

**هر سیب ۱۰۰ میلیون باکتری در خود دارد!**

بررسی جدید پژوهشگران اتریشی نشان می‌دهد که هر سیب، سکونتگاه حدود ۱۰۰ میلیون باکتری است.



بررسی جدید پژوهشگران اتریشی نشان می‌دهد که هر سیب، سکونتگاه حدود ۱۰۰ میلیون باکتری است.

به گزارش ایسنا و به نقل از پارالل استیت، پژوهش جدیدی که در "دانشگاه صنعتی گراتس" (TU Graz) اتریش انجام شده، نشان می‌دهد که سیب علاوه بر فیبر اضافی، فلاونوئیدها و طعم خوب، باکتری‌هایی دارد که ۱۰ برابر بیشتر از باکتری‌های موجود در میوه‌های دیگر هستند. مفید یا مضر بودن این باکتری‌ها، بستگی به محیطی دارد که سیب در آن پرورش می‌یابد.

این پژوهش جدید نشان می‌دهد سیب‌های ارگانیک، سکونت‌گاه انواع بیشتری از باکتری‌ها هستند و همین موضوع موجب می‌شود که این سیب‌ها سالم‌تر و خوش‌طعم‌تر از سیب‌های دیگر باشند.

پروفسور "گابریل برگ" (Gabriele Berg)، استاد دانشگاه گراتس و از نویسندگان این پژوهش گفت: باکتری‌ها، قارچ‌ها و ویروس‌هایی که در غذا وجود دارند، در روده ساکن می‌شوند. پختن غذا، بیشتر این موجودات را از بین می‌برد؛ در نتیجه میوه‌ها و سبزیجات خام، منابع مهمی از آنها به شمار می‌روند.

برگ و گروهش، میکروبیوم یکی از محبوب‌ترین میوه‌ها یعنی سیب را تحلیل کردند. وی افزود: در سال ۲۰۱۸، حدود ۸۳ میلیون سیب تولید شده و تولید این میوه همچنان رو به افزایش است.

پژوهشگران، باکتری‌های به دست آمده از سیب‌های معمولی را با باکتری‌های به دست آمده از سیب‌های تازه و ارگانیک مقایسه کردند و ساقه، پوست، مغز میوه، دانه‌ها و غلاف گل آن را نیز به صورت جداگانه مورد بررسی قرار دادند.

برگ ادامه داد: ما با بررسی ترکیبات هر سیب، به این نتیجه رسیدیم که یک سیب معمولی، تقریباً ۲۴۰ گرم باکتری که معادل ۱۰۰ میلیون باکتری است، در بر دارد.

بیشترین مقدار باکتری‌های یک سیب، در دانه‌های آن است؛ در نتیجه نادیده گرفتن دانه‌ها کار درستی نیست زیرا در این صورت، نزدیک به ۱۰ میلیون باکتری حذف می‌شوند.

برگ اضافه کرد: سیب‌هایی که تازه و ارگانیک هستند، در مقایسه با سیب‌های معمولی، باکتری‌های متنوعی را در خود جای داده‌اند. این تنوع و تعادل می‌تواند رشد بیش از حد هرگونه دیگری را محدود کند. پژوهش‌های پیشین، یک ارتباط منفی را میان فراوانی پاتوژن انسانی و تنوع میکروبیوم مواد غذایی تازه نشان داده‌اند.

این پژوهش نشان داد تعداد گروه خاصی از باکتری‌ها که بر سلامتی اثر می‌گذارند، در سیب‌های ارگانیک بیشتر است.

این پژوهش، در مجله "Frontiers in Microbiology" به چاپ رسید.