

کاربرد میوه و سبزی به عنوان محیط پایه برای تولید نوشیدنی‌های پروبیوتیک غیرلبنی

آمنه نعمت الهی^۱، سارا سهراب وندی^۲، سیدامیرمحمد مرتضویان فارسانی^۳، ایمان برار نژاد باریکی^۴

- ۱- کمیته تحقیقات دانشجویان، انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی، دانشکده تغذیه و علوم صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران
- ۲- نویسنده مسئول: استادیار گروه تحقیقات صنایع غذایی، انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی، دانشکده تغذیه و صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران، پست الکترونیکی: sohrabv@ut.ac.ir
- ۳- نویسنده مسئول: استادیار گروه علوم و صنایع غذایی، انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی، دانشکده تغذیه و صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران، پست الکترونیکی: mortazvn@sbmu.ac.ir
- ۴- دانشجوی کارشناسی ارشد گروه علوم و مهندسی صنایع غذایی، دانشکده کشاورزی، دانشگاه صنعتی اصفهان، اصفهان، ایران

چکیده

امروزه در بسیاری از جوامع، نقش غذا در سلامت و تغذیه‌ی انسان از اهمیت بسیاری برخوردار است. به طوری که نقش اولیه‌ی غذا به عنوان منبع انرژی و رشد به نقش بیولوژیکی اجزای آن روی سلامتی انسان تغییر یافته و بازار تولید و مصرف مواد غذایی به سوی "غذاهای فراسودمند" رهنمون شده است. غذاهای فراسودمند به فرآورده‌هایی گفته می‌شود که علاوه بر فراهم کردن تغذیه‌ی پایه موجب ارتقای سطح سلامت می‌شوند. در بین غذاهای فراسودمند، غذاهای حاوی ریزنده‌های پروبیوتیک اهمیت ویژه‌ای یافته‌اند. از آن جا که پروبیوتیک‌ها روی تعادل میکروبی روده و سلامتی کلی بدن اثر مثبت دارند، بازار تولید و مصرف این دسته از غذاها در حال توسعه است. در بین غذاهای مناسب برای افزودن پروبیوتیک‌ها تقاضا برای فرآورده‌های پروبیوتیک غیرلبنی به دلایلی مثل عدم تحمل لاکتوز شیر در برخی افراد و میزان بالای کلسترول فرآورده‌های لبنی افزایش یافته است. از آن جا که میوه‌ها و سبزی‌ها مواد سودمندی مانند مواد معدنی، آنتی‌اکسیدان‌ها، فیبرهای رژیمی و ویتامین‌ها دارند و عاری از مواد حساسیت‌زای موجود در شیر هستند، می‌توانند محیط مناسبی برای تولید نوشیدنی‌های غیرلبنی پروبیوتیک به شمار آیند. در این مقاله سعی شده است اهمیت نوشیدنی‌های غیرلبنی بر پایه میوه و سبزی حاوی نژادهای پروبیوتیک بررسی شوند.

واژگان کلیدی: آب سبزی، آب میوه، پروبیوتیک، غذای فراسودمند

مقدمه

فرآورده‌های پروبیوتیک را می‌توان به شرح زیر به دو دسته تقسیم نمود:

- فرآورده‌های پروبیوتیک لبنی مانند انواع ماست، پنیر، خامه ترش، دوغ کره، بستنی، شیر خشک، نوشیدنی‌های با پایه آب پنیر و دسرهای لبنی (۴)

- فرآورده‌های پروبیوتیک غیرلبنی مانند غلات، شیرینی‌ها، انواع نوشیدنی‌ها نظیر آب میوه و ماءالشعیر (Beer)، غذای کودک و فرآورده‌های گوشتی اشاره داشت (۵).

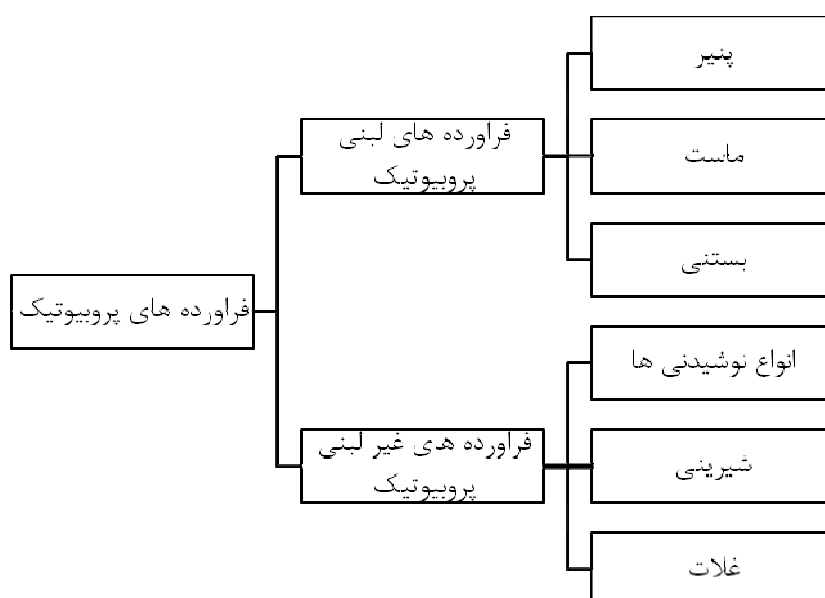
علاوه بر محصولات غذایی، فرآورده‌های دارویی پروبیوتیک به صورت قرص یا کپسول برای درمان بیماری‌های گوناگون نظیر عفونت‌های روده‌ای، انواع اسهال، عفونت دستگاه تناسلی در خانم‌ها، یبوست و ناسازگاری لاکتوز در دسترس است. در محصولات دارویی، ریزنده‌های پروبیوتیک به تعداد فراوان به صورت خشک شده انجمادی

