

Proč nám chutná sladké?

Sladké nám chutná proto, že naše tělo v něm pozná **rychlý zdroj energie**. Je za tím několik důvodů:

Potřeba energie - sladké obsahuje cukr, který tělo rychle využije jako palivo.

Signál pro mozek - mozek vyhodnotí sladkou chuť jako "něco dobrého a užitečného."

Odměna - při sladké chuti se v mozku uvolňují látky, které nám dělají radost.

Zvyk od narození - už malé děti mají rády sladkou chuť, je to přirozené.

Zkrátka: sladké nám chutná, protože nám dává energii a náš mozek z něj má radost.

