



تاریخ
۱۴
پهنم
۱۴۰۰
پنجشنبه

اندر حکایات کیفیت نان!



مریم کشاورز



دبیر شورای سیاست‌گذاری آرد و نان استان فارس در ادامه افزود: به منظور ارتقای سطح کیفی نان‌های تولیدی در شیراز، این برنامه را همچنان پیگیری می‌کنیم تا نانوالی‌های تولیدکننده نان لواش را نیز به تغییر پخت ترغیب کنیم. بر اساس طرح‌ریزی انجام شده در نظر داریم این واحدهای تولیدی را ابتدا به سوی تولید و عرضه نان تافتون و سپس نان سنگک سوق دهیم. چرا که نان سنگک نه تنها از مرغوبیت و کیفیت بالاتری برخوردار است بلکه بازارپسندی بیشتری نیز دارد. وی در بخش دیگری از مصاحبه خود، درباره شکایت برخی شهروندان از کیفیت پایین برخی نان‌ها توضیح داد: همگان این نکته را در نظر گیرند که تولید نان با کیفیت و دارای قابلیت هضم آسان، تابع عوامل مختلف از جمله کیفیت آرد و فرایند صحیح تخمیر است. برای این‌که نان به آسانی قابل هضم باشد، مدت استراحت خمیر به‌منظور تکمیل فرایند تخمیر باید حداقل بین یک تا یک و نیم ساعت باشد. متأسفانه با ماشینی شدن برخی نانوالی‌ها، عملاً در پخت برخی نان‌ها، تخمیر به‌صورت کامل و در مدت زمان استاندارد هضم آسان، تابع عوامل مسئله متجر به کاهش کیفیت نان می‌شود.

لزوم رعایت مدت زمان استراحت خمیر به این دلیل است که در این مدت، شبکه گلوتن نان تقویت گردیده و گاز دی‌اکسید کربن در خمیر نان آزاد می‌شود. آزاد شدن مقدار کافی از گاز دی‌اکسید کربن در طول فرایند تخمیر، موجب افزایش حجم‌پذیری، فرم‌پذیری و مهم‌تر از آن تردی نان می‌شود. خمیر نانی که فرایند تخمیر در آن به‌صورت کامل اتفاق افتاده است نه تنها دیرتر تازگی خود را از دست می‌دهد و به بیان دیگر، دیرتر بیات می‌شود، بلکه قابلیت هضم بیشتری دارد. در برخی نانوالی‌های تمام اتوماتیک که در آن‌ها کلیه مراحل از ترکیب آرد با سایر مواد تشکیل‌دهنده نان تا پخت نهایی به‌صورت ماشینی انجام می‌شود، متأسفانه مدت زمان کافی برای استراحت خمیر در نظر گرفته نمی‌شود و همین امر موجب می‌شود تا تخمیر به صورت کامل انجام نگردیده و نان با کمترین کیفیت به دست مصرف‌کننده برسد. جمالی بیان کرد: این کار رسانه‌ها و فرهنگ‌سازان است که مسئولان نظارت بر کیفیت و ارزش غذایی را همراهی کرده و مردم را به تغییر الگوی مصرف نان ترغیب کنند. بنحوی‌که نان‌های با کیفیت در سبد غذایی خانوار جای گرفته و از مصرف نان‌های دارای ارزش تغذیه‌ای اندک و بی کیفیت اجتناب ورزند.

وی در ادامه صحبت‌های خود عواملی که به افزایش تقاضا برای نان‌های بی‌کیفیت منجر شده را چنین برشمرد: عدم اعمال قیمت‌های منطقی بر روی نان‌ها، نظارت ناکافی بخش دولتی بر عملکرد بخش خصوصی تولیدکننده نان، اهتمام برخی واحدهای نانوالی برای کاهش هزینه‌های تولید حتی به قیمت کاهش کیفیت نان تولیدی، طولانی بودن ساعات کار در واحدهای نانوالی، تخصصی بودن فرایند تولید نان‌های غیرماشینی و کمبود نیروی کار ماهر و آموزش‌دیده.

