# E NUMMER LISTE

## Eksempler på farvestoffer E 100 - 199

| E-nr. | Navn | Formål/ funktion | Tilsættes fx disse fødevarer | Fremstilling (naturlig eller syntetisk) |
|---|---|---|---|---|
| E 100 | Curcumin (gurkemejefarve) | Rød, gul eller orange farve | Slik, frugtgrød, karry, remoulade, læskedrikke | Naturligt. Udvindes af gurkemejerod, der bruges til at lave krydderiet gurkemeje |
| E 102<br>E 122<br>E 124<br>E 129 | Tartrazin<br>Azorubin<br>Ponceau 4R<br>Allura Red | | | Syntetisk |
| E 120 | Carminer | | | Naturligt. Udvindes fra skjoldlus, som lever på kaktusplanter i Mellem- og Sydamerika |
| E 132 | Indigotin | Blå farve | | Syntetisk |
| E 140 | Chlorophyll | Grøn farve | | Naturligt. Udvindes fra grønne blade |
| E 142 | Green S | | | Syntetisk |
| E 153 | Vegetabilsk kul | Sort farve | Bestemte oste, slik, frugtgrød, pålægssalater, karry, remoulade, læskedrikke | Naturligt.<br>Fremstilles ved forkulning af forskellige planteråstoffer |
| E 160a | (Beta)-carotener | Gul farve og provitamin A (som i kroppen omdannes til vitamin A) | Bestemte oste, slik, frugtgrød, pølser, patéer, pålægssalater, karry, remoulade, marmelade, læskedrikke | Blandede carotener forekommer naturligt i mange fødevarer, især gulerødder. Beta-caroten fremstilles dog ofte syntetisk |
| E 160c | Paprikaekstrakt | Rød farve | | Naturligt.<br>Udvindes fra henholdsvis rød peberfrugt (paprika) og rødbeder |
| E 162 | Rødbedefarve | | | |

# Eksempler på konserveringsstoffer E 200 - 299

| E-nr. | Navn | Formål/ funktion | Tilsættes fx disse fødevarer | Fremstilling (naturlig eller syntetisk) |
|---|---|---|---|---|
| E 200 til E203 | Sorbinsyre og sorbater, fx calciumsorbat | Hæmmer væksten af især gær- og skimmelsvampe (mug) samt visse bakterier. Benzoesyre og benzoater har størst effekt i et surt miljø, hvorfor der ofte tilsættes citronsyre (E 330) samtidig. | Frugtgrød, marmelade, syltede grøntsager, pålægssalater, sennep, ketchup, slik, frugt- og grøntsagssaft, læskedrikke | Sorbinsyre og dens salte, sorbater, forekommer naturligt i fødevarer som fx kirsebær og tomater, men fremstilles syntetisk. |
| E 210 til E 219 | Benzoesyre og benzoater, fx natrium- eller calciumbenzoat | | | Benzoesyre kan udvindes fra det naturlige produkt benzoeharpiks, men fremstilles ofte syntetisk. Benzoater fremstilles ud fra benzoesyre. |
| E 220 til E 228 | Svovldioxid og sulfitter, fx calciumsulfit | Hæmmer væksten af især bakterier, men også gær- og skimmelsvampe (mug). Bruges desuden som antioxidant i fx tørrede abrikoser, hvor det bevarer deres lyse farve. | Tørret frugt og grønt, syltede grøntsager, marmelade, kiks, krebsdyr, blæksprutter, slik, sennep, vin, frugt- og grøntsagssaft, læskedrikke | Svovldioxid er en luftart, der dannes ved forbrænding af svovl. Sulfitter er de salte, der dannes, når svovldioxid blandes med vand. |
| E 249 til E 252 | Kalium- eller natriumnitrit og -nitrat | Hæmmer væksten af bakterier, især typen C. botulinum, der forårsager pølseforgiftning. Samtidig kan stofferne regulere kødprodukters smag og give dem en rødlig farve. | Kødprodukter som fx bacon, skinke, spegepølse og andre pølser. Nitrat må desuden bruges i kryddersild og bestemte oste. | Nitrat forekommer naturligt i planter, herunder visse grønsager. Med tiden omdannes nitrat i fødevarer til nitrit |
| E 260 til E 263 | Eddikesyre og acetater, fx natrium- eller calciumacetat | Hæmmer væksten af de fleste sygdomsfremkaldende bakterier i fødevarer. Bruges desuden til at regulere surhedsgraden og give smag. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejdede fødevarer. | Eddikesyre kan fremstilles syntetisk eller naturligt ved gæring af alkohol. Acetaterne er salte, der fremstilles af eddikesyre. |
| E 270 | Mælkesyre | Har en konserverende effekt og forstærker effekten af antioxidanter. Bruges desuden til at regulere sur-hedsgraden og give smag. | | Kan fremstilles syntetisk eller naturligt ved gæring af kulhydrater. |
| E 296 | Æblesyre | | | Forekommer vidt udbredt i naturen, fx i æbler, men fremstilles syntetisk. |