پیشرفت‌های اقتصادی و اجتماعی اخیر مشکلات زیادی برای سلامتی انسان‌ها ایجاد کرده است. تنش و مشغله‌ی زیاد بشر منجر به ایجاد بیماری‌هایی مانند حمله قلبی، فشار خون بالا، اختلالات روده‌ای و انواع مختلف سرطان‌ها شده است (۱). یکی از راه کارهای موثر در پیشگیری یا حذف این بیماری‌ها مصرف فرآورده‌های پروبیوتیک است که در کشورهای جهان به ویژه اروپا، آمریکا و ژاپن رواج چشمگیر یافته است، به طوری که بیش از ۹۰ فرآورده پروبیوتیک حاوی *L. اسیدوفیلوس* و *B. بیفیدوم* در سرتا سر جهان تولید می‌شود. در بسیاری از کشورهای اروپایی، آفریقای شمالی و آسیایی انواع گوناگونی از فرآورده‌های پروبیوتیک شامل شیرهای تخمیری، شیرهای تازه، ماست، دسرهای منجمد و پنیر در حال تولید و مصرف است. در دو سه دهه‌ی گذشته، فرآورده‌های تجاری پروبیوتیک عرضه شده به بازار از رشد جهشی برخوردار بوده اند (۲، ۳). به طوری که

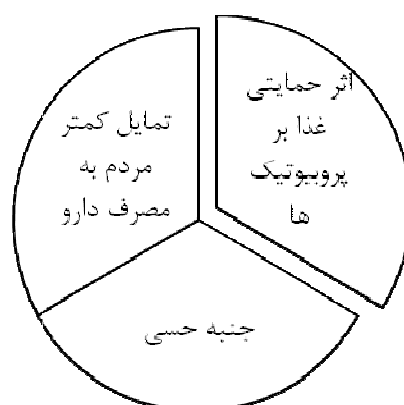
وجود دارند (۳). انواع فراورده‌های پروبیوتیک به صورت خلاصه در شکل ۱ آورده شده است.

دریافت پروبیوتیک‌ها از راه مصرف فراورده‌های غذایی در مقایسه با سایر شیوه‌های دریافت نظیر مصرف خوراکی از طریق مکمل (Supplementation) و دارو مطابق با شکل ۲ دست کم به سه دلیل از مقبولیت بیشتری نزد عموم برخوردار است: نخست مردم کمتر به مصرف مواد دارویی تمایل نشان می‌دهند، دوم، کسب لذت از جنبه حسی فراورده‌های غذایی در نظر اغلب اشخاص اجتناب ناپذیر است و سوم بافت فراورده‌های غذایی اثر حمایت کننده بر

پروبیوتیک‌ها (از نظر افزایش قابلیت زیستی) دارد (۶، ۳). به علاوه رشد و زنده ماندن پروبیوتیک‌ها در طول انتقال در دستگاه گوارش تحت تاثیر ویژگی‌های فیزیوشیمیایی حامل‌های غذایی است. مقاومت در برابر اسید معده و صفرا، چسبیدن به مخاط دستگاه گوارش و تولید اسید توسط پروبیوتیک‌ها تحت تاثیر اجزای سازنده غذای حامل پروبیوتیک‌ها است (۷). بنابراین، غذاهای پروبیوتیک نسبت به مکمل‌های حاوی آن‌ها از مقبولیت بیشتری برخوردارند (۸، ۳).



شکل ۱. انواع فراورده‌های پروبیوتیک.



شکل ۲. دلایل مقبولیت بیشتر محصولات غذایی پروبیوتیک در مقایسه با مکمل‌های دارویی.

عمده آن به شمار می‌آیند که این موضوع سبب عدم مصرف آن‌ها توسط بخشی از مردم شده است. بنابراین استفاده از پروبیوتیک‌ها در آب میوه و سبزی‌ها می‌تواند جایگزین خوبی برای گروهی از مردم با نیازهای خاص (یعنی گیاه خواران و افراد با واکنش‌های آلرژیکی به پروتئین‌های شیر) به حساب آید (۱۹). تولید آبمیوه‌های پروبیوتیک اخیراً مورد توجه قرار گرفته است به طوری که، بسیاری از آن‌ها با نام تجاری "شیره یا عصاره سلامت بخش" (Healthy juice) عرضه می‌شوند. بنابراین، آب میوه به دلایل زیر از پتانسیل بالایی برای تبدیل شدن به محصول پروبیوتیک برخوردار است:

- مصرف آن توسط طیف وسیعی از مردم
- خواص حسی قابل قبول
- عدم وجود ترکیبات ناسازگار (مانند لاکتوز)

