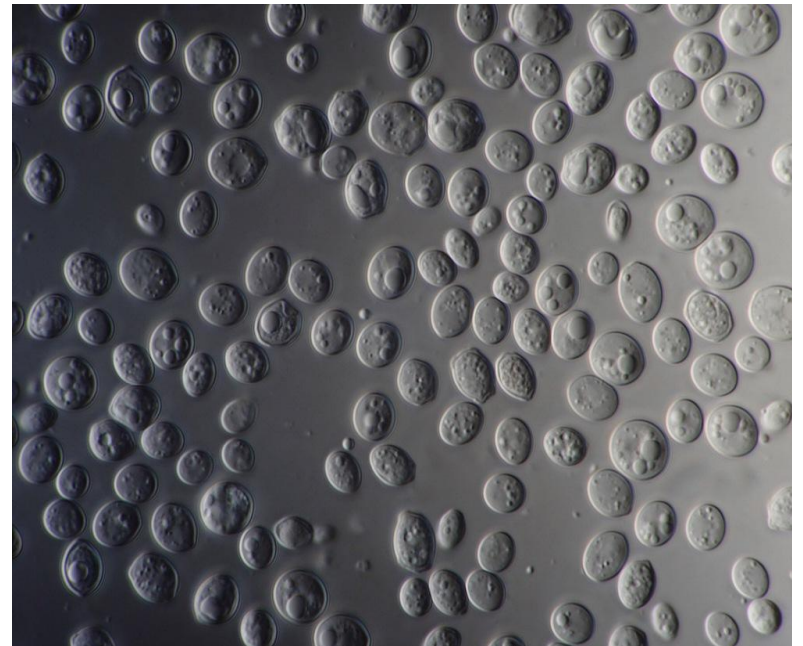
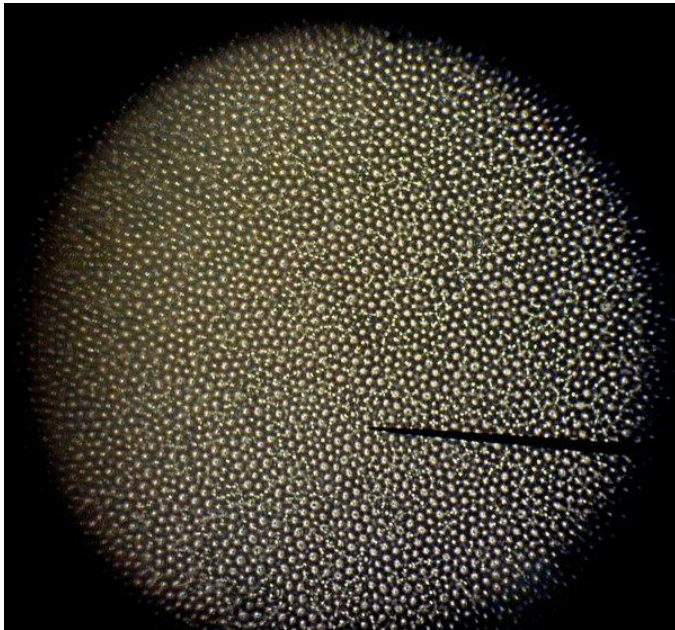


