

høver ikke være helt kold, men sætter du en stor portion varm mad i køleskabet, vil det tage lang tid, før centrum af retten er kold. Samtidig tilfører den varme til køleskabet, hvilket får køleskabet til at starte med køling, og dermed bruge energi, så også for miljøets skyld er det en god idé at køle maden ned, før den sættes i køleskabet.

### HÅRBALSAM

*Le Lyby, København:*

■ I jeres altid gode blad læste jeg i sidste måned om vasketemperaturer, skyllemidler, kalk mv. I den forbindelse tænkte jeg på, om der findes gode, uparfumerede alternativer til hårbalsam? Da jeg var barn, skyllede min mor vores hår i eddike, efter at det var blevet vasket med sæbe. I dag bruger jeg hårbalsam i store mængder, fordi jeg har hår med en meget åben struktur og bor på Amager, hvor der er ekstremt meget kalk i vandet. Men jeg bryder mig ikke om mængderne af parfume og synes heller ikke, at håret bliver rigtigt blødt. Kan man med fordel skylle med eddike i stedet? Eller kan man mon få brusehoveder, som filtrerer kalken fra? Eller har I andre gode råd?

**Svar** fra Winnie From Thesbøl:

Der findes i handelen adskillige mærker af hårbalsam uden parfume. De kan købes bl.a. i Coops butikker og på apoteket.

Her er en opskrift på et skyllemiddel til dit hår, som du kan fremstille selv: Bland 2 spsk. friske eller 1 spsk. tørrede kamilleblomster og 2 spsk. friske eller 1 spsk. tørrede morgenfruer i en skål og hæld 6 dl kogende vand over. Lad det trække ½ time, hvorefter du tilsætter 2 spsk. citronsaft. Si blomsterne fra, og hæld væsken på en flaske, klar til at skylle håret i.

Du kan naturligvis også bruge husholdningseddike til at skylle dit hår med, men ovenstående skyllemiddel har en mild og behagelig duft, som måske er mere behagelig end duften af eddike.

I byggemarkeder kan du finde forskellige kalkfiltre til brug i husholdningen.

### BAKTERIER I HONNING

*Karin Frisenborg, Espergærde:*

■ I skriver i januar-nummeret om honning, at ingen bakterier kan gro i rent sukker. Det passer ikke. Derfor må børn under 12 måneder ikke spise honning.

**Svar** fra Winnie From Thesbøl:

Honning, der ikke er varmebehandlet, indeholder ganske små mængder af mikroorganismer, som for eksempel mælkesyrebakterier, og må derfor ikke bruges til børn under 1 år. Det er ganske rigtigt. Taler vi om mennesker over spædbaralderen, er det noget andet. Faktisk var det noget helt andet, vi havde i tankerne, da vi skrev, at honning skal opbevares i køleskabet frem for køleskabet: Ved kold opbevaring kan sukkeret udkrystalliseres, og honningen mister sin konsistens og føles forkert i munden. Man udnytter det naturlige indhold af mælkesyrebakterier i ikke-varmebehandlet honning til at få gæringsprocessen i gang ved surdej og til honning-salthævet brød, så på den led er det værdifuldt, at der er mikroorganismer til stede.

### PARABENER I MAD

*Benedicte R. Spies, København:*

■ Da jeg sad og så tv for et stykke tid siden, erfarede jeg til min store forskrækkelse, at parabener kan forekomme i mad. Det blev i udsendelsen sagt, at der således var hyppige fore-

komster af parabener i især slik, men at de også kunne forekomme i chips. Er det muligt for jer at svare på, hvordan man kan se, at en given madvare indeholder parabener – står de f.eks. opført under et andet dæknavn, f.eks. et E-nummer?

**Svar** fra Leif Skibsted:

Benzoesyre, som findes i tranebær og andre planter, beskytter mod gær og mug. Benzoesyre, der også er det aktive stof i Atamon, virker dog kun i sure produkter som frugtsaft, men de syntetiske parabener, der ligner benzoesyre, virker uafhængigt af surhedsgrad. Disse stoffer, der ikke forekommer i naturen, må tilsættes enkelte fødevarer, der så mærkes med E214-219 efter deres kemiske struktur. Parabener finder begrænset anvendelse i snacks og slik og til overfladebehandling af tørret kød. ■

Send dit spørgsmål til  
Samvirkes eksperter:  
Samvirke, Vallensbæk Torvevej 9,  
2620 Albertslund  
Mærk kuverten »Brevkassen«  
– eller på en mail til  
brevkassen@fdb.dk  
Kun et spørgsmål ad gangen!



Alle offentliggjorte spørgsmål til  
brevkassen belønnes med et ek-  
semplar af kokken Henrik Bose-  
rups nye kogebog *grill* – grillmad  
i den absolut simpleste form