

Trans maščobe v živilih

RA CENTER, 30.3.2015, PET PRED URO, 8:55

Za konec pa še o živilih, ki vsebujejo **trans maščobe**, teh je namreč na slovenskem tržišču vse več. **Igor Pravst** z **Inštituta za nutricionistiko**.

IGOR PRAVST: V stroki je zelo jasno, da je **trans maščoba** zelo škodljiva v prehrani človeka in priporočilo Svetovne zdravstvene organizacije je, da se jo znebimo do točke, koliko je še možno.

NOVINARKA: **Trans maščobe** so sicer hidrogenirane rastlinske maščobe, ki jih najpogosteje najdemo v sladica kot so vafli in piškoti.