**Есть или не есть: пять удивительных фактов о фастфуде**

1**. В ресторанах быстрого питания не работают профессиональные повара**

Не нужно обладать звездой Мишлена и оканчивать дорогие кулинарные курсы, чтобы работать на кухне в закусочной. Покажите подростку вакансии для «поваров» в рестораны фастфуда: в большинстве из них указывают, что «опыт работы не имеет значения», «доступно для студентов», «образование любое». Приготовление еды напоминает работу на конвейере: котлету для гамбургера кладут в печь, похожую на большой гладильный пресс, и жарят сразу с двух сторон. Пицца заезжает в духовку на конвейерной ленте, время приготовления выверено до секунды.

2. **Салаты «догоняют» по калорийности бургеры**

На волне популярности здорового питания рестораны фастфуда ввели в меню салаты. Однако за счет различных соусов такое блюдо здесь может обогнать по калорийности чизбургер или хот-дог. Кроме того, салат могут «приправить» добавкой E1520 (пропиленгликоль), которая замедляет увядание зелени. Химическое соединение не вредит человеку, и все же странно есть салат, который полили тем, что используют при изготовлении тормозных жидкостей и антифризов.

3. **Куриные крылышки в «родстве» с графином**

Аппетитные на вид куриные крылышки в панировке таят в себе диоксид кремния (Е551), который в пищевой промышленности препятствует комкованию. Однако «по совместительству» это соединение входит в состав стекла.

4. **Фастфуд быстро теряет вкус**

Жизнь приготовленных в ресторанах быстрого питанию блюд коротка. Гамбургеры сохраняют вкус всего 20 минут. Но и они практически долгожители по сравнению с картошкой – та «держится» всего 5 минут.

5. **Сироп в напитках опасен для здоровья**

Сладкие газированные напитки в ресторанах фастфуда должны подогревать аппетит гостей – этим никого не удивишь. Однако газировка влияет на организм гораздо сильнее, чем принято думать. Всего из одной бутылки вы получаете дневную дозу углеводов, причем простых. Остальная еда – дополнительный сахар, который превращается в жир. Согласно научному исследованию, регулярное употребление газированных напитков связано с состоянием, известным как неалкогольная жировая болезнь печени. Кроме того, ученые давно доказали, что сладкая газировка приводит к набору лишнего веса и увеличивает риск развития преддиабетического состояния. Так что диетические напитки – всего лишь маркетинговый трюк.

Нурлатский ТО Управления Роспотребнадзора