• معضلات اساسی افزودن پروبیوتیک‌ها به آب میوه و

سبزی

قابلیت زنده ماندن پروبیوتیک‌ها در آب میوه و سبزی:
در تمام فراورده‌های پروبیوتیک تعداد سلول‌های زنده پروبیوتیک در هر گرم یا میلی لیتر از فراورده در لحظه مصرف، از ارزش اساسی فراورده‌های پروبیوتیک به شمار می‌آید، از این رو شاخص یادشده تعیین کننده‌ی کارایی سلامت بخش این محصولات است. بنابراین تعداد پروبیوتیک‌ها در فراورده باید به اندازه کافی زیاد باشد تا پس از مصرف با توجه به نوع فراورده، تعداد استاندارد سلول زنده پروبیوتیک به محیط روده راه یابد. تعداد باکتری‌های زنده مورد نیاز در زمان مصرف برای اثر بخش بودن غذا بر سلامتی فرد مصرف کننده باید حداقل 10^6 cfu/ml باشد (۲۰). قابلیت زنده ماندن پروبیوتیک‌ها در نمونه‌های غذای به مواردی مانند pH، دمای نگهداری، میزان اکسیژن، دمای گرمخانه‌گذاری، دما و زمان نگهداری یخچالی، حضور ریزنده‌های رقابت کننده و بازدارنده بستگی دارد (۲۲، ۲۱). بنابراین نوع فرمولاسیون مواد غذایی در فعالیت و زنده ماندن پروبیوتیک‌ها در مدت زمان طولانی اهمیت دارد (۲۳). با توجه به این که pH اغلب آب میوه و سبزی‌ها بین ۳/۷-۲/۵ است (۲۴، ۲۵، ۱۱، ۱۰) و همچنین باکتری‌ها نسبت به شرایط اسیدی حساس هستند، باید از نژادهایی استفاده شود که توان زنده ماندن در این شرایط را داشته باشند و باعث سلامت بخشی محصول و افزایش مدت زمان ماندگاری آن

مهم‌ترین اثرات مفید پروبیوتیک‌ها مربوط به خاصیت ضد عفونت‌های دستگاه گوارش، کاهش کلسترول سرم، بهبود متابولیسم لاکتوز، بهبود سیستم ایمنی، ویژگی‌های ضد سرطانی، ضد جهش زایی و ضد اسهال، بهبود التهاب روده و توقف رشد باکتری *هلیکوباکتری پیلوری* است (۱۱-۹). عمدتاً افزودن پروبیوتیک‌ها در محصولات لبنی نظیر ماست صورت می‌گیرد (۱۴-۱۲)، این موضوع در حالی است که مشکلاتی نظیر عدم تحمل لاکتوز و میزان کلسترول محصولات لبنی باعث محدودیت مصرف این فراورده‌ها توسط بخشی از مردم می‌شوند (۱۶، ۱۵). تحقیقات نشان می‌دهند استفاده از پروبیوتیک‌ها در آب میوه و سبزی می‌تواند جایگزین خوبی برای گروهی از مردم با نیازهای خاص نظیر گیاه خواران و افراد با واکنش‌های آلرژیکی به پروتئین‌های شیر باشد (۱۸، ۱۷). لذا در مقاله حاضر به بررسی قابلیت زنده ماندن پروبیوتیک‌ها در آب میوه و سبزی‌ها و خواص حسی این فراورده‌ها پرداخته می‌شود.

• دلیل انتخاب میوه و سبزی‌ها به عنوان محیط پایه

برای تولید فراورده‌های پروبیوتیک

پتانسیل تغذیه‌ای و بیولوژیک آب میوه و سبزی‌ها سبب شده است که این مواد غذایی به فراورده‌هایی با خواص چند گانه (Multiple properties) در حفظ تعادل ریزنده‌ها تبدیل شود. این اثرات سودمند سبب می‌شود که از آب این فراورده‌ها به منظور درمان بیماری‌های گوناگون استفاده شود. مطالعات نشان داده اند که وجود نمک‌های پتاسیم، بیوفلاوون‌ها (Bioflavone)، ویتامین‌ها و مواد قلیایی موجود در آب میوه و سبزی‌ها و فقدان چربی در آن‌ها می‌تواند اثرات سودمندی در پیشگیری و درمان بیماری‌های قلبی-عروقی داشته باشند. مصرف میوه و سبزی به دلیل اثر تصفیه کنندگی در پیشگیری از بیماری‌های کیسه صفرا و کبد اهمیت دارند. مشخص شده است اثرات سودمند میوه و سبزی با یک فرآیند بیولوژیکی مانند تخمیر لاکتیکی قابل بهبود است به طوری که امروزه محققین تخمیر لاکتیکی سبزیجات را به عنوان یک روش نگهداری طبیعی مورد بررسی قرار می‌دهند. به علاوه برخی از میوه و سبزی‌ها، حاوی پری بیوتیک‌هایی هستند که رشد پروبیوتیک‌های خاصی را تحریک می‌کنند. در تحقیقات فراوانی از پروبیوتیک‌ها در محصولات لبنی استفاده شده است، اما عدم تحمل لاکتوز و میزان کلسترول این نوع فراورده‌ها، دو عیب

دانک‌های آلژینات پوشیده شده با کیتوزان مقاوم به آنزیم‌های هیدرولیز کننده مثل پپسین، لیزوزیم، کیتوزاناز، تریپسین و کیموتریپسین است. بنابراین، پروبیوتیک‌ها در دستگاه گوارش زنده می‌مانند و در محل‌های خاص بدن میزبان، کلنی تشکیل می‌دهند و اثرات سودمند خود را ایجاد می‌نمایند (۲۸). مشاهدات نشان می‌دهند روش‌های ریزپوشانی، علاوه بر بهبود قابلیت زنده مانی پروبیوتیک‌ها در آب میوه‌ها می‌تواند سبب بهبود بد طعمی فراورده هم شود (۳۰، ۲۹، ۱۶).

