

## Пищевые добавки — Lurkmore

«— ... был колбасник ЛинеК. У него на полке стояли две коробки. В одной была смесь всяких пряностей, которые он клал в ... колбасу. В другой — порошок от насекомых, так как этот колбасник неоднократно мог удостовериться, что его покупателям часто приходилось разгрызать в колбасе клопа или таракана. Он всегда говорил, что клопам присущ пряный привкус горького миндаля, который кладут в бабу, но прусаки в колбасных изделиях воняют, как старая заплесневелая Библия. Ввиду этого он зорко следил за чистотой ... и повсюду рассыпал порошок от насекомых. ...делал он раз ...колбасу, а у него в это время был насморк. Схватил он коробку с порошком от насекомых и всыпал этот порошок в фарш... С тех пор ... за ... колбасой ходили только к Линеку. Люди буквально ломились к нему в лавку. ...самое интересное оказалось то, что из семей, которые покупали у него кровяную колбасу, все тараканы и клопы ушли. »

— *Ярослав Гашек, «Похождения бравого солдата Швейка»*

«— Я — калия сорбат!

— А я — натрия бензоат! — А я — бутилацетат! — А вместе мы — «Фруктовый сад»!

»

— *Пародия на известную рекламу*

**Пищевые добавки** — добавляются в пищу, но отдельно от неё употребляются разве что лауреатами **премии Дарвина**. Творят с нямкой сущие чудеса: увеличивают сроки хранения, делают однородной, приятной и **прельстивой** на вид, вкус, цвет и запах. Невозбранный способ сделать из говна конфетку, ИЧСХ, продукт останется таким же говном, но будет **хаваться** добровольно и с аппетитом.

### Специи ака пряности

Обычное яблоко содержит:	
<b>Антиокислители и регуляторы кислотности</b> E300 - аскорбиновая кислота E334 - лимонная кислота E334 - винная кислота E363 - янтарная кислота E375 - никотин	<b>Эмульгаторы и загустители</b> E440 - лектин
<b>Красители</b> E101 - рибофлавин E140 - хлорофилл E160a - каротин E163 - антоциан E181 - танин	<b>Усилители вкуса и запаха</b> E620 - глутаминовая кислота
<b>Консерванты</b> E260 - уксусная кислота E270 - молочная кислота E280 - пропаноновая кислота E296 - яблочная кислота	<b>Прочее</b> E921 - цистин
	<b>Ароматизаторы</b> ацетальдегид гексанал бутан-1-ол бутил-ацетат пропил-ацетат этил-бутаноат гексил-пропаноат гексил-гексаноат

Количество добавок в обычном яблоке

«Что бог ни делает, всё к лучшему, — с **пафосом** провозгласил патер, услышав о кухне. — Порядочный человек и на кухне может сделать себе карьеру. **Интеллигентных** людей нужно назначать именно на кухню для большего богатства комбинаций, ибо дело не в том, как варить, а в том, чтобы с любовью все это комбинировать, приправу, например, и тому подобное. Возьмите, например, подливки. Человек интеллигентный, приготавливая подливку из лука, возьмёт сначала всякой зелени понемногу, потушит её в масле, затем прибавит кореньев, перцу, английского перцу, немного муската, имбирю. Заурядный же, простой повар разварит луковицу, а потом бухнет туда муки, поджаренной на говяжьем сале, — и готово. »

— *Ярослав Гашек, «Похождения бравого солдата Швейка»*

Специи — это вещества, призванные улучшать вкус еды, придавать ей различные оттенки — то есть, нет никаких оснований, чтобы не считать их пищевыми добавками. Но за такое обобщение **труЪ кулинары** могут побить сковородкой и насадить на шампур. Всё потому, что специи получают из различных растений путём измельчения в вонючую труху, а некоторые виды представляют собой сам плод (например бадьян, гвоздика, кардамон), что какбе переводит специи в разряд натур-продуктов. Специй существует великое множество. Помимо общепринятых, таких как перец, в каждой стране есть свои, характерные только для местной кухни.

