

خمیر و نان

تلفیق: کریم - تکمیل: پروین و اسکندر ۱۳۹۶
مستطقی از روی دستگیری تصویرخانه ایران





لزوم ایجاد دستگاه نظارتی کارآمد بر کیفیت نان کشور

یکی از مهم‌ترین اقدامات انجام گرفته در دولت قبلی، برنامه‌ریزی و اجرای طرح تحول اقتصادی کشور بود که یکی از بخشهای مهم آن آزادسازی قیمت نان؛ غذای اصلی کشور بود. این طرح، به دلیل این‌که در صورت اجرای صحیح منجر به رقابت بین تولیدکنندگان و نهایتاً افزایش کیفیت این کالای مهم سبد خانوار می‌شد، با استقبال طیف‌های مختلف روبه‌رو گردید زیرا منتج به تلاش نانوایان برای خرید مواد اولیه بهتر و دقت در تولید شده و ضمن ایجاد انگیزه به جهت سودآوری و کنار زدن رقبا، نهایتاً منجر به عرضه محصول با کیفیت به مصرف‌کننده می‌گردید.

اما متأسفانه طرحی که می‌توانست نان کشور را از معضل بی‌کیفیتی چندین دهه‌ای خارج کند بنا به دلایل مختلف به درستی اجرا نشد و جز گرانی قوت غالب مردم کشور و تحمل فشار اقتصادی، هیچ پیامدی برای آنان به همراه نداشت.

بررسی نسبت مصرف جوش شیرین و خمیرمایه که به ترتیب دو عامل بسیار مهم در تنزل و ارتقای کیفیت نان می‌باشند، در قبل و بعد از اجرای این طرح موید این نکته است که مصرف جوش شیرین پس از طرح تحول به میزان بسیار اندکی کاهش یافته و از نقطه ایده‌آل بسیار فاصله دارد، همان‌طور که مصرف خمیرمایه در کشور به نقطه مطلوب نرسید. مراجعه به آمار مصرف داخلی خمیرمایه بر این واقعیت تلخ صحنه می‌گذارد که مصرف خمیرمایه در کشور، یک سال قبل از اجرای طرح تحول ۱۳۰۰۰ تن و یک سال پس از آن تنها به ۱۵۰۰۰ تن رسیده است که فاصله بعدی تا حد استاندارد که به تایید متخصصین ۴۰۰۰۰ تن در سال است دارد.

حال که صحبت از اجرای مرحله دوم طرح تحول اقتصادی است و از گوشه و کنار زمزمه‌هایی نیز در خصوص افزایش قیمت آرد و نان مطرح می‌شود، این نگرانی وجود دارد که اجرای ناصحیح و بدون ساز و کار علمی و اصولی این طرح، مجدداً بدون هیچ تأثیری بر کیفیت نان، به مانند دفعه پیشین تنها به گرانی نان انجامیده و مشکلی بر مشکلات اقتصادی مردم که در این چند سال کم نبوده بیفزاید.

افزایش قیمت نان در صورتی‌که افزایش کیفیت و فراوری صحیح و تولید و عرضه اصولی نان را به همراه داشته باشد، حداقل این حسن را دارد که مصرف‌کننده‌ای که به دلیل تورم و گرانی موجود، بخش قابل‌توجهی از مواد مغذی لازم بدن مانند میوه و گوشت و ماهی و لبنیات را در سبد غذایی خانواده خود از دست رفته می‌بیند، لاقلاً با مصرف نان با کیفیت بخشی از مواد مغذی مورد احتیاج بدن خود را تأمین کند و نه این‌که با نان فراوری شده با مواد مضر شیمیایی، مشکل بیماری‌های گوارشی و متابولیک و سوء‌تغذیه را نیز به مشکلات دیگر خود اضافه نماید.

با استفاده از تجربیات گذشته با اطمینان می‌توان عنوان کرد که تنها راه افزایش کیفیت نان مردم و جلوگیری از آلوده کردن آن به جوش شیرین، ایجاد یک دستگاه نظارت کارآمد و سازمان یافته می‌باشد که متأسفانه در حال حاضر وجود خارجی ندارد. امیدواریم مسوولان فعلی با استفاده از تجربیات متخصصان و دلسوزان سلامت کشور، گامی اساسی در بهبود وضعیت موجود بردارند.



آنچه در این شماره می‌خوانیم:

۳	مقاله
۴	اخبار
۶	گزارش (فرمانده خیریه خیریتان در هیئت‌های نظارتی خیریتان)
۷	در استان‌ها
۱۰	با رسانه‌ها
۲۰	مقاله (مستقیماً از قلم خیریتان: سالی (است ویران))



زیر نظر

دبیر: سندیگا، مهندس مجید پارسایی

مشاور علمی

مهندس محمود گیاهی

تحریریه

مهندس کاوه اجاز

گرافیکست و صفحه‌آرا

امین عارف‌نیا

آهنگر پشتیبانی

میرحامد فتاحی

تیراژ:

۱۰۰۰ جلد

چاپ

اسری

با تشکر از:

دکتر ناصر رحیب‌زاده

محمدجواد سرافراز یزدی

بهروز خرمشاهی

و کلیه عزیزانی که ما را

در تهیه این شماره یاری نمودند.

به آگاهی خوانندگان گرامی می‌رسانیم نظر به این‌که مطالب، آمار و ارقام و نقطه نظرهای گوناگون که در مقاله‌ها و گزارش‌های نشریه خیمه‌های خیریتان ایران آرایه می‌شود، آرا و دیدگاه‌های نویسنده و یا مترجم آن مقاله است. امکان دارد با خطمشی نشریه خیمه‌های خیریتان ایران همخوانی نداشته باشد. از این‌رو از خوانندگان نکته‌سنج درخواست می‌کنیم نظرها و پیشنهادهای خود را در این زمینه به تحریریه نشریه خیمه‌های خیریتان ارسال دارند تا نسبت به درج آن‌ها نیز اقدام شود. ضمناً استفاده از مطالب این نشریه با ذکر منبع بلامانع می‌باشد.

یا سها فراوان

تحریریه نشریه خیمه‌های خیریتان

نشانی: تهران - خیابان سعادت آباد

پانزدهم تیرماه ۱۳۹۰

شماره ۱۴ - صفحه اول - واحد ۲

تلفن: ۸۸۶۸۳۹۰۹ - فکس: ۸۸۶۸۳۷۴۵

http://www.iranyeast.com

E-mail: iran_yps@yahoo.com



جلسه هیات مدیره سندیکا



جلسه هیات مدیره سندیکای تولیدکنندگان خمیرمایه ایران روز چهارشنبه چهاردهم اسفندماه در محل شرکت خمیرمایه رضوی در شهرستان مشهد، با حضور اعضای هیات مدیره و دبیر سندیکا برگزار گردید. در این جلسه پیشنهاد تشکیل شرکت بازرگانی خمیرمایه و تجمیع فروش کل محصولات در این شرکت به شور گذاشته شد ولی با توجه به نظرات ارایه شده اعضا مورد تصویب قرار نگرفت. سپس بحث ایجاد سیستم آماری در سندیکا مطرح و مورد تصویب قرار گرفت و مقرر شد اطلاعات تولید و توزیع استانی

هر شرکت هر ماه توسط دبیرخانه سندیکا جمع آوری گردد و جهت بهره برداری به اعضا ارایه گردد. پیشنهاد اختصاص بودجه جهت فرهنگ سازی و پیشبرد اهداف از ۳ مسیر دستگاه های دولتی، مردم و نانوایان نیز در این جلسه مطرح گردید و اجرائیش منوط به تامین بودجه لازم شد. در ادامه این جلسه مقرر شد نامه ای جهت سازمان حمایت مصرف کنندگان و تولیدکنندگان تنظیم گردد و ضمن تشکر از زحمات و حمایت های این نهاد در مساله تامین مواد اولیه تولید خمیرمایه، پیشنهاد قیمت گذاری ملاس برای جلوگیری از تکرار مسایل پیش آمده در سال های آتی مطرح گردد.

از دیگر مصوبات این جلسه، پیگیری برگزاری نشست با اعضای شورای شهر تهران و تشریح وضعیت نان این شهر بود که در دستور کار دبیرخانه قرار گرفت. استمرار پیگیری افزایش تعرفه واردات خمیرمایه از سازمان توسعه تجارت که در رقابت با محصولات چینی مورد تهدید قرار گرفته اند نیز از دیگر مصوبات این جلسه بود. در ادامه گزارشی از طرح مساله جوش شیرین در شورای عالی سلامت مطرح گردید و مقرر شد نحوه همکاری های آتی سندیکا با هماهنگی جناب آقای ظهیری؛ نماینده اتاق بازرگانی ایران در شورای عالی سلامت مشخص و به اعضا اعلام گردد. در انتهای این جلسه موضوع تعیین قیمت خمیرمایه در سال جدید به جمع بندی نرسید و قیمت گذاری منوط به شرایط سال آتی گردید.

پس از اتمام جلسه، اعضای هیات مدیره از قسمت های مختلف کارخانه خمیرمایه رضوی بازدید به عمل آوردند.

تلاش برای طرح مساله جوش شیرین در شورای عالی سلامت

با توجه به کاهش تقاضای خمیرمایه در بازار داخلی که نشان دهنده گسترش مجدد مصرف جوش شیرین بوده و حتی در اظهارات مقامات رسمی نیز به آن اشاره شده است، سندیکای تولیدکنندگان خمیرمایه که از ابتدای تاسیس پیگیری حذف جوش شیرین از نان را رسالت خود دانسته، اقدامات لازم را در دستور کار قرار داد. طبق مصوبه هیات مدیره این انجمن، یکی از نهادهایی که مقرر شد پیگیری از طریق آن بخش صورت گیرد، شورای عالی سلامت بود که شرح وضعیت موجود به نماینده صنایع غذایی کشور در شورای عالی سلامت طی مکاتبه ای اعلام گردید. در نامه ارسالی به آقای مهندس ظهیری عنوان گردیده است متاسفانه وضعیت نان کشور در وضعیت مطلوبی قرار نداشته و با وجود تلاش هایی که در چندین سال اخیر صورت گرفته است، روند مصرف ماده زیان بار جوش شیرین در نان نه تنها کاهش نیافته بلکه بر اساس اعلام استاندار محترم تهران و همچنین مدیرکل محترم استاندارد تهران به رقم بالایی در نان های تهران رسیده است که این امر فاجعه آمیز بوده و تنها درایت، هدایت و راهکارهای شورای عالی سلامت کشور به ریاست رییس جمهوری محترم می تواند موجب مهار این وضعیت گردد.

در این نامه عنوان گردیده ارزانی و سهولت استفاده از جوش شیرین موجب شیوع مصرف آن در نان بدون در نظر گرفتن سلامت جامعه شده است، غافل از این که مصرف جوش شیرین در نان موجب شیوع برخی بیماری های متابولیک مانند بیماری های گوارشی (از جمله سرطان معده)، پوکی استخوان، فشار خون و همچنین عوارض تغذیه ای مانند عدم جذب ریزمغذی ها می گردد، ضمن این که باعث بی کیفیتی و بیای بی تاثیر بودن نان و افزایش میزان دورریز آن شده است. این در حالی است که کارخانه های خمیرمایه کشور که تماما عضو این سندیکا می باشند قادر به تامین ۴۰،۰۰۰ تن خمیرمایه؛ معادل نیاز کشور به این ماده حیاتی و عامل ارتقای کیفیت نان کشور می باشند که بخشی از ظرفیت آن ها معطل مانده و بخش قابل توجهی از تولیداتشان صادر می گردد. در پایان از ایشان تقاضا گردیده با توجه به اهمیت موضوع تغذیه و لزوم سالم بودن غذای اصلی کشور یعنی نان، این موضوع به نحو شایسته ای در شورای عالی سلامت کشور مطرح گردد تا آن شا... قدمی بزرگ در راه رفع این معضل قدیمی برداشته شود.



گفت و گو با مهندس مجید پارسایی؛ دبیر سندیکای تولیدکنندگان خمیرمایه ایران:

نان هم جوش آورد!

مهندس مجید پارسایی با بیان این که امسال مصرف جوش شیرین در تولید نان سنتی در کشور به شدت بالا رفته، گفت: این در حالی است که طبق مصوبه شورای عالی سلامت استفاده از جوش شیرین در تولید نان ممنوع است اما وزارت بهداشت نظارت چندانی روی این موضوع نداشته و البته ابزار کافی را هم برای نظارت بر نانوایی ها ندارد.

دبیر سندیکای تولیدکنندگان خمیرمایه با اشاره به این که هم اکنون در تولید ۷۰ درصد از نان سنتی ایران از جوش شیرین استفاده می شود، گفت: متاسفانه با وجود قانون ممنوعیت استفاده از جوش شیرین در تولید نان، نظارتی در این زمینه وجود ندارد.

مهندس پارسایی در گفت و گو با ایسنا، با بیان این که امسال مصرف جوش شیرین در تولید نان سنتی در کشور به شدت بالا رفته، گفت: این در حالی است که طبق مصوبه شورای عالی سلامت استفاده از جوش شیرین در تولید نان ممنوع است اما وزارت بهداشت نظارتی چندانی روی این موضوع نداشته و البته ابزار کافی را هم برای نظارت بر نانوایی ها ندارد.