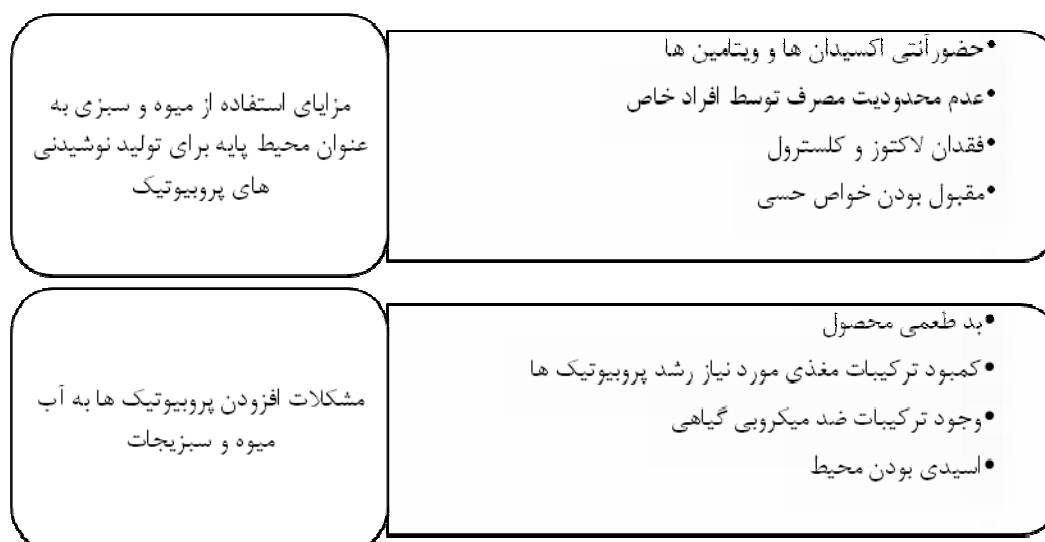
ب. استفاده از پری بیوتیک‌ها و سایر مکمل‌ها مانند فیبرها و ویتامین‌ها (۳۱).

پری بیوتیک‌ها اجزای غذایی غیر قابل هضمی هستند که با تحریک انتخابی رشد یا فعالیت برخی از باکتری‌های روده اثرات سودمندی بر جای می‌گذارند و باعث بهبود سلامت میزبان می‌شوند. پری بیوتیک‌ها عمدتاً ترکیبات الیگوساکاریدی مانند فیبرهای محلول بوده که می‌توانند تعداد یا فعالیت/سید لاکتیک باکتری‌ها و بیفیدوباکتریوم‌ها (یعنی پروبیوتیک‌ها) را افزایش دهند.

شوند (۲۶، ۲۰). بنابراین افزودن پروبیوتیک‌ها به نوشیدنی‌های بر پایه ی میوه و سبزی، به خاطر نیاز به حفاظت آن‌ها در برابر شرایط اسیدی محیط پیچیده تر از محصولات لبنی است. برخی از مزایا و مشکلات نوشیدنی‌های پروبیوتیک بر پایه میوه و سبزی به طور خلاصه در شکل ۳ آورده شده است. با توجه به این که پروبیوتیک‌ها نسبت به شرایط محیطی یادشده حساس هستند و در طول مدت زمان ماندگاری قابلیت بقای خود را از دست می‌دهند، عملیاتی به شرح زیر برای افزایش بقای آن‌ها به کار گرفته می‌شود:

الف. ریزپوشانی (Microencapsulation) پروبیوتیک‌ها

ریزپوشانی کردن یکی از روش‌های بهبود قابلیت زنده مانی پروبیوتیک‌ها به شمار می‌آید (۲۷، ۱۰، ۲). نتایج تحقیقات نشان می‌دهد ریزپوشانی پروبیوتیک‌ها در دانک (Bead) های آلژینات (Alginate) پوشیده شده با کیتوزان (Chitosan) سبب افزایش قابلیت زنده مانی آن‌ها در ماست و دستگاه گوارش می‌شود و قابلیت حفاظت سلول‌ها در برابر ترکیبات بازدارنده مانند اسید و فلاونوئید در آب میوه‌ها را دارد. کیتوزان یک غشای نیمه نفوذپذیر در اطراف آلژینات ایجاد می‌کند و سبب ایجاد یک ساختار متخلخل می‌شود.



شکل ۳. مزایا و مشکلات نوشیدنی‌های پروبیوتیک بر پایه میوه و سبزی.