# Вред дрожжей и дрожжевого хлеба: миф или реальность?



# Saccharomyces cerevisiae

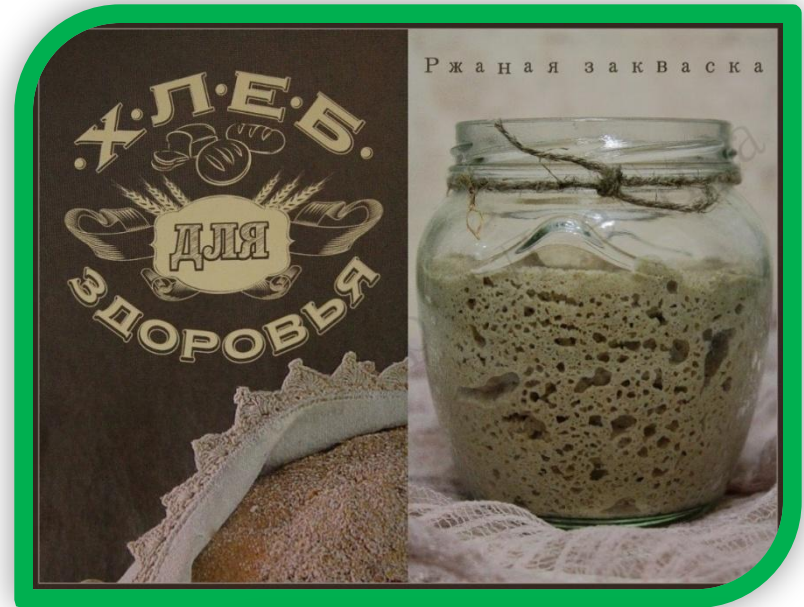
- Пекарские дрожжи — вид одноклеточных микроскопических (5—10 мкм в диаметре) грибков (дрожжей) из класса сахаромецетов, широко используемый в производстве алкогольной и хлебопекарной продукции, а также в научных исследованиях.





**История применения дрожжей – в первую очередь, в области пивоварения и хлебопечения – уходит своими корнями в глубокую древность. Древние египтяне уже в 1200 г. до н.э. умели печь хлеб на дрожжевой закваске, а еще раньше, в 6000 г. до н.э., варить пиво.**

- **В хлебопечении активное использование дрожжей началось в 40-е годы XX века. До этого хлеб традиционно пекли на хмелевых, солодовых, ржаных или других видах заквасок, а его приготовление было своеобразным ритуалом для каждой семьи.**





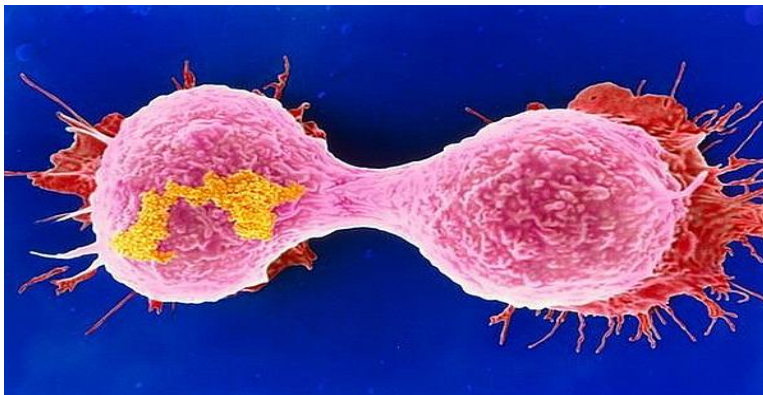
# ПОЛЬЗА ДРОЖЖЕЙ

- являются диетическим белковым продуктом (до 66 % белков),
- множество витаминов и минералов (калий, фосфор, магний, кальций, железо, витаминов группы В)
- Применяются при заболеваниях кожи (акне, дерматите, фурункулезе) и для заживления ран и ожогов.
- употребляются в пищу при язве, гастрите, колите, энтероколите, низком тоне ЖКТ и сниженной секреции пищеварительных желез.
- Используются в косметологии



# ВРЕД ДРОЖЖЕЙ

- пожирают полезную микрофлору желудочно-кишечного тракта
- способствуют проникновению патогенных микроорганизмов в пищеварительный тракт, в кровь и в организм в целом.
- понижают сопротивляемости организма
- повышают восприимчивости к воздействию ионизирующих излучений
- Вызывают быструю утомляемость мозга
- разрушают мембраны клеток, способствуя онкологическим заболеваниям.



- Профессор Кельнского университета Герман Вольф в течение 37 месяцев выращивал злокачественную опухоль в пробирке с раствором дрожжевого грибка. Размер опухоли утраивался в течение одной недели, но как только из раствора убрали дрожжи - опухоль погибала. Отсюда был сделан вывод, что в экстракте дрожжей содержится вещество, определяющее рост раковых клеток



- Однозначно утверждать о том, вредны ли дрожжи в хлебе, нельзя. На просторах Интернета ведутся жаркие дискуссии на тему пользы и вреда дрожжевой выпечки, однако 100%-ных доказательств ни у одной, ни у другой стороны нет

