikomy wkład energetyczny.

Bibliografia naukowa

FAO — Organizacja Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa (2003). Energia żywności — metody analizy i współczynniki przeliczeniowe. Food and Nutrition Paper 77. Raport z warsztatów technicznych, Rzym, 3–6 grudnia 2002. [Rozdział 3: Obliczanie wartości energetycznej żywności — współczynniki przeliczeniowe.](#)

Merrill, A.L., Watt, B.K. (1973). Wartość energetyczna żywności — podstawy i sposób wyznaczania. Agriculture Handbook nr 74. Agricultural Research Service (ARS), Departament Rolnictwa Stanów Zjednoczonych, Waszyngton, DC. <https://www.ars.usda.gov/ARSUserFiles/80400525/Data/Classics/ah74.pdf>

Akty prawne

Codex Alimentarius • [Wytyczne dotyczące znakowania wartości odżywczej \(CAC/GL 2-1985, rew. 2-2011\)](#)

UE • [Rozporządzenie \(UE\) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności](#)
• [Rozporządzenie \(UE\) nr 1334/2008 w sprawie środków aromatyzujących i niektórych składników żywności o właściwościach aromatyzujących do użycia w oraz na środkach spożywczych](#)

Tłumaczenie na język polski: Polski Związek Przemysłu Aromatów (PZPA), Warszawa.



PZPA
Polski Związek
Przemysłu
Aromatów