

عنوان مقاله:

اثرات سلامت بخش میسو به عنوان یک غذای عملگرا در بدن انسان

محل انتشار:

بیستمین کنگره ملی علوم و صنایع غذایی (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

فاطمه مهماندوست - دانشجوی کارشناسی ارشد علوم و صنایع غذایی

سارا رئیسی

خلاصه مقاله:

میسو یکی از قدیمی ترین غذاهای تخمیری در ژاپن است و از محصولات مهم سویا به شمار می آید. در واقع میسو یک خمیر سویای تخمیری است که یک چاشنی مخصوص درخوراک ژاپنی است. انواع مختلف میسو تولید می شوند که تفاوتی در میزان استارتشان سویا، نمک و کوچی موجود در آنها می باشد و همچنین اختلافاتی در زمان رسیدن و در سایر پارامترها دارند. سوپ میسو معمولا برای صبحانه در ژاپن مصرف می شود. این ماده حاوی سبزیجات فصلی و توفو (tofu) می باشد. میسو همچنین می تواند در سسها و چاشنیها، خورشها، دپیپها و غذاهای گوشتی استفاده می شود. میسو هم به صورت صنعتی و هم به صورت سنتی (قابل تهیه است). میسو به عنوان یک محصول پروبیوتیک شناخته شده است و اثرات مفید آن بر روی سلامتی در حال حاضر توجه جهانی را به خود جلب کرده است. در این مقاله ضمن بررسی و معرفی بیشتر این محصول، اثرات آن را بر سلامت و متابولیسم انسان توضیح می دهیم

کلمات کلیدی:

کلیدی: میسو، سوپ میسو، پروبیوتیک، سویا، سرطان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/149196>

