

عنوان: استراتژی های بهبود ارزش تغذیه ای فراورده های گوشتی

حانیه ابرندآبادی

گروه علوم و صنایع غذایی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی شهید صدوقی یزد، ایران

سیده معصومه عرب

گروه علوم و صنایع غذایی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی شهید صدوقی یزد، ایران

چکیده

گوشت بهترین منبع پروتئین است که تعادل خوبی از اسیدهای آمینه را دارد. و همچنین غنی از ویتامین ها، مواد معدنی و ترکیبات زیست فعالی میباشد که نقش مهمی را در متابولیسم و هضم آسان گوشت در مقایسه با سایر غذاها دارند. ارزش تغذیه ای گوشت یکی از فاکتورهایی که برای مصرف کننده بسیار حائز اهمیت میباشد. اگرچه ممکنه این ارزش تغذیه ای در طی فراوری به مقدار قابل توجهی کاهش پیدا کند. و همچنین برخی از فرایندها مثل پختن، دودی کردن و تخمیر میتواند منجر به تشکیل ترکیبات مضر در گوشت شود بنابراین متخصصین تغذیه مصرف بالای گوشت فراوری شده را با افزایش خطر ابتلا به بیماری هایی مثل اختلالات قلبی عروقی و سرطان مرتبط میدانند. در این مطالعه روش های متخلف تکنولوژیکی که میتواند برای افزایش ارزش تغذیه ای فراورده های گوشتی مورد استفاده قرار بگیرد بررسی میشود مثل کاهش یا حذف اجزای مضر (نیتريت، نیترات و چربی) و فناوری های جایگزینی. (Karwowska et al., 2021)

واژگان کلیدی: کاهش چربی حیوانی، فراورده های گوشتی، کاهش نیتريت، ارزش تغذیه ای، پروبیوتیک، اولتراسوند