

اهم الصناعات الغذائية The most important food industries

اهم الصناعات الغذائية في العراق هي:

صناعة الدبس ، المخللات ، المرببات ، السكر ، الحبوب ، معجون الطماطم، المشروبات الغازية ، الزيوت الغذائية، الحلويات.

صناعة الدبس//

عصير التمر (الدبس) أو عسل التمر، هو السائل السكري المركز والمستخلص من ثمار بعض أصناف التمر، وهو المستخلص المائي والمكثف بوساطة الحرارة للمحتويات الطبيعية لثمرة التمر، والخالي من الألياف والرواسب، والشوائب، والأجسام الغريبة، ويستهلك بشكل مباشر أو يستعمل في صناعة الحلويات، والمعجنات والدبس من الأطعمة الشهيرة في الشرق الأوسط، وقديماً كان يصنع في كل المنازل تقريباً خاصة في الأماكن التي يتوافر فيها التمر بصورة دائمة، حيث كان غذاءً أساسياً للبعض أو يدخل في وصفات مختلفة أخرى، واليوم نستطيع شرائه من بعض المتاجر، ولكن لازال دبس التمر الأصلي والمصنوع في المنزل هو الأروع والأفضل. ودبس التمر العراقي يعد الأكثر تميزاً ، والذي يمتاز بأنه ناعم للغاية وشهي للتناول وحده أو مع بعض الوصفات الأخرى. والدبس سائل مركز ذو لون احمر مصفر أو احمر داكن يميل الى اللون الاسود وان اختلاف اللون ناتج عن طريقة الانتاج وينتج الدبس من التمر بعدة طرق:

1. الطريقة الباردة

2. الطريقة الساخنة

فوائد صحية لدبس التمر

1. يمد جسم الانسان بالمعادن والفيتامينات واهمها معدن البورون وفيتامين A .
2. يعالج فقر الدم لأن التمر تحتوي على الكالسيوم والحديد والنحاس وفيتامين B.
3. يسهل الحمل والولادة لأن التمر يحتوي على كمية كبيرة من الألياف والسكريات.
4. يقوي الكالسيوم والفسفور الموجود في العظام ويمنع هشاشة العظام.
5. يقوي الشعر الضعيف ويمنع تساقط الشعر.
6. يساعد على خفض مستويات الكوليسترول.
7. دبس التمر يقلل من التهاب الكبد المزمن.
8. يمنع من تسوس الأسنان.
9. يذيب حصي الكلى.
10. غني بمضادات الأكسدة التي تقوي مناعة الجسم .

كلية التربية الاساسية – حديثة - قسم العلوم العامة
المرحلة الرابعة
محاضرات مادة الصناعات الغذائية – اعداد أ.م.د. احمد رجب محمد الراوي
(5/م)



صناعة المخللات//

تعتبر المخللات المعروف محلياً (الطرشي) من المقبلات التي لا تخلو الموائد منها، فهي تمتاز بالطعم اللذيذ، و فاتحة للشهية بشكل كبير، وتعطي منظرأ جميلاً للموائد، بالإضافة إلى تعدد أصنافها فهناك مخلل الخيار، والقرنبيط، والجزر، والزيتون، والبادنجان وغيرها الكثير، وهناك المخللات التي تحشى بالفلفل أو بالبقدونس والثوم.

هناك طريقتين لتحضير المخللات :

1. الأولى باستخدام الماء مع الملح.
2. والثانية باستخدام الخل إضافة إلى الماء والملح، لتسريع عملية التخليل.

صناعة المربيات//

يُصنع المربي من قطع الفاكهة وعادة ما يتم تقطيعها أو سحقها وطهيها مع السكر حتى يتم إطلاق الماء الموجود في أنسجة الفاكهة ومن ثم تعريضها للحرارة ليصبح الخليط كثيفاً . وتعتبر أكثر أنواع الفاكهة شيوعاً والمستخدمه في صناعة المربي هي المشمش والتوت والتفاح والكمثرى والكرز والتين وغيرها من أنواع الفاكهة التي تعطي طعمًا مميزًا لذيذًا ولكل نوع طريقة عمل تميزها عن الاخرى.

تعد المربي من المكملات الشهية التي تستخدم لتحضير الكثير من الحلويات، أو الفطائر التي يتم تقديمها على وجبة الإفطار، أو في النزهات القصيرة، نظراً للذة طعمه، ولاحتوائه على كمية كافية من السعرات الحرارية اللازمة لتزويد الجسم بالطاقة، ويتوافر في الأسواق بنكهات مختلفة، إلا أنّ معظم السيدات يفضلن تحضيره في المنزل، لضمان جودته، ونظافته.

