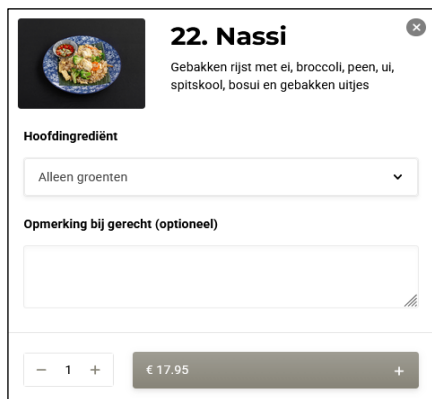


Mononatriumglutamaat (E621, MSG)

NEDERLANDS:// Thai 88 gebruikt mononatriumglutamaat (E621, MSG) slechts in zeer beperkte mate.

Alleen bij de Gebakken rijst (Nassi) en Chow mein noedels voegen wij een kleine hoeveelheid toe, maar omdat dit pas tijdens de bereiding gebeurt, kunnen wij dit ook weglaten.

Ben je gevoelig voor MSG of geef je er de voorkeur aan om dit niet in je gerechten te hebben, dan kun je dit aangeven in het opmerkingenveld bij je bestelling. Dit kan per gerecht (bij de keuze van het gerecht) of voor de volledige bestelling (bij het betaalscherm), zodat de keuken hier rekening mee kan houden.



22. Nassi

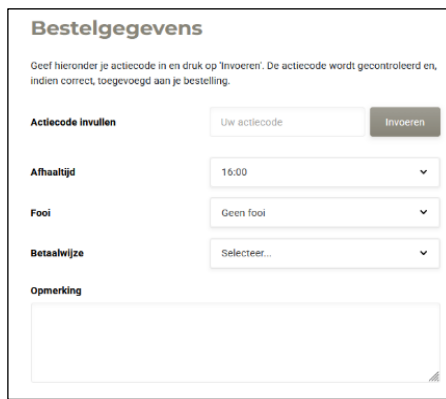
Gebakken rijst met ei, broccoli, peen, ui, spitskool, bosui en gebakken uitjes

Hoofdingrediënt

Alleen groenten

Opmerking bij gerecht (optioneel)

1 € 17.95



Bestelgegevens

Geef hieronder je actiecode in en druk op 'Invoeren'. De actiecode wordt gecontroleerd en, indien correct, toegevoegd aan je bestelling.

Actiecode invullen

Uw actiecode Invoeren

Afhaltijd

16:00

Fool

Geen fool

Betaalwijze

Selecteer...

Opmerking

MEER OVER MSG

Productieproces

MSG (mononatriumglutamaat) wordt gemaakt via een fermentatieproces, vergelijkbaar met hoe yoghurt of bier wordt geproduceerd.

- Plantaardige grondstoffen zoals suikerriet, suikerbieten of maïs worden gebruikt
- Hieraan worden natuurlijke bacteriën toegevoegd
- Deze zetten de suikers om in glutamaat (door fermentatie)
- Het glutamaat wordt vervolgens gezuiverd en gecombineerd met een kleine hoeveelheid natrium → dit is MSG

Waar komt de slechte naam van MSG vandaan?

De negatieve reputatie van MSG (zoals Ajinomoto) komt vooral uit de jaren '60.

In 1969 ontstond de term "*Chinese Restaurant Syndrome*", waarbij klachten zoals hoofdpijn, hartkloppingen en zweten werden gemeld. Dit werd gekoppeld aan MSG, maar zonder overtuigend bewijs.

Wat zegt de wetenschap?

Onderzoek door o.a. de European Food Safety Authority en de World Health Organization laat zien:

- MSG is een Glutamaat en is een natuurlijk voorkomend aminozuur dat zorgt voor een hartige (umami) smaak en ook aanwezig is in o.a. tomaten, kaas en paddenstoelen
- MSG = veilig bij normaal gebruik
- Glutamaat komt van nature al voor in voeding (zoals tomaten, kaas, paddenstoelen)
- Je lichaam maakt geen onderscheid tussen glutamaat uit MSG en glutamaat uit natuurlijke producten

Relevante artikelen uit de wetenschap

<https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.2903/j.efsa.2020.6085>

<https://www.nationalgeographic.com/health/article/msg-monosodium-glutamate-xenophobia-history>

<https://www.efsa.europa.eu/en/press/news/170712>

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6952072/>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022316622140393>

Mononatriumglutamaat (E621, MSG)

ENGLISH: // Thai 88 uses monosodium glutamate (E621, MSG) only in very limited amounts.

We add a small quantity only to fried rice (Nasi) and chow mein noodles. Since this is done during preparation, it can easily be omitted.

If you are sensitive to MSG or prefer not to have it in your dishes, please indicate this in the comments section when placing your order. This can be specified per dish (when selecting the item) or for the entire order (at checkout), so the kitchen can take this into account.



22. Nassi ✕

Gebakken rijst met ei, broccoli, peen, ui, spitskool, bosui en gebakken uitjes

Hoofdingrediënt

Alleen groenten ▼

Opmerking bij gerecht (optioneel)

– 1 + € 17.95 +

Bestelgegevens

Geef hieronder je actiecode in en druk op 'Invoeren'. De actiecode wordt gecontroleerd en, indien correct, toegevoegd aan je bestelling.

Actiecode invullen

Afhaaltijd ▼

Foof ▼

Betaalwijze ▼

Opmerking

MORE ABOUT MSG

Production process

MSG (monosodium glutamate) is produced through a fermentation process, similar to how yogurt or beer is made.

- Plant-based ingredients such as sugar cane, sugar beets, or corn are used
- Natural bacteria are added
- These convert the sugars into glutamate (through fermentation)
- The glutamate is then purified and combined with a small amount of sodium → this is MSG

Where does MSG's bad reputation come from?

The negative reputation of MSG (such as Ajinomoto) mainly dates back to the 1960s.

In 1969, the term “*Chinese Restaurant Syndrome*” was introduced, describing symptoms such as headaches, heart palpitations, and sweating. These were linked to MSG, but without convincing scientific evidence.

What does science say?

Research by organizations such as the European Food Safety Authority and the World Health Organization shows:

- MSG is a glutamate, a naturally occurring amino acid that provides a savory (umami) taste and is also found in foods such as tomatoes, cheese, and mushrooms
- MSG is safe when used in normal amounts
- Glutamate naturally occurs in many foods (such as tomatoes, cheese, and mushrooms)
- The body does not distinguish between glutamate from MSG and glutamate from natural sources

<https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.2903/j.efsa.2020.6085>

<https://www.nationalgeographic.com/health/article/msg-monosodium-glutamate-xenophobia-history>

<https://www.efsa.europa.eu/en/press/news/170712>

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6952072/>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022316622140393>