

Tutkimustiivistelmä

Yanishlieva, N., Marinova, E. ja Pokorný, J. 2006. *Natural antioxidants from herbs and spices*. Eur. J. Lipid Sci. Technol. 108:776-793. (review)

Yrtit ja mausteet luonnollisten antioksidanttien lähteenä elintarvikkeissa ja kosmetiikassa.

Viimeaikoina on tutkittu runsaasti yrttien ja mausteiden antioksidanttien mahdollisuuksia korvaamaan synteettisiä antioksidantteja. Erilaisilla yrteillä ja mausteilla sekä niistä valmistetuilla uutteilla voidaan vaikuttaa rasvojen ja rasvaa sisältävien ruokien säilyvyyteen. Muun muassa rosmariini, salvia, oregano, timjami, kaneli, kesäkynteli, mustapippuri, punapippuri, neilikka, meirami, basilika, piparminttu, viherminttu, lakritsa, yrttinukula, fenkoli, persilja, inkivääri, kumina, muskotti, valkosipuli ja korianteri sisältävät monia antioksidantteja. Näistä eniten on tutkittu *Labiatae* –sukuun kuuluvaa rosmariinia, josta valmistetut luonnollisia antioksidantteja sisältävät uutteet tulivat ensimmäisinä markkinoille. Samaan sukuun kuuluvien salvian ja oreganon antioksidantit kiinnostavat myös monia tutkimusryhmiä.

Yrttien antioksidantiivisuus vaihtelee kasvupaikan mukaan ja voi muuttua jalostuksen myötä. Uutossa käytetty liuos, lopputuotteen ominaisuudet ja sen sisältämän rasvan koostumus, prosessointi, lämpötila ja altistuminen hapelle vaikuttavat antioksidanttien aktiivisuuteen. Jotkin yrttiutteet toimivat tehokkaina antioksidanteina öljyssä, mutta niiden tehokkuus voi olla heikompi emulsiossa, jossa öljypisarat ovat veden ympäröiminä. Elintarvikkeen sisältämät proteiinit, sitruunahappo tai muut antioksidantit kuten soijalesitiini ja α -tokoferoli voivat puolestaan tehostaa yrttiantioksidanttien vaikutusta. Jotta yrttiantioksidantteja voitaisiin käyttää elintarvikkeissa ja kosmetiikassa synteettisten antioksidanttien tilalla, tulee selvittää niiden kemialliset ominaisuudet ja aktiivisuus itse tuotteessa.

Englanninkielinen review-tutkimus netissä:

<http://www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/fulltext/112783120/PDFSTART>