خواص حسی آب میوه و سبزی پروبیوتیک

در یک تحقیق، مقایسه‌ای بر روی ظاهر، بو، بافت و مزه آب میوه‌های پروبیوتیک و غیرپروبیوتیک انجام شد. به این منظور، آب کشمش سیاه حاوی لاکتوباسیلوس پلانتروم با آب کشمش معمولی مورد مقایسه توصیفی قرار گرفت. آب میوه‌های پروبیوتیک بر خلاف آب میوه‌های معمولی کشمش حاوی طعم‌های عطری (Perfumy)، لبنی (Dairy)، ترش (Sour) و دارویی (Medicinal) بودند. اختلاف‌های حسی قابل توجهی میان آب کشمش پروبیوتیک و غیرپروبیوتیک وجود داشت. به علاوه ظاهر آب میوه پروبیوتیک به طور معناداری با نوع معمولی آن اختلاف داشت؛ کدورت آن کمتر بود و رنگ قرمز خونی مشخص تری داشت. نتایج این مطالعه نشان داد که افراد پیر تمایل بیشتری به مصرف نوشیدنی پروبیوتیک داشتند که دلیل آن به کاهش حساسیت شیمیایی با افزایش سن آن‌ها نسبت داده شد. بدین ترتیب که آنان، بد طعمی نوشیدنی‌های پروبیوتیک را کمتر تشخیص دادند. از آن جایی که افراد پیر در طول زمان با تعداد طعم‌های بیشتری در مقایسه با جوانان برخورد کرده بودند، بنابراین خیلی کمتر تحت تاثیر ویژگی‌های حسی قرار گرفتند. جنس نیز در انتخاب مصرف کنندگان اثر داشت به طوری که زنان در مقایسه با مردان بیشتر به آب میوه حاوی طعم‌های ترش تمایل نشان دادند. نتایج تحقیق نشان دادند علی رغم سن و جنس، تمام مصرف کنندگان انتظار داشتند که آب میوه‌های مورد استفاده، سلامتی آن‌ها را بهبود ببخشند، بنابراین در مجموع تمام مصرف کنندگان بیشترین امتیاز را به آب میوه‌های پروبیوتیک دادند (۳۲).

بیشتر تحقیقات نشان داده است پروبیوتیک‌ها سبب بد طعمی قابل توجه ای می‌شوند در نتیجه نارضایتی مصرف کنندگان را به دنبال دارد. بنابراین مطالعه ای در این زمینه انجام شد و در این مطالعه، ۳ نوع آب میوه نظیر آب پرتقال معمولی، آب پرتقال حاوی نژادهای پروبیوتیک و آب گرمسیری (آناناس و انبه) برای تجزیه و تحلیل در اختیار مصرف کنندگان قرار گرفت و نتایج نشان دادند که آب میوه‌های گرمسیری (آناناس و انبه) طعم و رایحه قوی ایجاد می‌کنند و سبب می‌شوند که مصرف کننده بد طعمی ناشی از پروبیوتیک‌ها را تشخیص ندهد. نتایج نشان داد که مصرف مکرر این دسته فرآورده‌ها، تمایل به مصرف آب میوه‌های پروبیوتیک را افزایش می‌دهد. علاوه بر آن دادن اطلاعات

مربوط به سودمند بودن آب میوه‌های پروبیوتیک سبب افزایش تمایل مصرف کنندگان به آب میوه پروبیوتیک شد. بنابراین، مصرف مکرر، دادن اطلاعات مربوط به سلامت بخش بودن و پوشاندن (Masking) بد طعمی پروبیوتیک‌ها با افزودن آب انبه و آناناس، اثر مثبتی روی قابلیت پذیرش آب میوه‌های پروبیوتیک دارد (۳۳).

• نوشیدنی‌های پروبیوتیک بر پایه میوه و سبزی

آب سبزی‌های پروبیوتیک: در سال ۲۰۰۴ تحقیقی توسط Yoon و همکاران انجام شد که در آن تحقیق از نژادهای *ل. اسیدوفیلوس*، *ل. پلانتروم*، *ل. کازئی* و *ل. دلبروکی* برای تولید آب گوجه پروبیوتیک استفاده کردند و نتایج نشان داد *ل. پلانتروم* نسبت به سایر گونه‌ها، قند را با سرعت بیشتری مصرف و در نتیجه اسید بیشتری تولید و موجب کاهش قابل توجه pH آب گوجه‌فرنگی می‌شود. نیز نتایج نشان دادند که پس از ۴۸ ساعت تخمیر آب گوجه‌فرنگی، تعداد سلول‌های زنده بیشتر از 10^8 cfu/ml بود این موضوع در حالی بود که نتایج آزمایشات آن‌ها نشان داد که پس از ۴ هفته نگهداری نمونه‌ها در ۴ درجه سانتی‌گراد، تعداد سلول‌های زنده (خصوصاً *ل. اسیدوفیلوس* و *ل. دلبروکی*) بیشتر از 10^6 cfu/ml بود (۳۴).

در تحقیق دیگری از چغندرهای بزرگ با بافت سفت به عنوان محیط مناسب رشد پروبیوتیک‌ها استفاده شد. نتایج نشان داد *ل. اسیدوفیلوس* و *ل. پلانتروم* نسبت به سایر گونه‌ها میزان بیشتری اسید لاکتیک تولید می‌کنند و می‌توانند پس از ۴۸ ساعت گرمخانه‌گذاری در ۳۰ درجه سانتی‌گراد، pH آب چغندر تخمیر شده را از ۶/۳ به کم‌تر از ۴/۵ کاهش دهند. نیز نشان داده شد که افزایش زمان تخمیر تا ۷۲ ساعت، نمی‌تواند سبب افزایش تعداد سلول‌های زنده شود. بنابراین نتایج نشان دادند اگر چه کشت‌های لاکتیکی در آب چغندر تخمیر شده، قابلیت بقای خود را طی نگهداری یخچالی از دست می‌دهند، اما تعداد سلول‌های زنده آن‌ها به جز *ل. اسیدوفیلوس*، بعد از ۴ هفته نگهداری هنوز در تعداد 10^8-10^6 cfu/ml باقی می‌ماند (۳۵).

