

## نبات و انواع آن

نبات در ایران از دیر باز سمبل شادمانی و شاد باش بوده و جزء جدا نشدنی مهریه و سفره‌ی عقد در پیوند ازدواج است.



نبات در ایران از دیر باز سمبل شادمانی و شاد باش بوده و جزء جدا نشدنی مهریه و سفره‌ی عقد در پیوند ازدواج است. از خصوصیات نبات می‌توان به  $171\#$  گرم بودن؛ آن اشاره نمود که استفاده از آن در درمان سردی مزاج ریشه در سنت ایران زمین دارد، همچنین خاصیت ملین و ضد نفخ بودن آن مشهور است.

### تاریخچه نبات

در مورد تاریخچه‌ی نبات منبع خاصی وجود ندارد ولی آن‌چه آشکار است این است که نبات نخستین بار در تاریخ توسط مردمان ایران زمین و شبه قاره هند مصرف می‌شده است. واژه‌ی  $171\#\&$  نبات؛ به معنی گیاه بوده که منشا آن در نحوه‌ی استفاده مصریان و ایرانیان باستان از گیاهان دارویی به این شکل می‌باشد.

### تفاوت نبات با قند و شکر

از لحاظ ساختار هیچ فرقی ندارند و فقط اندازه‌ی بلور آن‌ها متفاوت است. شکر از بلورهای ریز قند  $171\#\&$  ساکارز؛ تشکیل شده است.

حبه‌ی قند از بلورهایی با همین اندازه تشکیل شده با این تفاوت که تعداد زیادی از این بلورهای ریز در داخل حبه قند به همدیگر متصل هستند. درست مثل آجر که از ذرات به هم چسبیده‌ی گل رس تشکیل می‌شود. البته بعضی از انواع حبه قندها ذرات ریز تری دارند. نبات هم مثل قند و شکر از ساکارز تشکیل شده است با این تفاوت که بلورهای آن بسیار بزرگ‌تر هستند و کاملاً مشاهده می‌شوند.

نبات را با رشد دادن بلورهای ریز قند در داخل محلول غلیظ آب قند تهیه می‌کنند. به خاطر همین است که همیشه وسط آن یک رشته نخ وجود دارد. این همان نخ‌ی است که به عنوان سطح بستر برای رشد دادن بلورها و معلق نگه داشتن آن وسط محلول آب قند استفاده شده است.

\*\*\*

ماده اولیه در شکر، قند و نبات یکسان است ولی کریستال‌هایی که در نبات ایجاد می‌شود از نظر وضعیت فیزیکی و نوع کریستال‌های‌شان با قند و شکر متفاوت است. به همین دلیل خاصیت قند و شکر با خاصیت نبات متفاوت است و نبات طبیعت گرم‌تری نسبت به قند و شکر دارد. از این رو نبات در مشکل‌هایی مانند دل درد، نفخ و... استفاده می‌شود. از نظر تجربی هم ثابت شده که مصرف نبات در بهبود این علائم واقعاً موثر است و حالت تلقینی ندارد اما متأسفانه از نظر علمی کاری روی آن انجام نشده است و اقدامی در مورد این که نبات را کریستالوگرافی کرده و روی آن کارهای کلینیکی انجام دهند و سپس به هم ارتباط دهند، صورت نگرفته است تا معلوم شود کریستال‌ها از نظر فارماکولوژیکی چه تأثیری بر بدن دارند.

واقعیت امر این است که گاهی جنس، فرمول بسته یا باز شیمیایی مواد یکسان است اما شکل فیزیکی آن‌ها متفاوت است. مثلاً قند به هر شکلی که در بیاید قند است مگر این که بسوزد و خاصیتش عوض شود. نمونه دیگر یخ و آب است. هر دوی این‌ها از نظر جنس یکسان هستند اما یخ خاصیت ضدالتهابی دارد و می‌توانیم آن را روی سوختگی، جراحی و التهاب بگذاریم اما در مورد آب چنین خاصیتی مطرح نیست. در مورد بخار آب و آب هم همین طور است. خواص بخار آب با آب یا یخ متفاوت است در حالی که هر سه از یک جنس هستند.

