



تولید نوعی نان با رنگ دانه گیاه برای بیماران دیابتی

نوعی نان توسط محققان سنگاپوری تولید شده است که با استفاده از خواص رنگ دانه گیاه می تواند در پیشگیری از بیماری سرطان، گرفتگی عروق قلبی و کنترل قند موثر باشد.

نوعی نان توسط محققان سنگاپوری تولید شده است که با استفاده از خواص رنگ دانه گیاه می تواند در پیشگیری از بیماری سرطان، گرفتگی عروق قلبی و کنترل قند موثر باشد.

به گزارش خبرگزاری مهر، محققین دانشگاه ملی سنگاپور با استفاده از رنگ دانه گیاه (گلرنگ) نانی را تولید کرده اند که هضم آهسته ای دارد و کمک می کند که سطح گلوکز خون، تحت کنترل قرار گیرد.

این محققین متوجه شدند زمانی که خمیر با یک درصد از گلرنگی که از برنج سیاه گرفته شده به مدت ۸ دقیقه در دمای ۲۰۰ درجه پخته شود، میزان هضم را ۱۲.۸ درصد کاهش می دهد و زمانی که مقدار گلرنگ را به ۴ درصد افزایش دادند، میزان هضم به ۲۰.۵ درصد کاهش یافت.

بر اساس یافته های محققین سنگاپوری، گلرنگ می تواند آنزیم های گوارشی را متوقف کند که در این صورت هضم آهسته تر و گلوکز خون تحت کنترل خواهد بود این در حالی است که نشاسته موجود در نان های معمولی سرعت هضم را بالا می برد و در خون جذب می شود که منجر به بالا رفتن قند خون در بیماران دیابتی می شود.

علاوه بر اثر مفید گلرنگ در نان که منجر به کاهش سرعت هضم می شود، این ماده طبیعی به دلیل سرشار بودن از آنتی اکسیدان می تواند در جلوگیری از گرفتگی عروق قلبی، بیماری های اعصاب، سرطان و آماس مورد استفاده قرار بگیرد.

همچنین محققین دانشگاه ملی سنگاپور می گویند، گلرنگ علاوه بر اینکه در برنج سیاه یافت می شود در میوه هایی از خانواده توت، غلات و گوجه فرنگی دیده می شود.

نتیجه این تحقیق در نشریه Food Chemistry چاپ شده است.