Так уж сложилось, что специи любят тёплый климат, поэтому в более северных странах из специй произрастают только хрен да чеснок, а местами так и вовсе ни хрена. Такая несправедливость привела к развитию торговых отношений, военпрома, **справедливой** колониальной системы, в несколько изменённой форме сохраняющейся **и поныне**. А ещё специи являются природными ядами для кучи вредных микро- и не очень организмов. Поэтому на юге их традиционно используют больше, ибо в жарком, а ещё лучше в жарком и влажном климате всякие бактерии охотнее пожирают пищу, а потом и тебя, **%username%**.

Другая причина не менее банальна:

Исторически корейская трапеза в большинстве случаев состояла из т.н. основного блюда ( / ), и блюд панчхан — слово, которое за неимением в русском обиходе точных аналогов переводится как «закуски». В роли основного блюда обычно выступал варёный рис или, у бедноты, варёный ячмень. Чтобы калорийное, но не слишком изысканное основное блюдо было вкуснее, к нему в небольших количествах подавали закуски панчхан. Были они обычно резкими на вкус (чаще всего солёными или острыми...)

— *Ланьков*

Перечислять даже самые распространённые специи нет смысла, ибо их **реально много**, так что лучше погуглить.

## **Белые смерти, классические**

«Я убежден, что обильное употребление этого вещества есть результат сластолюбия, и соль была

введена, главным образом, для возбуждения жажды, исключая, конечно, случаев, когда она необходима для сохранения мяса в далеких путешествиях или в местах, удаленных от рынков. Ведь мы не знаем ни одного животного, которое любило бы соль.

»

— *Джонатан Свифт, «Путешествия Гулливера»*

Поваренная соль является самой популярной добавкой к пище. Химически представляет собой хлорид натрия, NaCl, также есть вариации с добавлением йода и/или калия, типа полезно. А если соль морская (да, бывает, что продают в магазинах и такую) — то также возможны примеси магния, брома и прочих металлов и галогенов. В чистом виде промышленно не получают, всегда имеет небольшое количество примесей. Соль поддерживает в организме водно-**солевой** баланс. Употребление как большого, так и

малого количества имеет последствия, самое простое из них — это сушняк после того, как наебнёшь солёной рыбы. Является также консервантом — бактерии, грибы и прочий глист в ниобаца солёной среде не размножаются, **сало** и таранка тому пример. Кроме того, соль — самая **древняя** добавка. Обезьяна стала человеком не потому, что научилась использовать орудия труда: это и шимпанзе умеют. А потому, что засунула в огонь предварительно посоленный кусок мяса и так открыла для себя мир кулинарии<sup>[1]</sup>.

Сахар — нынче не менее знакомое и повсеместное вещество. Однако добывать его в относительно чистом виде научились не столь давно — всего-то в середине позапрошлого века. На фоне первой промышленной революции это привело к печальным последствиям. Сахар начали добавлять в еду тоннами, а потом и тысячами тонн. Пипл с большим удовольствием хавал сласти, всякие пирожные и газировки стали доступны не только изнеженным аристократам, но и детишкам из неблагополучных семей. Так человечество сделало первый шаг к ожирению. Химическое название привычного сахара — сахароза. В организме этот дисахарид быстро расщепляется на глюкозу и **фруктозу**, которые, строго говоря, тоже сахара (только *моно-*), а глюкоза — так она вообще самый важный углевод в организме, обеспечивающий питание клеток, особенно мозговых; не зря же **Онотоле** жрёт конфеты тоннами. Получают сахар из сахарной свёклы, либо сахарного же тростника. Можно прожить без него совсем, поскольку сахара содержатся во фруктах, мёде, крупах и мучных продуктах. Разница в том, что последние два содержат крахмал, который в организме тоже распадается на моносахариды. Примечательно, что сахар можно использовать в качестве консерванта, но содержание его в продукте при этом должно быть не менее 75%. В сладком говне глисты и плесень тоже не выживают.



По Энгельсу, «мясная пища содержала в почти готовом виде наиболее важные вещества, в которых нуждается организм для своего обмена веществ; она сократила процесс и этим сберегла больше времени, вещества и энергии для активного проявления животной жизни... Употребление мясной пищи привело к двум новым достижениям, имеющим решающее значение: к пользованию огнем и к приручению животных. Оба эти достижения уже непосредственно стали новыми средствами эмансипации для человека».

## На бабушкиной кухне

Домашняя кухня до сих пор считается эталоном натуральной пищи: «никакой химии», что невозбранно эксплуатируется рекламщиками. Но посмотрим внимательно на бабушкины шкапчики.

