

عنوان مقاله:

ماست گیاهی پروبیوتیک: روش تولید و ارزش غذایی

محل انتشار:

بیست و هشتمین کنگره ملی علوم و صنایع غذایی ایران (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

فاطمه سلیم فر - دانشجو کارشناسی ارشد، علوم و صنایع غذایی، دانشگاه زابل، زابل، ایران

محمود توکلی - استادیار گروه علوم و صنایع غذایی، دانشکده کشاورزی، دانشگاه زابل، زابل ایران

محمدامین میری - استادیار گروه علوم و صنایع غذایی، دانشکده کشاورزی، دانشگاه زابل، زابل ایران

خلاصه مقاله:

ماست به یکی از گزینه های رایج تبدیل شده است و به عنوان یک غذای سالم و کاربردی به حساب می آید. بررسی های دانش فعلی در مورد ماست عملکردی، کاربردها و نقش های پروبیوتیک در ماست و همچنین ماست های گیاهی و خواص مهم آنها بر اساس تاثیرات معنی دار بر کیفیت و ویژگیهای حسی، خواص تغذیه ای و اثرات سلامت بخش مرتبط با محصولات ماست گیاهی از جمله سویا، بادام، بادام زمینی، نارگیل، جو دوسر و برنج متمرکز بود. نتایج نشان داد که این محصولات سرشار از عناصر مغذی هستند که ممکن است محرک برای باکتریهای پروبیوتیک باشند. همچنین بررسی ها نشان داد ماست های گیاهی دارای خواص سلامت بخش از جمله کاهش کلسترول خون، کاهش عدم تحمل لاکتوز، کاهش خطر ابتلا به سرطان و بیماری های قلبی عروقی و غیره است. پروبیوتیک هایی که برای تولید این محصولات بکار رفته اند بیشتر از نوع لاکتوباسیلوس بولگاریکوس، استافیلوکوکوس ترموفیلوس، است که در این بررسی نشان داده شد ماست های گیاهی حامل مناسبی برای پروبیوتیک ها هستند. به طور کلی ماست های گیاهی پروبیوتیک را می توان به عنوان یک غذای کاربردی با ارزش غذایی و حسی خوب ولی پذیرش کلی کمتری نسبت به ماست لبنی در نظر گرفت.

کلمات کلیدی:

ماست گیاهی، لاکتوباسیلوس، فراسودمند، خواص حسی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1413348>