وی افزود: قبلا روی استفاده از جوش شیرین در تولید نان سخت گیری هایی شده بود اما در حال حاضر دیگر همان سخت گیری ها هم وجود ندارد. زمانی که وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو مقررات می گذارند باید بر اجرای صحیح مقررات نیز نظارت کافی داشته باشند.

وی تاکید کرد: با توجه به این که نان غذای اصلی مردم ایران محسوب می شود استفاده از جوش شیرین در تولید آن می تواند آسیب جدی به سلامت افراد وارد کند. استفاده از جوش شیرین در تولید نان باعث عدم جذب کلسیم، منیزیم و آهن شده و این مواد بدون جذب از بدن خارج می شوند.

دبیر سندیکای تولیدکنندگان خمیرمایه در پاسخ به این سوال که در حال حاضر در تولید چند درصد از نان سنتی ایران از جوش شیرین استفاده می شود؟ گفت: می توانم بگویم در ۷۰ درصد از تولید نان سنتی در ایران از جوش شیرین استفاده می شود که سازمان غذا و دارو باید با تعریف سیستمی جلوی این مصرف بی رویه جوش شیرین در تولید نان را بگیرد.

پارسایی با اشاره به این که ایران بهترین نوع خمیرمایه را در سطح منطقه و حتی جهان تولید می کند، اظهار کرد: متاسفانه حتی در کشوری مانند افغانستان که شاید از نظر ما جزو عقب مانده ترین کشورهای دنیا باشد هم یک گرم از جوش شیرین در تولید نان استفاده نمی شود. از سوی دیگر خمیرمایه تولیدی ایران در حال حاضر به بسیاری از بازارهای جهانی از جمله کشورهای همسایه، حاشیه خلیج فارس، آسیای میانه و حتی آفریقا صادر می شود.

وی با اشاره به فعالیت شش کارخانه تولید خمیرمایه در کشور گفت: ظرفیت تولید این کارخانه ها سالانه ۴۵ هزار تن بوده که البته کارخانه ها هم اکنون زیر ظرفیت تولید داشته و سالانه حدود ۲۰ هزار تن محصول تولید می کنند. در صورت صفر شدن مصرف جوش شیرین در تولید نان کشور کارخانه های فعلی خمیرمایه قادر خواهند بود کل نیاز صنعت نان کشور به خمیرمایه را تامین کنند. پارسایی گفت: جوش شیرین یک ماده صنعتی است و برای این به نان اضافه می شود که زودتر آماده پخت شود. این در حالی است که مصرف جوش شیرین عوارض منفی زیادی برای سلامت انسان دارد.

دبیر سندیکای تولیدکنندگان خمیرمایه همچنین به ارایه پیشنهاد قیمت گذاری ملاس به عنوان ماده اولیه خمیرمایه به سازمان حمایت از سال آینده اشاره کرد که در صورت عملی شدن، جلوی نوسان قیمت ملاس در بازار گرفته خواهد شد. وی همچنین گفت: به نظر من با توجه به وضعیتی که بر صنعت غذا حاکم است و همچنین مطرح شدن بحث اقتصاد مقاومتی، پیش بینی می کنم این صنعت در سال آینده با رشد مواجه شود.

شرکت خمیرمایه و الکل رازی؛

واحد نمونه اداره کل استاندارد خوزستان



شرکت خمیرمایه و الکل رازی، در مراسم تقدیر از واحدهای نمونه استاندارد استان خوزستان به عنوان واحد نمونه انتخاب گردید. این مراسم که با حضور جمعی از مسوولین استانی در محل این اداره کل برگزار گردید، لوح تقدیر به آقای مهندس احتشامی؛ مدیرعامل این شرکت اعطا گردید. شرکت خمیرمایه و الکل رازی خمیرمایه خود را با نام تجاری «ناب مایه» و تحت استاندارد ملی ایران به شماره ۷۱۳۳۲۰۳۹۱۱ و در بسته بندی های کیسه ۱۰ کیلوگرمی، ساشه ۱۰۰ گرمی و ۸۰ گرمی، و کیبوم ۱۰۰۰ و ۵۰۰ و ۲۵۰ گرمی تولید و به بازارهای داخلی و صادراتی عرضه می نماید.

گفتنی است سیستم های ایزو ۹۰۰۱، ۱۸۰۰۱ و ۱۴۰۰۱ در این شرکت مستقر گردیده و اجرای استانداردهای سری ۲۲ و ۵۰ را در برنامه آتی خود گنجانده است.

حضور شرکت خمیرمایه رضوی در هشتمین نمایشگاه اختصاصی بازرگانی صنعتی ایران در کشور ترکمنستان

شرکت خمیرمایه رضوی به همراه سه شرکت دیگر هلدینگ غذایی رضوی در اسفندماه سال ۱۳۹۲ اقدام به برپایی غرفه در هشتمین نمایشگاه اختصاصی بازرگانی-صنعتی ایران در کشور ترکمنستان نمود. این نمایشگاه در محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی عشق‌آباد (قصر سرگئی عشق‌آباد) با همکاری نمایشگاه بین‌المللی مشهد و با حضور مقامات عالی‌رتبه دو کشور از جمله جناب آقای نعمت‌زاده وزیر صنعت، معدن و تجارت ایران، استاندار خراسان رضوی، سفیر جمهوری اسلامی ایران در ترکمنستان و چند تن از وزرای همپایه ترکمنی و معاون اول رییس جمهور این کشور و حضور حدود ۱۰۰ شرکت معتبر از ایران با قرائت پیام تبریک رییس جمهور ترکمنستان آغاز به کار کرد.

در رابطه با بازار خمیرمایه ترکمنستان، می‌توان تولیدکنندگان نان را شامل نانوایان خانگی و نانوایان محلی و نانوایان صنعتی دانست. نکته مهم در ارتباط با فرهنگ تولید نان در ترکمنستان، نحوه فرآوری آن می‌باشد که فرهنگ تولید و مصرف تقریباً شبیه به کشور افغانستان و ایران است. در این کشور در بیشتر مناطق هنوز نان به صورت سنتی پخت می‌شود که عمده مصرف خمیرمایه به خصوص در مناطق روستایی در منزل می‌باشد. در مناطق شهری نیز پخت در همان تنورهای سنتی و به میزان انبوه بوده ولی تولید صنعتی نان نیز در حال گسترش با نرخ رشد قابل توجه می‌باشد. کشور ترکمنستان در بسیاری از موارد سعی در حفظ ارزش‌های فرهنگی خود می‌نماید و به همین لحاظ هماهنگی زیادی با تولید و صنعت ایرانی دارد. اقتصاد آن کشور تا حد زیادی دولتی بوده و نکته قابل تامل در این بازار حساسیت دولت در ارتباط با نرخ نان می‌باشد.

شرکت خمیرمایه رضوی با درک اهمیت و قابلیت‌های این بازار اقدام به شرکت در این نمایشگاه، تحقیقات بازار بیشتر و معرفی برند رضوی نمود. در حال حاضر مذاکرات با متقاضیان محصولات رضوی در حال انجام و برند رضوی با افزایش تقاضا روبه‌رو شده است و محصولات خمیرمایه رضوی در مقایسه با رقبای خود در آن بازار جایگاه قابل توجهی را نزد نانوایان پیدا کرده است.



در استان همدان

مدیرکل غله و خدمات بازرگانی استان اردبیل گفت: کارشناسان فارغ‌التحصیل و بیکار مواد غذایی و تغذیه استان اردبیل به منظور کنترل کیفیت نان به کارگیری می‌شوند. عباس کریمی، مدیر کل سازمان غله و خدمات بازرگانی استان اردبیل اظهار داشت: این طرح، طرحی خام است و هنوز به مرحله تصویب نرسیده است و در صورت تصویب، جمعی از کارشناسان انجمنی را تشکیل داده و در این حوزه فعالیت خواهند کرد. وی با بیان این‌که این انجمن در ازای مبلغی که به حساب آن‌ها واریز خواهد شد، به مباحث ارتقای کیفیت نان تولیدی، عمل‌آوری خمیر و مسایل بهداشتی نظارت خواهند کرد، افزود: از اهداف اصلی این طرح در وهله اول می‌توان به ایجاد اشتغال و در وهله دوم به نظارت بر ارتقای تولید نان اشاره کرد. کریمی با اشاره به درجه‌بندی کارخانجات آردسازی، بیان داشت: اکثراً متشکل از کارشناسان و بازرسان اداره غله وجود دارد که بحث استانداردسازی و درجه‌بندی کارخانجات آردسازی را مدنظر قرار می‌دهند چرا که معتقدیم ارتقای کیفیت آرد تولیدی تنها با رقابت کارخانجات در بحث استانداردسازی میسر است. مدیرکل سازمان غله و خدمات بازرگانی استان اردبیل با اشاره به طرح تخصیص آرد به واحدهای نان صنعتی حجیم و نیمه‌حجیم، تصریح کرد: اردبیل تنها استانی است که مجوز تخصیص آرد به واحدهای نان صنعتی را دریافت کرده که در ۱۰ روز آینده این آردها توزیع خواهد شد. این مقام مسوول، با یادآوری این مطلب که این طرح با هدف حمایت از سرمایه‌گذاران بخش خصوصی در تولید نان، فعال کردن واحدهای راکد و جدید، اشتغال‌زایی و احصاء مشکلات مربوط به کمبود نان در استان اردبیل اجرا می‌شود، گفت: در حال حاضر تعداد ۴ واحد نان صنعتی به نام‌های شرکت گل گندم سبلان، گل یاس اذر، شرکت بهکام سبلان و شرکت ایثارگران خلخال در استان اردبیل ایجاد شده است. کریمی، در پایان سخنان خود سرانه مصرف آرد در کشور را ۷/۵ کیلو به‌ازای هر نفر عنوان و خاطر نشان کرد: به جهت این‌که ذایقه مردم این استان، مصرف بیشتر نان است ما این سرانه را به ۸/۵ کیلو افزایش داده‌ایم که در برخی از فصول سال به ۱۰ کیلو هم افزایش پیدا کرده است ولی با این وجود تاکنون مشکلی در خصوص کمبود آرد و نان نداشته‌ایم.

اردبیل

نعمت‌الله ترکی در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران، عنوان کرد: در بررسی‌های صورت گرفته در بحث گندم، آرد و نان در استان تهران کمبود نداریم و به‌میزان مصرف، برای چهار ماه آینده نیز ذخیره داریم. وی ادامه داد: در استان تهران یک میلیون و ۲۰۰ تن مصرف سالانه گندم است که ۳۰۰ هزار تن تولید در مجموعه استان و مابقی از سایر استان‌ها و واردات تهیه و ذخیره می‌شود. ترکی اذعان کرد: از سقف و رقم اعلام شده و با جلسه‌ای که با اداره غله داشتیم ذخیره استان تهران خوب است و تا چهار ماه آینده در بحث گندم مشکلی نداریم. معاون برنامه‌ریزی و بودجه استانداری خاطر نشان کرد: در بررسی‌های انجام شده در توزیع آرد مشکل داشتیم که آن هم به‌علت اختلاف قیمت در بخش خرید و توزیع آرد با سقف و رقم بالا بود که می‌طلبید نظارت دقیق و درستی داشته باشیم. وی در پایان یادآور شد: سهمیه‌ای که برای اتحادیه نانوایی‌ها در استان در نظر گرفته می‌شود در اداره غله حتماً باید نظارت شود؛ ما روزانه ۸ هزار نانوایی در استان و شهر تهران را باید رصد کنیم که در شبکه توزیع مشکلی ایجاد نشود.

تهران

استفاده از جوش‌شیرین در عمل‌آوری نان پیامدهای منفی فراوانی برای سلامت مصرف‌کنندگان دارد و بروز التهاب و زخم‌های معده از جمله عوارض مصرف جوش‌شیرین در تولید نان است. مدیر کنترل کیفی شرکت غله استان زنجان با بیان این مطلب گفت: با توجه به مصرف حداقل دو یا سه وعده نان در هر روز، استفاده از جوش‌شیرین در عمل‌آوری خمیر نان مجاز نمی‌باشد، بنابراین برای جلوگیری از مصرف جوش‌شیرین در نانوایی‌ها باید قاطع برخورد کرد. محمد ایزدی خاطر نشان کرد: جوش‌شیرین باعث تحریک دستگاه گوارش برای ترشح بیشتر اسید معده شده و در مواقع گرسنگی در اثر ترشح اسید موجب بروز التهاب و زخم معده می‌شود چراکه pH طبیعی معده اسیدی است در حالی‌که جوش‌شیرین دارای pH قلیایی می‌باشد. وی عدم امکان جذب املاحی همچون آهن، روی، کلسیم و ... در بدن را از دیگر عوارض مصرف جوش‌شیرین در عمل‌آوری نان برشمرد. وی اضافه کرد: در آرد ترکیبی به نام اسیدفیتیک وجود دارد که با یون‌های دو ظرفیتی کمپلکس پایدار تشکیل داده و مانع از جذب آن‌ها در بدن می‌شود. وی توضیح داد: در صورت استفاده از مخمر، در جریان تخمیر آنزیمی به نام فیتاز ترشح می‌شود که باعث انهدام و تجزیه اسیدسیتریک شده و جذب یون‌های دو ظرفیتی امکان‌پذیر خواهد شد. ایزدی با بیان این‌که استفاده از جوش‌شیرین به دلیل به هم زدن pH مورد نیاز برای حیات و فعالیت مخمر موجب نابودی آن‌ها خواهد شد، افزود: نابودی مخمرها، آنزیم فیتاز ترشح نخواهد شد و این موضوع سبب می‌شود تا اسیدفیتیک نیز تجزیه نشود و در نهایت منجر به عدم جذب املاح

زنجان



مورد نیاز بدن می‌گردد. وی عوارض ناشی از کمبود آهن، روی و کلسیم در بدن را شامل: کم‌خونی، کاهش ضریب هوشی، کاهش توان کاری، خستگی زود هنگام، کوتاه قدی و پوکی استخوان عنوان کرد. ایزدی با اشاره به بحث آموزش نانوایان در سطح تاکید کرد: متأسفانه استفاده از جوش‌شیرین در عمل‌آوری نان در نانوایی‌ها با آگاهی کامل از عوارض آن صورت می‌گیرد، چراکه با وجود آموزش‌های گسترده درباره مضرات استفاده از جوش‌شیرین، کمتر متصدی نانوایی وجود دارد که از این مضرات بی‌خبر باشد. ایزدی با اشاره به این‌که در حال حاضر بر‌خورد با نانوایان متخلف بی‌شستر به‌صورت جریمه است، خاطر‌نشان کرد: راه جلوگیری از مصرف جوش‌شیرین در عمل‌آوری نان بر‌خورد قاطع با نانوایان متخلف است. ایزدی، دلیل استفاده نانوایان از جوش‌شیرین در عمل‌آوری نان را کوتاه‌تر بودن زمان تخمیر دانست و گفت: میزان مصرف جوش‌شیرین در نانوایی‌های استان گاهی اوقات صفر و گاهی نیز در حد ۵ درصد بوده است.

