

عنوان مقاله:

غنی سازی محصولات غلات بر پایه آرد چیا و دانه کتان: اصول و کاربردها

محل انتشار:

ششمین کنگره بین المللی علوم و صنایع غذایی، کشاورزی و امنیت غذایی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

آناهیتا درخشانی - گروه علوم و صنایع غذایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

سمیه رحیمی - سازمان پژوهش های علمی و صنعتی ایران، مجتمع عصر انقلاب، پژوهشکده بیوتکنولوژی، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

غنی سازی عبارت است از افزودن یک یا چند ماده مغذی به غذای مصرفی متداول مردم. غنی سازی مواد غذایی با انواع مواد مغذی مثل آهن، روی، کلسیم، ویتامین های گروه B، به عنوان ارزان ترین و موثرترین راه برای کاهش شیوع کمبود ریزمغذی ها در جامعه مطرح است و در بلند مدت، می تواند به صورت پایدار موجب بهبود وضعیت ریزمغذی ها و کاهش شیوع آن ها در جمعیت یک منطقه شود. با مصرف روزانه محصولات غذایی غنی شده، بخشی از نیاز بدن تامین می شود. از جمله مهمترین ریز مغذیها می توان به آهن، ید، ویتامین A، کلسیم و اسید فولیک اشاره کرد. متأسفانه علی رغم نیاز اندک به مواد مغذی در اغلب موارد همین مقدار کم نیز از طریق غذای مصرفی روزانه تامین نمی شود و در نتیجه نرسیدن آنها به بدن در طولانی مدت، آثار و پیامدهای زیانبار متعددی را بدنبال خواهند داشت. کمبود برخی از مواد مغذی مثل آهن و ید عواقب بسیار شدید و حتی کشنده ای دارند. در سالهای اخیر مسئولین و متخصصین تغذیه به دنبال روش هایی هستند که بتوان به طور مرتب و دائم مقدار نیاز روزانه به این مواد مغذی را از طریق غذای مصرفی تامین نمود. اینکار از طریق غنی سازی مواد غذایی امکان پذیر است. غنی سازی به کمک مواد غذایی اصلی و پایه بخش اعظم نیاز روزانه به مواد مغذی را تامین می کند. غلات از اولین غذاهای شناخته شده می باشد که نقش بسیار مهمی در تغذیه مردم دنیا دارد. در این میان نان گندم یکی از رایجترین نان ها و غذای اکثر ملل جهان به شمار می آید که غذای اصلی و پایه بسیاری از کشورهای جهان را تشکیل داده و روزانه قسمت اعظم از انرژی، پروتئین، املاح ویتامین های گروه B مورد نیاز آنها را تامین می نماید. این مطالعه به منظور غنی سازی و اثرات فراسودمند استفاده از آرد دانه چیا و کتان در تولید غلات انجام شد.

کلمات کلیدی:

غنی سازی غلات، آرد چیا، آرد دانه کتان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1666396>

