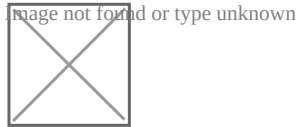


Αν δείτε αυτό στις πατάτες, πρέπει να τις πετάξετε - Κίνδυνος νευρολογικού προβλήματος

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[547h65-666x399](#) Αν και ακούγεται σαν θα μπορούσε να είναι ένας “μύθος”, όπως εκείνη η παλιά, λανθασμένη πεποίθηση ότι οι ντομάτες που μπορεί να αποδειχτούν ένα θανατηφόρο δηλητήριο, εντούτοις οι επιστήμονες διατροφολόγοι επιβεβαιώνουν ότι υπάρχει κάτι που πρέπει πάντα να προσέχετε στις πατάτες.

Οι **πατάτες** που έχουν πάρει πράσινο χρώμα είναι επικίνδυνες. Περιέχουν υψηλά επίπεδα σολανίνης, μιας τοξίνης που μπορεί να προκαλέσει ναυτία, πονοκέφαλο και νευρολογικά προβλήματα.

Όλα τα γεώμηλα παράγουν μικρές ποσότητες σολανίνης ως μια μορφή φυσικού εντομοκτόνου για να προστατεύονται. Αλλά οι πατάτες που υποβάλλονται σε παρατεταμένη έκθεση στο φως και σε υψηλές θερμοκρασίες μπορεί να παράγουν ασυνήθιστα μεγάλες ποσότητες σολανίνης. Το πράσινο χρώμα προκαλείται από παρομοίως υψηλά επίπεδα χλωροφύλλης, η οποία παράγεται κατά την ίδια στιγμή.

Στην φωτογραφία, που ακολουθεί, βλέπετε στα αριστερά μια πατάτα, η οποία έχει πρασινίσει πολύ ελαφρά και είναι ασφαλής για κατανάλωση και στα δεξιά μια πατάτα, που έχει πρασινίσει πολύ και πρέπει να την πετάξετε. [4576hy54r](#)

Ένα άτομο που ζυγίζει 45 κιλά θα πρέπει καταναλώσει περίπου 450 γραμμάρια πατάτας που έχει πρασινίσει (περίπου μία μεγάλη πατάτα) για να αρρωστήσει.

Εντούτοις, είναι αλήθεια ότι μια πράσινη πατάτα εγκυμονεί σχεδόν πάντα κίνδυνο για την υγεία σας και γι' αυτό θα πρέπει πάντοτε να την αποφεύγετε.

Από Μιχάλης Θερμόπουλος

Πηγές: <http://articles.mercola.com> - iatropedia.gr