

Czy wiesz co jesz

# Cukier waniliowy czy wanilinowy

**Cukier waniliowy pojawia się w większości przepisów na wypieki i desery. Nie wszyscy jednak zwracają uwagę na to, że chcąc kupić cukier waniliowy, kupują tak naprawdę cukier wanilinowy. A ten ma niewiele wspólnego z prawdziwą wanilią**

To co znajduje się na sklepowych półkach to cukier wanilinowy, a nie waniliowy. Niewielka różnica w nazwie, ale ogromna w składzie. Jedna literka, a tak dużo zmienia.

## Diabeł tkwi w szczegółach

Cukier waniliowy otrzymywany jest z cukru buraczanego łączonego z laskami wanilii lub z ekstraktem wanilii. Pachnie bardzo intensywnie.

Cukier wanilinowy jest jego chemiczną podróbką i tańszym zamiennikiem, który w swoim składzie posiada wanilinę lub etylowanilinę. Są to dodatki syntetyczne, zaledwie podobne do wanilii. Cukier wanilinowy ma zdecydowanie słabszy aromat od oryginalnego produktu. Wanilina to co prawda związek organiczny, który w laskach wanilii odpowiada za ich smak i zapach, jednak biorąc pod uwagę wysokie koszty produkcji, wanilina otrzymywana jest syntetycznie (najczęściej z miazgi drzewnej) i stosowana w przemyśle spożywczym właśnie jako składnik aromatyczny cukru wanilinowego.



Cukier waniliowy możemy zrobić sami

## Co na to nasze zdrowie

Sztucznie wytworzona wanilina znajduje się na liście niebezpiecznych związków chemicznych Narodowego Instytutu Zdrowia. Nie pozostaje obojętna dla organizmu człowieka. U osób wrażliwych może wywołać podrażnienia i kontaktowe zapalenie skóry.

## A Ty jakiego cukru używasz

Okazuje się, że nie zawsze jesteśmy świadomi, że w markecie zamiast cukru waniliowego kupiliśmy właśnie cukier wanilinowy. Powszechną reakcją jest zdziwienie i niedowierzanie. Na szczęście rośnie świadomość kupujących i przybywa osób, które dokładnie

czytają etykiety i znajdujący się na nich skład produktu.

## Jak zrobić cukier waniliowy

Aby mieć pewność, że dodawany przez nas do wypieków cukier waniliowy jest naprawdę waniliowy, postawmy na domową produkcję produktu. Taki cukier z łatwością można wykonać samodzielnie. Wymaga to przede wszystkim cierpliwości, ponieważ im dłużej cukier leżakuje, tym będzie bardziej aromatyczny.

Do słoika wsypujemy szklankę cukru, dodajemy ziarenka wydlubane z laski wanilii wraz z laskami. Słoik szczelnie zamykamy i odstawiamy w ciemne i suche miejsce na kilka tygodni. Od czasu do czasu wstrząsamy słoikiem.

Należy pamiętać, że nasza przyprawa powinna być przechowywana z dala od źródeł intensywnych zapachów w temperaturze do 20°C i przy wilgotności powietrza poniżej 75%.

**Emilia Stańczuk**  
stażysta spec. ds. żywności i żywienia

Podziel się przepisem

## Gruszka w kremie waniliowym

Przepis nadesłała Czytelniczka *Wiadomości Rolniczych z Łap*

Gruszka, cytryna

**Krem:** żółtko, łyżeczka cukru, łyżeczka cukru waniliowego, szklanka ugotowanego budyniu śmietankowego

Obraną gruszkę ugotować na półtwardo, pod koniec gotowania dodać 2 łyżeczki soku z cytryny.

Krem przygotować ucierając żółtko z cukrem i cukrem waniliowym, a następnie zalać utartą masę gorącym budyniem. Całość zmiksować. Gruszkę poleć kremem i podawać na ciepło, udekorować. W ten sam sposób można przygotować jabłko.

**Emilia Stańczuk**  
stażysta spec. ds. żywności i żywienia