در راستای ارتقای سطح کیفیت نان و افزایش میزان سلامت و بهداشت در واحدهای نانوایی استان سیستان و بلوچستان، طرح بهسازی و بازسازی نانوایی‌ها با جدیت دنبال می‌شود. غلامعلی کیخایی؛ مدیرعامل شرکت غله منطقه ۱۱، با عنوان این مطلب افزود: با نظارت بر مصرف برخی از افزودنی‌ها در پخت نان، می‌توان سلامت مردم جامعه را تضمین کرد. وی به حذف جوش‌شیرین و نمک اشاره کرد و گفت: خوشبختانه استان سیستان و بلوچستان از نادر استان‌هایی است که جوش‌شیرین را از چرخه تولید نان مردم به‌طورکلی حذف کرده است. کیخانی افزود: در تلاش هستیم تا بتوانیم مصرف نمک را نیز در چرخه تولید نان کاهش دهیم چرا که به‌طور متوسط هر ایرانی روزی ۳ گرم نمک را از طریق نان وارد بدن خود می‌کند. وی در ادامه از دیگر راه‌های ارتقای بهداشت نان و سلامت مردم به بهسازی نانوایی‌ها اشاره کرد و گفت: بازسازی نمای داخلی و خارجی نانوایی‌ها و همچنین توجه به بهداشت فردی متصدیان نانوایی و بهداشت محیطی و مکانیزه کردن لوازم پخت در این راستا اقدامی موثر و مطلوب است. وی تصریح کرد: از جمله مواردی که انجام آن در بهسازی و بازسازی نانوایی‌ها مورد توافق قرار گرفته می‌توان به استفاده از خمیرگیر و تگار استیل، نصب توری برای پنجره‌ها ،کاشی‌کاری دیوارها و سنگ یا سرامیک کردن کف محیط نانوایی اشاره کرد و همچنین تبدیل دستگاه‌های پخت نان از حرارت مستقیم به دستگاه‌های پخت نان با حرارت غیر مستقیم از دیگر موارد مهم است چرا که پخت نان با حرارت مستقیم علاوه بر این‌که مصرف سوخت و انرژی بالایی دارد، موجب غیر بهداشتی شدن نان تولیدی نیز می‌شود.

به گزارش ایسنا، «علی همتی»، رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت فارس به‌عنوان یکی از متولیان نظارت بر عملکرد نانوایی‌ها، از برگزاری جلسه هم‌اندیشی در خصوص ارتقای کیفیت نان خبر داد و مدعی شد که از ابتدای حضورش در استان، یکی از دغدغه‌هایش کیفیت نان و ارتقای آن بوده است. وی با یاد‌آوری این‌که در ایران، غلات خصوصا نان از جمله غذاهای اصلی محسوب می‌شود، گفت: نان در جامعه اسلامی تقدس، اهمیت و جایگاه ویژه‌ای دارد. رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت فارس با بیان این‌که مواد اولیه، نیروی انسانی و شرایط فنی، سه عامل اصلی و تاثیرگذار بر کیفیت نان محسوب می‌شود، گفت: در سبد خانوار، نان یکی از اصلی‌ترین کالاها است اما متأسفانه نان تولید شده در شیراز و بسیاری از شهرهای استان فارس، کیفیت مطلوب را ندارد و بخش زیادی از آن به ضایعات تبدیل می‌شود. همتی با یاد‌آوری این‌که با غنی‌سازی و اضافه کردن مواد بهبوددهنده به آرد، می‌توان کیفیت نان تولیدی را به حد قابل ملاحظه‌ای افزایش داد، گفت: هم‌اکنون در شیراز ۸۰۰ واحد نانوایی فعال است. وی با تاکید بر این‌که از صنف خبازان خواسته شده تا سبوس را از آرد جدا نکرده و جداگانه نفروشند، گفت: متأسفانه هستند شماری از نانوایی‌ها که هم‌زمان آرد را خمیر کرده و بدون در نظر گرفتن مراحل عمل‌آوری، پخت می‌کنند، حال آن‌که خمیر باید ۲ روز پیش عمل‌آوری شده و به‌خوبی ورز داده شده باشد. رییس سازمان صنعت، معدن و تجارت فارس با قبول این‌که هنوز هم ۶۰ تا ۷۰ درصد نان تولید شده در برخی واحدهای نانوایی در شیراز دورریز می‌شود، گفت: یکی از راهکارها، آموزش نانوا و پس از آن نظارت مستمر است. همتی با بیان این‌که مردم هم از نان سفید بیشتر استقبال می‌کنند تا نان سبوس‌دار، گفت: مردم باید توجه شوند که این آرد به‌ظاهر سفید، فاقد عناصر کافی و ضروری برای بدن است و این آموزش هم با کمک رسانه‌ها امکان‌پذیر است. وی هم‌چنین استفاده از روش‌های سنتی در برخی نانوایی‌ها را سبب بروز مشکلات بهداشتی دانست و گفت: برای اجرای طرح کیفی‌سازی پخت نان، باید اداره غله با دقت و نظارت مطلوب، پیگیر تامین آرد مناسب و تولید و توزیع نان مرغوب باشد. وی هم‌چنین ایجاد فضای رقابتی بین سیلوها و تولیدکنندگان آرد و نانوایان، برای تولید آرد سبوس‌دار مرغوب و پخت نان مرغوب را یک راهکار برای ارتقا کیفی نان دانست و خاطر‌نشان کرد: مسایل و مشکلاتی هم مانند کاهش نرخ نان و دستمزد نانوایان و شاغلان در نانوایی وجود دارد، که امیدواریم با همکاری مطلوب میان دستگاه‌های مختلفی که در این حوزه مسوولیت‌های مختلف اما مکملی بر عهده دارند، موفق به ارتقای کیفی نان در سال ۹۳ شویم.

مهندس مهدی غربی گفت: به‌منظور جلوگیری از قطع درختان و تخریب پوشش گیاهی و تغییر الگوی مصرف سوخت روستاییان و عشایر امسال ۹ تنور خانه در ۹ روستای بحرانی شهرستان بافت راه‌اندازی و ۴۵ تنور نیز در دیگر روستاهای استان در حال راه‌اندازی است. محمد مسعود ابوسعیدی کارشناس ناظر این طرح تغییر الگوی مصرف سوخت در جوامع روستایی و عشایری، جلوگیری از تخریب پوشش جنگلی، ایجاد اشتغال و کسب درآمد در روستاهای هدف و تامین رفاه نسبی خانوارها به‌خصوص زنان روستایی را از اهداف اجرای این طرح برشمرد. وی یادآور شد: کاهش آلودگی هوا و محیط زیست، تاثیر در کاهش انگیزه ترک روستا و مهاجرت به شهرها و صرفه‌جویی در مصرف آرد و جلوگیری از ضایعات و دور ریز نان از دیگر اهداف اجرای این طرح است.



مدیر شبکه بهداشت و درمان گچساران از راه‌اندازی و آغاز به کار آزمایشگاه مواد غذایی نان و نمک در این شهرستان خبر داد. به گزارش فارس، ستار اسدپور در جمع خبرنگاران این شهرستان اظهار کرد: شبکه بهداشت و درمان گچساران در راستای افزایش کمی و کیفی خدمات‌رسانی به مردم این شهرستان با بهره‌گیری از توان و ظرفیت مالی و نیروی انسانی سعی در کسب رضایتمندی هر چه بیشتر مردم دارد. مدیر شبکه بهداشت و درمان گچساران از راه‌اندازی آزمایشگاه مواد غذایی (نان و نمک) در این شهرستان خبر داد و آن را گامی موثر در راستای افزایش خدمات‌رسانی مطلوب‌تر عنوان کرد. اسدپور با بیان این‌که این آزمایشگاه با فعالیت کارشناسان مجرب فعالیت دارد، ابراز داشت: آزمایشگاه مواد غذایی (نان و نمک) از اول اسفند ماه فعالیت خود را آغاز کرده و آماده انجام آزمایش‌های مربوطه است. وی یادآور شد: این آزمایشگاه برای خدمات‌رسانی به شهرستان‌های کهگیلویه، چرام و بهمئی نیز آمادگی لازم را دارد. مدیر شبکه بهداشت و درمان گچساران تصریح کرد: تجهیز و راه‌اندازی این آزمایشگاه با همکاری دانشگاه علوم پزشکی یاسوج و همکاری ویژه معاونت دارو و غذا بوده است. اسدپور عنوان کرد: در گذشته به‌دلیل نبود این آزمایشگاه نمونه‌های گرفته شده نان و نمک برای انجام آزمایشات به یاسوج مرکز کهگیلویه و بویراحمد فرستاده می‌شد.

رمضان کامران‌پی در گفت‌وگو با فارس سیاست شرکت غله و خدمات بازرگانی منطقه ۷ را نظارت و توزیع آرد در سطح منطقه عنوان کرد. مدیر عامل شرکت غله و خدمات بازرگانی منطقه ۷ خرید تضمینی کالای اساسی و کیفی و تنظیم بازار آرد و گندم را از دیگر سیاست‌های شرکت مذکور ذکر کرد. این مسوول با بیان این‌که سه استان زیرمنطقه ۷ شرکت غله و خدمات بازرگانی است، افزود: استان‌های قزوین و اردبیل و گیلان با مرکزیت گیلان زیر پوشش شرکت مذکور هستند. کامران‌پی با اشاره به این‌که سرانه مصرف نان در کشور به‌ویژه در گیلان بالا است، اظهار کرد: نان در سبد غذایی مردم دارای اهمیت زیادی است. وی از تولید و مصرف روزانه حدود ۶۰۰ تن مصرف نان در گیلان خبر داد و گفت: وظیفه شرکت غله تنظیم بازار آرد و گندم کشور در خبازی است که آرد را با قیمت مصوب به سطح نانوایی‌ها برسانیم. کامران‌پی، آرد را مشمول استاندارد اجباری دانست و خاطر‌نشان کرد: در تولید نان، آرد استاندارد تعریف شده دارد که طبق آن به خبازی‌ها اختصاص می‌یابد. وی از فعالیت ۴ هزار نانوایی در گیلان خبر داد و یادآور شد: ۱۲ هزار نفر در این نانوایی‌ها مشغول فعالیت هستند. مدیر عامل شرکت غله و خدمات بازرگانی منطقه ۷، درباره کیفیت نان اظهار کرد: مواد اولیه، مهارت نیروی انسانی، بهداشت، تجهیز مکان و … در تولید نان با کیفیت تاثیرگذار دانست. وی رعایت اصول استاندارد را بستگی به نیروی انسانی شاغل در خبازی عنوان کرد و متذکر شد: در ۱۰ روز گذشته ۴۵۰ مورد بازرسی مشترک با سازمان صنعت، معدن و تجارت از نانوایی‌های گیلان صورت گرفت که تخلف ۲۱۸ مورد نانوایی احراز شد. کامران‌پی، کم‌فروشی، رعایت نکردن بهداشت و گرانفروشی را از جمله دلایل تخلف نانوایی‌های متخلف ذکر کرد. وی یاد‌آور شد: در ۹ ماه گذشته از ۹۵۰ واحد نانوایی در گیلان بازرسی شد که ۵۲۰ واحد متخلف شناخته شدند و با آن‌ها برخورد قانونی صورت گرفته است.

