

Steevia glükosiidid – uus magusaine Euroopa turul

REPRO

Nüüdsest Euroopas lubatud steevia glükosiidid maitsevad nagu suhkur, kuid ei anna energiat.

Juba sajand on teadlased püüdnud sünteesida magusainet, mille maitse sarnaneks suhkruga, kuid mis ei annaks energiat. Nüüd on loodus ulatanud oma abikäe ja alates 2. detsembrist on Euroopa Liidu maades lubatud müüa steevia glükosiide sisaldavaid toiduaineid. *Codex Alimentarius* kinnitas steevia glükosiididele E-numbri 960.

Steevia on päevalille perekonda kuuluv taim, mis kasvab Põhja- ja Lõuna-Ameerika subtroopilistel ja troopilistel aladel. *Stevia rebaudiana* Bertoni liiki kasvatatakse laialdaselt just selle lehtede magusa maitse pärast. Lehed kuivatatakse, magusaine ekstraheeritakse, ekstrakt puhastatakse, kontsentreeritakse ja kristalliseeritakse.

300 korda magusam

Steeviast saadud magusaine on 250–300 korda magusam kui suhkur, magus maitse ei kao ka kuumutamisel ja happelistes keskkondades. Arvatakse, et steevia glükosiidid leiavad suhkru asemel kasutamist karastusjookides, keedistes, jäätistes, kookides, küpsistes jm.

Brasiilias ja Paraguays on steevia lehti juba aastasadu kasutatud kohaliku tee magustamiseks. Rahvameditsiinis on steeviat kasutatud kõrvetiste vastu.

1931. aastal eraldati steevia lehtede ekstraktist magusamaitsega glükosiidid, mida hakati nimetama steviosiidideks. 1970 alustati Jaapanis steevia kultiveerimist eesmärgiga toota magusainet alternatiiviks sahhariinile ja tsüklamaatidele. 1971 toodeti Jaapanis esimene tööstuslik steevia-magusaine ning sellest ajast peale kasutatakse Jaapanis steeviat toiduainetes ja karastusjookides.

Steeviat kasvatatakse palju ka Aasia maades – Hiinas, Taimaal –, aga ka Brasiilias, Peruu, Kolum-



Brasiilias ja Paraguais kasutatakse steevia lehti ammu ajast tee magustamiseks.

bias ja mujal. Ka Prantsusmaal on steeviat lubatud eriloa alusel kasutada juba paar aastat.

Põhjalikud ohutusuurinud

Nagu iga lisaaine, pidi ka steevia läbima pikaajalised ja põhjalikud ohutusuurinud. 2006 uuris WHO ekspertkomisjon põhjalikult glükosiidide toimet katseloomadel ja vabatahtlike inimestega läbi viidud katsetes ning järeldas, et need glükosiidid ei ole genotoksilised.

2009. aasta alguses kinnitati steevia USAs üldiselt ohutuks tunnustatud ainete (*Generally Recognized as Safe*) nimekirja. Steevia glükosiide hindas 2010. aastal ka Euroopa toiduohutusamet (EFSA) ja järeldas, et need ei ole kantserogeensed, geno-

toksilised ega seotud ühegi reproduktiivse/areneva mürgitusega.

Maailmas – s.o on maades, kus steeviat on lubatud tarvitada – kasutab steevia glükosiide iga päev umbes 150 miljonit inimest.

12. novembril avaldati Euroopas otsekohalduva määruse lisa, mille kohaselt tooteid, mis sisaldavad steevia glükosiide, võib müüa ELi maades. See jõustub 20 päeva möödudes teate avaldamisest.

Steevia glükosiide sisaldavad toiduained aitavad inimestel vähendada suhkruga saadavat energiat ja sobivad neile, kes tahavad kaalu langetada või normaalset kehakaalu säilitada.

TIIU LIEBERT
toitumisteadlane