

## Jaký je rozdíl mezi běžným mlékem a biomlékem?

### Běžné mléko

V běžném zemědělství jsou krávy vyšlechtěny tak, aby nadojily až 40 litrů mléka denně, čímž dochází k přetěžování jejich organismu (běžná kráva v ekologickém zemědělství nadojí nejvíce 25 litrů denně a „obyčejná“ kráva, jakou třeba měl kdysi můj děda, dávala jen 10 litrů). Takové efektivní krávy jsou vyšlechtěné, dostávají koncentrované a velmi výživné krmivo, většinou jim není umožněn přístup na pastvu, tím pádem mají málo pohybu a všechnu energii směřují ke tvorbě mléka. Někde stále přetrvávají vazná ustájení, to znamená, že kráva je přivázána na jednom místě, kde je i dojena. Zvířata jsou zchoulostivělá, trpí metabolickými poruchami a častými záněty vemene. Čím častěji má kráva zánět, tím častěji dostává antibiotika, která přecházejí v minimálních množstvích do mléka. Pravidelný příjem byt velmi nízkých dávek antibiotik může ničit přátelské bakterie ve střevěch i podporovat vznik rezistence na antibiotika. Samozřejmě, že existují ochranné lhůty, které určují, že krávy, které braly antibiotika, mohou být dojeny pro prodej mléka až po třech dnech, v ekologickém zemědělství je lhůta dvojnásobná.

### Biomléko je lepší (potvrzuje věda)

- ~ Pět let trvající projekt Českého výzkumného ústavu mlékárenského ukázal, že biomléko obsahuje více bioaktivních látek.
- ~ Biomléko obsahuje o 60 % více zdraví prospěšných, cenných mastných kyselin jako omega 3, o 20 % více antioxidantů a vitamínů. Konkrétně obsahuje více vitamínu E a betakarotenu.
- ~ Prokázalo se, že masné a mléčné biovýrobky mají pozitivní vliv na kvalitu mateřského mléka, ve kterém je pak více zdraví prospěšných mastných kyselin (ty jsou spojovány s posilováním imunitního systému a se snižováním rizika rakoviny a dalších nemocí).
- ~ Děti konzumující převážně biostravu (z 90 %), jejichž matky jedly také bio mléčné výrobky, měly o 36 % nižší riziko výskytu ekzémů.

Více zajímavostí z výzkumu na [www.biospotrebitel.cz](http://www.biospotrebitel.cz) nebo na [www.bio-info.cz](http://www.bio-info.cz).

### Biomléko

V ekologickém chovu musejí mít krávy, kozy či ovce vždy přístup k venkovnímu výběhu nebo na pastvu. Telata nejsou odlučována od matek dříve než po třech měsících, kdy pijí mateřské mléko, a náhražky pro telata nejsou na rozdíl od konvenčního chovu povoleny. Krávy v ekologickém zemědělství mohou jako krmivo dostávat výhradně pesticidy neošetřované biokrmivo, a proto se i do biomléka dostane mnohem méně škodlivých látek. Stejně tak je to s antibiotiky. Jsou povolena i v ekologickém zemědělství, ale díky lepšímu způsobu chovu se využívají mnohem méně než u běžných krav ve velkochovech. Pokud musí eko kráva dostat antibiotika, pak může být její mléko použito za dvakrát delší dobu než u běžných chovů.

V ekochovech se někdy užívá i léčba homeopatiky. Z těchto všech důvodů většina odborníků uvádí, že v biomléku je méně zbytkových pesticidů a antibiotik.

Pokud se někde dočtete, že mléko obsahuje hormony, je dobré si ověřit zdroj a nevěřit hned všem poplašným zprávám. V rámci Evropské unie by se hormony v potravinách objevit neměly. Problémem mohou být někdy výrobky ze zemí mimo evropský trh, pokud selžou kontrolní mechanismy.

Rozdíl je jak v kvalitě mléka, tak v následném zpracování, a to zejména u ochucovaných mléčných biovýrobků, u kterých je zakázáno používat umělé konzervační látky, chemická barviva, umělé aromatické látky, umělá sladidla i vitamíny syntetického původu.

U bio mléčných výrobků je v Evropě častější, že se méně průmyslově zpracovávají a dá se běžněji koupit biomléko nepasterizované a nehomogenizované.