صناعة السكر//

تعتمد صناعة السكر على مادتين اوليتين هما **قصب السكر** و**بنجر السكر** ونظرا لتركز زراعة المواد الاولية (القصب والبنجر) في جمهورية مصر العربية وسورية والعراق فقد قامت صناعة السكر في هذه الاقطار الثلاثة . ينتمي السكر إلى فئة الأطعمة المعروفة باسم المواد الكربوهيدراتية والتي يعتبر سكر الطعام أشهرها، ويستخدم في الكثير من الأطعمة والحلويات، حيث يضيف مذاقاً حلواً للمأكولات، بالإضافة إلى أنه يزود الجسم بالطاقة، ويستعمل كمادة حافظة للمساعدة في الحفاظ على لون أنواع المربي المختلفة. **وفيما**

يلي اهم خطوات صناعة السكر:

- 1- الاستخلاص.
- 2- الترشيح.
- 3- التركيز.
- 4- التبلور
- 5- تجفيف السكر الخام.
- 6- تكرير السكر.

صناعة الحبوب //

الحبوب تعتبر عنصراً أساسياً من عناصر الوجبات الغذائية الرئيسية، والتي يتم تصنيعها بالاعتماد على **الإنتاج اليدوي، أو الآلي** ومن أكثر أنواعها استخداماً: الأرز، والذي يعتبر جزءاً من الأجزاء الأساسية في أغلب الوجبات الغذائية، في العديد من دول العالم. كما أن للبقوليات من الباقلاء وحمص وعدس... الخ لها دوراً أساسياً في الاستهلاك البشري اليومي، وخصوصاً في وجبات الفطور، والعشاء، لذلك يحرص أغلب الناس على تخزين البقوليات، والحبوب في منازلهم، وذلك لأن الجافة منها تتميز بالقدرة على المحافظة على صلاحيتها لفترة زمنية طويلة. كذلك فإن صناعة المكسرات هي الأخرى تدرج ضمن صناعة الحبوب. وللحبوب قيمة غذائية عالية لاحتوائها على العدد من العناصر الغذائية التي تمد الجسم بالطاقة والبروتين والفيتامينات... الخ.

صناعة معجون الطماطم //

الطماطم من أكثر أنواع الخضروات انتشاراً حول العالم، يتم زراعتها في **الأراضي المفتوحة**، أو في **البيوت البلاستيكية**، وتتميز بتعدد طرق استخدامها، حيث تدخل في صناعة معجون الطماطم، والكاتشب، وعصير الطماطم، كما يمكن شربها، أو طهيها، أو تناولها طازجة، أو استخدامها في تحضير العديد من أطباق السلطات، أو حتى تجفيفها تحت أشعة الشمس واستخدامها كطماطم مجففة.

القيمة الغذائية لمعجون الطماطم:

تحتوي معجون الطماطم على العديد من المعادن والفيتامينات مثل:
فيتامين A : والذي يساعد في الحفاظ على صحة البصر وتطور الجنين بالإضافة الى C ومجموعة
فيتامين B .

مضادات الأكسدة: والتي تلعب دور هام في تعزيز جهاز المناعة، وإصلاح الأنسجة.

الحديد: والذي يعزز من وظائف خلايا الدم الحمراء.

البوتاسيوم: مما يساعد الجسم على تنظيم السوائل وتخزين المعادن.

السرعات الحرارية: تمد الجسم بالطاقة.

فوائد معجون الطماطم

1- الوقاية من السرطان: يفضل محتواه العالي من مضادات الأكسدة، التي تساعد على مكافحة الجذور الحرة المسببة لهذا المرض الخبيث (تعليق).

2- مفيدة لصحة القلب: يمثل معجون الطماطم أهمية كبيرة لصحة القلب والأوعية الدموية، لاحتوائه على مادة اللايكوبين، التي كشفت إحدى الدراسات عن فعاليتها في خفض معدلات الوفاة بين الأشخاص المصابين بمتلازمة الأيض، وهي مجموعة من عوامل الخطر التي تزيد من فرص الإصابة بأمراض القلب السكري والسكتات الدماغية.(تعليق).

كلية التربية الاساسية – حديثة - قسم العلوم العامة
المرحلة الرابعة
محاضرات مادة الصناعات الغذائية – اعداد أ.م.د. احمد رجب محمد الراوي
(5/م)



3 - يمد الجسم بالفيتامينات والمعادن.

4- تقوية النظر: يتميز معجون الطماطم باحتوائه على اللايكوبين واللوتين وبيتا كاروتين، وجميعهم من العناصر الغذائية التي تساعد على تقوية النظر وتقليل فرص الإصابة بالضمور البقعي وإعتام عدسة العين. (تعليق).