مدیر کنترل کیفی غله و خدمات بازرگانی منطقه ۲ به باشگاه خبرنگاران گفت: طبق آیین نامه سال ۱۳۸۶ مقرر شد تا واحدهای نان صنعتی توسط بخش خصوصی به‌منظور کاهش ضایعات نان و بالا بردن ارزش غذایی این محصول احداث شود. وی با بیان این‌که ۴ هزار و ۲۰۰ واحد نانوایی در مازندران فعال است، تصریح کرد: در حال حاضر ۳ کارخانه نان صنعتی فعال، یک کارخانه نیمه‌فعال و یک کارخانه تعطیل است. مدیر کنترل کیفی غله و خدمات بازرگانی منطقه ۲ با اشاره به این‌که نان صنعتی ضایعات ندارد، افزود: به‌علت فرهنگ‌سازی نشدن استفاده از نان صنعتی در بین مردم، تولید کارخانه‌ها با توجه به ظرفیت ۴۰ تنی در روز، کاهش یافته است. رحیمی گفت: به‌دلیل گرم مصرف شدن نان، نان صنعتی مورد قبول مصرف‌کنندگان واقع نشد. وی یاد‌آور شد: سرمایه‌گذاران نان صنعتی به‌علت فروش کم با مشکلات دست و پنجه نرم می‌کنند و با توجه به بهره‌برداری از واحدهای نان صنعتی نتوانستیم در این زمینه موفقیت کسب کنیم.

به گزارش تسنیم از همدان به نقل از اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل اسـتانداري همدان، محمد ناصر نیکبخت در کمیسیون تنظیم بازار استان اظهار کرد: نظارت بر کیفیت نان مصرفی مردم و ارتقای این کیفیت امری مهم است زیرا نان اهمیت زیادی در سبد خانواده ایرانی دارد و برای ایرانی‌ها نعمتی مقدس است. وی گفت: لازم است فرمانداران، سازمان صنعت، معدن و تجارت و اتاق اصناف بازدید از نانوایی‌ها را افزایش دهند و بر کیفیت نان مصرفی مردم نظارت کنند. اسـتاندار همدان گفت: در تنظیم بازار گندم، آرد و نان استان تلاش شود تا با اختلاط گندم‌های قوی و ضعیف و ارایه گندم‌هایی با رنج متوسط به بالا و انتقال به کارخانجات آردسازی، آرد تولیدی برای تهیه نان از کیفیت لازم برخوردار باشد. نیکبخت بیان کرد: تمام علل و دلایل بی‌کیفیتی نان منحصر به یک عامل و آن هم کیفیت آرد نیست بلکه باید به شیوه پخت نان نظارت شود تا کیفیت نان در استان افزایش یابد. وی گفت: برای واردات گندم و تولید آرد و صادرات آن سازمان صنعت و معدن و تجارت و اداره غله راهکار ارایه دهند تا از ظرفیت کارخانه‌های آردسازی و سیلوه‌های استان به‌خوبی و به‌طور کامل استفاده شود زیرا با این اتفاق آمار صادرات و اشـتغال استان، افزایش می‌یابد. استاندار خواستار آمادگی و تدارک برگزاری نمایشگاه بهره عرضه مستقیم کالا شد و گفت: این نمایشگاه باید به موقع برگزار شود و قیمت‌ها واقعی و با تخفیف باشد و کالاهای با کیفیت ارایه شود. نیکبخت عنوان کرد: نظارت بر بازار مهم است و باید در چند نرخی‌ها، گرانی‌ها و اظهار نارضايتي‌ها دقت شود و اصناف هم همراهی و همکاری کنند.

کهگیلویه

و بویراحمد

گیلان

مازندران

همدان

سیستان و

بلوچستان

فارس

کرمان



یک کارشناس آرد و نان آلمانی:

«بربری» و «سنگ» ایران قابلیت جهانی شدن دارند

مسوول فنی شرکت (KONIG) آلمان که در زمینه ساخت ماشین آلات پخت نان فعالیت می‌کند، با بیان این‌که ایران باید به جهانی شدن محصولات خود در هر زمینه‌ای بیاندیشد، عنوان کرد: نان‌های ایرانی از جمله سنگک و بربری قابلیت جهانی شدن دارند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران، رودلف اشترتگر در کنفرانس «تنوعات نان ایران و جهان»، به سرعت تغییر عادات غذایی مردم در سراسر جهان اشاره کرد و اظهار داشت: این‌که در چند سال آینده ذایقه مردم به سمت چه مواد غذایی پیش خواهد رفت را کسی نمی‌تواند پیش‌بینی کند، بنابراین هر لحظه باید با مواد غذایی جدید و علم تولید آن‌ها آشنایی داشت تا بتوان با به پای این تغییرات خود را جلو کشید.

این کارشناس آرد و نان آلمانی بازار موفق در زمینه مواد غذایی را بازاری دانست که محصولات آن علاوه بر کیفیت، تازه و بهداشتی نیز باشند. اشترتگر عنوان کرد: ایرانی‌ها هم مثل سایر مردم دنیا مصرف نان تازه و داغ را دوست دارند و به همین علت باید نان بهداشتی، اما تازه را برای آن‌ها تولید کرد. وی با تأکید برای این‌که ایران نیز باید مانند کشورهای اروپایی به جهانی شدن محصولات خود از جمله نان بیندیشد، گفت: برای ارسال محصولات غذایی به سراسر نقاط دنیا باید به سمت سیستم فریز پیش رفت که در خصوص نان این کار به سه روش قابل انجام است.

مسوول فنی کارخانه (KONIG) آلمان عنوان کرد: در روش اول خمیر منجمد به کارخانجات نان فرستاده شده و پخت در کارخانجات صورت می‌گیرد. در روش دوم خمیر با تخمیر کامل به کارخانجات فرستاده شده و در آنجا پخت می‌شود و در روش سوم که از بقیه روش‌ها بهتر است پس از تخمیر کامل، نان نیم پخته شده و سپس به کارخانجات نان فرستاده می‌شود.

وی اظهار داشت: در این روش تمام فرآیندهای تخمیر انجام شده و نان مقداری از فرآیند پخت خود را طی کرده و در کارخانجات و به هنگام عرضه، مابقی عملیات پخت انجام می‌شود و بنابراین محصول گرم و تازه به‌دست مشتری می‌رسد.

اشترتگر خاطر نشان کرد: انجام روش نیمه پخت در خصوص نان‌های ایرانی از جمله بربری و سنگک به‌خوبی جواب می‌دهد.

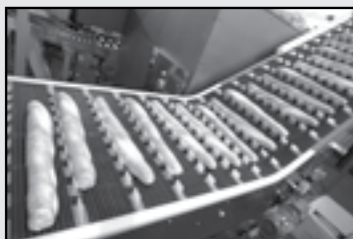
مسوول فنی شرکت (KONIG) آلمان در ادامه با اشاره به مرگ سالانه یک و نیم میلیون کودک در دنیا بر اثر استفاده از مواد غذایی ناسالم، عنوان کرد: تمامی افراد از جمله سازندگان دستگاه‌های تولید مواد غذایی، تولید کنندگان و مراکز تحقیقاتی و دانشگاهی که کار تحقیق و بررسی بر روی کیفیت مواد غذایی را دارند در این زمینه مسوول هستند و به همین علت باید سرمایه‌گذاری بیشتری بر روی ارتقای کیفیت محصولات غذایی انجام شود. وی بر لزوم انجام آنالیز آرد در ایران تأکید کرد و اظهار داشت: انجام این کار موجب خواهد شد تا تولیدکننده بدانند برای به‌دست آوردن نان خوب به چه میزان از آرد نیاز دارد و چگونه می‌تواند کیفیت آرد خود را ارتقا دهد. اشترتگر نوع گندم و تجهیزات کشاورزی ایران را مناسب توصیف کرد و خاطر نشان کرد: تنها مشکل آرد ایران در این است که تنها از یک نوع گندم برای تولید آرد استفاده می‌شود.

وی خاطر نشان کرد: اروپا نیز در سال‌های گذشته با چنین مشکلی مواجه بود، اما با مخلوط کردن گندم‌های مختلف توانست آردی با کیفیت ثابت به‌دست آورد. چنان‌چه ابتدا گندم‌های مختلف در ایران آنالیز شده و ترکیبات هر یک به‌دست آید، می‌توان بر اساس میزان مواد موجود در هر نوع آرد، آن‌ها را ترکیب و آردی با کیفیت ثابت به‌دست آورد. وی ابراز امیدواری کرد با همکاری مسوولین بتواند تجربیات خود در این زمینه در اختیار تولیدکنندگان نان و آرد در سطح کشور قرار دهد. به‌گفته اشترتگر این کار نیازمند وجود تجهیزات و آزمایشگاه است که با همکاری مسوولین در این زمینه انتقال این تجربیات امکان‌پذیر خواهد شد.

احتمالا قیمت نان تابستان افزایش می‌یابد

در حالی‌که مقامات دولتی از تصمیم دولت برای اصلاح قیمت نان خبر می‌دهند، اما اتحادیه تولیدکنندگان نان معتقد است که بالا رفتن نرخ نان در ابتدای سال ۹۳ بعید خواهد بود و احتمالا قیمت نان تابستان افزایش می‌یابد به گزارش عرش نیوز، مجتبی خسرو تاج، قائم‌مقام وزیر صنعت، معدن و تجارت از برنامه دولت برای اصلاح نظام قیمتی نان خبر داده و گفته بود اصلاح نظام قیمتی نان باید با نگاه به مصرف‌کنندگان صورت گیرد تا اجازه شکل‌گیری رانت و فساد در حوزه گندم، آرد و نان وجود نداشته باشد. این در حالی است که کاوه زرگران، یکی از اعضای اتحادیه تولیدکنندگان سراسری نان تأکید دارد که براساس یارانه تعیین شده برای گندم توسط دولت، احتمال افزایش نرخ نان منتفی است و قطعا تا تیرماه سال آینده تغییر قیمتی نخواهیم داشت. به گفته وی، تولید نان در ۳ ماه اول سال به‌طور معمول با استفاده از گندمی خواهد بود که در سال قبل خریداری کرده‌ایم، اما با وارد شدن به فصل برداشت و قیمت تضمینی ۱۰۵۰، امکان دارد در آن مقطع زمانی تغییراتی در قیمت‌ها صورت گیرد. زرگران متذکر شد: ما تا ۲، ۳ ماه آینده به فصل برداشت گندم ورود می‌کنیم، بنابراین هیچ‌گونه کمبودی برای تامین گندم و آرد حس نمی‌شود.

تنها ۶ درصد مردم ایران نان صنعتی مصرف می‌کنند



عضو هیات علمی سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی گفت: در حال حاضر تنها شش درصد مردم ایران به مصرف نان صنعتی تمایل دارند. محمدعلی کمالی کمبود زیرساخت‌های اجتماعی-فرهنگی لازم، نبود استقبال مصرف‌کنندگان، مناسب نبودن روند کنونی صندوق مجوز را از جمله چالش‌ها و تهدیدهای پیش روی تولید نان‌های صنعتی دانست.

وی به مروری بر نقشه راه تولید نان صنعتی پرداخت و گفت: مطابق تعریف نان صنعتی، نان سرد، بسته‌بندی شده، همراه با شناسنامه تولید و پروانه ساخت است. کمالی ادامه داد:

این تولید از ابتدای خط تا انتها با ماشین‌آلات انجام می‌شود و نان‌های تولید شده از این طریق از کیفیت مناسبی برخوردار هستند. عضو هیات علمی سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی با بیان این‌که پیش از انقلاب اسلامی ذایقه مردم با این نان هماهنگ نبود و کمتر از آن استقبال می‌شد، گفت: نخستین واحد تولید نان صنعتی در سال ۸۷ در استان البرز افتتاح شد که البته بناست ظرفیت آن گسترش یابد.

کمالی با بیان این‌که ضایعات زیاد در روش‌های تولید نان سنتی، بالا بودن هزینه تولید در روش سنتی، عدم تخمیر خوب خمیر، پایین بودن ماندگاری نان، غیر بهداشتی بودن شرایط تولید و غیر رقابتی بودن بخت نان به طریقه سنتی از جمله توجهات طرح تولید نان‌های صنعتی هستند، اظهار کرد: از سوی دیگر تولید نان‌های صنعتی مزایایی نیز دارند. وی ادامه داد: کاهش سهم هزینه‌های پرسنلی و قیمت تمام شده، امکان استفاده از واحدهای نان سنتی به‌عنوان مراکز توزیع نان صنعتی و ایجاد رقابت سالم میان تولیدکنندگان از جمله نقاط قوت صنعتی کردن تولید نان در کشور هستند. عضو هیات علمی سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی با بیان این‌که قابلیت تجمیع نانوایی‌های سنتی، توسعه واحدهای کشت و صنعت، معرفی و توسعه ارقام جدید گندم با کیفیت مناسب، توسعه دیدگاه‌های تغذیه نوین، امنیت غذایی، اصلاح الگوی تولید و مصرف نان، توسعه علم و مهارت در تولید نان و معرفی انواع نان مطابق با ذایقه مصرف‌کننده از جمله فرصت‌هایی است که پیش روی تولید نان صنعتی قرار دارد.

کمالی کمبود زیرساخت‌های اجتماعی و فرهنگی لازم و همچنین عدم استقبال ذایقه مصرف‌کنندگان و مناسب نبودن روند کنونی صندوق مجوز را از جمله چالش‌ها و تهدیدهای پیش روی تولید نان‌های صنعتی دانست و گفت: در حال حاضر تنها شش درصد مردم ایران تمایل به مصرف نان صنعتی دارند به همین خاطر باید فرهنگ‌سازی‌های لازم در این زمینه صورت پذیرد.