معضلی به نام پایین بودن کیفیت نان

موضوع در گفت‌وگویی با خبرنگار فارس گفت: سطح کیفیت آرد در حدى پایین است که به سختی می‌شود از آن نان پخت؛ کارخانه آرد دره‌شهر تغییرى در آرد‌ها ایجاد نمى‌کند و ما همیشه با این مشکل مواجه شد هستم.

مشکل را بررسی می‌کنیم

شاهماری در گفت‌وگو با خبرنگار فارس گفت: در صورت هرگونه گزارشی از سوی نانوالی‌های استان ما بررسی‌های لازم را انجام می‌دهیم گاهی ممکن است مشکل از خود نانوا در عمل آوری و پخت نان باشد.

وی افزود: در رابطه با مشکل نانوالی‌های شهرستان بدره ما موضوع را بررسی می‌کنیم و همکاران اداره‌ی غذا و دارو نمونه گیری و اقدامات لازم را انجام خواهند داد.

تهیه خمیر در نانوالی‌ها باید بدون هرگونه ماده‌ای افزودنی باشد

رضایتی کارشناس تغذیه در گفت‌وگو با خبرنگار فارس گفت: قوت غالب مردم نان است و برای داشتن نانی سالم باید پروسه تبدیل گندم به کارخانه آرد قرار می‌گیرد باید گندم سالمی باشد تا کارخانه آرد بتواند آرد با کیفیتی در اختیار نانواها قرار دهد همچنین فرایند تهیهی خمیر در نانوالی‌ها باید بدون هرگونه ماده‌ی افزودنی انجام شود تا بتوانند نان سالم را هم از نظر فرمولاسیون صحیح هم از نظر پخت کامل با کیفیت بالا در اختیار مصرف‌کننده قرار دهند.

وی افزود: در نظر علمی بهتر است مردم از نان‌های تیره استفاده کنند چون هم از نظر غذایی غنی‌تر و سیوس دار است هم از نظر فرایند پخت این نان‌ها پخت کاملتری دارند؛ همیشه توصیه ما به کارخانه‌ها استفاده از آرد‌هایی با سیوس بیشتر بوده زیرا این روند روی سلامت مردم تاثیرگذار است.

کیفیت گندم در سال جاری از سطح پایینی برخوردار است

روابط عمومی کارخانه آرد شهرستان دره‌شهر در گفت‌وگو با خبرنگار فارس گفت: تولیدات ماهیانه کارخانه یک تن و ۶۸۰ کیلو گرم است؛ کیفیت آرد در کارخانه در سه سطح خیلی خوب، متوسط و بد قرار دارد؛ سطح کیفیت آرد بستگی به نوع گندمی دارد که به ما داده می‌شود؛ متأسفانه کیفیت گندم در سال جاری از سطح پایین برخوردار بود و همین باعث شده کیفیت آرد پایین بیاید.

وی افزود: تمام آرد‌های تولید شده در کارخانه به مصرف نانوالی‌های

ضرب‌المثل‌های جهان

هرگز انگشت جراحی دیده‌ات را به دنیا نشان مده

اسپانیولی

صفحه

۶

شماره
۳۲۸۹
سال
بیست و هفتم

ویژه



روغن، املاح و برخی ویتامین‌ها؛ یعنی بخش زیادی از آنچه بدن ما برای سوخت‌وساز نیاز دارد، در نان به چشم می‌خورد اما همین نان هم انواع مختلفی دارد و بسته به شیوه پخت و موادی که در پخت آن به‌کار رفته، می‌تواند ارزش بیشتر یا کمتری داشته باشد؛ در میان نان‌های سنتی، سالم‌ترین آنها، نان سنگک است که کمترین دور ریز را دارد و به‌دلیل وجود سیوس (اگر رنگ آن تیره باشد) زود هضم‌تر است.

بعد از سنگک، بربری از محبوب‌ترین نان‌هاست که اگر خمیر نباشد و با حرارت یکنواخت و ملایم پخته شود، می‌تواند نیازهای غذایی ما را تأمین کند؛ در این نان هم از سیوس استفاده می‌شود.

