

آینده چشم‌گیر دانه چیا

The promising future of chia

یاسمین عنایتی

Enayati.y@arc-orde.ir

کارشناس آموزش، آمار و اطلاعات، مرکز تحقیقات کاربردی و تولید بذر، شرکت توسعه کشت دانه‌های روغنی

مشخص شد که طی نمو دانه از آپریل تا می افزایش دمای محیط سبب کاهش اسیدچرب غیراشباع (PUFA) می‌شود. عامل دیگر که ممکن است در تغییر ترکیبات شیمیایی دانه چیا نقش داشته باشد مرحله رشدی گیاه است. نشان داده شد که میزان آلفالینولنیک‌اسید با کاهش ۲۳ درصدی از زمان رشد اولیه تا زمان بالغ شدن بذر همراه می‌باشد که در نتیجه آن منجر به افزایش میزان لینولنیک‌اسید و لیگنین می‌شود. اگر چه دانه کتان نسبت به دانه چیا در دسترس و ارزان‌تر است اما امروزه تلاش برای جایگزینی دانه چیا جهت تغذیه مرغ‌ها مورد توجه می‌باشد. با توجه به مطالعات انجام شده، تخم‌مرغ جوجه‌هایی که با دانه چیا تغذیه شده‌اند دارای بیشترین میزان آلفالینولنیک‌اسید نسبت به جوجه‌های تغذیه شده با دانه کتان می‌باشند. آریزا و کورتز (۲۰۰۷)، فرناندز و همکاران (۲۰۰۸) مطالعات مربوط به اثرات تغذیه دانه چیا بر روی پلازما موش را مورد بررسی قرار دادند. یافته‌های این پژوهش نشان داد که تری‌گلیسیرید (TG) و لیوپروتئین با غلظت پایین (LDL) به طور معنی‌داری کاهش پیدا کرد در حالی که لیوپروتئین با غلظت بالا (HDL) و اسیدچرب اشباع‌نشده امگا ۳ افزایش یافته است. همچنین بر آن تغذیه دانه چیا در خوک و خرگوش نیز مورد آزمایش و بررسی قرار گرفت نتایج نشان داد اسیدچرب غیراشباع چربی گوشت افزایش یافت. همچنین تأثیرات بسزایی بر روی عطر و طعم گوشت داشته که به عنوان تأثیرات مطلوب بر روی غذای انسان محسوب می‌شود. در نتیجه استفاده از دانه چیا به عنوان خوراک

دانه چیا (*Salvia hispanica L.*) حاوی ۲۵ تا ۴۰ درصد روغن می‌باشد که ۶۰ درصد آن را آلفالینولنیک‌اسید و ۲۰ درصد دیگر آن را لنولنیک‌اسید تشکیل می‌دهد که هر دو نوع این اسیدچرب مورد نیاز بدن می‌باشد. گیاه چیا تا یک متر رشد طولی دارد دارای گل‌های کوچک سه تا چهار میلی‌متر همراه با گلبرگ‌های کوچک می‌باشد که با احاطه بخش‌های مختلف گل در افزایش میزان خودگرده‌افشانی نقش دارند. رنگ دانه سفید، خاکستری و سفید-سیاه می‌باشد و شکل دانه، بیضی با ضخامت‌های مختلف یک تا دو میلی‌متری دیده می‌شود. دانه چیا از ۱۵ تا ۲۵ درصد پروتئین، ۳۰ تا ۳۳ درصد چربی، ۲۶ تا ۴۱ درصد کربوهیدرات، ۱۸ تا ۳۰ درصد فیبر و ۹۰ تا ۹۳ درصد مواد معدنی و ویتامین‌ها تشکیل شده است همچنین حاوی مقادیر زیادی از آنتی‌اکسیدان است. از ویژگی‌های اصلی دانه چیا این است که حاوی گلوتن نمی‌باشد. عوامل بسیاری سبب تغییر در ترکیبات شیمیایی این دانه می‌گردد از جمله: منطقه کشت گیاه، تفاوت در محیط کشت، تغییرات آب و هوایی، مواد غذایی در دسترس و وضعیت خاک بوده که نقش مهمی در این تغییرات دارند. برای مثال با کاهش دما میزان پروتئین در دانه افزایش می‌یابد. همچنین رابطه معکوسی بین ارتفاع این گیاه با میزان اسیدهای چرب اشباع در آن وجود دارد. هر چه ارتفاع گیاه کم‌تر باشد میزان اسیدچرب اشباع آن در منطقه‌ای با دمای بالا، بیشتر است. در آرژانتین، آریزا (۱۹۹۵) نشان داد که دما به عنوان فاکتور تعیین‌کننده نوع اسیدچرب موجود در روغن است. همچنین در این بررسی

حیوانات سبب افزایش آلفالینولنیک‌اسید و کاهش سطح کلسترول در گوشت و تخم‌مرغ می‌گردد.



منبع:

-Mohd Ali, N., Yeap, S. K., Ho, w. Y., Ben, B. k., Tan, S.w, and Tan, S. a. (2012). The Promising Future of Chia. Journal of *Salvia hispanica* L Biomedicine and Biotechnology.9p.