وی به راهکارهای توسعه تولید نان صنعتی اشاره و اظهار کرد: شناخت کامل از ذایقه مصرف‌کننده، برخورداری از تکنولوژی تولید افزودنی‌ها، شیوه عرضه نان و حمایت مناسب از تولید نان صنعتی از جمله راهکارهای موجود برای توسعه تولید نان صنعتی هستند. به‌گفته کمالی امروزه موضوع نان بسیار گسترده است و باید جنبه‌های مختلف اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و فرهنگی را برای گسترش و ارتقای کیفیت آن در نظر بگیریم. باید تا پایان برنامه پنجم توسعه ۴۰ درصد از نان‌های مصرفی‌مان به طریقه صنعتی تولید و تامین شود که عملیاتی شدن آن تا پایان برنامه دور از ذهن به‌نظر می‌رسد.

شرایط افزایش قیمت نان در سال ۹۳

مدیرکل بودجه امور تولیدی معاونت برنامه‌ریزی از افزایش ۴ هزار میلیارد تومانی تسهیلات خرید گندم از بخش خصوصی و تعاونی در سال ۱۳۹۳ خبر داد و گفت: یارانه نان و آرد نیز طبق لایحه دولت تصویب شد.

به گزارش افکارنیوز، محمود ملکوتی‌خواه در مورد تغییرات بودجه تولیدی و بازرگانی در سال ۹۳ اظهار داشت: عمده بودجه این بخش طبق لایحه دولت مصوب شد و تنها مهم‌ترین نکته‌ای که به بودجه این بخش اضافه شد رقم هزار میلیارد تومان از بند «ش» ماده ۲۲۴ قانون برنامه پنجم برای آبیاری تحت فشار بخش کشاورزی بود.

وی در مورد تصویب بودجه آرد و نان در سال آینده گفت: بودجه‌ای که دولت در لایحه خود برای یارانه نان و آرد مصوب کرده بود به همان شکل در مجلس نیز تصویب شد و تنها تسهیلات دولت برای خرید گندم از بخش خصوصی و تعاونی در لایحه دولت ۷ هزار میلیارد تومان بود که مجلس این رقم را به ۱۱ هزار میلیارد تومان افزایش داد.

مدیرکل بودجه امور تولیدی و بازرگانی معاونت برنامه‌ریزی و نظارت راهبردی رییس‌جمهور در مورد عدم افزایش قیمت نان خاطر نشان کرد: مجلس تصمیمی نسبت به اینکه قیمت نان در سال ۱۳۹۳ افزایش پیدا می‌کند یا خیر نگرفته است و انجام چنین کاری تحت اختیار دولت است، بنابراین افزایش قیمت نان در اختیار دولت است که بخواهد در راستای اجرای هدفمندی یارانه‌ها این کار را انجام دهد یا خیر.

عباس قبادی مدیرعامل شرکت بازرگانی دولتی پیش از این در گفت‌وگو با تسنیم در مورد افزایش قیمت نان در سال ۹۳ اعلام کرده بود که دولت در لایحه بودجه خود ۸۸۰۰ میلیارد تومان برای یارانه نقدی نان و همچنین یارانه آرد و گندم در نظر گرفته است که در صورت تصویب این رقم توسط مجلس افزایش قیمت نان در سال ۹۳ منتفی خواهد شد.



نان را در این مکان خطرناک قرار ندهید

به گفته مسوول آموزش همگانی انسیتیتو تحقیقات تغذیه، خانواده‌ها نه تنها باید از خرید رشته‌های آش و ماکارونی‌هایی که به رنگ خاکستری درآمده و خرد شده‌اند پرهیز کنند بلکه لازم است بدانند گذاشتن نان داغ روی روزنامه نیز خطرناک است.

به گزارش جام نیوز، هرگز از روزنامه برای نگهداری نان استفاده نکنید زیرا جوهر سمی موجود در روزنامه در تماس با نان گرم به نان منتقل می‌شود که تبعات زیادی در پی دارد. مرکب چاپ حاوی سرب و فلزات سنگین (کادمیوم و آرسنیک) است که تجمع آن‌ها در درازمدت می‌تواند باعث بروز بیماری‌ها و علائمی مانند احساس خستگی یا سردرد شود. گروه نان و غلات تامین‌کننده اصلی انرژی بدن محسوب می‌شود بنابراین خرید و نگهداری این مواد غذایی ترجیحا باید از فروشگاه‌ها و نانواهایی باشد که اصول بهداشتی را رعایت می‌کنند. قبل از این که نان را در بسته‌بندی قرار دهیم باید اجازه دهیم داغی آن از بین برود سپس آن را در پارچه‌ای تمیز بپیچیم و از کیسه نایلونی استفاده نکنیم، زیرا کیسه نایلونی نیز اجازه تبادل هوا را نمی‌دهد و فسادپذیری و کپک زدن نان را تسریع می‌کند.

برای جلوگیری از مانده شدن و خروج آب نان بهتر است نان را در تکه‌های کوچک برش داده و در بسته‌بندی‌های یکبار مصرف در فریزر نگهداری کنیم. بهتر است که برای مدت کوتاه، نان را درون یک پارچه نخی و سپس آن را داخل یخچال بگذارید. در این صورت نان دیرتر کپک می‌زند ولی در طی یک تا دو روز بیات می‌شود. اگر می‌خواهید نان را بیشتر از ۲ روز نگه دارید، باید آن را به اندازه وعده‌های خوراکی‌تان تقسیم کنید و بعد داخل فریزر بگذارید. آمارها نشان می‌دهد که ضایعات نان در کشور ما بالاست بنابراین توصیه می‌شود تا حد امکان نان را روزانه خریداری کنید. همه می‌توانند برای پیشگیری از انتقال آلودگی دست‌هایشان به نان، از خود نانوا بخواهند که نان را برایشان درون پارچه قرار دهد یا این که با چند دستمال کاغذی سفید و بدون طرح، نان را بگیرند و به منزل برسانند.

نگهداری انواع بیسکویت

بهتر است این مواد غذایی در ظرف غیرقابل نفوذ و در جای خشک و تاریک نگهداری شود و ترجیحا آرد گندم هم در یک ظرف در بسته در جای تاریک و ترجیحا یخچال نگهداری شود. از خرید رشته‌های آش و ماکارونی که به رنگ خاکستری درآمده و خرد شده است خودداری کنید زیرا نشانه فاسد شدن آن است. البته ماکارونی‌هایی که با عصاره سبزیجات تغییر رنگ داده‌اند از این قاعده مستثنی هستند.

سبوس گندم کلسترول خون را کاهش می‌دهد

سبوس یکی از مواد بسیار مفید گندم است و عده‌ای به غلط شایع کرده‌اند که سبوس در معده هضم نمی‌شود و باید آرد را الک کرد و سبوس آن را گرفت.

تجربیات علمی دانشمندان و غذا شناسان عکس این موضوع را ثابت کرده و حتی اخیرا ثابت شده است که عصاره رودها (شیره روده) قسمت زیادی از سلولز را حل می‌کند و بقیه آن به مصرف پاک کردن و جارو کردن روده می‌رسد.

سلولزهایی که ما می‌خوریم مخصوصا سبوس نان تا اندازه‌ای قابل هضم نیستند و مخصوصا از معده دست نخورده خارج می‌شوند ولی این قسمت‌های هضم نشده دارای فواید دیگری هستند که از جمله آن‌ها ایجاد حرکات دودی معده است.

این حرکات دودی ظاهرا اثر مفید و مطبوعی نیستند ولی در حقیقت بسیار مهم و ضروری می‌باشند که معده را تحریک می‌کنند و این تحریکات فواید زیادی دارند و سبب تقویت معده می‌شوند.

از طرف دیگر مشاهده می‌کنیم که با الک از آرد خارج می‌شوند از قبیل سبوس، گلو تن دارای فواید زیادی می‌باشد. دانشمندان در تحقیقات انجام شده به این نتیجه رسیدند که پودر سبوس گندم مهم‌ترین و قوی‌ترین فیبر مکانیکی است.

پودر سبوس گندم به دلیل این که دافع قاطع یبوست است به طلای گیاهی معروف شده و کوچک‌ترین عارضه جانبی نیز ندارد. یبوست مادر بیماری‌ها محسوب می‌شود که به گفته پزشکان یبوست حاد یا مزمن با عوارض گوناگون ناشی از متابولیسم ناقص از قبیل دیابت تیپ ۲، چاقی مرضی، چربی خون بالا، تیری گلیسیرید، کلسترول بالا (لیپوپروتئین‌های بد خیم)، اسید اوریک بالا، پوکی استخوان، کم حجم شدن مغز استخوان، پوسیدگی دندان و حتی لاغری مفرد را به دنبال دارد.

با خوردن پودر سبوس گندم فشار خون، اسید اوریک، کلسترول و تری گلیسیرید کاهش می‌یابد و از ناراحتی‌های عصبی جلوگیری می‌شود. کسانی که قصد کاهش وزن سالم را دارند می‌توانند با مصرف پودر سبوس گندم در برنامه غذایی به هدف خود برسند. مصرف پودر سبوس گندم درمانگر پولیپ‌هایی می‌شود که در کولن یا روده فراخ ایجاد می‌شود و از آن مهم‌تر ورم معده روده را درمان می‌کند.

در این تحقیق گسترده که با همکاری دکتر علی عزیزی انجام شد اثرات فیبر غذایی و تاثیر آن بر متابولیسم (سوخت و ساز بدن) و سلامت فرد مورد بررسی قرار گرفت. فیبرهای مکانیکی غذایی علاوه بر بهبود خصوصیات مذکور، نظم در دفع، تخلیه روده فراخ و جلوگیری از اثرات فعل و انفعالات سوء میکروبی در روده فراخ بر روی مواد دفعی را به دنبال دارد.

اثرات بهبودی و نظم در دفع، بهبود سلامت کلی در فرد را در پی دارد و از جمله پوست بدن مخصوصا پوست چهره پاک و شاداب شد، فرد احساس سبکی می‌کند و حالت تعادل روانی برای وی ایجاد می‌شود.

فیبرهای غذایی عنصر حیاتی غذایی (پروتئین، چربی، کربوهیدرات، مینرال، ویتامین و آب) محسوب نمی‌شود اما اثر آن در سلامت فرد بی‌ظنیر و بی‌همتاست.



فیبر غذایی ماده‌ای بهشتی است که سلامت جهاز هاضمه فرد را تضمین می‌کند و اختلالات هاضمه از قبیل ورم معده، ورم روده و روده تحریک‌پذیر که اساسا درمان دارویی ندارد را به راحتی درمان می‌کند.

سبوس گندم همچنین حاوی کالری، کربوهیدرات و فیبرهای خوراکی و مقادیر کمتری نیز چربی و پروتئین است. همچنین این ماده خوراکی منبع غنی از انواع ویتامین‌های ب است.

سبوس گندم منبع غنی از ۷ ماده معدنی مهم شامل منگنز، منیزیم، سلنیوم، فسفر، آهن، پتاسیم و روی است. از دیگر خواص سبوس گندم می‌توان به دارا بودن اسیدهای چرب مفید چون امگا ۳ و امگا ۶ اشاره نمود.

جهت معرفی محصولات خود در نشریه فایز ایران

با ما تماس بگیرید.

تلفن: ۸۸۶۸۳۹۰۹ تلفکس: ۸۸۶۸۳۷۴۵

ایرانی‌ها با گندم کدام کشورها «نان» می‌پزند؟

گندم یکی از مواد غذایی استراتژیک برای کشورمان محسوب می‌شود، زیرا ماده اصلی تهیه نان به‌عنوان قوت غالب مردم کشور است و کوچک‌ترین تغییر در میزان تولید و مصرف آن می‌تواند بر روی معیشت و وضعیت اقتصادی مردم تأثیرات مستقیم برجای گذارد.

به گزارش اقتصادپرس، مصرف سالانه گندم حدود ۱۴ میلیون تن است که در بودجه سال ۹۳ پیش‌بینی خرید تضمینی ۸ میلیون تن گندم شده و این یعنی ما برای تامین نیاز داخل به واردات بین ۷ تا ۸ میلیون تن گندم در سال آینده بپردازیم.

استان‌های تولیدکننده گندم

البته با توجه به خشکسالی‌های چند سال اخیر ممکن است شرایط سال ۹۳ نیز مانند سال‌های قبل خود باشد و میزان تولید از این میزان نیز کمتر شود. استان‌های فارس، خوزستان، گلستان، اردبیل، همدان، کرمانشاه، کردستان، خراسان‌رضوی، آذربایجان شرقی و آذربایجان غربی را می‌توان تولیدکننده عمده گندم در کشور دانست، اما در سایر استان‌ها نیز گندم تولید می‌شود.

۲/۳ میلیون هکتار مساحت آبی مزارع گندم و ۳ میلیون هکتار مساحت دیم مزارع گندم است و این نشان‌دهنده آن است که تولید گندم در کشور ما وابستگی زیادی به میزان بارندگی دارد، بنابراین باید از روش‌هایی برای تولید گندم بدون وابستگی به بارندگی استفاده کنیم.