نان‌های لواش و تافتون به‌دلیل ماندگاری طولانی‌تر و در دسترس بودن بین ایرانی‌ها حسایی محبوب هستند؛ این نان‌ها اما ارزش غذایی پایینی دارند چون معمولاً با افزودن جوش شیرین و نمک زیاد در مدت کوتاهی تخمیر و پخته می‌شوند؛ از این گذشته، دور ریز زیادی هم دارند و مصرف زیاد آنها ممکن است باعث اختلال در جذب املاح شود. برای افراد چاق یا مبتلا به دیابت، نان سفید مضر است و باید نان قهوه‌ای (نان سیوس‌دار) جایگزین آن شود؛ سیوس با ایجاد احساس سیری باعث می‌شود نان کمتری بخورید.

از سوی دیگر فیبر موجود در نان سیوس‌دار، مشکلات گوارشی را حل کرده و به دفع بهتر کمک می‌کند؛ سیوس نان همچنین سرشار از ویتامین ب و نیاسین است، باعث می‌شود قند خون به آهستگی بالا برود، کلسترول و چربی خون را کاهش می‌دهد و در یک کلام، بهترین نان برای همه افراد، به‌ویژه چاق‌ها و دیابتی‌هاست.

بیشتر نان‌ها را اگر در دمای مناسب و بسته بندی خوب نگه‌دارید، برای مدت طولانی ماندگار خواهید بود؛ فریز کردن نان وقتی هنوز تازه است، یکی از بهترین راه‌ها برای حفظ کیفیت آن و جلوگیری از دور ریز نان است.

چرا کیفیت نان در فصول مختلف متفاوت است؟



در مهر ۹۷ به شورای سلامت ارسال شده اعلام شده فقط ۳۰ درصد از گندم‌های ایران ضعیف است.

وی ادامه می‌دهد: نماینده وزارت جهاد کشاورزی در شورای سلامت معتقد است این میزان در حدود ۲۰ درصد است که نشان می‌دهد مسئولان واقعیت‌های موجود در کشور را کتمان می‌کنند. این در حالی است که اگر واقعیت‌ها بیان شود بررسی راه‌های مقابله با آرد ضعیف را به دنبال خواهد داشت.

اکنون در شش ماه از سال گندم‌های موجود در کشور ضعیف و در مابقی ماه‌های سال گندم‌ها قوی است.

گندم کدام استان‌ها قوی، ضعیف و یا متوسط است؟

به گفته نایب رئیس انجمن علوم و فنون غلات، گندم استان‌های خوزستان، گلستان، فارس و ایلام مرغوب‌ترین گندم کشور است که گلوتن آن حدود ۳۰ و ایندکس آن حدود ۸۰ بوده و گندم استان‌های اصفهان، خراسان و کرمانشاه در رده متوسط قرار گرفته که گلوتن آن ۲۵ و ایندکس آن کمتر از ۶۰ است همچنین بدترین گندم‌های کشور با گلوتن کمتر از ۱۹ و ایندکس کمتر از ۵۰ متعلق به استان‌های همدان، کردستان، کرمانشاه (دیم)، زنجان، استان مرکزی و قم است.

خواجه معتقد است: «این آمار با آمار وزارت جهاد کشاورزی هم‌خوانی ندارد؛ ضعف گلوتنی گندم منجر به تضعیف کیفیت نان می‌شود همچنین نانوا ناچار است نمک نان را افزایش دهد، نمک علاوه بر طعم دهندگی، انسجام‌دهنده بافت خمیر بوده و افزایش چسبندگی بافت آن را به دنبال دارد.»

وی تأکید می‌کند: کتمان این واقعیت توسط وزارت جهاد کشاورزی منجر به اتخاذ تصمیم غیر کارشناسی و اشتباه توسط شورای سلامت کشور شده است.

نایب رئیس انجمن علوم و فنون غلات می‌گوید: بر این اساس از سوم اسفند ماه ۹۴، مصرف نمک در نان از دو به یک درصد کاهش یافت، در این مصوبه هیچ توجهی به ضعف گندم نشده که منجر به افزایش ضایعات نان و تخریب کیفیت آن شده است. علاوه بر این آسیابان‌ها برای جبران ضعف گلوتنی آرد از افزودنی‌های شیمیایی استفاده می‌کنند که مرغوب نبوده و التهاب پوستی دست نانوایان را به دنبال دارد.

