

# چگونگی تهیه شکلات / هنگام تهیه شکلات به قسمت مواد متشکله آن توجه شود



کارشناس ارشد تغذیه اداره نظارت و ارزیابی مواد غذایی و آشامیدنی با منشأ گیاهی سازمان غذا و دارو گفت: هنگام تهیه شکلات حتماً به قسمت مواد متشکله آن توجه شود و با دیدن کلمه CBS یا روغن جانشین کره کاکائو بدانید که در این فرآورده از مشتقاتی استفاده شده است که شاید برای سلامتی مضر باشد.

مهندس زهره پور احمد، کارشناس ارشد تغذیه اداره نظارت و ارزیابی مواد غذایی و آشامیدنی با منشأ گیاهی سازمان غذا و دارو در گفتگو با خبرنگار پایگاه خبری سازمان غذا و دارو " ایفدونا " توضیحاتی در مورد تهیه شکلات ارائه داد که با توجه به اینکه شکلات مصرف زیادی در بین مردم دارد مهم به نظر می رسد.

وی افزود: شکلات فرآورده ای است که باید در تهیه آن از کره کاکائو استفاده شود. کره کاکائو طی چندین مرحله فرآیند از دانه کاکائو استخراج می شود.

مهندس پوراحمد گفت: عمده اسید چرب آن، اسید چرب استئاریک می باشد که تقریباً خنثی است.

کارشناس ارشد تغذیه اداره نظارت و ارزیابی مواد غذایی و آشامیدنی با منشأ گیاهی سازمان غذا و دارو در ادامه گفت: در شکلات بیش از ۱۸ درصد کره کاکائو باید استفاده شود و با توجه به نوع محصول تولیدی، از پودر کاکائو، شیر خشک، شکر، مغزهای خوراکی و ... استفاده می شود.

مهندس پوراحمد اظهار داشت: آنچه قابل اهمیت است لزوم استفاده از کره کاکائو است و تولید شکلات با کره کاکائو فرآیند پیچیده و ظریف می باشد و مستلزم تکنولوژی و دانش فنی است و در حال حاضر مطلبی که قابل توجه است اینکه قیمت کره کاکائو و تکنولوژی استفاده از آن برخی تولید کنندگان اقدام به تولید محصولی شبیه به شکلات ولی با استفاده از روغن جانشین کره کاکائو که برای قلب و عروق مضر می باشد، استفاده می نمایند.

وی اظهار داشت: این محصول ارزان تر و بسیار ساده تر تهیه می شود.

این کارشناس در پایان توصیه کرد: هنگام تهیه شکلات حتماً به قسمت مواد متشکله آن توجه شود و با دیدن کلمه CBS یا روغن جانشین کره کاکائو بدانید که در این فرآورده از مشتقاتی استفاده شده است که شاید برای سلامتی مضر باشد و با دانش و آگاهی نسبت به خرید اقدام نمایید.