وابستگی گندم به بارندگی باعث شده در تولید گندم نوسان داشته باشیم؛ به طوری که در سال ۸۶ حدود ۱۲ میلیون تن، در سال ۸۷ حدود ۳/۷ میلیون تن، در سال ۸۸، ۹/۴ میلیون تن و ۸۹ حدود ۱۱ میلیون تن تولید گندم داشتیم و در سال ۹۰ تولید این محصول در کشور به ۱۳ میلیون تن و در سال ۹۱ به ۱۳/۲ میلیون تن رسیده است هر چند این روند صعودی بوده اما در کنار آن واردات فراوانی نیز داشته‌ایم.

میزان واردات گندم

تقریباً یک دهه پیش بود که جشن خودکفایی گندم در کشور گرفته شد و این در حالی است که بررسی آمار گمرک در چند سال گذشته حکایت از وابستگی ایران به واردات گندم دارد، زیرا با توجه به این آمار می‌توان نتیجه گرفت که نیاز کشور به واردات ۳ میلیون تن گندم است، در صورتی که سال گذشته بیش از ۶ میلیون تن گندم از کشورهای دیگر خریداری و وارد کشور شده که با توجه به آمار تولید و میزان مصرف باید گفت بیش از نیاز کشور بوده و این میزان واردات گندم در یک دهه اخیر بی‌سابقه محسوب می‌شود.

همان‌طور که ذکر شد سال گذشته ۶ میلیون و ۶۹۹ هزار تن دانه سخت گندم و گندم دامی به ارزش بیش از دو میلیارد و ۵۸۰ میلیون دلار وارد کشور شده که از کل واردات گندم کشور در سال گذشته حدود ۱۸ هزار تن آن مربوط به گندم دامی و بقیه مربوط به دانه سخت گندم یا همان گندم مورد استفاده در تولید مواد غذایی و نان بوده است.

این در حالی است که در سال ۱۳۹۰ تنها ۲۷۹ هزار تن گندم به ارزش ۹۰ میلیون دلار وارد کشور شده بود. به این ترتیب می‌توان نتیجه گرفت که سال پیش واردات گندم از نظر وزنی و ارزشی نسبت به سال ۱۳۹۰ به ترتیب ۲۸ و ۲۴ برابر شده است.

آخرین بار در سال ۱۳۸۰ واردات گندم به کشور به رقم ۶/۷ میلیون تن و ارزش ۹۲۳/۷ میلیون دلار رسیده بود و پس از آن واردات گندم سیر نزولی گرفت؛ به طوری که در سال‌های ۱۳۸۳ و ۱۳۸۴ به ترتیب به تنها ۱۷۰ و ۱۵۰ هزار تن رسید.

کشورهای صادرکننده گندم به ایران

سوئیس، روسیه، هلند، آلمان، ترکیه، انگلستان، امارات، استرالیا، برزیل و قزاقستان ۱۰ مبدا اصلی واردات گندم ایران در سال ۹۱ بودند و همچنین از آمریکا، استرالیا، اکراین و کشورهای آسیای میانه نیز واردات گندم داریم.

قاچاق گندم

چند ماهی است که خبر قاچاق گندم از گوشه و کنار کشور به‌ویژه استان‌های غربی به گوش می‌رسد؛ این مساله را می‌توان به نحوه عملکرد دولت دهم در خرید تضمینی و به موقع گندم از کشاورزان و پایین بودن قیمت پرداختی از سوی آن‌ها مربوط دانست. معمولاً هر چه به فصل برداشت گندم در سطح وسیع نزدیک می‌شویم، تلاش دلالان در این بخش مضاعف شده و با پیشنهاد قیمتی بالاتر از خرید تضمینی دولت به اصطلاح کشاورزان را در دوره‌های انتخابی سخت قرار می‌دهند؛ انتخابی که به معنای قاچاق رزق و روزی اصلی مردم کشور است. هر چند بسیاری از مسوولان بر این باورند که قاچاق این ماده مهم غذایی فراگیر نیست، اما در هر صورت این مساله می‌تواند به ضرر کشور تمام شود.

گفته می‌شود که دلالان عراقی بدون واسطه به شهرهایی مانند بندرعباس، کرمان، خوزستان، شهرهای استان فارس و استان‌های غربی مراجعه کرده و توانسته‌اند در مدت زمان کوتاهی حدود هزار تن گندم را برای قاچاق از کشور خریداری کنند که خوشبختانه تا حدودی نیروهای امنیتی مانع کار آن‌ها شده‌اند. معمولاً این دلالان هر کیلو گندم را بین هزار تا ۱۳۰۰ تومان از کشاورزان خریداری می‌کنند.

دبیر انجمن کارخانجات نان صنعتی ماشینی:

۵۰ سال طول می‌کشد نان صنعتی وارد سفره مردم شود

دبیر انجمن صنفی کارفرمایان کارخانجات نان صنعتی ماشینی ایران با اشاره به ناموفق بودن برنامه افزایش تولید و مصرف نان‌های حجیم و نیمه حجیم در ایران گفت: اگر دولت بسیار خوب کار کند شاید ۵۰ سال طول بکشد تا تنها نیمی از نان مصرفی مردم به نان‌های حجیم و نیمه حجیم تبدیل شود. علیرضا مروت‌پور در گفت‌وگو با خبرنگار ایسنا، با اشاره به این‌که قرار بود از طریق فرهنگ‌سازی و اطلاع‌رسانی، مصرف نان‌های حجیم و نیمه حجیم در کشور افزایش یابد اما در عمل این اتفاق رخ نداد، اظهار کرد: تولید نان صنعتی تنها به وارد کردن ماشین‌آلات نیست و عوامل موثری در تولید نان صنعتی اعم از مواد اولیه دخیل هستند که بی‌توجهی به آن‌ها باعث شده اجرای طرح نان صنعتی در کشور موفق نشود.



وی با بیان این‌که در صورت آزادسازی قیمت نان، بین واحدهای تولیدی رقابت ایجاد شده و این در نهایت به نفع مصرف‌کننده تمام می‌شود، گفت: امسال تولیدکنندگان نان به‌علت مشکلات به‌وجود آمده از سوی دولت قبل با تغییراتی در سهمیه‌های آرد خود مواجه شدند. این در حالی است که طبق مصوبه سال ۱۳۷۹ هیات دولت قرار بود از تولیدکنندگان نان با دادن سهمیه حمایت شود. مروت‌پور افزود: البته ما موافق حذف سهمیه‌ها هستیم چرا که اعتقاد داریم هر کجا سهمیه‌بندی باشد، آن‌جا فساد نیز به‌وجود می‌آید.

دبیر انجمن صنفی کارفرمایان کارخانجات نان صنعتی ماشینی ایران با اشاره به کم‌کاری‌های دولت قبل به‌ویژه در ماه‌های پایانی که مشکلات زیادی را نیز برای تولیدکنندگان به‌وجود آورد، عنوان کرد: اولویت اصلی دولت یازدهم در حال حاضر کنترل نرخ تورم است که اگر این برنامه با رویکرد حمایت از تولید در سال ۱۳۹۳ اجرا شود نتایج بهتری خواهد داشت.

وی درباره تعداد تولیدکنندگان نان‌های صنعتی در کشور نیز گفت: واحدهای فعال نان صنعتی در کشور همان واحدهایی هستند که محصولاتشان در سطح فروشگاه‌های زنجیره‌ای و مغازه‌های قابل مشاهده است. البته باید گفت که دولت‌های قبل به تعهدات خود در قبال واحدهای نان صنعتی که احداث شدند، عمل نکردند.

تولید گندم ایران به ۱۴/۵ میلیون تن می‌رسد



وزارت کشاورزی آمریکا پیش‌بینی کرد تولید گندم ایران در سال ۲۰۱۴ با افزایش ۳ درصدی به ۱۴/۵ میلیون تن برسد.

وزارت کشاورزی آمریکا در گزارشی از چشم‌انداز تولید غلات جهان در سال جاری پیش‌بینی کرد ایران در این سال مجموعاً ۱۷/۷ میلیون تن گندم و جو تولید کند.

بر اساس این گزارش، تولید گندم ایران در سال ۲۰۱۴ نسبت به سال قبل ۵۰۰ هزار تن برابر با ۳ درصد افزایش پیدا می‌کند و به ۱۴/۵ میلیون تن خواهد رسید. تولید گندم ایران در سال قبل ۱۴ میلیون تن اعلام شده است. این نهاد دولتی آمریکا همچنین پیش‌بینی کرده است واردات گندم ایران در سال میلادی جاری کاهش یابد و از ۵/۵۵ میلیون تن در سال گذشته به ۵ میلیون تن در سال میلادی جاری برسد.

به گزارش تسنیم، این گزارش پیش‌بینی کرده است تولید جو ایران در سال ۲۰۱۴، ۶ درصد کاهش پیدا کند و به ۳/۲ میلیون تن برسد.

ایران در سال گذشته ۳/۴ میلیون تن جو تولید کرده است. بر اساس این گزارش میزان واردات جو توسط ایران در سال ۲۰۱۳ بالغ بر ۱/۱ میلیون تن بوده که انتظار می‌رود این رقم در سال جاری به یک میلیون تن کاهش یابد.

۷ کاری که اگر انجام دهید ریزش مو نمی‌گیرید!



- موارد زیر به شما کمک می‌کند تا سلامت موهایتان را که ناشی از تغذیه نادرست بوده است به حالت اول بازگردانید:
- غذاهای غنی از پروتئین باید در رژیم غذایی روزانه شما گنجانده شوند؛ بهترین منابع پروتئین گوشت‌های کم‌چرب، گوشت ماکیان، ماهی، تخم مرغ، فرآورده‌های لبنی، سویا، آجیل‌ها و دانه‌ها هستند.
 - به مقدار کافی از کربوهیدرات‌های مفید مصرف نمایید؛ کربوهیدرات‌ها منبع اصلی انرژی هستند و به رشد بافت‌های بدن کمک می‌کنند که البته رشد موها را نیز شامل می‌شود. کربوهیدرات‌ها منبع مهم ویتامین‌های گروه B نیز هستند که برای سلامت موها حیاتی هستند. این مهم است که شما بر مصرف کربوهیدرات‌های تصفیه نشده به جای شکر و آرد سفید تمرکز نمایید. شما باید تأکیدتان به مصرف سبزیجات، میوه‌ها، دانه‌های کامل، برنج قهوه‌ای و سیب‌زمینی‌ها باشد.
 - به‌میزان متعادلی از رژیم غذاییان چربی دریافت نمایید؛ چربی در تولید انرژی به‌کار گرفته می‌شود و می‌تواند هم در منابع غذایی گیاهی و هم منابع حیوانی یافت شود. بدن شما و همچنین موهایتان به مقادیر کافی چربی برای حفظ سلامتی نیاز دارد. چربی‌ها باید از مخلوطی از منابع گیاهی و حیوانی کم‌چرب به‌دست آیند.
 - این‌که چه مقدار از هر گروه غذایی بخورید به فاکتورها و عوامل مختلفی چون سن، جنس، سلامتی یا بیمار بودن و فعالیت فیزیکی شما بستگی دارد. اما به‌طور کلی در هنگام انتخاب وعده‌ها و اسنک‌ها سعی کنید: غذاهای متنوع دریافت نمایید، مصرف هله هوله‌ها را مدیریت کنید، تا حد امکان از غذاهای طبیعی و یا غذاهای آماده کم‌کالری‌تر استفاده نمایید، غذاها را بیش از اندازه نپزید.
 - غذاهای غنی از بیوتین را مصرف نمایید؛ کمبود بیوتین (ویتامین H)، با این‌که نادر است، دلیل عمده ریزش مو و کچلی است. بیوتین در تخم مرغ، گل کلم، جگر گاو، قارچ‌ها، ماهی سالمون، اسفناج، سینه مرغ، پنیر، مخمر و آجیل‌ها یافت می‌شود. بدن به‌طور طبیعی مقدار کمی بیوتین تولید می‌کند که عمدتاً کمبود خفیف بیوتین را بی‌اثر می‌کند. مصرف یک رژیم غذایی متعادل حاوی منابع غذایی بیوتین کمک می‌کند تا رشد موهای ریخته شده در فرق سر، هم در زنان و هم مردان، به حال اول برگردانده شود.
 - B6 و B12 را دست کم نگیرید؛ ویتامین B6 و B12 برای رشد سالم موها ضروری هستند و باید در یک رژیم غذایی سالم و متعادل وجود داشته باشند. غذاهای غنی از ویتامین B6 عبارتند از اسفناج، فلفل دلمه‌ای و برگ شلغم. ویتامین B12 نیز در مواد غذایی‌ای چون جگر، پنیر، تخم مرغ کامل، گوشت گاو، مرغ، گوشت گوسفند، ماهی، شیر و ماست یافت می‌شود.
 - فولیک اسید را فراموش نکنید؛ غذاهای غنی از اسید فولیک باید به‌عنوان بخشی از برنامه غذایی شما هر روز مصرف شوند. این غذاها عبارتند از: دل و جگر و قلو و سنگدان مرغ، سفیده تخم مرغ، حبوبات، بادام و آجیل‌ها. کربوهیدرات‌هایی که دارای اسید فولیک هستند عبارتند از نان‌های تهیه شده از غلات کامل (نان سبوس‌دار) سیب‌زمینی و سیب‌زمینی شیرین. میوه‌ها و سبزیجات حاوی اسید فولیک شامل اسفناج، چغندر، بروکلی، کلم بروکسل، مارچوبه، کلم، هلو، پرتقال و موزها هستند.

«نان» بی کیفیت قد کودکان را کوتاه می‌کند!



