

مصرف سمنوی مانده موجب بیماری می‌شود

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: سمنوی تازه که از جوانه و آرد گندم تهیه می‌شود دارای ارزش غذایی بالایی است اما مصرف سمنوی مانده موجب بروز بیماری می‌شود.



عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: سمنوی تازه که از جوانه و آرد گندم تهیه می‌شود دارای ارزش غذایی بالایی است اما مصرف سمنوی مانده موجب بروز بیماری می‌شود.

احمدرضا درستی مطلق در گفت‌وگو با فارس، افزود: ایام نوروز موجب می‌شود که وعده‌های غذایی، مقدار و نوع مواد غذایی تغییر قابل ملاحظه‌ای داشته باشد.

وی گفت: در این ایام ممکن است افراد به سفر رفته و در سفر نیز غذای مصرفی آنها دچار تغییراتی شود که توجه به کیفیت، مقدار و نحوه مصرف مواد غذایی اهمیت زیادی دارد. اگر به این مسائل توجه نشود ممکن است سوءتغذیه در افراد ایجاد شود.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: سمنو یکی از موادی است که در سفره هفت‌سین ایرانیان از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است و دارای ارزش تغذیه بالایی است که از جوانه و آرد گندم تهیه می‌شود.

درستی مطلق گفت: برای خرید سمنو باید توجه داشت که سمنو مانده نباشد البته از روی ظاهر سمنو نمی‌توان درباره تازگی آن قضاوت کرد و برخی از دستفروشان ممکن است سمنو را برای مدتی طولانی نگاه دارند و بعد به فروش برسانند که موجب بروز بیماری و آلودگی می‌شود.