مشاهدات نشان دادند چنان چه از نژادهای *ل. پلانتروم*، *ل. کازئی* و *ل. دلبروکی* برای تخمیر آب کلم استفاده شود تعداد این ریززنده‌ها پس از ۴۸ ساعت تخمیر در دمای ۳۰ درجه سانتی‌گراد به میزان 10^9 cfu/ml خواهد رسید. نیز

استفاده از *ل. پاراکازئی* و *ل. اسیدوفیلوس* در آب میوه‌های خیلی اسیدی مانند آب انار توصیه نمی‌شود. با این حال، قابلیت زنده ماندن *ل. پلاتناروم* و *ل. دلبروکی* (نگهداری یخچالی در زمان محدود) در آب انار نسبت به سایر سویه‌ها موفقیت آمیزتر بوده است (۲۶).

نتایج حاصل از آزمایشات Pereira و همکاران روی تخمیر آب سیب با استفاده از *ل. کازئی* نشان داد این باکتری می‌تواند در شرایط نگهداری یخچالی به رشد خود ادامه دهد. نشان داده شد علیرغم این که میزان زیست توده (Biomass) در انتهای دوره نگهداری در حد بالایی بود ولی تعداد سلول‌های زنده دچار افت شدند. طی تخمیر و نگهداری یخچالی میزان روشنی و زردی آب سیب زرد افزایش و میزان قرمزی آب سیب پروبیوتیک کاهش یافت (۱۰). انواع فراورده پروبیوتیک بر پایه میوه و سبزی و تعداد پروبیوتیک‌ها پس از تخمیر و نگهداری یخچالی به طور خلاصه در جدول ۱ آورده شده است.

مشاهده شد پس از ۴ هفته نگهداری یخچالی آب کلم، تعداد سلول‌های زنده *ل. پلاتناروم* و *ل. دلبروکی* به ترتیب 4.1×10^7 cfu/ml و 4.5×10^5 cfu/ml بود. این موضوع در حالی بود که *ل. کازئی* به دلیل pH پایین و اسیدیته بالا در آب کلم تخمیر شده نتوانست زنده بماند و پس از گذشت ۲ هفته نگهداری یخچالی کاملاً از بین رفت (۹).

نتایج حاصل از آزمایشات Kun و همکاران در سال ۲۰۰۷ نشان داد چنان چه از نژادهای بیفیدوباکتریوم برای تخمیر آب هویج استفاده شود نتایج بسیار رضایت بخش است و آب هویج محیط رشد مناسبی برای بیفیدوباکتریوم است. این تحقیق با دو تعداد متفاوت اولیه 10^6 و 10^7 cfu/ml برای شروع تخمیر آب هویج استفاده شد و مشخص شد شروع تخمیر آب سبزی یا میوه‌ها با غلظت سلولی حدود 10^7 cfu/ml سبب تسریع فرایند تخمیر و حفظ ماهیت فراورده می‌شود (۱).

آب میوه پروبیوتیک

در تحقیقی که توسط موسوی و همکاران در سال ۲۰۱۱ با افزودن پروبیوتیک‌ها به آب انار انجام شد، مشخص شد

جدول ۱. نوشیدنی‌های پروبیوتیک تولید شده بر پایه ی میوه و سبزی

منبع	بهترین سویه	تعداد سلول‌های زنده بعد از ۴ هفته نگهداری یخچالی (cfu/ml)	تعداد سلول‌های زنده پس از ۴۸ ساعت تخمیر در ۳۰°C (cfu/ml)	سویه‌های مورد استفاده	نوع فراورده
۳۴	<i>ل. اسیدوفیلوس</i> و <i>ل. دلبروکی</i>	بیش از 10^6	بیش از 10^8	<i>ل. اسیدوفیلوس</i> ، <i>ل. پلاتناروم</i> ، <i>ل. کازئی</i> و <i>ل. دلبرونه‌کی‌بی</i>	آب گوجه
۳۵	<i>ل. کازئی</i> و <i>ل. پلاتناروم</i>	$10^6 - 10^8$	10^9	<i>ل. اسیدوفیلوس</i> ، <i>ل. پلاتناروم</i> ، <i>ل. کازئی</i> و <i>ل. دلبرونه‌کی‌بی</i>	آب چغندر
۶	<i>ل. پلاتناروم</i>	$10^5 - 10^7$	10^9	<i>ل. پلاتناروم</i> ، <i>ل. کازئی</i> و <i>ل. دلبرونه‌کی‌بی</i>	آب کلم
۱	-	بررسی نشد.	10^{10}	ب. لاکتیس و ب. بیفیدوم	آب هویج
۲۸	<i>ل. پلاتناروم</i> و <i>ل. دلبروکی</i>	زنده نماندند.	10^8	<i>ل. پلاتناروم</i> ، <i>ل. دلبرونه‌کی‌بی</i> ، <i>ل. پاراکازئی</i> و <i>ل. اسیدوفیلوس</i>	آب انار
۷	-	10^8	10^8	<i>ل. کازئی</i>	آب سیب