# Eksempler på antioxidanter E 300 - 399

| E-nr. | Navn | Formål/ funktion | Tilsættes disse fødevarer | Fremstilling (naturlig eller syntetisk) |
|---|---|---|---|---|
| E 300 til E 302 | Ascorbinsyre (vitamin C) og ascorbater, fx calciumascorbat | Forhindrer farveændringer i fødevarer (fx brun farvning af skåret frugt), der udsættes for ilt. Stabiliserer den røde farve i kød og bruges desuden til at regulere surhedsgraden. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejdede fødevarer. | Ascorbinsyre og dens salte, ascorbater, er et naturligt forekommende vitamin i bl.a. citrusfrugter og solbær, men fremstilles også syntetisk. |
| E 306 til E 309 | Tocopheroler (vitamin E) | Hæmmer harskning af olie og fedt. | | Naturligt. Udvindes fra fx sojabønneolie og majsolie. Nogle varianter fremstilles syntetisk. |
| E 322 | Lecithin | Hæmmer harskning af fedt, men fungerer også som en emulgator, dvs. letter sammenblandingen af vand og olie. | | Naturligt. Udvindes fra fx raps, soja eller æggeblommer. |
| E 330 til E 333 | Citronsyre og citrater, fx dicalciumcitrat | Forstærker effekten af andre antioxidanter, fx ved at forhindre brunfarvning af skåret frugt. Bruges desuden til at regulere surhedsgraden. | | Citronsyre forekommer naturligt i fx citroner. Citrater er salte, der fremstilles fra citronsyre. |
| E 334 til E 337 | Vinsyre og tartrater, fx dikaliumtartrat | | | Vinsyre og dens salte, tartrater, forekommer vidt udbredt i naturen, fx i vindruer. Fremstilles som biprodukt ved vinproduktion. |

| E-nr. | Navn | Formål/ funktion | Tilsættes disse fødevarer | Fremstilling (naturlig eller syntetisk) |
|---|---|---|---|---|
| E 338 til E 341 E 343 | Phosphorsyre og phosphater, fx dicalciumphosphat | Forstærker effekten af andre antioxidanter, har en konserverende effekt og anvendes som hævemiddel samt surhedsregulerende middel. Kan desuden binde vand og bruges derfor også som vandbindingsmiddel og antiklumpningsmiddel. | Bestemte oste, frugtgrød, is, slik, kiks, læskedrikke, morgenmadscerealier, kødprodukter som fx leverpostej, spegepølse og bacon | Naturligt. Fremstilles ud fra mineraler. |

Hunde og katte:

☐ KUNSTIGE ANTIOXIDANTER: BHA og BHT (også kendt som E320 og E321) bruges i tørfoder til at forlænge madens holbarhedsdato unaturligt.

# Eksempler på konsistensmidler E 400 - 499

| E-nr. | Navn | Formål/ funktion | Tilsættes fx disse fødevarer | Fremstilling (naturlig eller syntetisk) |
|---|---|---|---|---|
| **Fortykningsmiddel og stabilisator:** | | | | |
| E 400 til E 405 | Alginsyre og alginater, som fx calciumalginat | Gør fødevarer mere tyktflydende og stabiliserer deres konsistens. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejdede fødevarer. Alginsyre og alginater bruges typisk i is for at give en flødeagtig konsistens. Carrageenan bruges typisk i kakaomælk for at undgå, at kakaopartiklerne klumper sammen. | Naturligt. Det er et kulhydrat, der udvindes fra tang. |
| E 407 | Carrageenan | | | Naturligt. Det er et kulhydrat, der udvindes fra alger. |
| E 412 | Guargummi | Gør fødevarer mere tyktflydende og stabiliserer deres konsistens. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejdede fødevarer. Guargummi bruges typisk i is, så det bedre kan tåle at blive tøet og frosset. Arabisk gummi bruges typisk i slik for at undgå, at sukkeret krystalliserer, og som bærestof for farve- og aromastoffer. | Naturligt. Det er et kulhydrat, der udvindes af frøene fra guarplanten (en bælgplante, der ligner soja). |
| E 414 | Arabisk gummi | | | Naturligt. Det er et kulhydrat, der udvindes fra akacietræer. |
| E 420 | Sorbitol | Stabiliserer og blødgør fødevarers konsistens. Bruges desuden som erstatning for sukker. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejde fødevarer undtagen drikkevarer. Bruges typisk i is for at undgå udkrystallisering og gøre konsistensen mere blød. | Forekommer naturligt i mange frugter, som fx rønnebær, æbler og pærer. |
| E 440 | Pektin | Gør fødevarer mere tyktflydende. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejdede fødevarer. Bruges typisk i produkter med et højt sukkerindhold, som fx marmelade, desserter, is og ketchup. | Naturligt. Det fremstilles ud fra appelsin- og citronskaller, men findes i mange frugter og grøntsager. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Emulgator:** | | | | |
| E 431 til E 436 | Polysorbater | Bruges både som stabilisator og emulgator; sidstnævnte gør det muligt at blande to væsker, der normalt ikke er blandbare. | E 431 må kun bruges i vin. De øvrige må bl.a. bruges i slik, tyggegummi, is, kager, desserter, frugtgrød, suppe og mayonnaise. | Syntetisk. Fremstilles ved en reaktion mellem sorbitol (E 420), fedtsyrer og ethylenoxid. |
| **Fugtighedsbevarende middel:** | | | | |
| E 460 til E 469 | Modificerede celluloser | Bruges bl.a. til at holde på vandet, så maden beskyttes mod udtørring. Bruges desuden til at gøre fødevarer mere tyktflydende og stabiliserer deres konsistens. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejdede fødevarer. Bruges typisk i kageovertræk til at holde på vandet og i slik for at undgå, at sukkeret krystalliserer. | |

