

## عنوان مقاله:

مواد جایگزین چربی

## محل انتشار:

بیست و یکمین کنگره ملی علوم و صنایع غذایی ایران (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسندگان:

سعیده رزاقی - دانشجوی ارشد علوم و صنایع غذایی، دانشکده کشاورزی، دانشگاه شیراز

عسکر فرحناکی - استادیاریخس علوم و صنایع غذایی، دانشکده کشاورزی، دانشگاه شیراز

## خلاصه مقاله:

هدف: شواهد و سوابق علمی نشان داده اند که بین مصرف زیاد چربی و بیماری هایی مانند چاقی مفرط، سخت شدن دیواره رگ ها افزایش فشار خونو بیماریهای قلبی عروقی ارتباط نزدیکی وجود دارد در پی این مسئله و افزایش آگاهی مردم نسبت به مصرف چربی، افزایش چشمگیری در تقاضای محصولات غذایی کمچرب به وجود آمده است. مواد و روشها: در این پژوهش مروری مواد جایگزین چربی بر اساس کربوهیدرات، پروتئین و چربی لحاظ نوع عملکرد و محدودیت ها با هم مقایسه شده اند و مزایا و معایب به طور کلی بررسی شده است. نتایج و بحث: جهت جایگزین کردن چربی مواد غذایی در هر محصول بایستی با توجه به خصوصیات ذاتی مواد تشکیل دهنده آن و همچنین خصوصیات نهایی مورد انتظار محصول مواد جایگزین را انتخاب کرد. همچنین به طور کلی جایگزین کردن چربی با موادی چون کربوهیدرات و پروتئین ها سبب کاهش جذب اسید چرب های ضروری و ویتامین های محلول در چربی ، همچنین کاهش طعم در بیشتر موارد می شود که این قضیه در خصوص مواد جایگزین چربی براساس چربی مشاهده نمی شود. نتیجه گیری کلی: هر ماده جایگزین چربی دارای خواص عملکردی، مزایا، معایب و محدودیت هایی است و در صورت استفاده از مواد جایگزین چربی به صورت ترکیبی می توان اثرات مثبت را افزایش و اثرات منفی را کاهش داد.

## کلمات کلیدی:

مواد جایگزین چربی، مواد غذایی کم چرب، مواد غذایی رژیمی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/235723>

