

## Čerstvá nebo sušená spirulina?

Irena Brányíková, Simona Lucáková

Ústav chemických procesů Akademie věd ČR, v.v.i, Rozvojová 135/1, Praha 6 – Lysolaje, 165 00

Pravidelná konzumace spiruliny je prospěšná pro lidské zdraví především díky vysokému obsahu tzv. bioaktivních látek, kterých obsahuje celou řadu, uvedme pouze dva příklady – fykocyanin a karotenoidy. Fykocyanin je přírodní modrý pigment, který má silné antioxidační účinky. Karotenoidy jsou taktéž silné antioxidanty, navíc jsou v těle přeměňovány na vitamín A. Obsah karotenoidů v biomase spiruliny je mimořádně vysoký a její konzumace tak může snadno pokrýt jeho potřebu. Bohužel bylo prokázáno, že během obvyklého zpracování spiruliny – sušení a následného skladování dochází k rychlé degradaci těchto látek, výsledky studií různých vědeckých týmů ukázaly, že sušením bylo zničeno 58–90 % fykocyaninu a 76–91 % karotenoidů. Touto problematikou se zabývá i výzkumná skupina vedená Ing. Irenou Brányíkovou, Ph.D. na ÚCHP AV ČR, v.v.i. také z jejich výsledků vyplývá, že celková antioxidační kapacita se během sušení snížila o 41 % a během následného skladování až o 72 % původních hodnot čerstvé spiruliny. Nejjednodušším řešením je tedy konzumace přímo čerstvé biomasy, která nebyla vystavena tepelné a oxidační zátěži při zpracování.

Literatura:

Papalia T, Sidari R, Panuccio MR. Impact of Different Storage Methods on Bioactive Compounds in *Arthrospira platensis* Biomass. *Molecules*. 2019;24(15):2810. Published 2019 Aug 1. doi:10.3390/molecules24152810

Papadaki, Sofia et al. “Environmental Assessment of Industrially Applied Drying Technologies for the Treatment of *Spirulina Platensis*.” *IOSR Journal of Environmental Science, Toxicology and Food Technology* 11 (2017): 41-46. doi:10.9790/2402-1101014146

Materiál vznikl za podpory **Výzkumného programu Strategie AV21 Voda pro život.**