نتیجه گیری

از آن جا که میوه و سبزی‌ها حاوی مواد سودمند مانند مواد معدنی، آنتی‌اکسیدان‌ها، فیبرهای رژیمی و ویتامین‌ها بوده و نیز فاقد مواد حساسیت زای موجود در شیر هستند، می‌توانند محیط مناسبی برای تولید نوشیدنی‌های غیرلبنی پروبیوتیک به شمار آیند. با این وجود، قابلیت بقای پروبیوتیک‌ها در مواد غذایی بر پایه میوه و سبزی به دلایلی نظیر اسیدی بودن محیط، وجود ترکیبات ضد میکروبی گیاهی و کمبود ترکیبات مغذی مورد نیاز رشد آن‌ها، دشوارتر از فراورده‌های لبنی است. در انتها قابل ذکر است قابلیت بقا و پایداری پروبیوتیک‌ها در محصولات می مانند ماست به طور گسترده بررسی شده است ولی اطلاعات کافی در مورد بقای آن‌ها در محصولات غیرلبنی وجود ندارد. هم

چنین، افزودن پروبیوتیک‌ها به آب میوه و سبزی‌ها باعث بد طعمی قابل درک محصول می‌شود. بنابراین، انجام پژوهش‌های بیشتر در زمینه افزایش قابلیت بقای پروبیوتیک‌ها در این فراورده‌ها و بهبود خواص حسی آن‌ها ضروری است.

سپاسگزاری

این مقاله از پایان‌نامه دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی استخراج شده‌است. بدینوسیله از کمیته تحقیقات دانشجویی به دلیل حمایت‌های مالی تشکر می‌شود.

References

- Kun S, Rezessy-Szabó JM, Nguyen QD, Hoschke A. Changes of microbiological population and some components in carrot juice during fermentation with selected Bifidobacterium strains. *Proc Biochem* 2008; 43(8): 816-821.
- Granato D, Branco GF, Nazzaro F, Cruz AG, Faria AF. Functional foods and nondairy probiotic food development: Trends, concepts, and products. *Comp Rev Food Sci Food Saf* 2010; 292-302.
- Mortazavian A, Sohrabvandi S. Probiotics and food probiotic products, based on dairy probiotic products. First ed. Tehran: Eta Publication; 2006: p. 24-34.
- Mohammadi R, Sohrabvandi S, Mortazavian AM. The starter culture characteristics of probiotic microorganisms in fermented milks. *Eng Life Sci* 2012; 12(4): 399-409.
- Sohrabvandi S, Razavi SH, Mousavi SM, Mortazavian AM. Viability of probiotic bacteria in low alcohol- and non-alcoholic beer during refrigerated storage. *Philipp Agric Sci* 2010; 93(1): 24-28.
- Salminen S, Ouwehand A, Benno Y, Lee YK. Probiotics: How should they be defined? *Trends Food Sci Technol* 1999; 10(3): 107-110.
- Ranadheera RDCS, Baines SK, Adams MC. Importance of food in probiotic efficacy. *Food Res Int* 2010; 43: 1-7.
- Champagne C, Roy D, Gardner N. Challenges in the addition of probiotic cultures to foods. *Crit Rev Food Sci Nutr* 2005; 45: 61-84.
- Yoon KY, Woodams EE, Hang YD. Production of probiotic cabbage juice by lactic acid bacteria. *Biores Technol* 2006; 97: 1427-1430.
- Pereira ALF, Maciel TC, Rodrigues S. Probiotic beverage from cashew apple juice fermented with *Lactobacillus casei*. *Food Res Int* 2011; 44: 1276-1283.
- Sanders M. Probiotics: Considerations for human health. *Nutr Rev* 2003; 61: 91-99.
- Almeida MHB, Cruz AG, Faria JAF, Moura MRL, Carvalho LMJ, Freitas MCJ. Effect of the acai pulp on the sensorial attributes of probiotic yoghurts. *Int J Prob Preb* 2009; 4: 41-44.
- Almeida MHB, Zoellner SS, Cruz AG, Moura MRL, Carvalho LMJ, Sant'Ana AS. Potentially probiotic acai yoghurt. *Int J Dairy Technol*, 2008. 61: p. 178-82.
- Khosravi K, Koushki MR. Probiotic in milk and milk's product. Tehran: Marze Danesh Publication; 2008: p. 90-95.
- Tantipabulvut S, Soontornsophon C, Luangviphavanich S. Fermentation of roselle juice by lactic acid bacteria. *Asian J Food Agro-Industry* 2008; 1(04): 213-222.
- Krasaekoopt W, Kitsawad K. Sensory characteristics and consumer acceptance of fruit juice containing probiotics beads in Thailand. *AU J Technol*, 2010; 14(1): 33-38.
- Marhamatizadeh MH, Rezazadeh S, Kazemeini F, Kazemi MR. The study of probiotic juice product conditions supplemented by culture of *Lactobacillus acidophilus* and *Bifidobacterium bifidum*. *Middle-East J Sci Res* 2012; 11(3): 287-295.
- Rößle C, Auty MAE, Brunton N, Gormley RT, Butler F. Evaluation of fresh-cut apple slices