О! Что мы видим? «сода пищевая», конечно же, натуральная. Неясно только, на каком дереве выросла. Производится на химзаводах из поваренной соли, углекислого газа и аммиака. А вот ещё — «кислота лимонная», второй компонент шипучки, с которой юные дарования начинают химические опыты. Будем честны — никакими лимонами она не пахнет, в любом смысле. Экстрагируют при помощи извести и серной кислоты. Уксус! Давно уже не делают из яблок и вина, а из нефтепродуктов, хотя для гурманов и снобов натуральный уксус найти можно. Крахмал! Его, конечно, добывают из картофельных очисток, но подвергают такой глубокой обработке, что натуральным продуктом он может считаться весьма и весьма условно. Ванилин! Из 12 кило тонн годового потребления только 1,8 производят из натурального сырья (из гнилой осинового древесины). Желатин! Продукт, безусловно, натуральный, белковую основу желатина синтезировать пока не научились, но как, как его получают: «Шкуры крупного рогатого скота подвергаются тщательной очистке на кожевенных заводах. Затем со шкур удаляется мездра, и производится горизонтальное двоение шкур. Полученная таким образом средняя прослойка кожи, спилок, состоит в основном из коллагена и благодаря этому является идеальным сырьевым продуктом для производства желатина. С целью сохранения всех качеств сырья до его переработки в желатин, спилок консервируется солью или гашёной известью».

**Вывод неутешителен:** прогресс зашёл так далеко, что уже ни одна из ныне живущих бабушек не приготовит вкусного торта или маринованных опят без использования успехов химической промышленности.

## Химия, химия, вся посуда синяя

В конце XVIII — начале XIX века путем выпаривания мочи, собранной на конюшнях и в солдатских казармах, открыли *мочевину*. А уже в 1828 году её получили искусственно из неорганических компонентов. Это было одним из ключевых достижений химии: впервые было синтезировано органическое, «живое» вещество. С тех пор количество новых искусственных веществ растёт экспоненциально и уже достигает нескольких миллионов в год. Показательно, что первая синтезированная органика заняла достойное место среди пищевых добавок под номером E927b (*карбамид*, о котором поется в рекламе Digol — это то же самое). Видимо, это единственная пищевая добавка, потребители которой рады, что её добывают химическим, а не **натуральным способом**.

Очередная промышленная революция в двадцатом веке привела к тому, что пищу перестали делать на полях и огородах. Выращивают сейчас *сырьё*, а сами продукты делают на фабриках и заводах, где технологический процесс мало отличается от того на фабриках по производству стирального порошка. Опять же, это большой успех: открытых ртов всё больше, а голодоморы встречаются только в Африках, и то **по причине тотального отсутствия мозгов**.

Органическая и неорганическая химии тоже вносят существенный вклад в решение продовольственной проблемы и утилизации отходов производства. Эмульгаторы, красители, стабилизаторы, консерванты, ароматизаторы, пенообразователи и пеногасители, регуляторы кислотности — с одной стороны, позволяют делать еду из мало приспособленного для этого сырья, с другой — позволяют успеть довести готовый продукт неиспорченным в любую точку планеты, лишь бы купили.

## Классификация (E\*)

Чтобы навести хоть какой-то порядок с веществами, добавляемыми в пищу, ZOG издало [Кодекс Алиментариус](#), но порядка больше не стало.

Пищевые добавки классифицировали по назначению:

- E100-E199 — Красители.
- E200-E299 — Консерванты.
- E300-E399 — Антиокислители.
- E400-E499 — Стабилизаторы, загустители, эмульгаторы.
- E500-E599 — Регуляторы кислотности.
- E600-E699 — Усилители вкуса и аромата.
- E700-E799 — Антибиотики.
- E800-E899 — Резервировано (очень миленько, для того, что ещё не придумали, но номера забили).
- E900-E999 — Прочее (опять миленько).
- E1000-E1999 — вещества, не вошедшие в стандартную классификацию (не попавшие даже в «прочие»). Типа пеногасителей, различных модификаций крахмала и проч.