**Eksempler på smagsforstærkere:**

| **Smagsforstærkere** | | | | |
|---|---|---|---|---|
| E 620 til E 625 | Glutaminsyre og glutamater, fx mononatrium-glutaminat (MSG) | Stofferne er i sig selv uden smag, men de bruges til at forstærke smagen af andre fødevarer. Det mest kendte af stofferne er MSG, også kaldet "det 3. krydderi", som traditionelt har været anvendt i Østen. | Må bruges i alle de fødevarer, der generelt må indeholde tilsætningsstoffer, dvs. alle forarbejdede fødevarer. | Glutaminsyre er en aminosyre, der udvindes fra hvede, soja eller grønsager. Glutamater er salte der fremstilles ud fra glutaminsyre. |
| E 640 | Glycin/ natriumglycinat | | | Det er en naturlig bestanddel af kosten i form af aminosyrer, som er byggestenene i proteiner |

# Eksempler på sødestoffer E 950 - 967

| Navn | Formål/funktion | Tilsættes fx disse fødevarer: | Fremstilling (naturlig eller syntetisk) |
|---|---|---|---|
| **Sødestoffer** | | | |
| Acesulfamkalium | Intense sødestoffer, der søder hhv. ca. 150, 200 og 400 gange mere end sukker. | Læskedrikke, frugtyoghurt, is, slik, kager, marmelade og sennep | Syntetisk. Aspartam består af to naturligt forekommende aminosyrer, som er byggestenene i proteiner. |
| Aspartam | | | |
| Saccharin | | | |
| Xylitol | Sødestof, der søder lidt mindre end sukker. Bruges desuden som konsistensmiddel. | Frugtyoghurt, is, slik, kager, marmelade og sennep | Fremstilles ved kemisk behandling af xylose (træsukker), der forekommer naturligt og især udvindes af birkebark. |

# Andre tilsætningsstoffer fra E 999 - E 1521

| Navn | Formål/funktion | Tilsættes fx disse fødevarer: | Fremstilling (naturlig eller syntetisk) |
|---|---|---|---|
| | | | |
| E 620 - 900 | Aromaforstærkere | Te, pålæg, E 620 Mononatriumglutamat er det mest anvendte (også kaldet det 3. krydderi eller MSG fra det engelske navn monosodium glutamate). | Nogle stoffer er naturlige og andre syntetiske. Det er stadig tilsætninger der kan være vanskelige for menneske og dyreceller at "arbejde med". |
| E 901 - 920 | Overfladebehandlinger | Nødder, slik m.m. | Bivoks anvendes til overfladebehandling af f.eks. slik og tabletter for at give en blank overflade. Til frugter kan det anvendes for at erstatte frugternes naturlige vokslag, hvis dette er fjernet ved vask. |
| E 938 - 949 | Emballagegasser eller drivgasser | Alle fødevarer inklusive vegetabilske økologiske og | Argon er en ædelgas. Argon anvendes bl.a. som pakkegas i forbindelse med fødevarer. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| E 999 - 1520 | Stoffer udenfor de andre områder, fx smagsforstærkere og modificerede stivelser<br><br>Se mere på http://www.food4me.dk/modules/enumbers/ListEnumbers.aspx? | babymad (ifølge sagens natur dog kun de tæt indpakkede).<br><br>Læskedrikke<br><br>Jævning og fortykning med f.eks. stivelse for at gøre maden tykkere. Stivelseskilden kan være; hvedemel, mel af andre typer af korn, kartoffelmel m.m. | E 999 - Udtræk af kvillajabark (panamabark, sæbebark) fra træet Quillaia saponaria, som vokser i Sydamerika. Indeholder stoffer af typen, der kaldes saponiner, som har effekt som sæbe.<br><br>E 1520 - Propylenglycol er kun tilladt som bærestof for tilsætningsstoffer og aromastoffer. Hvis der anvendes større mængder end tilladt, kan det også have konserverende og fugtighedsbevarende effekt. |