- enriched with probiotic bacteria. *Innova Food Sci Emerg Technol* 2010; 11: 203–209.
19. Moraru D, Bleoanca I, Segal R. Probiotic vegetable juices. *Food Technol* 2007; 87-91.
 20. Sheehan VM, Ross P, Fitzgerald GF. Assessing the acid tolerance and the technological robustness of probiotic cultures for fortification in fruit juices. *Innova Food Sci Emerg Technol* 2007; 8: 279–284.
 21. Saarela M, Virkajarvi I, Alakomi HL, Sigvart-Mattila P, Matto J. Stability and functionality of freeze-dried probiotic *Bifidobacterium* cells during storage in juice and milk. *Int Dairy J* 2006; 16: 1477–1482.
 22. Sadaghdar Y, Mortazavian AM, Ehsani M. Survival and activity of five probiotic lactobacilli strains in two types of flavored fermented milk. *Food Sci Biotechnol* 2012; 1: 151-157.
 23. Shah N. Functional cultures and health benefits. *Int Dairy J* 2007; 17: 1262–77.
 24. Buruleanu L, Nicolescu CL, Avram D, Bratu G, Manea I. Survival of probiotic bacteria during lactic acid fermentation of vegetable juices. *J Agroaliment Proc Technol* 2009; 15(1): 132-139.
 25. Saarela M, Lahteenmaki L, Crittenden R, Salminen S, Mattila-Sandholm T. Gut bacteria and health foods – the European perspective. *Int J Food Microbiol* 2002; 78: 99-117.
 26. Mousavi ZE, Mousavi, SM, Razavi SH, Emam-Djomeh Z, Kiani H. Fermentation of pomegranate juice by probiotic lactic acid bacteria. *World J Microbiol Biotechnol* 2011; 27: 123–128.
 27. Mortazavian AM, Razavi SH, Ehsani MR, Sohrabvandi S. Principles and methods of microencapsulation of probiotic microorganisms. *Ir J Biotechnol* 2007; 5(1): 1-18.
 28. Ding W, Shah N. Effect of various encapsulating materials on the stability of probiotic bacteria. *J Food Sci* 2009a; 74: 100-107.
 29. Krasaekoopt W, Pianjareonlap R, Kittisuriyanont K. Survival of probiotics in fruit Juices during refrigerated storage. *Thai J Biotechnol* 2008; 8(1): 129-133.
 30. Krasaekoopt W, Pianjareonlap R, Kittisuriyanont K. Probiotic fruit juices [dissertation]. Bangkok: Assumption University, M.C. Faculty of Biotechnology; 2006.
 31. Ziemer CJ, Gibson GR. An overview of probiotics, prebiotics and synbiotics in the functional food concept: preservatives and future strategies. *Int Dairy J* 1998; 8(5/6): 473-479.
 32. Luckow T, Delahunty C. Which juice is healthier? A consumer study of probiotic non-dairy juice drinks. *Food Qual Prefer* 2004; 15: 751–759.
 33. Luckow T, Sheehan V, Fitzgerald G, Delahunty C. Exposure, health information and flavour-masking strategies for improving the sensory quality of probiotic juice. *Appetite* 2006; 47: 315–323.
 34. Yoon KY, Woodams EE, Hang YD. Probiotication of tomato juice by *Lactic Acid Bacteria*. *J Microbiol* 2004; 42(4): 315-318.
 35. Yoon KY, Woodams EE, Hang YD. Fermentation of beet juice by beneficial lactic acid bacteria. *Lebensm Wiss Technol* 2005; 37: 73-75.

Application of fruit and vegetable for the production of non-dairy-based probiotic drink

Nematollahi A¹, Sohrabvandi S^{*2}, Mortazavin Farsani AM^{*3}, Berarnejad Bariki I⁴

1- Students` Research Committee, National Nutrition and Food Technology Research Institute, Faculty of Nutrition Sciences and Food Technology, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

2- *Corresponding author: Assistant prof, Dept. of Food Technology Research, National Nutrition and Food Technology Research Institute, Faculty of Nutrition and Food Technology, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran. Email: sohrabv@ut.ac.ir

3- *Corresponding author: Assistant prof, Dept. of Food Science and Technology, National Nutrition and Food Technology Research Institute, Faculty of Nutrition and Food Technology, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran. Email: mortazvn@sbmu.ac.ir

4- M.Sc Students of Food Science and Technology, Dept. of Food Science and Technology, Isfahan Industrial University, Isfahan, Iran.

Abstract

Recently, the focus of scientific investigations has moved from the primary role of food as the source of energy and body-forming substances to the more subtle action of biologically active food components on human health. There has been an explosion of consumer interest in the active role of food in the well-being and life prolongation, as well as in the prevention of initiation, promotion, and development of non-transmissible chronic diseases. As a result, a new term—functional food—was proposed. Among these foods, probiotics may exert positive effects on the composition of gut microbiota and overall health, and the market is increasing annually. An increased demand for nondairy probiotic products comes from vegetarianism, milk cholesterol content, and lactose intolerance. Therefore, the development of these products is a key research priority for food design and a challenge for both industry and science sectors. Fruit and vegetable juice can be certainly positioned as a healthy food product, due to its great amount of healthy components like vitamins, antioxidants, and polyphenols that exerts several positive benefits on the human health. It has also been suggested as a novel, appropriate medium for fortification with probiotic cultures already being positioned as a healthy food product. This article presents an overview of functional food development, emphasizing nondairy juices that contain probiotic bacteria strain.

Keywords: Fruits, Functional food, Probiotic, Vegetables