

Marjun Hanusardóttir um vandan við frystum fiski

Tað ræður um at vanda sær

Ein svensk kanning hevur víst, at matur, gjørdur burtur úr frystum fiski, økir vandan fyri krabbameini. Í frystum fiski er m.a. evnið dimetylamín; rennur tað saman við evninum nitrit, so kunnu tær sera, sera krabba-elvandi nitrosam-inurnar burturúr koma burturúr.

Vandin er har, men...

Marjun Hanusardóttir,

stjóri á Heilsufrøðiligu Starvsstovuni, avvisir ikki teoretiska møguleikan fyri, at dimetylamín kann vera við til at økja um vandan fyri krabba; men hon leggur dent á, at veruligi vandin valdast eisini, hvussu vit sjálvi fara um matin og seta hann saman.

- Dimetylamín er ikki í sjálvum sær krabbaelvanði, sigur Marjun Hanusardóttir. Tað avgerandi er,

at bæði dimetylamín og nitrit skulu vera til staðar, fyri at vandin fyri krabba økist.

...vit hava ávirkan

Tí leggur Marjun Hanusardóttir dent á, at vit sjálvi kunnu gera okkara fyri at minka um vandan; vit kunnu bæði avmarka innihaldið av dimetylamín í frysta fiskinum og nitritið í maganum.

Fyrst og fremst er umráðandi, at blóð ikki er í fiskinum, áðrenn hann verður frystur. Í blóðinum eru fleiri enzymir, ið gera, at so at siga meiri futtur kemur í dimetylamín-gerðina.

Ikki frysta ov leingi

- Tí skal ein vanda sær minst líka væl, tá fars verður gjørt, at ikki blóð ella blóðleivdir verða malnar uppí, skal ráa fiskafarsíð goymast fryst í longri tíð, sigur Marjun Hanusardóttir.

Harumframt skal ansast eftir, at fiskurin ikki liggur ov leingi í frystara, upplýsir Marjun Hanusardóttir. Tíkið undir einum verður mælt til, ikki at frysta fisk longri enn níggju mánaðir. Eisini er tað so, at jú fleiri kuldastigini eru og stóðugari temperatururin er, minni verður dimetylamín-innihaldið.

Ansið eftir pylsum

- Og so kann ein eisini gera, sum Bengt Ákesson mælir til: hita fiskin til 80 stig, tí tá steðgar tú dimetylamín-gerðina. Men tá hevur tú eisini avmarka nýtslumøguleikarnar, tá tú tíðnar fiskin aftur, sigur Marjun Hanusardóttir.

Hin parturin er at avmarka møguleikan fyri nitrit í maganum. Tað kunnu vit gera við at eta minni ella einki av mati, har nitrit er í, t.d. pylsur.

Og vaskið grønmeti

Í grønmeti - serliga grønmeti, ið er nógv taðað, og grønmeti við stórari flatu, t.d. blaðgrønmeti - er nógv nitrat, og tað kann verða gjørt um til nitrit í maganum.

- Tað er m.a. tí tað er so umráðandi at skola slíkt grønmeti sera væl, áðrenn tað verður brúkt, sigur Marjun Hanusardóttir, ið eisini mælir til, at grønmeti og grønmetissalat ikki verður goymt ov leingi.



Skal fiskur frystast, ræður um at gera tað so skjótt, sum til ber, sigur Marjun Hanusardóttir

Ikki bert frystur fiskur

Marjun Hanusardóttir leggur aftrat, at tað eru fleiri sokallaðar aminir enn dimetylamínir í fiski; nøgdin veksur skjótari, tess longur fiskurin verður goymdur feskur.

- Tí er umráðandi, at fiskur verður frystur so feskur sum møguligt, tí tá ganga tær ymisku evnisgerðirnar nógv seinni fyri seg, sigur Marjun Hanusardóttir.

Aminspurningur er tí ikki ein trupulleiki, ið er serstakur fyri frystan fisk, men fyri allan proteinríkan mat, sum er meiri ella minni niðurbrotin, áðrenn hann verður etin; ræstur fiskur og væl búnaður ostur eru dømi um slíkan mat.

ówh

MÁNAÐARJAVNI

PR. ULTIMO DESEMBER 1991

Ogn:	1.000 kr.
1. Kassapeningur	18.624
2. Danmarks Nationalbank	0
3. Innanlands bankar og sparikassar	79.995
4. Útlendskir peningastovnar o.a.	5.172
5. Lánsbrøv	611.513
6. Pantibrøv	96
7. Partabrøv o.a.	105.718
(Av hesum egin partabrøv álj. kr. 1.883.000)	
8. Útlán:	
8.1 Útlán við heimild í skiftandi nýtslu	1.564.654
8.2 Vekslar	181.122
8.3 Byggilán	161.284
8.4 Veðlán	947.154
8.5 Onnur útlán	900.331
Útlán tilsamans	3.754.545
9. Ábyrgdir	1.154.281
(egin partabrøv millum trygdir undir 8 og 9 eru álj. kr. 3.450.000)	
10. Fastar ognir	103.449
11. Búnyttur	24.198
12. Aðrir skuldarar	180.255
13. Kostnaður	116.800
Ogn tilsamans	6.154.646
Keyp av útlendskum gjaldoyra á termin 428.734 av hesum tikið við í javna 11.471	
Keyp av virðisbrøvum á termin v.m. 77.535 av hesum tikið við í javna 8.689	

Skuld:	1.000 kr.
1. Innlán:	
1.1 Styttri uppsøgn enn ein mánað	856.662
1.2 Uppsøgn uppá 1 mánað upp til 12 mánaðir	87.671
1.3 Uppsøgn uppá 12 mánaðir ella meira	2.356.147
1.4 Skuldarbrøv	0
1.5 Serinnlán	101.421
Innlán tilsamans	3.401.901
2. Danmarks Nationalbank	316.731
3. Innanlands bankar og sparikassar	233.041
4. Útlendskir peningastovnar o.a.	45.969
5. Ábyrgdir	1.154.281
6. Ymiskir ognarar	167.922
7. Rentur og provisjón	299.327
9. Eginpeningur:	
9.1 Partapeningur	137.500
9.2 Tiltakspeningur	397.974
Eginpeningur tilsamans	535.474
Skuld tilsamans	6.154.646

Søla av útlendskum gjaldoyra á termin 524.875 av hesum tikið við í javna 102.922
Søla av virðisbrøvum á termin v.m. 65.908 av hesum tikið við í javna 20.460



FØROYA BANKI

Vendelbo
Marmuláta 1 kg
Best og bíligast og í fittari leikuspánn til børnini.

WP er eisini...

ÓKEYPIS OLJUSKIFT

-GJALD BERT FYRI OLJU OG FILTUR!

pf. wenzel petersen, tlf. 13873