

عنوان مقاله:

بررسی و شناسایی بهترین روش های حفظ ارزش های غذایی محصولات

محل انتشار:

نخستین همایش ملی علوم و صنایع غذایی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسنده:

فاطمه مرتضوی - کارشناس ارشد مهندسی شیمی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قوچان، ایران

خلاصه مقاله:

انتخاب مواد غذایی و نیز گزینش الگوی غذائی مصرفی بر سلامت شخص تاثیر مهمی دارد. عاملی که میتواند پاسخگوی نیازهای تغذیه ای هر فردی باشد در گام نخست گزینش غذایی او است. در بسیاری از موارد ممکن است انتخاب ما از مواد غذائی صحیح باشد اما نحوه آماده سازی مواد جهت طبخ یا مصرف، به گونه ای باشد که موجب اتلاف در ارزش تغذیه ای آنها بشود. متاسفانه در بین اکثر خانواده ها، عمل طبخ غذا نامناسب و حتی گاه زیانبار است. پژوهش حاضر با رویکردی توصیفی- تحلیلی به بررسی روش هایی برای حفظ ارزش مواد غذایی پرداخته است. پس از بررسی روشهای درست و نادرست در نگهداری مواد غذایی مشخص شد که نحوه پخت در حفظ یا از دست رفتن ارزش مواد غذایی تاثیر زیادی دارد. با توجه به پرهزینه بودن روش ارگانیک، روشهای انجماد کردن، خشک کردن و کنسرو کردن به عنوان روشهایی جهت حفظ ارزش غذایی استفاده میشود. با توجه به داده های پژوهش، روش IQF مدرن ترین و بهترین روش جهت حفظ ارزش مواد غذایی محصولات انتخاب شده است که مضرات و مشکلات کمتری را داراست.

کلمات کلیدی:

نگهداری مواد غذایی، ارزش غذایی، IQF.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1019338>

