

Fenylalanín

Fenylalanín je jedna z dvadsiatich **aminokyselín**, z ktorých sa skladajú všetky **bielkoviny**. To znamená, že kedykoľvek prijímame v potrave bielkoviny, prijímame tiež značné množstvo fenylalanínu. Z tohto dôvodu by mali ľudia s fenylketonúriou obmedziť svoj príjem bielkovín v potrave na absolútne minimum.

