

مدیر گروه تحقیقات تغذیه انستیتو صنایع غذایی: شیر روغن پالم ندارد



مدیر گروه تحقیقات تغذیه انستیتو صنایع غذایی کشور، گفت: در شیر کم چرب و پرچرب مشکل افزودنی روغن پالم نداریم.

به گزارش خبرگزاری مهر، تیرنگ نیستانی، اظهار داشت: براساس مطالعات انجام شده، دریافت زیاد پالم میتواند زمینه ساز برخی مشکلات باشد و گاهی نیز میتواند تأثیری نداشته باشد.

وی افزود: شیر وقتی از پستان گاو دفع میشود، حدود ۳ درصد چربی دارد و شیری که به عنوان شیر نیم چرب مصرف میکنیم، ۲.۵ درصد چربی دارد. بنابراین این شیر با وجود چربی، نمیتواند پالم داشته باشد.

مدیر گروه تحقیقات تغذیه انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، ادامه داد: مواد لبنی پرچرب همچون ماست میتواند ۵ تا ۷ درصد چربی داشته باشد. و تصور عموم بر این است که باید به این مواد لبنی، خامه اضافه شود. اما گاهی از چربی‌های گیاهی استفاده میشود. البته افرادی که شیر نیم چرب یا کم چرب استفاده میکنند نباید دغدغه روغن پالم افزوده داشته باشند. چون چربی چه پالم و چه چربی لبنی، گران و هزینه بر است.

نیستانی، تمرکز گروه تحقیقات تغذیه انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور را بر ریزمغذی‌ها، غنی‌سازی و مراقبت تغذیه در کشور دانست که البته مطالعات بالینی مرتبط با همین موضوعات را انجام می‌دهیم.

سرویس خبری: علمی و تغذیه و سلامت