

VAD BETYDER E-NUMRET?

Mat innehåller inte bara mat. I många produkter har tillverkaren blandat i så kallade tillsatser. Det är ingredienser som vi normalt inte använder hemma i köket och som tillsätts för en teknisk funktion, till exempel för att färga glassen, binda in vatten i köttbiten eller göra så att brödet aldrig möglar.

Ämnena kan anges med så kallade E-nummer eller med sitt namn, t ex E320 eller butylhydroxianisol. I inget av fallen säger det dock så mycket om vad det egentligen är som man har tillsatt. Därför skapade konsumentföreningen Äkta vara E-nummerguiden. I den finns alla cirka 330 tillsatser beskrivna.

Vill du veta vad du äter? Ta hjälp av E-nummerguiden!

