

عنوان مقاله:

مروری بر منابع اسیدهای چرب امگا ۳ و روشهای غنی سازی آن در صنعت غذا

محل انتشار:

هفتمین همایش بین المللی مطالعات میان رشته ای در صنایع غذایی و علوم تغذیه ایران (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

آسیه حسن زاده - استادیار گروه علوم و صنایع غذایی، موسسه آموزش عالی بصیر، آبیگ

سیده الهه جعفری سنگ چشمه - مدیر آموزش مرکز تحقیقات سیما پرتو ویستا زیست، ساری

خلاصه مقاله:

اسیدهای چرب امگا ۳ شامل آلفالینولئیک اسید (۳:۱۸) و متابولیت‌های زنجیر بلند آن یعنی ایکوزاپنتانوئیک اسید (۵:۲۰) و دوکوزاهگزانوئیک اسید (۶:۲۲) میباشد. از آنجایی که در بسیاری از جوامع سرانه مصرف ماهیهای روغنی که مهمترین منابع اسیدهای چرب ذکر شده می باشد، پایین تر از حداقل میزان توصیه شده (۲۰۰ میلیگرم در روز) است، غنی سازی مواد غذایی با اسیدهای چرب امگا ۳ می تواند راه حل خوبی جهت تامین این اسیدهای چرب فراسودمند برای بدن باشد این ترکیبات به دلیل داشتن پیوندهای غیر اشباع، شدیداً به تخریب اکسیداتیو حساس و در اثر اکسیداسیون، علاوه بر تولید عطر و طعم نامناسب، اثرات سلامت بخشی آنها نیز کاهش مییابد. درونپوشانی روغن ماهی، راهکاری مناسب برای غلبه بر این مشکلات است. در این مقاله به بررسی مهمترین منابع اسیدهای چرب امگا ۳ و روشهای غنیسازی آن در صنعت غذا می پردازیم.

کلمات کلیدی:

امگا ۳، میکروکپسول، غنی سازی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1930900>

