

Orvosszemmel

ÚJ TUDOMÁNYOS MÓDSZER AZ ÚJ BOR AROMÁJÁNAK MEGŐRZÉSÉRE



A borkedvelők körében az új bor kóstolása mindig kíváncsian várt program. Az új borok aromája, zamata igen sok tényezőtől függ, ezért a szakértők számára is izgalmas, változó minőséget ígér. A friss, gyümölcsös és virágokra emlékeztető ízek tárolás közben az oxidációs folyamatok miatt jelentősen átalakulnak, arányaik változnak. Ez a szakértők tapasztalata szerint elsősorban a fehér- és a rozé borokra vonatkozik az oxidatív folyamatok következtében. Ráadásul a fiatal borok színe is változik, narancsszínű vagy barnás árnyalatra emlékeztető tónussal, különféle polimerek kialakulása miatt. A kedvelt aromák elvesztése mellett a folyamat öreg borokra emlékeztető, kellemetlen ízek megjelenését eredményezheti.

Spanyolországban az Insitute of Food Science Research (CIAL-CSIC) és a School of Agricultural Engineers of Universidad Politécnica de Madrid (UPM) szakértői azon dolgoztak, hogy ezeket a hátrányokat az eddigi – a borfogyasztók egy részénél kellemetlen mellékhatásokat kiváltó – szulfitok adásából álló eljárások helyett valamilyen új módszerrel kiküszöbölhessék. A zamatvesztés folyamatát antioxidáns-kezeléssel késleltetik: az új, ökológiai adalék inaktív élesztő, mely glutationban gazdag, viszont fermentatív tulajdonságai nincsenek. Ezt az érdekes, természetes adalékot a borászok többsége lelkesen fogadta.

A módszer kidolgozóit Navarrában gondosan tervezett vizsgálatot is végeztek. A Gamacha rozé bort kezelték az új technikával, a kontrollt pedig az eddig alkalmazott

módszerrel. Legnehezebb feladat az eredményt megítélő 12 szakértő kiválasztása és előkészítése volt. Speciális tréning után érzékszervi próbákat végeztek: az 1., 2., 3. és 9. hónapban a kétféle bort a 12 sommelier a savasság és a legjellemzőbb zamat (szamóca, őszibarack, banán, virág, esetleg élesztő) szerint osztályozta.

A tanulmány eredménye az volt, hogy a sok glutationt tartalmazó, inaktív élesztő jó lehetőségnek tűnik az új borok tárolása során a bor aromájának megtartására. Ez azt jelenti, hogy a borok szulfítkezelése a jövőben elkerülhető.

GYAKORIBB KÁVÉZÁS – RITKÁBB CUKORBETEGSÉG

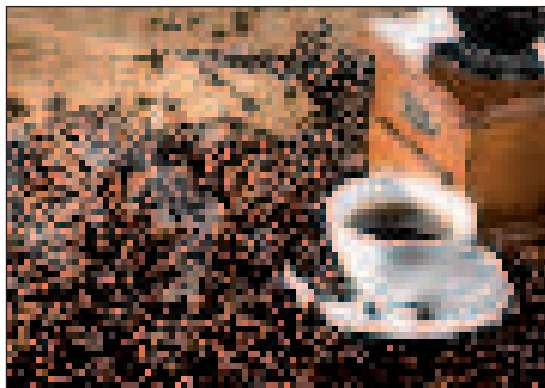
Az utóbbi évek számos vizsgálata mutatta, hogy a rendszeres kávézás vagy teázás csökkenti a 2-típusú cukorbetegség kialakulásának kockázatát. Egy amerikai munkacsoport *Frank Hu* és *Shilpa Bhupathiraju* vezetésével arra volt kíváncsi, hogy napi átlag másfél adaggal (az amerikai kávéivási szokások szerint kb. 360 ml-rel) több kávé elfogyasztása milyen mértékben befolyásolja a kávé kedvező prevenciósi hatását.

Három nagy amerikai tanulmány résztvevőit vizsgálták a kutatók, így igen sok egészséges emberben figyelhették meg a cukorbetegség esetleges kialakulását. A Nurses Health Study (NHS) 1986–2006 között követte az egészségügyben dolgozó 30–55 éves nők sorsát, az NHS II. tanulmányban fiatalabb, 25–42 éves ápolónők egészségének alakulását figyelték meg 1991–2007 között. A Health Professionals Follow-up Study (HPFS) pedig az egészségügyben tevékenykedő férfiak: fogorvosok, gyógyszerészek, állatorvosok egészségi állapotát monitorozta. Valamennyi, a vizsgálatba bevont résztvevőtől azt kérték, hogy négy éven keresztül pontosan rögzítse étkezését, kávé- és tea-fogyasztását, illet-

ve jelezze, ha cukorbeteg lett. A résztvevők egy része vállalta, hogy az elkövetkezendő 4 évben rendszeresen több vagy kevesebb teát, illetve kávé fogyaszt, és természetesen ezt is regisztrálták.

A végleges értékelést az NHS 48 864, az NHS II 47 510 és a HPFS 27 759 résztvevőjének adataiból végezték. Az évek során észlelt diabetes esetek (7269) alapján azok körében, akik négy esztendőn keresztül naponta átlagosan 1,69 pohárral több kávé fogyasztottak, a 2-típusú cukorbetegség gyakorisága 11%-kal csökkent. Azok körében, akik átlagosan napi két csészenél kevesebb kávé fogyasztottak, a cukorbetegség 17%-kal gyakrabban fordult elő. A teavás mennyiségi változtatása a 2-típusú cukorbetegség kialakulásának esélyét nem befolyásolta. Azok, akik már a vizsgálat kezdetekor is rendszeresen sok kávé ittak és ehhez a szokásukhoz folyamatosan ragaszkodtak, 36%-kal ritkábban lettek cukorbeteg, mint azok, akik legfeljebb napi egy csésze kávé ittak.

A tudományos dolgozatot a *Diabetologia* áprilisi száma közölte. A kutatók összefoglalásában az szerepel, hogy ebben a három vizsgálatban a nagymennyiségű kávéfogyasztás a következő négy évben jelentősen csökkenti a 2-típusú cukorbetegség



gyakoriságát (a teavásnak nem volt ilyen hatása). A kávéivás mennyiségének csökkentése viszont növeli a diabetes esélyét. A megfigyelés csak a koffeint tartalmazó kávé esetében igaz, a koffeinmentes kávénak nincs ilyen védő hatása. A négy évig tartó nagyobb kávéfogyasztás védő hatása nem függ a kezdeti kávéfogyasztás mértékétől, sem egyéb, a magasabb kávéfogyasztás mellett feljegyzett étkezési szokásoktól.

Forrás: *Webovos*