

عنوان مقاله:

ترکیبات پلی فنولی شکلات و اثرات سلامتی بخش آنها

محل انتشار:

همایش ملی شکلات، قهوه و شیرین کننده های طبیعی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

سیده سمیرا اصل نژاد - کارشناس ارشد علوم و صنایع غذایی، واحد کنترل کیفیت، گروه صنعتی نجاتی (آناتا)، تبریز

بهناز دهری دهرود - کارشناس ارشد علوم و صنایع غذایی، واحد کنترل کیفیت، گروه صنعتی نجاتی (آناتا)، تبریز

سعید تهموزی - دکتری علوم و صنایع غذایی، واحد کنترل کیفیت، گروه صنعتی نجاتی (آناتا)، تبریز

خلاصه مقاله:

بیان مساله: شکلات از محبوبیت فراوانی در بین اقشار مختلف برخوردار است. در گذشته دانه کاکائو سمبلی از باروری و زندگی بوده و به عنوان غذای خدایان شناخته می شد. ترکیبات اصلی کاکائو شامل چربی، کربوهیدرات و پروتئین است، همچنین دارای انواع مختلفی از ترکیبات زیست فعال نظیر انواع مختلف آنزیمها، ویتامینها، روغنها، استرولها، فسفولیپیدها، فیبر رژیمی و مواد معدنی (پتاسیم، منیزیم، مس، آهن، فسفر)، متیل زانتین ها و ترکیبات فنولی می باشد. پلی فنولها یک گروه ویژه از متابولیت های ثانویه هستند و در انواع میوه، سبزی، آجیل، دانه ها و غذاهای فراوری شده وجود دارند. تاکنون بیش از 8000 ساختار فنولی شناخته شده است. دانه کاکائو غنی از فلاونوئیدها بوده و سه گروه عمده از پلی فنولها در کاکائو شامل کاتچینها یا فلاوان--3الها (به میزان تقریبی (37%)، آنتوسیانینها) (4% و پروآنتوسیانینها) (58% وجود دارند. ترکیبات پلی فنولی دارای طیف وسیعی از خواص فیزیولوژیک نظیر فعالیت آنتی اکسیدانی، ضد التهاب، ضد میکروب، ضد پیری پوست، ضد تصلب شرایین، کاهشده فشار خون و محافظت کننده در برابر بیماری های قلبی-عروقی، سرطان، دیابت و اختلالات سیستم عصبی نظیر آلزایمر و پارکینسون هستند. امروزه به دلیل افزایش آگاهیهای تغذیه ای و تغییر نگرش مردم، غذاهایی که سطح سلامتی را ارتقا داده و خطر ابتلا به بیماریها را کاهش دهند، بسیار مورد توجه هستند. ایجاد اثرات سلامتی بخش در کنار طعم استثنائی عامل موفقیت شکلات به ویژه شکلات تیره در بازار غذاهای عملگرا به شمار میرود. هدف پژوهش: هدف از این پژوهش بررسی اثرات سلامتی بخش پلی فنول های موجود در شکلات، دسترسی زیستی، روش های حفاظت و افزایش میزان پلی فنل ها در شکلات می باشد. یافته ها و نتیجه گیری: مقدار ترکیبات پلی فنولیک در دانه کاکائو بسته به نوع گونه و منشا آن، عملیات کشاورزی و پس از برداشت و نحوه فرآوری متفاوت است. فرایندهایی نظیر تخمیر، خشک کردن، برشته و قلیایی کردن باعث تخریب و کاهش ترکیبات فنولی می شوند، با استفاده از افزودن پلی فنولهای مشتق شده از منابع گیاهی نظیر زردچوبه، تمشک قرمز، چای سبز و عصاره میوه هایی نظیر انگور قرمز و انواع توت، تغییر و متعادل کردن روشهای فرآوری و تولید شکلات نظیر کاهش دما و زمان فرایندهای حرارتی در حین برشته کردن و خشک کردن، استفاده از گونه هایی با مقدار پلی فنول بیشتر، کاربرد دانه های کاکائو با حداقل فرایند تخمیر و ریزپوشانی پلی فنولها میتوان انواع شکلات با میزان ترکیبات پلی فنولی بیشتر تولید کرد.

کلمات کلیدی:

پلی فنول ها، آنتی اکسیدان، شکلات

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/963560>



