

Что такое пища смерти?

В школе любил читать фантастические рассказы. В одном из них повествовалось, как в далёком будущем не надо будет сажать пшеницу, печь хлеб. Сельское хозяйство постепенно должно исчезнуть, поскольку еду станут производить из химии, а самое главное, по вкусу и питательной ценности химическая пища будет лучше естественной. Такое чудо казалось мне далёким, думал, не доживу. Дожил.

Все мы дожили. Меня удивил знакомый профессор химии. Он развлекался, проводил исследование пищевых продуктов. Ему было интересно, сколько в них искусственных химических элементов, а сколько натуральных. Продукты покупал в обычных магазинах Москвы.

Опущу химические термины и формулы. Вывод прост: мы едим далеко не натуральные продукты.

Например, хлеб пекут из рафинированной муки. Это не мука из цельного зерна. При рафинировании убивается всё живое, что есть в злаке. Зато туда добавляют химические добавки, которые позволяют хранить муку долго, назло бактериям и другой заразе, отказывающейся есть и размножаться в рафинированной субстанции. Бактерии понимают, это мука для людей.

Химическая мука превращается в хлеб с помощью термофильных дрожжей, которые в природе не встречаются. Это дрожжи – сахаромикеты, они очень стойкие, не разрушаются в процессе приготовления. Замечательно. Только такие дрожжи почти не перевариваются в организме человека. Именно поэтому «мёртвый» хлеб ложится в желудок тяжёлым грузом, образует слизь и отказывается перевариваться во что-нибудь полезное.

Во многие консервы лучше не заглядывать. Есть такой термин – «стабилизированный продукт». Догадайтесь с одного раза, чем «стабилизируют» консервы, какой химией. Это различные кислоты и многочисленные «E201, E121 и т.д.». Например, «E507» – соляная кислота, «E513» – серная кислота. Правда, живая пища?

Что такое пища смерти

Автор: admin

19.07.2014 10:27 -

Я задумывался, почему мои родственники из Воронежской области, притом что любили выпить и курили, дожили до очень преклонных лет, многим под восемьдесят, но они до сих пор работают. Понимаю, что свежий воздух, деревенский физический труд, полезно для здоровья. Черноземье – растёт всё. Грядки такие, что уходят в горизонт. Но работа-то каторжная! За счёт чего такое здоровье?

У меня, кажется, есть ответ.

Они всю жизнь едят пищу жизни. Земля там такая, что свои огороды людей кормят весь год. Картошка, огурцы, помидоры, маленькие арбузы, дыни. Хлеб пекли сами. Кур и уток хлором не обрабатывали, антибиотиками не кормили. Ведь мы состоим из того, что едим. Поэтому деревенские жители были здоровы.

Жители Москвы и других больших городов едят пищу смерти. Это еда с большим содержанием искусственных химических добавок. Ну другой-то нет! Что делать?

Согласен, сейчас нехимической еды почти нет. Даёт надежду слово «почти».

Во-первых, есть немногочисленные магазины «здоровой еды». Представленные товары, по утверждению производителей, произведены без применения химии. Можно поверить и покупать продукты там. Хотя это дорого, да и честность производителей мы проверить не можем. Когда я жил в Америке, то подобным магазинам там доверял больше. Просто у них сложившаяся система контроля, у нас пока не так.

Во-вторых, знакомые бабушки с рынка. Только это должны быть действительно люди, которым доверяете. Кто сам выращивает продукцию. Говорят, такие энтузиасты ещё есть. Моя знакомая покупает творог, сыр всегда у одной старушки на рынке, которая держит коров, сама делает молочные продукты. Хорошо бы поверить в то, что коровы не едят траву на соседней свалке бытовых отходов. Знакомая ездила к бабушке в гости, говорит, что всё нормально.

В-третьих, можно есть различные каши из круп. Дело в том, что в них консервантов,

Что такое пища смерти

Автор: admin

19.07.2014 10:27 -

разрыхлителей, антиокислителей и другой гадости нет, уже хорошо.

Жителю большого города не избежать пищи смерти, это правда. Но давайте хотя бы иногда позволять себе меньше есть «фаст-фуд», пить «газировку», перекусывать «чипсами со вкусом настоящей икры». А если к этому ещё заниматься спортом, больше двигаться, дышать свежим воздухом, то здоровье сохраним. Человек адаптируется ко всему, даже к химии. Будем надеяться, что мы сильнее её.

Автор - **Виталий Пичугин**

[Источник](#)