5- تسهيل عملية الهضم: يساعد معجون الطماطم على تحسين حركة الأمعاء وتسهيل عملية الهضم والوقاية من الإمساك والانتفاخ، لاحتوائه على نسبة جيدة من الألياف والسوائل. (تعليق).

أضرار معجون الطماطم

1- حموضة المعدة: رغم الفوائد التي يقدمها معجون الطماطم لصحة الجهاز الهضمي، إلا أن الإفراط فيه قد يتسبب في الإصابة بحموضة المعدة، لاحتوائه على حمض الماليك وحمض الستريك. (تعليق).

2- الحساسية

يحظر على مرضى الحساسية تناول معجون الطماطم، لاحتوائه على مركب الهيستامين الذي يؤدي إلى تفاقم الأعراض، والمتمثلة في الطفح الجلدي وتورم واللسان وتهيج الحلق. (تعليق).

3- حصوات الكلى: يحتوي معجون الطماطم على نسبة عالية من الأملاح، وعند الإفراط فيه تتضرر الكلى وتزداد فرص الإصابة بالحصوات الكلوية. (تعليق).

4- التهاب المفاصل: تتسبب الطماطم ومشتقاتها في الإصابة بالتهاب المفاصل، لاحتوائها على حامض اليوريك، الذي يترسب على المفاصل، مسبباً الشعور بالألم عند الحركة أو الوقوف. (تعليق).

صناعة المشروبات الغازية//

المشروبات الغازية هي المشروبات باردة التي يتم تحضيرها من خلال مزيج من محلول سكري، ونكهات صناعية أو طبيعية، ويتم تشبيعها بغاز ثاني أكسيد الكربون تعطيها الطعم المثالي والمميز مثل ببسي والكولا والسفن اب... الخ ، وهي مشروبات تجارية واسعة الانتشار لخلوها من الكحول وسعرها المناسب يستهلكها الملايين من الافراد يومياً.

صناعة الزيوت الغذائية//

الزيوت النباتية وهي جزء زيتي او دهني مستخلص من البذور او الثمار الزيتية، تمت معاملته بمجموعة من العمليات التقنية ليصبح صالحاً للاستهلاك البشري ان صناعة الزيوت النباتية الغذائية تعنى بإنتاج الزيوت الصلبة والسائلة والتي تعد من المواد الغذائية الاساسية في تغذية الانسان، حيث تمد الجسم بما يعادل ثلث حاجته من الطاقة اللازمة، والاحماض الدهنية الضرورية للنمو، والحماية من امراض عدة.. وأهم مصادرها في العالم: فول الصويا وزيت النخيل، وجوز الهند ، وزهرة الشمس ، وبذور القطن ، وفستق الحقل ، والزيتون والسمن والسلج . فمنها يأتي نحو 95% من مجمل الانتاج الاجمالي من هذه الزيوت الا ان اهمية هذه المصادر تختلف من بلد لآخر تبعاً لأحوال الجغرافية وبخاصة المناخ.

كلية التربية الاساسية – حديثة - قسم العلوم العامة
المرحلة الرابعة
محاضرات مادة الصناعات الغذائية – اعداد أ.م.د. احمد رجب محمد الراوي
(5/م)



صناعة الحلويات//

تستخدم السكريات بالدرجة الأولى في صناعة الحلويات بالإضافة الى نكهات والوان والمثخنات كالنشأ والدهون ونظرا لكثرة تنوعها فقد قسمت تبعاً لقوامها وحالة وجود السكريات وطريقة تصنيعها ودرجة الحرارة المستعملة في التحضير الى:

- 1 - حلويات السكريات الغير متبلورة : توجد السكريات بحالة محلول صلب غير متبلور مثل الحامض حلو والتوفي والجلاتين و الحلقوم.
- 2- حلويات السكريات المتبلورة: توجد فيها السكريات بشكل صلب متبلور منتشر في محلول سكري مرتفع التركيز مثل النوكا والمصقول والملبس .
- 3- حلويات منتجات الكاكاو والشكولاتة: وهي التي تدخل في صناعتها احدى منتجات بذور الكاكاو كمسحوق الكاكاو وزبدة الكاكاو او كليهما مع اضافات اخرى.

المصادر:

- 1- فاروق النوري، 1991، تغذية الانسان، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي. العراق.
- 2- د. همام الطوخي محمد بلهلول و جمال احمد البربري(2011) الصناعات الغذائية - الجزء الثالث- مصر.
- 3- محمد ابراهيم ابو صالح، 2010 ، حفظ وتصنيع الاغذية، مكتبة المجتمع العربي.الاردن.
- 4- عبد الله القعقاع ، 2009 ، التغذية العلاجية، دار المعترف. الاردن.