



Мы провели тест йогуртов без добавок (то есть сделанных исключительно из молока с добавлением полезных бактерий). Для исследований покупали йогурты без сахара, крахмала, консервантов, ароматизаторов, стабилизаторов и прочих улучшителей и наполнителей. Такой продукции, кстати, на прилавках оказалось не очень много. Всего на испытания было представлено 8 образцов. Среди них 4 биойогурта (**BIO MAX**,



Биойогурты помимо молочнокислых бактерий содержат еще и полезные бифидобактерии. Их количество должно быть не менее 1×10^6 в 1 г продукта.

«Активиа», «Живо» («Останкинский»), «Слобода») и 4 обычных («Асеньевская ферма», «Избенка», «Русский», «Фермерский продукт»).



BIO MAX

«Активиа»

«Живо»
(«Останкинский»)

«Слобода»



В лаборатории их проверили на содержание крахмала, кислотность, жирность, наличие полезных микроорганизмов (молочнокислых и бифидобактерий), а также вредной микрофлоры (кишечной палочки, дрожжей, плесени).

Накрахмаленные

Большая часть йогуртов испытания прошла успешно, однако без замечаний не обошлось. Одно из них заключается в том, что во всех восьми образцах теста был обнаружен крахмал (больше всего его оказалось в йогурте **BIO MAX** – $4,3 \pm 0,9\%$). Причем на этикетках ни один производитель данный ингредиент не упомянул, хотя это является нарушением требований Технического регламента в части маркировки.

Более того, в рекламных заявлениях утверждается, что никаких добавок в данных йогуртах нет. Так, на упаковке образца «**Живо**» сказано: «без искусственных красителей, консервантов, стабилизаторов», «Для питания детей с 3-х лет», а крахмал как раз и является стабилизатором. На этикетке «**Асеньевской фермы**» написано «Без консервантов, стабилизаторов и пищевых добавок». Производители йогурта «**Рузский**» говорят, что принципиально не используют никакие добавки и консерванты, а изготовители йогурта «**Слобода**» также заявляют, что их продукт не содержит добавок. Но, как оказалось, эти утверждения не совсем соответствуют действительности.

Зачем в йогурте крахмал?

Этот вопрос мы задали сотрудникам лаборатории, в которой проводился тест. Оказалось, что стабилизаторы, в том числе, крахмал, помогают избежать синерезиса. Если говорить проще, это процесс, в результате которого самопроизвольно уплотняется структура продукта и образуется сыворотка. Чтобы исправить данный недостаток, применяют крахмал.

Логика производителей понятна. И все бы ничего, ведь ГОСТ не запрещает использовать в йогуртах крахмал в качестве загустителя и стабилизатора консистенции. Однако, согласно ТР ТС 022/2011, п. 4.4. Общие требования к указанию в маркировке состава пищевой продукции: «В случае, если массовая доля составного компонента составляет 2 и менее процента, допускается не указывать входящие в него компоненты, *за исключением пищевых добавок*, ароматизаторов и входящих в их состав пищевых добавок...». Крахмал, обнаруженный в йогуртах, относится к пищевым добавкам. Значит, он должен указываться на этикетке, независимо от процентного содержания в продукте.

Кислотность, микробиология и жирность

Одним из показателей свежести йогуртов (как и любой молочной продукции) служит так называемая общая кислотность. Она выражается в градусах Тернера (°Т) и по стандарту должна составлять от 75 до 140°Т. Чем ниже цифра в границах нормы, тем лучше, значит, продукт более свежий. В нашем исследовании наименее кислым оказался йогурт «**Живо**» (Останкинский) (88,3°Т), а самым кислым – **BIO MAX** (126,5°Т)

По жирности и микробиологии почти все образцы прошли тест без замечаний. Претензии возникли только к одному образцу – йогурту **«Фермерский продукт»**. Во-первых, он не соответствует заявленной жирности: на этикетке написано 3,2%, а фактическая жирность этого образца 2,8% (+0,1%). А, во-вторых, в нем обнаружены бактерии группы кишечной палочки, что, конечно, недопустимо.

Полезные бактерии

Зато с полезными молочнокислыми бактериями у всех восьми образцов все в порядке – их содержание везде соответствует норме (не менее $1 \cdot 10^7$ в 1 г продукта). Лидером здесь стал образец **«BIO MAX»** – $2,9 \cdot 10^8$ КОЕ/см.куб.

Биойогурты помимо молочнокислых бактерий содержат еще и бифидобактерии, количество которых должно быть не менее $1 \cdot 10^6$ в 1 г продукта. В нашем тесте приняли участие четыре биойогурта: **BIO MAX**, **«Активиа»**, **«Живо»** и **«Слобода»**. Во всех содержание бифидобактерий также соответствует норме. Больше всего полезной микрофлоры в биойогуртах **«BIO MAX»** ($2,9 \cdot 10^8$ КОЕ/г) и **«Слобода»** ($2,8 \cdot 10^8$ КОЕ/г).

СРОКИ ХРАНЕНИЯ

Никто из производителей не заявляет в составе своей продукции консерванты, однако при этом сроки хранения образцов существенно отличаются. У «Избенки», к примеру, это четверо суток, у «Асеньевской фермы» 10 дней, а у **BIO MAX**, **«Активиа»** и **«Слобода»** – 30. В чем секрет такого длительного хранения йогуртов без консервантов? Специалисты говорят: «Нормальная технология приготовления натурального йогурта предполагает добавление йогуртной культуры в пастеризованное молоко. Готовый продукт при этом не стерилизуют, чтобы не убить все полезные бактерии. В данном случае предельный срок хранения – не дольше одного месяца. Более длительный срок хранения может быть обеспечен либо стерилизацией готового продукта, либо внесением консервантов, что плохо в обоих случаях». Все образцы нашего теста имеют срок хранения не более 30 суток.

ВЫВОДЫ ТЕСТА

- По микробиологическим показателям почти все йогурты прошли тест без замечаний. Претензии возникли только к образцу **«Фермерский продукт»**, в котором обнаружены опасные бактерии группы кишечной палочки.
- По показателю кислотности все образцы уложились в норму. Наименее кислый из них – йогурт **«Живо»** (Останкинский) ($88,3^\circ\text{T}$), а самая высокая кислотность у **BIO MAX** ($126,5^\circ\text{T}$).
- Йогурт **«Фермерский продукт»** не соответствует заявленной жирности: на этикетке написано 3,2%, а фактическая жирность составляет 2,8% (+0,1%). У остальных образцов теста жирность соответствует заявленной.
- Количество полезных молочнокислых бактерий у всех восьми образцов соответствует норме. Лидером здесь стал йогурт **«BIO MAX»** ($2,9 \cdot 10^8$ КОЕ/см.куб).
- В биойогуртах **BIO MAX**, **«Активиа»**, **«Живо»** и **«Слобода»** содержание бифидобактерий тоже оказалось в норме. Больше всего полезной микрофлоры в биойогуртах **«BIO MAX»** ($2,9 \cdot 10^8$ КОЕ/г) и **«Слобода»** ($2,8 \cdot 10^8$ КОЕ/г).
- Во всех 8 образцах теста обнаружен крахмал. Меньше всего его содержится в образце йогурта «Активиа» ($2.0 \pm 0.4\%$), больше всего — в «BIO MAX» ($4.3 \pm 0.9\%$). Это разрешенная добавка, но о ней обязательно должно

сообщаться на этикетке. К сожалению, ни один производитель не проинформировал потребителей о наличии крахмала в своей продукции, что является нарушением требований Технического регламента в части маркировки.