В результате в одной группе (например, «Красители») можно встретить такие вещества, как натуральный *куркумин*, не менее натуральный *хлорофилл*, *бета-каротин* прямо из морковки, а также древесный уголь, мел, золото, серебро, алюминий и совсем загадочные: *зелёный S*, *бриллиантовый голубой FCF*, *синий патентованный V*, *красный очаровательный AC*, *оранжевый GGN* и, наконец, *бета-апо-8-каротиновый альдегид*.

В список вошли не только химически синтезированные вещества, но и

- известные с древнейших времён добавки к пище:
  - сода (E500),
  - лимонная кислота (E330),
  - уксусная кислота (E260),
  - этанол (E1510), причем этанол запрещён в этой стране в качестве пищевой добавки. Прощайте, конфеты с коньяком! — здравствуй, коньяк с конфетами!
- совершенно несъедобные вещества:
  - аргон (E938), гелий (E939), бутан (E943a), пропан (E944), кислород (E948), водород (E949),
  - перекись ацетона (E929), громко клювом не щелкать! взрывоопасно! (*спойлер*: антисептик для дезинфекции муки)
  - хлор (E925),
  - серная кислота (E513), соляная кислота (E507), медный купорос (E519).
- вещества, получаемые из натурального сырья, в том числе из весьма сомнительного:
  - кармин, он же кошениль (E120), получают из высушенных и перемолотых насекомых — карминоносных червецов, [поедающих кактусы](#).
  - агар (E406), из водорослей,
  - спермацет (E909), ранее считался [спермой кашалота](#), хотя на самом деле содержится в жировом мешке на кашалотовой голове.
  - желатин (E441), из отходов мясокомбинатов — рога, копыта, [ну ты понел](#).
  - экстракт квилахи (E999) — эмульгатор, получают его из южноамериканского «мыльного дерева» — той самой квилахи.
- прочие витамины:
  - рибофлавин, витамин B<sub>2</sub> (E101),
  - аскорбинка (E300),
  - токоферолы, витамин E (E306-E309).

## Мифы про E\*

### Все добавки с индексом E\* вредны.

Это так. Жить вообще пиздец как вредно (*спойлер*: от этого умирают). Как продемонстрировано абзацем выше, в список входят не только вещества, вред которых установлен, но и традиционные добавки к пище, биологически нейтральные вещества и даже витамины. Однако рациональное зерно в этом заблуждении есть — знакомые [потребителям](#) вещества производители предпочитают указывать словами, а длинные или пугающие названия предпочитают заменять индексом.

### Чем больше цифра — тем вреднее.

Ерунда полнейшая, в частности, в группу красителей (E100-E199) входит большое количество

синтетических красителей, хреново влияющих на здоровье; на неё же приходится большое количество запрещённых добавок. С другой стороны, группа E1000-E1999 содержит большое количество безвредных производных крахмала.

## Троллинг по-французски

В лохматом 1976 году во Франции начали появляться листки, напечатанные на машинке или переписанные от руки, которые срывали покров с пищевых добавок. Чётко, аккуратно было прописано, какая добавка какую болячку вызывает. Несмотря на отсутствие Интернета и даже просто персоналок, список разошелся по Европам со скоростью лесного пожара и вызвал тихую панику. Убаюкивающие заверения властей и ответственных организаций только подхлестывали ажиотаж. Но в чём же подвох? А в том, что в списке, получившем название «Вильжюифский список», всё было поставлено с ног на голову. Вредные добавки признавались относительно безопасными, а самым страшным ядом признавалась лимонная кислота (E330). Афторы эпичного троллинга неизвестны до сих пор, а вот последователи и жертвы находятся регулярно.

## Что еще

Казалось бы, классификатор должен содержать исчерпывающий перечень добавок, но... [Авотхуй](#), кое-что, мягко говоря, в него не вошло.

**Ароматизаторы.** Все эти ваши «настоящий» земляничный аромат, типа грушевая эссенция, альдегид малины и прочие вонючки, идентичные и не очень идентичные натуральным. Их не много, а дохуя. Исчерпывающий список разрешённых ароматизаторов знает только [Онищенко](#), который [делится](#) сакральными знаниями. Подсмотрев там, ответственно заявляем: список содержит 2176 позиций (это только зарегистрированные в РФ).

**Натуральные яды.** При производстве натуральных добавок трудно добиться полной очистки. Поэтому в продукт, который кто-то будет есть, попадают не только нужные вещества, но и откровенные яды, которые не отфильтровали. Например, [квасин](#), [кумарин](#), [синильная кислота](#).

