

تخم شترمرغ

تخم ماکیان یکی از مواد اولیه ی ضروری در بسیاری از غذاها می باشد و خود به تنهایی یک غذای کامل می باشد. یک تخم شترمرغ متوسط، 2000 کیلوکالری انرژی دارد.



تخم ماکیان یکی از مواد اولیه ی ضروری در بسیاری از غذاها می باشد و خود به تنهایی یک غذای کامل می باشد. یک تخم شترمرغ متوسط، 2000 کیلوکالری انرژی دارد.

بشر همیشه برای یافتن منابع جدید جهت برآورده کردن نیازهای ضروری انسان در تکاپو است، از جمله منابع جدید برطرف کردن نیازهای تغذیه ای انسان پرورش ماکیان و دستیابی به مواد پروتئینی با ارزش غذایی بالا و کم ضرر است.

شتر مرغ و محصولات آن از جمله منابعی است که در سال های اخیر در کشورمان زیاد به آن پرداخت شده است. همیشه مقایسه ی شتر مرغ و محصولاتش با مرغ که رایج ترین منبع گوشت سفید است مورد استقبال قرار گرفته و یکی از مقایسات، بررسی محتوای تغذیه ای تخم آن ها بوده است.

شتر مرغ پرنده ای است که تعلق اولیه اش در افریقا است و امروزه در همه جای دنیا پرورش داده می شود.

پَر آن، مصارف تزئینی و پوششی، پوست آن در چرم سازی، گوشتش مصرف خوراکی و تجاری دارد و تخم آن بزرگ ترین تخم ماکیان است. اندازه ی تخم شتر مرغ به طور متوسط 15 سانتی متر طول، 13 سانتی متر قد و وزنی بیست برابر تخم مرغ (یک تا دو کیلو گرم) دارد و مدت زمان سفت شدن آن حدود 45 دقیقه می باشد. با هر تخم شترمرغ می توان برای 10 نفر املت درست کرد.

کمبود ویتامین ها و مواد معدنی در ماکیان تخم گذار منجر به تاثیر بر محتوای مواد مغذی تخم، ناباروری ماکیان، نخوابیدن روی تخم و جوجه نارس می شود.

تخم ماکیان یکی از مواد اولیه ی ضروری در بسیاری از غذاها می باشد و خود به تنهایی نیز یک غذای کامل می باشد. همچنین در صنایع غذایی کاربرد بسیار زیادی نیز دارد. بیشترین مصرف، مربوط به تخم مرغ می شود که در صورت امکان از تخم غاز و اردک نیز استفاده می شود. امروزه با توجه به پرورش رو به افزایش شتر مرغ، تخم این حیوان نیز در دسترس می باشد.

محتوای کالری

دانشمندان معتقدند علی رغم محتوای یکسان ارزش تغذیه ای تخم مرغ و تخم شتر مرغ، یک تفاوت بزرگ آن ها در کالری آن ها است.

یک تخم مرغ متوسط معمولا 77 کیلوکالری انرژی دارد در حالی که یک تخم شترمرغ متوسط 2000 کیلوکالری انرژی دارد که البته فراموش نکنیم که این به علت اندازه ی آن است چرا که همان گونه که ذکر شد تخم شترمرغ بیست برابر تخم مرغ است.

محتوای تغذیه ای تخم مرغ و تخم شتر مرغ

در مطالعه ای کنترل شده به این نتیجه رسیده اند که میزان کلسترول تخم شترمرغ کمتر و حاوی مقادیر بیشتری اسیدهای چرب

اشباع نشده(بیش از يك باند اشباع) است.

ویتامین ها و مواد معدنی در تخم شترمرغ تعیین شده و با استاندارد در تخم ماکیان مقایسه شده است. مطالعه در مورد مواد مغذی در تخم پرندگان علاوه بر مشخص کردن ویژگی های تغذیه ای تخم آن ها، می تواند شاخص خوبی برای وضعیت خورد و خوراك(تغذیه) شان باشد. البته قبل از آنالیز تغذیه ای تخم، بررسی محیط زیستی پرندگان و میزان سلامت آن ها بسیار مهم است چرا که در صورت عدم مشکل در سایر موارد این آنالیز تغذیه ای می تواند شاخص خوب و مورد استفاده ای باشد.

آن چه به طور کلی در کیفیت تغذیه ای تخم پرندگان تاثیر دارد محیط زیست آن ها، برنامه ی رشد و سلامتی اشان و ژنتیک می باشد. مثلا در مورد کیفیت تغذیه ماکیان در يك سری بررسی های انجام شده به این نتیجه رسیده اند که مقدار ویتامین ب1 و بیوتین(ب8) در تخم وابسته به میزان آن در غذای پرنده است ولی مقدار کولین ارتباطی با غذای پرنده ندارد.

در مطالعه ای که یکی از هدف هایش بررسی تفاوت و شباهت تخم مرغ و تخم شترمرغ بوده است، جدول غذایی زیر به دست آمد. این جدول بر اساس آنالیز تخم ماکیانی که غذای آن ها به طور معمول بوده و کنترل خاصی در رژیم غذایی آن ها نبوده است، آورده شده است.

مقدار ویتامین ای، ویتامین ب5(پنتوتنیک اسید) و منگنز در تخم شترمرغ کمتر است و میزان سلنیوم آن بیشتر می باشد. از آن جایی که میزان مس بسته به حضور مقادیر سایر ریز مغذی ها از جمله آهن، روی، مولیبدنیوم و کلسیم دارد و محتوای خوراك این ماکیان تحت کنترل نبوده است، چندان مقایسه ی دقیقی در موردش نمی توان انجام داد.