گاهی اوقات قند یا نبات را حرارت داده و آن را به اصطلاح می‌سوزانند. در این صورت خاصیت قند و نبات تغییر می‌کند. قند یک ماده هیدروکربن است و ترکیبی است از هیدروژن، کربن و اکسیژن.

وقتی قند می‌سوزد کاراملیزه می‌شود و جالب است بدانید که بسیاری از رنگ‌های قهوه‌ای از جمله موادی که در نوشابه‌ها به کار می‌برند از حرارت دادن شکر و قند به دست آمده است. به این ماده قهوه‌ای حاصل از حرارت دادن، کارامل گفته می‌شود که از نظر شیمیایی، ظاهر فیزیکی و حتی مزه با قند و شکر متفاوت است.

نبات سوخته هم دقیقاً همین طور است. کریستال‌های نبات می‌سوزند و یک جسم قهوه‌ای مایل به سیاه و با مزه‌ای بین تلخی و شیرینی تولید می‌شود که خاصیت قابض داشته و یکی از مهم‌ترین استفاده‌های آن در طب سنتی برای خوراندن به کودکان مبتلا به اسهال است.

با این وجود افراد نباید بیش از مقدار معمول از نبات استفاده کنند زیرا مصرف بیش از حد هر ماده‌ای برای بدن زیان‌آور است. حتی اگر آن ماده ویتامین باشد. پس مصرف قند، شکر و نبات هم به میزان زیاد مضر است و تفاوتی بین آن‌ها وجود ندارد به خصوص در کسانی که مشکل افزایش قندخون دارند.

#### مشخصات نبات خوب

دارای طعم شیرین و به رنگ سفید یا زعفرانی، دارای نگین‌های درشت و شفاف و فاقد جوهر قند و از نظر ضخامت دارای قطر کمی می‌باشد. بهترین مشخصه برای نبات اعلاء شفافیت بلور آن می‌باشد.

#### انواع نبات

#### شاخه نبات

عبارت است از بلورهای نبات که به دور یک نخ (از جنس پنبه) تشکیل شده است.

#### نبات چوبی

نباتی است که بلورهای نبات به دور یک چوب تشکیل می‌شود. از خواص ویژه و ممتاز نبات چوبی نسبت به نبات‌های نی دار پلاستیکی آن است که چوب کاملاً بهداشتی بوده (سه مرتبه جوشانده می‌شود) و برخلاف نی‌های پلاستیکی غیر بهداشتی و سرطان‌زا نمی‌باشد.

#### نبات دندان

همان نگین نبات است که به دلیل قابلیت شکنندگی بسیار بالا در هنگام بسته بندی خرد شده و به خاطر راحتی و سهولت حل شدن در چای (نوشیدنی‌های گرم) برای مصارف خانگی و سایر مؤسسات بسیار آسان و مناسب می‌باشد. مزایای استفاده از این نبات آن است که نیازی به شکستن آن، با شیء یا دست نداشته و آماده برای مصرف و از لحاظ اقتصادی بسیار مقرون به صرفه می‌باشد.

#### نبات مخلوط

عبارت است از تکه نبات‌هایی که در کف و جداره‌ی پاتیل‌ها تشکیل می‌شود که به دلیل غلظت خیلی زیاد شیر در کف پاتیل‌ها باعث تخته شدن آن‌ها می‌شود که به دلیل شکل نامنظم آن بیشتر به صورت فله عرضه می‌گردد.

#### پرده نبات

نباتی است که روی پاتیل‌ها تشکیل شده و از لحاظ کیفیت و مقدار زعفران با دیگر نبات‌های شاخه و چوبی هیچ تفاوتی ندارد و از خصوصیات بارز آن ترد و نازک بودن آن می‌باشد.

#### پودر نبات

ریزه یا همان خرده‌های نبات است که کمی از شکر درشت‌تر بوده و از قابلیت حل شدن بالا با همان خواص نبات می‌باشد.

پودر نبات ایده آل برای هتل‌ها کافی‌شاپ‌ها، رستوران‌ها، منازل، هنگام مسافرت و محل کار می‌باشد.