

عنوان مقاله:

غنی سازی محصولات لبنی با فیبرهای رژیمی به عنوان غذای فراسودمند

محل انتشار:

دومین سمینار ملی امنیت غذایی (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

الهام مهدیان - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان، گروه علوم و صنایع غذایی، قو

فروغ صادق حسینی - دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان، گروه علوم و صنایع غذایی، قوچان، ایر

حجت کاراژیان - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت حیدریه، گروه علوم و صنایع غذای

خلاصه مقاله:

غذایی به عنوان غذای فراسودمند (عملگر) معرفی می شود که اثرات مفید آن بر روی یک یا چند عملکرد اصلی در بدن به اثبات رسیده باشد، به طوریکه باعث حفظ سلامتی یا کاهش خطر یک بیماری گردد. در سال های اخیر استفاده از فیبر رژیمی منابع مختلف در محصولات غذایی به دلیل اثرات مفید آن بر سلامتی افراد افزایش یافته است. فیبر رژیمی ترکیبات غیر قابل هضم (مقاوم به هضم / هیدرولیز) توسط آنزیم های گوارشی انسان و تشکیل دهنده دیواره سلولی گیاهان هستند و از پلی ساکاریدها (سلولز، همی سلولز، موسیلاژ و پکتین)، لیگنین و ترکیبات مرتبط مانند واکس ها، کوتین و سوبرین تشکیل شده اند که دریافت آن ها خطر بروز بیماریهای قلبی، عروقی و بیماریهای گوارشی و سرطان کلون را کاهش می دهد. افزودن فیبرها به محصولات لبنی منجر به بهبود بافت، ویسکوزیته، خواص حسی و افزایش زمان نگهداری می گردد. در این تحقیق ساختار، عملکرد فیبر، مقدار مطلوب در رژیم غذایی و اثرات فیبرهای رژیمی در غنی سازی محصولات لبنی مورد بررسی قرار گرفته است.

کلمات کلیدی:

فیبر، غذای عملگر، محصولات لبنی، سلامتی بخش

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/177632>

