

## فرمولاسیون جدید غلات صبحانه رژیمی و سالم با استفاده از فیبر رژیمی

---

پژوهشی در مرکز تحقیقات و آموزش کشاورزی و منابع طبیعی استان اصفهان، در بخش تحقیقات فنی و مهندسی، در خصوص فرمولاسیون جدید غلات صبحانه رژیمی و سالم با استفاده از فیبر رژیمی انجام شد.

غلات صبحانه به غذای آماده برای خوردن اطلاق می‌شود که معمولاً حاوی اجزای خرد شده یا گرانول یا فلیک و یا پف‌شده غلات با چربی پایین و اغلب با فیبر مناسب از قبیل ذرت، گندم، برنج، جو و جو دوسر است. در ایران غلات صبحانه به دلیل عدم ارائه فرمولاسیون مناسب بین مصرف‌کنندگان مطلوبیت چندانی ندارد. اما همین محصول اگر از نظر طعم، بافت و همچنین قیمت مناسب باشد، مورد استقبال مصرف‌کنندگان بخصوص قشر کودکان، نوجوانان و جوانان قرار می‌گیرد. تحقیقات حاکی از عدم مصرف صحیح صبحانه به عنوان یکی از مهم‌ترین وعده‌های غذایی در بین کودکان و نوجوانان و همچنین ارتباط بین بروز بیماری‌های کرونیک مانند چاقی با عدم رعایت صحیح وعده‌های غذایی مانند صبحانه است. تهیه و ارائه محصولات رژیمی سالم از غلات همراه با مقادیر بالای فیبر به عنوان راهکاری برای سلامتی و پیشگیری بیماری‌های چاقی، دیابت، فشار خون و ناراحتی‌های گوارشی در جامعه است. در این پژوهش فرمولاسیون جدید غلات صبحانه رژیمی و سالم با استفاده از سبوس گندم فرآوری شده با روش هیدروترمال برای کاهش میزان اسید فیتیک، که یکی از اجزای مهم و تامین کننده فیبر رژیمی در فرمولاسیون این صبحانه است، مورد استفاده قرار گرفت. نتایج این پژوهش مبین بهبود خصوصیات کیفی و پذیرش کلی و مطلوبیت از نظر مصرف کنندگان بود.