

STEVIA

om te onthouden

www.ZOETSTOFFEN.eu

De zoetstof op basis van stevia is samengesteld uit steviolglycosiden gewonnen uit het blad van de steviaplant en levert geen calorieën.



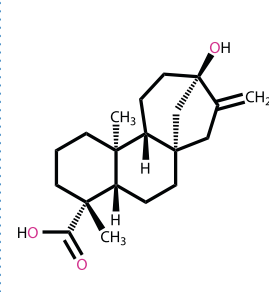
Stevia rebaudiana

Wordt in Zuid-Amerika al meer dan 2000 jaar gebruikt als zoetmiddel in drank.



Zoetstoffen op basis van stevia

Bevatten steviolglycosiden die van nature aanwezig zijn in steviabladeren.



Steviolglycosiden

Bestanddelen die zorgen voor de zoete smaak. Voornamelijk stevioside en rebaudioside-A.

Voornaamste voordelen:

0%

Bevat geen calorieën



Kan koud en warm gebruikt worden



Bevordert tandbederf niet

Zoetkracht:

Stevia = 200 à 300 keer zoeter dan suiker

Maximale hoeveelheid die zonder risico verbruikt kan worden*:
4 mg per kg lichaamsgewicht / dag

* Aanvaardbare Dagelijkse Inname - ADI

Voorbeeld van een dag gezoet met een zoetstof op basis van stevia:

VROUW, 35 JAAR, 60 KG



20 mg



12,5 mg



40 mg



20 mg



20 mg

TOTAAL: 112,5 mg stevia

= **47%** van de ADI



JONGEN, 10 JAAR, 30 KG



12,5 mg



20 mg



20 mg

TOTAAL: 52,5 mg stevia

= **44%** van de ADI

Gebruik:



Steviolglycosiden zijn stabiel bij verhitting en zijn dus geschikt als zoetstof voor zowel warme als koude bereidingen en gebak. De zoetstof op basis van stevia is niet fermenteerbaar en kleurt niet bruin bij verhitting.