**Добавочки из сырья.** Какая-нибудь херня, которая [каким-то образом](#) оказалась в сырье, хотя её там быть не должно. Луркать и гуглить по [антибиотики](#) и [куратина](#) или [диоксиновый скандал](#).

**Остатки технологической обработки.** Химия и ферменты, применяемые для обработки сырья, остатки которых имеются в наличии в готовом продукте. В списке нормируемых остатков можно найти такие забавные вещества, как: рыбный клей, стекло, формальдегид, ацетон, дихлорэтан, дихлорфторметан, и прочия, и прочия.

**Фальсификанты.** Что-то совсем не то, что написано на этикетке. Например, меламин — азотсодержащее вещество, добавляемое, когда жаба душит покупать белковое сырьё. При простых анализах показывает нужный уровень содержания азота, что трактуется как нужный уровень содержания белка. Вещество малотоксичное — смертельная доза больше, чем у поваренной соли ( $LD_{50}$  для крыс: 6 г/кг у меламина и 3 г/кг у соли) — но если жрать его ложками, как некоторые невезучие младенцы в Китае, можно спустя время двинуть коньки, из-за отказа почек<sup>[2]</sup>. За что группа китайских товарищей [понесла заслуженное наказание](#). Подляна в том, что в отличие от поваренной соли, вкус меламина слабо чувствуется, и если передоз соли из-за её вкуса не отхватишь, то передоз меламина на вкус можно и не почувствовать, особенно если тебе его пихают в рот вместе с бутылкой.

Кстати, этот же меламин содержится в посуде. Причём в китайской посуде его в разы больше, а миграцию его в пищу никто не отменял, но бояться не нужно: твоя доля йада уже [одобрена](#) в бумагах и нормативах.

## Жидкий дым

Ещё одна необычная хуйня. Периодически является темой соответствующей [специальной олимпиады](#): что лучше, сабж или классическое копчение. Исходя из [технологии его производства](#), теоретически он безопаснее, чем копчение открытым дымом: в процессе изготовления из водяного раствора дыма удаляются зола, дёготь и значительно снижается концентрация канцерогенов и смол. Тем не менее, промытый мозг воспринимает сей продукт как «ненатуральный» и старается его избегать, считая, что жидкий дым — химия, не имеющая ничего общего с натуральным копчением. Ибо даже Онотолу не знает, что **ещё** добавили хитрожопые производители к относительно безобидному раствору дыма. Решать тебе.

Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие
E 102	O!	E 100	O!	E 280	P	E 463	PX
E 103	(3)	E 201	O!	E 281	P	E 465	PX
E 104	П	E 210	P	E 282	P	E 466	PX
E 105	(3)	E 211	P	E 283	P	E 477	П
E 110	O!	E 212	P	E 310	C	E 501	O!
E 111	(3)	E 213	P	E 311	C	E 502	O!
E 120	O!	E 214	P	E 312	C	E 503	O!
E 121	(3)	E 215	P	E 320	X	E 519	OOS
E 122	П	E 216	P (3)	E 321	X	E 512	OOS
E 123	OOS (3)	E 219	P	E 330	P	E 527	OOS
E 124	O!	E 220	O!	E 338	PX	E 620	O!
E 125	(3)	E 222	O!	E 339	PX	E 626	PK
E 126	(3)	E 223	O!	E 340	PK	E 627	PK
E 127	O!	E 224	O!	E 341	PX	E 628	PK
E 129	O!	E 228	O!	E 343	PK	E 629	PK
E 130	(3)	E 230	P	E 400	O!	E 630	PK
E 131	P	E 231	BK	E 401	O!	E 631	PK
E 141	П	E 232	BK	E 402	O!	E 632	PK
E 142	P	E 233	O!	E 403	O!	E 633	PK
E 150	П	E 239	BK	E 404	O!	E 634	PK
E 151	BK	E 240	P	E 405	O!	E 635	PK
E 152	(3)	E 241	П	E 450	PX	E 636	O!
E 153	P	E 242	O!	E 451	PX	E 637	O!
E 154	PK, PД	E 249	P	E 452	PX	E 987	C
E 155	O!	E 250	PД	E 453	PK	E 951	BK
E 160	BK	E 251	PД	E 454	PX	E 952	(3)
E 171	П	E 252	P	E 461	PX	E 954	P
E 173	П	E 270	O!	E 462	PX	E 1165	BK

O! — опасный, OOS!! — очень опасный, (3) — запрещенный, PK — вызывает кишечные расстройства, PД — нарушает артериальное давление, C — сыпь, P — ракообразующий, PЖ — вызывает расстройство желудка, X — холестерин, П — подозрительный, BK — вреден для кожи. Ужоснулся? А теперь вернись к картинке с яблоком...