خواجه اضافه می‌کند: کافی است اجازه دهند نانوا به تشخیص خود به نان نمک بزند همچنین با توجه به نیاز سالانه گندم، لازم است واردات گندم سریع‌تر انجام شود.

اجبار استفاده یک درصدی از نمک به کیفیت نان آسیب می‌زند

وی ادامه می‌دهد: اکنون در شش ماه از سال گندم‌ها ضعیف و در شش ماه دیگر گندم قوی است، در ابتدا نانوا مجبور به افزایش نمک نان و در فصل سرما که گندم‌ها وارداتی است مجبور به استفاده از سایر مواد می‌شود که به کیفیت نان آسیب وارد می‌کند.

واردات گندم در هر سال زودتر انجام شود

نایب رئیس انجمن علوم و فنون غلات خاطرنشان می‌کند: این موضوع که برای گندم با کیفیت متفاوت، مجوز استفاده از یک مقدار ثابت نمک صادر شود، عملی نیست و لازم است این مصوبه لغو شود.

خواجه تصریح می‌کند: اگر واردات گندم هر ساله زودتر انجام شود می‌توان کیفیت گندم را با مخلوط کردن انواع گندم تنظیم کرد.

شهرستان‌های دره‌شهر، بدره و آبدانان می‌رسد اما کیفیت آرد در حدى بد نیست که باعث مرجوعی شدن آن شود؛ نانوالی‌ها از این آرد استفاده می‌کنند اما باید این آرد را با یک آرد با کیفیت بهتر اختلاط کنند تا بتوانند سطح کیفیت آرد را به یک حد مناسب برسانند.

این مسوول ادامه داد: گندم دریاقتی امسال ما یک گندم فاجعه بود به همین خاطر ما نمونه گندم را به سازمان غذا و دارو ارسال کردیم تا آنجا بررسی شده و نتیجه را به ما اعلام کنند؛ پس از بررسی‌های انجام شده توسط سازمان غذا و دارو مشخص شد که گندم دریاقتی ما یک گندم درجه چهار بوده و اعلام کرد سیلواها باید گندمی که به کارخانه‌ها ارائه می‌کند یک گندم سالم و استاندارد و فاقد مشکل باشد.

وی تصریح کرد: امسال ما دو ماه درگیر مشکل گندم‌هاى ضعیف بودیم و به همین خاطر ما گاهی نمی‌توانستیم با نانوالی‌ها همکاری کنیم و آرد مناسب به آنها ارائه کنیم یا در رابطه با درخواست مرجوع کردن آرد نمی‌توانستیم با نانواها همکاری کنیم چون آردی که در اختیار داشتیم تمام آردی یک نوع گندم بود و کیفیت پایینی داشت.

وی گفت: بعد از انجام آزمایش‌های متداول و تحقیقات انجام شده به کمک سازمان غذا و دارو در حال حاضر سطح کیفیت آرد کارخانه بهبود یافته است.

گندم با گلوتن بالا موجب ایجاد مشکل در پخت نان می‌شود

نادری مدیرعامل اداره غله و خدمات بازرگانی در گفت‌وگو با خبرنگار فارس گفت: اداره‌ی غله وظیفه تأمین گندم و آرد را بر عهده دارد؛ گندم با گلوتن بالا یا پروتئین بالا موجب می‌شود در مرحله‌ی پخت نان مشکل پیش بیآورد و نان خوبی به بار نمی‌آورد؛ به همین خاطر این نوع گندم باید با یک نوع گندم با گلوتن پایین ترکیب شود تا به سطح استاندارد برسد.

وی افزود: گندمی که ما در اختیار کارخانه آرد دره‌شهر قرار می‌دهیم باید جوری اختلاط شود که به سطح استانداردى از گلوتن برسد تا نانوالی‌ها را با مشکل مواجه نکند؛ اما در یک دوره‌ی زمانی این اتفاق نیفتاد و به همین خاطر باعث شد کیفیت آرد پایین بیاید.

گفتنی است؛ تلاش‌های خبرنگار فارس جهت ارتباط با عیدخان‌ی (مسوول نظارت اداره‌ی صمت) به نتیجه نرسید و حاضر به پاسخگویی نبودند.