به‌گفته متخصصان تغذیه، غلات از منابع با ارزش تأمین‌کننده انرژی، بخشی از پروتئین مورد نیاز برخی ویتامین‌های ضروری و بعضی املاح مهم برای بدن هستند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران؛ مطالعات محققان نشان می‌دهد هرچند غلات با انرژی هستند اما متأسفانه در غلات به‌ویژه پوسته آن‌ها موادی به نام «فیتات» وجود دارد که جذب آهن را در بدن بسیار کم می‌کند. بررسی‌ها نشان می‌دهند به‌طور کلی هر نانی که به‌خوبی خمیر آن تخمیر نشده باشد مقدار جذب املاح به حداقل می‌رسد.

گفتنی است در بین نان‌ها نان لواش «جذب آهن» را در بدن کمتر می‌کند و باعث کوتاهی قد کودکان می‌شود و مصرف نان‌هایی که به‌خوبی تخمیر نشده‌اند به‌علت مداخله نامناسب در جذب املاح و به‌ویژه روی باعث کوتاهی قد شده و این مشکل را تشدید می‌کنند.

نتایج مطالعات نشان می‌دهند کودکان باید گوشت را دو برابر نان‌ها مصرف کنند و از نان سنگگ و بربری به‌جای لواش استفاده کنند.

نان سنتی یا صنعتی؟

یکی از دغدغه‌هایی که با رواج تولید و عرضه نان‌های صنعتی در بازار نان و غلات به‌وجود آمده، این است که بالاخره تکلیف مصرف‌کننده چیست و متخصصان، استفاده از کدام گروه از نان‌ها را برای دریافت درشت‌مغذی‌های مختلفی مانند کربوهیدرات و پروتئین، به مردم پیشنهاد می‌دهند؟

دکتر محمدحسین عزیزی، متخصص صنایع غذایی در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری «سلامانه» در این باره گفت: «از نظر ارزش تغذیه‌ای و وجود موادی مانند کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها که جزو درشت‌مغذی‌ها هستند یا وجود ریزمغذی‌هایی مثل املاح و ویتامین‌های مختلف، تفاوت چندانی بین نان‌های صنعتی و سنتی یا انواع نان‌های سنتی با یکدیگر وجود ندارد.»

چرا؟ «چون تمام این نان‌ها از آرد گندم تهیه می‌شوند. هرچند ممکن است اختلاف‌هایی از نظر وجود سبوس یا برخی افزودنی‌های دیگر در میان انواع نان‌ها وجود داشته باشد اما این اختلاف، بیشتر از حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد نیست. این اختلاف در مورد وجود برخی مواد مغذی مانند پروتئین که کمتر از ۱۰ درصد هم هست.»

این عضو هیات علمی دانشگاه تربیت مدرس می‌افزاید: «البته از آن‌جا که نظارت بیشتری بر روند تولید نان‌های صنعتی وجود دارد و روش تولید این نان‌ها هم به‌صورت ماشینی و مکانیزه است، بنابراین نان‌های صنعتی نسبت به انواع سنتی که مداخلات دستی و انسانی زیادی در روند تولید آن صورت می‌گیرد، از بهداشت بالاتری برخوردار هستند.»

دکتر عزیزی درباره تفاوت بین نان‌های سنتی هم می‌گوید: «از آن‌جا که فرمولاسیون آرد تمام نان‌ها در این روزها، شبیه به هم است، بنابراین تفاوت چندانی بین نان‌های سنتی مختلف از نظر ارزش تغذیه‌ای هم دیگر وجود ندارد. یعنی این روزها، دیگر از آردهای کامل برای تهیه نان سنگگ استفاده نمی‌شود و آرد تمام نان‌های سنگگ، لواش، تافتون و بربری، دارای یک نوع فرمول و آرد خیازی است.» وی در نهایت یادآور شد که تفاوت شکل و رنگ نان‌های سنتی به نحوه و مدت زمان پخت آن‌ها برمی‌گردد و نه چیز دیگری.

مواد غذایی موثر بر سرطان پروستات کدامند؟



متخصص تغذیه در امور سرطان گفت: مصرف روزانه ۵ نوبت میوه و سبزی تازه در کاهش خطر ابتلا به سرطان پروستات موثر است، در این میان مصرف سبزیجات از خانواده کلم، چای سبز، گردو، ماهی و غلات نیز توصیه می‌شود.

به گزارش باشگاه خبرنگاران، سید حسن داوودی متخصص تغذیه در امور سرطان در مورد انواع میوه و سبزی که بر پیشگیری از ابتلا به سرطان پروستات در مردان موثر است، گفت: مصرف روزانه ۵ نوع نوبت میوه و سبزی باعث کاهش خطر بیماری‌های قلبی و سایر بیماری‌ها از جمله برخی سرطان‌ها می‌شود. وی ادامه داد: انواع میوه و سبزی تازه انتخاب بهتری نسبت به آبمیوه یا آب سبزی تازه، مکمل یا عصاره‌های غذایی هستند. انتخاب سبزی و میوه متنوع باعث دریافت ویتامین‌ها و مواد معدنی متفاوت می‌شود.

داوودی با اشاره به این‌که در انتخاب میوه و سبزی حتماً رنگ‌های متنوع را باید در نظر گرفت، گفت: به‌عنوان مثال میوه و سبزیجات با رنگ قرمز شامل گوجه‌فرنگی، توت‌فرنگی، هندوانه، پیاز، توت، فلفل قرمز بوده و سایر میوه و سبزیجات با رنگ زرد و نارنجی نیز از قبیل هویج، زردآلو، پرتقال، کدو، موز، هلو و با رنگ سبز مانند اسفناج، کلم، کیوی، کاهو، فلفل سبز و خیار از جمله اقلام موثر در پیشگیری از ابتلا به سرطان پروستات هستند.

این متخصص تغذیه در امور سرطان گفت: سبزی‌ها مخصوصاً از خانواده کلم در ترمیم بافت‌های آسیب‌دیده در اثر مواد سرطان‌زا کمک می‌کنند و مصرف ۵ نوبت از خانواده کلم در کاهش خطر ابتلا به سرطان پروستات موثر است.

داوودی تصریح کرد: همچنین منابع آنتی‌اکسیدانی در برابر سرطان پروستات نقش حمایتی دارند و از جمله ویتامین‌ها و مواد معدنی در این رابطه می‌توان به ویتامین سلنیوم، ویتامین A و ترکیباتی مانند لیکوپن و مواد غذایی مانند آب انار و چای سبز اشاره کرد. وی افزود: منبع غذایی که به مقدار زیاد سلنیوم دارد شامل مغزها (گردو، بادام، دانه‌ها تخم کدو، کنجد، آفتابگردان) و انواع نان، غلات، ماهی و مرغ است که مصرف این منابع در کاهش ابتلا به سرطان پروستات موثر است.

خوردن روی باعث جوانه زنی مغز می شود!

پژوهشگران به تازگی دریافته اند که عنصر روی برای رشد و توسعه مغز جنین فراوانی دارد. به گزارش باشگاه خبرنگاران؛ پژوهشگران دریافته اند که سلول های عصبی مغز نیاز به جذب روی از طریق غشای فرآیندهای غشای مغزی دارد تا باعث رشد و شکوفایی و جوانه زنی سلول های عصبی جدید در مغز گردد.

گفتنی است عدم وجود روی کافی می تواند اثرات جبران ناپذیری بر رشد مغز جنین بگذارد. بررسی ها نشان می دهند این جذب روی و انتقال آن توسط رگ های خونی به مغز یک عامل بسیار ضروری برای بسیاری از سلول های عصبی در سیستم اصلی عصبی مغز انسان است.

این موضوع نشان می دهد که اهمیت تغذیه مادر در دوران بارداری یا غذاهای حاوی عنصر روی اهمیت بسیار زیادی دارد. از دیگر فواید عنصر روی برای بدن بالا بردن توانایی مغز در پردازش محاسبات و بالا بردن قدرت یادگیری و نیز افزایش حافظه است.

پژوهشگران در تلاش برای کسب یافته های بیشتر در خصوص فواید عنصر روی بر رشد و توسعه فعالیت های مغزی افراد به ویژه در دوران جنینی هستند و همین طور پیدا کردن راه هایی برای کم کردن عوارض کمبود مصرف روی در دوران جنینی برای افراد بزرگسال و یا کودک تا بازده آن ها بالاتر برود.



وزارت بهداشت انگلیس اعلام کرد:

افزودن فولیک اسید به نان الزامی می شود

مسوولان حوزه سلامت در انگلیس تصمیم دارند به منظور جلوگیری از تولد کودکان مبتلا به نارسایی نخاعی، استفاده از فولیک اسید را در حین تهیه خمیر نان الزامی کنند. به گزارش ایسنا، وزارت بهداشت انگلیس با الزامی ساختن افزودن فولیک اسید به نان تلاش دارد تا سالانه از تولد ۳۰۰ نوزاد مبتلا به نارسایی نخاعی پیشگیری کند.

آژانس استانداردسازی مواد غذایی به دولت انگلیس توصیه کرده است در صورتی که مادران باردار ویتامین B9 بیشتری مصرف کنند حداقل ۳۰۰ نوزاد در سال از ابتلا به نارسایی های مادرزادی چون «اسپینا بیفیدا» یا «مهره شکاف دار» مصون خواهند ماند.

فولیک اسید نوع مصنوعی از ویتامین B9 است که در طبیعت در گیاهان سبز وجود دارد اما در بدن انسان ذخیره نمی شود. به زنانی که قصد دارند باردار شوند توصیه می شود در طول این دوران و برای کمک به رشد جنین از این مکمل مصرف کنند اما میزان جذب آن پایین است. به گزارش ایسنا به نقل از روزنامه دیلی میل، بحث ها در مورد ملزم ساختن تولیدکنندگان مواد غذایی به افزودن فولیک اسید در محصولاتشان طی دو دهه گذشته وجود داشته و برخی منتقدان معتقدند که این اقدام با ابتلای افراد به سرطان روده مرتبط است.



جهت دریافت آرشیو نشریه خمیرمایه ایران

به وب سایت سندیکا مراجعه نمایید:

www.iranyeast.com

هرگز «نان» را به این صورت نخورید!



پزشکان هشدار می دهند که برخی کارهای آشپزی در آشپزخانه ها و «عادات آشپزی» می تواند سبب مشکلات سلامت فراوان و خطرناک در میان اعضای خانواده شود.

به گزارش خبرنگار کلینیک باشگاه خبرنگاران؛ یکی از عادات امروزی خانواده هایی که به ویژه فرصت کافی برای خرید نان به صورت تازه و همه روزه ندارند، استفاده از وسایلی برای تست کردن نان روی «اجاق گاز» است. گفتنی است، پزشکان توصیه می کنند افراد نان را به صورت تازه و یا در بازه های کوتاه زمانی خریداری کنند تا احتمال خراب شدن و یا تغییرات شیمیایی در آن کمتر شود.

بررسی ها نشان می دهند تست کردن نان نیازمند به صرف دقت و توجه کافی است زیرا بیشتر از حد مجاز می تواند سبب سوخته شدن قسمت هایی از نان شود.

قسمت های سوخته نان بنا بر تحقیقات صورت گرفته دچار تغییرات سلولی شده و به «کربن» تبدیل شده که می تواند سبب ابتلا به انواع سرطان ها در افراد شود.

پزشکان همچنان در خصوص «بهداشت وسیله ی تست نمودن نان» بر روی اجاق گاز نیز هشدار می دهند، زیرا در اثر استفاده به دفعات زیاد می تواند دچار خوردگی بدنه فلزی و چسبیدن خرده های فلز به نان و مصرف آن ها توسط افراد شود.

پزشکان گرم نمودن نان ها را در حد استاندارد و پرهیز از سوزاندن آن ها را توصیه می کنند.

وسيله مخصوص داغ نمودن نان بر روی اجاق گاز نیز باید به صورت مرتب شسته و در صورت مشاهده آثار زنگ زدگی بر سطح آن نسبت به تعویض آن اقدام شود.

این بار ارمنستان لواش ایرانی را صاحب شد

عضو هیات ریسه گروه دوستی پارلمانی ایران-ارمنستان گفت: ارمنستان کشور همسایه شمالی قصد دارد روش عمل آوری و پخت نان کاملاً ایرانی لواش را در فهرست آثار معنوی یونسکو به نام خود به ثبت برساند.

یونانان بت کلیا در واکنش به فرصت طلبی کشور همسایه به خبرنگار ایرنا گفت: کشور ارمنستان با سوء استفاده از بی توجهی مسوولان فرهنگی ما نسبت به میراث های مادی و معنوی، قصد دارد نان لواش را به عنوان میراث معنوی خود در یونسکو به ثبت برساند که جای بسی تاسف دارد.

وی تاکید کرد: نان لواش اختصاص به ایران دارد و قدمت پخت و عمل آوری این نان به صدها سال می رسد ولی بی توجهی ما باعث شده تا کشور ارمنستان به ما رودست بزند.

نماینده آشوریان ایران در مجلس شورای اسلامی اضافه کرد: متأسفانه در یونسکو درخواست هایی که زودتر ارسال می شود در اولویت قرار می گیرد و اگر کشوری بعد از درخواست اولیه نسبت به درخواست ارسال به یونسکو ادعایی داشته باشد به سختی می توان آن ادعا را ثابت کرد.