## Ешки как **ангст** потребления

**Рядовому потребителю** глубоко безразлично, какой состав имеет продукт — лишь бы было вкусно и дёшево. По крайней мере, пока ему насильно не расскажут, из чего именно делают его любимую марку пельменей...

С другой стороны, существует огромная масса полуобразованных параноиков, которые боятся буквы Е как огня, и эта боязнь порой доходит до клинических случаев. Начитавшись всяких **журналистских** статей и ерунды в интернете, они дают зарок больше не употреблять продукты с добавками NEVAR. Поэтому при походе в магазин выбор любого товара превращается в утомительную и изматывающую процедуру: внимательное вдумчивое чтение состава продукта, пробитие сомнительных Е по списку добавок (бумажному или специальной программе на мобильнике) и уже потом вердикт, покупать или не покупать данный товар. Выбор в любом случае будет в сторону продуктов без буквы Е. Для таких товарищей и их **собратьев по несчастью** в европах даже открывают специальные магазины с натур-продуктом — всего-то в десять раз дороже и хранится не больше недели.

Бедные, несчастные производители не знают куда деваться ради повышения продаж: потребители и страшных незнакомых названий боятся, и от бездушных ешек-индексов трепещут, и никакой рекламой этого исправить нельзя. Маркетинговые отделы скрипят зубами и ищут новые способы обойти законы, предписывающие указывать содержимое на этикетке. А также истерично меняют коды Е\*\*\* на полные названия и обратно. Мол, если покупатель боится Е102, авось просто «гартразин» окажется не столь зловещим. А затем вспоминают про **Тартар, который не соус...**

## И всё-таки про вред

Обнаружив в списке пищевых добавок боевое отравляющее вещество (хлор, хотя и запрещён, но в списке остаётся) и явно ядовитый медный купорос (разрешён), как-то стрёмно доказывать их безвредность. Но уже давно пора сказать: всё есть яд, и всё есть пищевая добавка, зависит от дозы. При современном уровне полиграфии **голубцы из говна** воспринимаются даже не как невинный курьёз или бредовая затея, а как вполне разумное, экологичное решение двух равноудалённых проблем, над которым **уже работают** японцы. Попробуем разобраться. **Утверждается**, что если продукция соответствует СанПиН, то кушать можно безбоязненно, вреда не будет. Это так, но...

Во-первых, назначение индекса Е\* само по себе ни о чём не говорит. Тупо бюрократическая процедура. В списке может оказаться безвредный оксид титана, привычные уксус и сода или адовый **канцероген**.

Во-вторых, позиции в список разрешённых добавок не только добавляются, но и исключаются. Выглядит это так: до 2008 года **Жёлтый 2G** считался безвредным, а после 2008 года — страшным ядом. Что не только символизирует, но и настораживает.

В-третьих, запрещение или разрешение добавки часто является политизированным. Например, гартразин (Е102) и жёлтый хинолиновый (Е104) запрещены во многих странах (и надо сказать, небезосновательно), но разрешены в России, так как полезный рибофлавин (Е101), дающий тот же цвет, у нас в дефиците. Другой пример: после меламина в Китае FDA проверила родных штатовских производителей детского питания и в их продукции тоже обнаружила меламин. Но расстрелов не было: FDA установила нормы содержания меламина чуть выше, чем его бодяжили свои. Такие дела.

В-четвёртых, «корректировка рецептуры». Написали ТУ, там указали, что добавляется вещество, разрешённое в РФ. Зарегистрировали ТУ, наладили выпуск, потом купили в Китае совсем другое вещество, того же цвета, но дешёвое и, подумавшись, ядовитое.

Но всё это мелочи, перегибы на местах. В целом пищевые добавки делают пищу вкуснее, а жизнь **приятнее и веселее**.