تاثیر نان به عنوان یک ماده‌ی غذایی که هر روزه بر سر سفره مردم وجود دارد بر سلامتی مردم بر هیچکس پوشیده نیست؛ اما نظارت ضعیف در این بخش موجب شده هر روز مشکل تازه‌ای در بخش پیش بیاید.

انواع نان‌ها

نان فقط یک غذای سیرکننده نیست؛ منبعی است از کربوهیدرات، فیبر،

وجود گندم با کیفیت‌های مختلف و واردات دیرهنگام آن منجر به کاهش کیفیت آرد در فصول مختلف و مشکلاتی برای نانوایان شده که نیازمند واردات به موقع و تصمیمات جدی در این حوزه است. به گزارش خبرنگار ایمن‌ا، یکی از مهم‌ترین علل پایین بودن کیفیت نان، مرغوب نبودن آرد تولیدی است. با توجه به جایگاه ویژه نان در فرهنگ ایرانی‌ها که آن را برکت سفره می‌دانند، این ماده غذایی مهم‌ترین جز سبد غذایی خانوار و یکی از خریدهای همیشگی و روزانه هر خانواده ایرانی است.

نان همواره با حاشیه‌های فراوانی مانند نان سیوس‌دار و تیره یا نان خمیر و سفید، بالا رفتن قیمت‌ها، پایین آمدن وزن، کم شدن کیفیت و نداشتن مرغوبیت، اضافه شدن افزودنی‌های غیر مجاز به خمیر و چالش پخت و نگهداری صحیح همراه بوده است. بسیاری از تولیدکنندگان نان و مسئولان استان‌ها در مدت اخیر اعلام کرده‌اند که گندم نامناسب مشکل اصلی کیفیت پایین آرد و نان است.

بر این اساس وارد نکردن به موقع گندم به کشور باعث شده است که در زمستان به جای استفاده از گندم ضعیف مجبور به مصرف گندم قوی یا پرگلوتن (چسب خمیر) برای پخت نان شویم که عامل شکنندگی و سفت شدن نان می‌شود و عمدتاً ناراضیاتی مردم را به همراه دارد.



گفته می‌شود دولت در ماه‌های پایانی سال اقدام به واردات گندم می‌کند که در برخی موارد گندم‌های ته انتباری به کشورمان فروخته می‌شود، (سن‌زدگی، تازله نبودن گندم (نداشتن خواب سه ماهه)، نم زدگی و عرق زدگی که دلیل نگهداشتن در گمرک عامل بی‌کیفیت شدن و گاهی کپک‌زدگی گندم می‌شود.

وزارت بهداشت با یک اقدام بین استانی می‌تواند گندم‌های ضعیف و قوی را بین استان‌ها تقسیم کند تا با مخلوط کردن آن بتوان به نان با کیفیت دست یافت. استفاده از روش‌های ناکارآمد برای پخت نان مانند افزودنی‌ها همچون جوش شیرین و خواب نرفتن خمیر نان در اصفهان رفع شده است.

در همین رابطه «محمدرضا خواجه» نایب رئیس انجمن علوم و فنون غلات، در این رابطه به خبرنگار ایمن‌ا می‌گوید: اگر هر ایرانی در روز دو قرص نان مصرف کند میزان نیاز گندم در کشور ۸.۵ میلیون تن آرد و با مصرف روزانه سه قرص نان این میزان به سالانه ۱۵ میلیون تن آرد می‌رسد.

مصرف آرد در کشور اکنون بیش از اندازه است

وی اضافه می‌کند: مصرف آرد در کشور اکنون بیش از اندازه است، امسال حدود هشت میلیون تن گندم در داخل کشور تولید و حدود هشت میلیون تن هم واردات شده است.

نایب رئیس انجمن علوم و فنون غلات می‌گوید: بر اساس گزارشات میدانی و اعلام اتحادیه‌های نان‌های سنتی و نانترتی و همچنین گزارشات انجمن صنفی آسیابان‌های کشور، حداقل ۴۰ درصد گندم‌های ایران ضعیف، ۳۰ درصد آن قوی و مابقی متوسط است.

مسئولان واقعیت‌های موجود در کشور را کتمان می‌کنند

خواجه اضافه می‌کند: در گزارش کارگروه امنیت غذایی کشور که