

## عنوان مقاله:

تأثیر غنی سازی نان با فیبر غذایی و اثر آن بر ویژگی های نان

## محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی علوم صنایع غذایی، کشاورزی ارگانیک و امنیت غذایی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

## نویسنده:

ابوالفضل اصغردخت - گروه علوم و صنایع غذایی، واحد قوچان، دانشگاه آزاد اسلامی، قوچان، ایران

## خلاصه مقاله:

از سال های بسیار دور تا به اکنون غلات بخش مهمی از غذای قسمت اعظم مردم جهان را تشکیل داده است. مصرف غلات به عنوان غذا، در ابتدا به شکل دانه بوداده شروع شده و مراحل تکمیلی خود را همگام با پیشرفت های بشر به شکل های نان مسطح و حجیم امروزی طی کرده است. امروزه تحقیقات صنعت غذا در حوزه غذاهای فراسودمند بیش از گذشته مشهود است. عموماً فیبرهای تغذیه ای به گروهی از ترکیبات کربوهیدراتی و لیگنین اطلاق می شود که آنزیم های گوارشی انسان قادر به هضم و جذب آن ها نمی باشد. این ترکیبات شامل سلولز، همی سلولز، صمغ ها، موسیلاژها و لیگنین است. تأثیر معکوس افزایش مصرف فیبرهای تغذیه ای بر چاقی، بیماری قلبی، دیابت و برخی از سرطان در بسیاری از تحقیقات ثابت شده است. با این حال مصرف این ترکیبات از میزان توصیه شده کمتر در رژیم غذایی روزانه رعایت می شود. از این رو تولید محصولات با فیبر زیاد مفید به نظر می رسد. با توجه به اهمیت و نقش سودمند فیبرهای تغذیه ای بر سلامت عمومی افراد جامعه، در این تحقیق تلاش شده است تا با هدف تولید نان فراسودمند، تأثیر فیبرهای غذایی بر ویژگی های نان مورد ارزیابی قرار گیرد.

## کلمات کلیدی:

نان، خمیر نان، فیبر تغذیه ای، غلات

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1195923>