## Примечания

- ↑ **Сюзана Херкулано-Хузел: В чем же особенность человеческого мозга?**
- ↑ Вещество малоядовитое по причине малорастворимости, но по причине той же малорастворимости при попадании в организм почки заёбываются его выводить

## См. также

- Глутамат натрия** — основное пугало из списка.
- Маянезик** — прочитай на нём этикеточку.
- БАДы** — тоже добавки.
- Ё** — её тоже боятся!
- Таблица Е кодов** — применять с осторожностью! Колонка «КЕДР» — фейк (тот самый «Вильжюифский список»).
- Пищевая добавка залечила подопытных крыс до посинения** — парализованные крысы со сломанным позвоночником вновь встали на все ноги, приобретя при этом здоровый синюшный цвет.



### Нямка

2 Girls 1 Cup 40 кг хурмы Cereal Guy Cookies Dubva1 Eat da poo poo HowToBasic KFC  
Kitchen nax LOLI НАЕТ PIZZA OM NOM NOM NOM Sandwich Chef Абсент Алёнка  
Алкогольные напитки Алкотур Анорексия Аэрофлотовская курица Балтика Баночка  
Бичпакет Бокасса Борщ Бром Вафли «Юлечка» Веганы Вителлий Владимир Сорокин  
Воткяят Вьетнамка Ганнибал Лектер Генномодифицированная вода Глутамат натрия ГМО  
Говно Голодные африканские дети Голодомор Грибы Гуидак Дигидрогена монооксид  
Диета Егор Просвирнин Жевательная резинка Забухай, ёпт Зелёный слоник Зелень  
И немедленно выпил Иван Семеныч угощает голубцами с говном Иди Амин Кавказская кухня  
Казу марцу Капуста Карина Будучьян Картофель Квас Киндер-сюрприз Клюква  
Книга о вкусной и здоровой пище Кока-кола Коктейль Молотова Колобок Копальхем Кофе  
Кофе в постель Кошер Криветко Кружка-кун Кулинарный сноб Курица Курица или яйцо?  
Лёгкий голод Леонардо да Винчи Людоедство Лютефиск Макаревич Макароны  
Макдоналдс Маргарин — продукт из нефти Маянезик Мозг обезьяны Мускатный орех  
Мясо по-французски Насвай Натурпродукт Не айс Никита Литвинков Нямка Общепит  
ОВОЩИ Овуляшка Ожирение Онищенко Пельмени Пепси-кола Пиво Пирожки  
Пищевые добавки Плов Плюшки Повар



### Едем на колесах под грибами!

Вещества 228 3,62 Bb Breaking Bad Bredor Cyriak Harris Don Hertzfeldt Filthy Frank  
Kunteynir Sound drugs Superjail Winged Doom Yellow Submarine А че пагни, ляпапам!  
Абсент Абсентис Алкоголик Алкогольные напитки Аллен Карр Андрей Скляров  
Антимульт Баклофен Балтика Барыга Беломор Белочка Бихай Благовония Борщевик  
Бром Михаил Булгаков Бутират Вадим Михайлов Вангеры Векторная религия Вилфред  
Винт Владимир Агапов Владимир Сорокин Владислав Галкин Вонни Галоперидол  
Гамма-бутиролактон Генномодифицированная вода Героин Глутамат натрия Глюк  
Госнаркокартель Грибные Эльфы Грибы ГрОб Дельфин Джим Моррисон  
Дигидрогена монооксид Дима Билан Дмитрий Гайдук Дмитрий Энтео ДОБ Донской табак  
Ежи и Петруччо Зацените, чуваки, как на улице-то пиздато! Звёздочка И немедленно выпил  
Ибражы Йад Казантип Кактус Кандибобер Карлос Кастанеда Кен Кизи Клаббер  
Клей «Момент» Кокаин Кокаинум Конопля Конопля/Способы потребления Король и Шут  
Кофе КПЛО Курительные смеси Легалайз Ленин — гриб! Лигрыл Ломай меня полностью  
ЛСД Матрица существует Мистер Вигглз Михаил Котов Музыкальная личность Мулька  
Мускатный орех Наркоман Наркоман Павлик Насвай Нейролог Ноотропы Нострадамус  
Ночной клуб Обьебос

w:Пищевые добавки en.w:Food additive