

## عنوان مقاله:

اکارا به عنوان منبع نوین فیبرهای رژیمی عملگرا به منظور استفاده در محصولات غذایی

## محل انتشار:

کنگره توسعه همکاری های علمی منطقه ای علوم صنایع غذایی و کشاورزی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

مهسا فریدنیا - دانشجوی کارشناسی ارشد علوم و مهندسی صنایع غذایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قوچان

حسن رضایی نیا - گروه نانوفناوری موسسه پژوهشی علوم و صنایع غذایی مشهد

## خلاصه مقاله:

امروزه به دلیل افزایش انرژی دریافتی و عدم تحرک بالای افراد مشکلاتی مانند چاقی در بین افراد مختلف جامعه مشاهده می شود. بنابراین تلاش ها برای تولید مواد غذایی رژیمی و عملگرا افزایش یافته است. فیبرهای رژیمی به عنوان عوامل عملگرا می توانند در مواد غذایی به منظور کاهش انرژی دریافتی یا جایگزینی چربی مورد استفاده قرار گیرند. خصوصیات ساختاری فیبرها، آن ها را قادر می سازد تا مقدار زیادی آب جذب کنند که به ایجاد بافتی مطلوب در محصولات غذایی کمک می نمایند. فیبرهای رژیمی براساس حلالیت در آب به دو دسته محلول و نامحلول تقسیم می شوند. فیبرهای رژیمی محلول دارای اثر پری بیوتیکی هستند و منجر به کاهش جذب کلسترول و گلوکز می شوند. با این وجود، فیبرهای رژیمی نامحلول مسیول جذب آب و تنظیم حرکات روده می باشند. اکارا محصول جانبی حاصل از آسیاب سویا می باشد که بعد از جداسازی بخش قابل استحصال با آب برای تولید توفو یا شیرسویا به دست می آید. اکارا حاوی مقدار زیادی فیبرهای رژیمی، پروتئین همراه با مقدار قابل توجهی ایزوفلاوون و مواد معدنی می باشد، بنابراین اکارا دارای ارزش تغذیه ای بالایی است و پتانسیل اثر پری بیوتیکی دارد. اکارا به دلیل مقادیر بالای فیبرهای رژیمی و پروتئین می تواند در محصولات غذایی مختلف نظیر محصولات نانوایی و گوشتی مورد استفاده قرار گیرد.

## کلمات کلیدی:

اکارا، پری بیوتیک، سویا، عملگرا، فیبرهای رژیمی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/798019>