نماینده آشوریان در مجلس شورای اسلامی ادامه داد: مسوولان ما باید به فکر ثبت سایر میراث های مادی و معنوی کشور در فهرست آثار جهانی باشند و قبل از آن که کشوری بخواهد آثار ما را به نام خود ثبت کند، خود ما باید اقدام کنیم.





دستورالعمل تهیه خمیر نان‌های سنتی (لواش، تافتون، بربری و سنگک)

قسمت چهارم

دکتر ناصر رجب زاده - متخصص تغذیه

خمیر مصرف گردد.

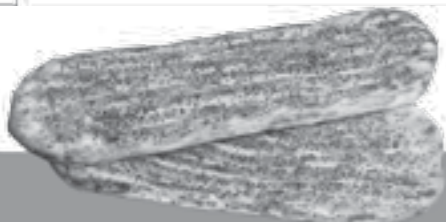
خمیر اولیه یا خمیر ترش

در روش غیر مستقیم، جهت تهیه خمیر از خمیر اولیه استفاده می‌گردد. خمیر اولیه می‌تواند بر اساس روش کوتاه‌مدت و یا میان‌مدت تهیه گردد. چنان‌چه از روش کوتاه‌مدت استفاده گردد، خمیر اولیه می‌تواند به‌مدت حدود ۱ ساعت تخمیر شود. مقدار افزودن خمیر اولیه به خمیر اصلی بین ۴۰-۱۵ کیلوگرم به‌ازای هر ۱۰۰ کیلوگرم آرد بوده که مدت زمان استراحت خمیر اصلی ۱/۵-۱ ساعت به‌طول می‌انجامد، در حالی‌که اگر از روش میان‌مدت استفاده گردد، میزان افزودن خمیر اولیه به مراتب در حد پایین‌تری قرار می‌گیرد و مدت زمان استراحت خمیر اصلی با توجه به دمای محیط (فصل) بین ۴-۲ ساعت و جهت تهیه خمیر اصلی حدود نیم ساعت به‌طول می‌انجامد. شایان ذکر است که جهت تهیه خمیر اولیه، می‌توان از مغز خمیر، مقداری خمیر را بدین منظور اختصاص داد.

در روش تهیه مستقیم، خمیر به کمک خمیرمایه (مخمر خشک) پوک و آماده می‌شود. معمولاً مقدار خمیرمایه به‌ازای هر ۱۰۰ کیلوگرم آرد حدوداً ۳۵۰ گرم می‌باشد. در فصل زمستان می‌توان از مقادیر بیشتری جهت تسریع فرآیند رسیدن خمیر استفاده نمود. مقدار آب مصرفی جهت تهیه خمیر تافتون بین ۸۰-۷۰ لیتر نوسان دارد. این میزان آب به روش تهیه خمیر بستگی دارد.

شیره خرما

به‌منظور عمل‌آوری بهتر خمیر، تسریع در فرآیند رسیدن خمیر، خوش‌رنگ کردن پوسته محصول و نیز به تأخیر انداختن بیاتی نان می‌توان از مقادیر مختلف شیره خرما ۲/۵-۱ درصد در



نمونه تهیه خمیر نان بربری

نان بربری کسه به نام نان فرپزی معروف است، نان عمده مناطق شمالی کشور را تشکیل می‌دهد.

آرد مصرفی

آرد مصرفی در تهیه نان بربری آرد نسبتاً روشن و از نوع ستاره با حدود درجه استخراج ۸۱ درصد می‌باشد. البته در برخی از مناطق ایران مانند سیستان و بلوچستان، آرد سیوس گرفته را نسبت به سایر انواع آرد جهت تهیه نان بربری ترجیح می‌دهند. آرد مصرفی جهت تهیه نان بربری حاوی ۱۲-۱۱ درصد پروتئین و ۲۹-۲۶ درصد گلوتن مرطوب می‌باشد. چنان‌چه درصد پروتئین و گلوتن آرد افزایش یابد، نان بهتر و ماکول‌تری تولید می‌گردد.

ابعاد و ذرات آرد بربری مطابق با ویژگی‌های زیر می‌باشد:

روی الک ۴۷۵ میکرومتر: حدود ۱-۰/۵ درصد

روی الک ۱۸۰ میکرومتر: حدود ۳۵-۱۰ درصد

روی الک ۱۲۵ میکرومتر: حدود ۱۸-۱۳ درصد

روی الک ۱۰۵ میکرومتر: حدود ۱۳-۹ درصد

زیر الک ۱۰۵ میکرومتر: حدود ۵۷-۴۵ درصد

به‌طوری‌که ملاحظه می‌شود، نوسانات ابعاد آرد بسیار متغیر بوده و به دیگرام کارخانه آرد، عرضه و تقاضا بستگی دارد.

نمک طعام مصرفی

مقدار نمک طعام مصرفی در نان بربری به کیفیت آرد، درجه استخراج، مقدار مخمر یا خمیر ترش، روش تهیه خمیر، فصل سال و بسیاری از عوامل دیگر بستگی دارد. مقدار نمک مصرفی معمولاً در تابستان ۱/۸-۱/۴ درصد و در زمستان ۱/۴-۱/۱ درصد توصیه می‌شود. بهتر است قبلاً نمک در آب حل و سپس به خمیر اضافه گردد. به‌طور کلی هر چه آرد روشن‌تر باشد، درصد نمک مصرفی زیادتر خواهد بود. بین میزان نمک، مقدار و کیفیت پروتئین (مقدار و کیفیت گلوتن) ارتباط برقرار است. با افزایش مقدار پروتئین و کیفیات گلوتن، مقدار نمک مصرفی، کاهش می‌یابد.

خمیر ترش یا خمیر اولیه

در تهیه خمیر اصل می‌توان از خمیر اولیه بر اساس روش کوتاه‌مدت و یا میان‌مدت استفاده نمود. میزان افزودن خمیر اولیه به خمیر اصلی بین ۳۵-۱۰ درصد نوسان دارد. در فصل گرما می‌توان از مقادیر کمتری خمیر اولیه استفاده نمود.

در روش مستقیم تهیه خمیر می‌توان از مخمر خشک فعال یا مخمر فشرده (مرطوب) استفاده کرد. در صورتی‌که از خمیرمایه (مخمر خشک) جهت پوک کردن خمیر استفاده شود، می‌توان از مقادیر ۵۰۰-۲۵۰ گرم به‌ازای هر ۱۰۰ کیلوگرم آرد استفاده کرد.

خمیر استفاده نمود. شیره خرما را نیز می‌توان روی چانه پهن شده (روی بالشتک) با فرچه یا دست مالید.

جهت تهیه خمیر اولیه می‌توان از روش میان‌مدت و یا کوتاه‌مدت مطابق آن‌چه که توضیح داده شد، استفاده نمود. برای تهیه خمیر نان تافتون ابتدا ۱۰۰ کیلوگرم آرد، خمیر ترش یا خمیر اولیه (۴۰-۱۵ کیلوگرم) را در تگار ریخته و به آن ۸۰-۶۸ لیتر آب ۲۰-۱۵ درجه سانتی‌گراد اضافه می‌کنند. چنان‌چه خمیر اولیه به مقدار زیادی مصرف شود باید مقدار آب خمیر را کاملاً کاهش داد.

مقدار آب مصرفی به کیفیت آرد و بسیاری از عوامل دیگر که قبلاً اشاره شد، بستگی دارد. سپس خمیر به‌مدت ۲۵-۱۵ دقیقه مخلوط و زده می‌شود. شایان ذکر است که شیره خرما می‌تواند در این مرحله به خمیر اصلی اضافه گردد.

مدت زمان استراحت خمیر اصلی

با توجه به فصل سال مدت زمان استراحت خمیر اصلی معمولاً در تابستان حدود ۱ ساعت و در زمستان ۳/۵-۳ ساعت به‌طول می‌انجامد.

چانه‌گیری و پهن کردن خمیر

پس از استراحت اولیه، خمیر به‌وسیله کاردک مخصوص به وزن ۲۰۰ گرم بریده و عمل چانه‌گیری انجام می‌گیرد (وزن چانه بین ۳۷۵-۲۰۰ گرم می‌تواند متغیر باشد). در هنگام چانه‌گیری مقدار کمی آرد دستی جهت پهن کردن و فرم دادن به آن اضافه می‌شود. هر چه خمیر شل‌تر باشد، مقدار آرد دستی بیشتر خواهد بود. افزودن آرد زیاد در این مرحله به چانه تاثیر نامطلوبی به‌جا می‌گذارد، زیرا اجزای آرد دستی، فرآیند تورم و تخمیر را طی نکرده است. چنان‌چه وزن چانه ۲۰۰ گرم باشد، نان حاصل حدود ۱۷۵-۱۷۱ گرم و کاهش وزن حدود ۱۴/۵-۱۲/۵ درصد خواهد بود.

تخمیر میانی

چانه را می‌توان به‌مدت ۲۵-۱۰ دقیقه به حال استراحت قرار داد. به‌منظور جلوگیری از خشک شدن پوسته می‌توان روی آن مقدار کمی آرد پاشید و یا روی آن‌را با پارچه تمیز پوشانید. پس از این مرحله خمیر به‌وسیله کف دست و انگشتان پهن شده، سپس به‌وسیله وردنه در تمام جهات پهن شده و به ضخامت حدود ۴-۶ میلیمتر در می‌آید. در مرحله بعد روی خمیر پهن شده، شانه زده یا کاملاً سطح خمیر سوراخ شود. بدین طریق گازها به‌راحتی خارج و از دو پوسته شدن و باد کردن نان جلوگیری به‌عمل می‌آید.

چنان‌چه شانه زدن به‌خوبی انجام نگیرد، شکل و فرم نان نامطلوب می‌گردد. پس از مرحله شانه زدن، خمیر روی بالشتک قرار داده می‌شود و هم‌زمان آن‌را می‌کشند. جهت خوش‌رنگ کردن محصول می‌توان روی آن شیره خرما مالید و یا سطح آن‌را با کمی آب مرطوب ساخت.

مدت زمان پخت

مدت زمان پخت به سیستم حرارتی، نوع سوخت، سطح داخلی تنور، وزن چانه و بسیاری از عوامل دیگر بستگی داشته و بین ۱۰۰-۴۵ ثانیه به‌طول می‌انجامد.



رومال

رومال مورد مصرف در نان بربری، از مخلوطی از آرد، آب و جوش شیرین تشکیل شده است. با توجه به این که مصرف جوش شیرین در تهیه نان که می‌بایست خمیر آن به طریق بیولوژیکی پوک شود، متداول و صحیح نمی‌باشد. بنابراین توصیه می‌شود به جای جوش شیرین از مقداری شکر و یا شیر خرمادین منظور استفاده گردد. به مخلوط آرد، آب، شکر و یا شیر خرمادین مقدار آب جوش اضافه کرده و آن را بخار داده و یا حرارت می‌دهند تا نشاسته آن ژلاتینه و قسمتی از آن به دکسترین تبدیل شود. در اثر حرارت زیاد (بیش از ۱۰۰ درجه سانتی‌گراد) قسمتی از نشاسته به قندهای مختلف تبدیل می‌شود. دکسترین و سایر قندهای به وجود آمده در اثر حرارت، موجب طلائی شدن و رنگ مطلوب نان و شفافیت پوسته می‌گردد. به ازای هر ۵۰ عدد چانه مقدار آرد مصرفی در تهیه رومال حدود ۱۵۰۰-۷۵۰ گرم، شکر یا شیر خرمادین ۴۰۰-۱۵۰ گرم می‌باشد. به ازای هر عدد چانه پهن شده حدود یک قاشق بزرگ رومال ریخته سپس آن را با انگشتان دست پخش می‌کنند. در اثر این امر رنگ پوسته کاملاً طلائی و خوشرنگ می‌شود.

سبوس ریز و ویزیتکا

سبوس ریز را اصطلاحاً ویزیتکا می‌نامند. به منظور جلوگیری از چسبیدن خمیر روی میز کار به ضخامت حدود چند میلیمتر ویزیتکا ریخته و خمیر روی آن پهن شده و فرم اولیه را به خود می‌گیرد.

مخلوط کردن و زدن خمیر بربری

مخلوط کنی که در تهیه خمیر نان بربری مورد استفاده قرار می‌گیرد، از انواع دوکی شکل بوده که قادر است ۶۰-۷۵ دور در دقیقه خمیر را مخلوط کرده و آن را بزند.

برای تهیه خمیر ابتدا ۱۰۰ کیلوگرم آرد را در تگار ریخته، سپس خمیر اولیه (خمیر ترش) که به روش کوتاه مدت یا میان مدت تهیه شده است (به مقدار ۱۵-۱۰ کیلوگرم) را در آب خمیر حل کرده (همچنین مقدار نمک طعام را نیز در آب حل می‌نمایند) و آن را به آرد جهت تهیه خمیر اضافه می‌کنند.

مقدار آب مصرفی به ازای هر ۱۰۰ کیلوگرم آرد به کیفیت آرد، روش تهیه خمیر، دما و بسیاری از عوامل دیگر بستگی داشته و به طور معمول بین ۸۰-۷۰ لیتر در نوسان است. هر چه مقدار خمیر اولیه بیشتر مصرف شود باید میزان آب مصرفی در تهیه خمیر اصلی را کاهش داد.

در روش مستقیم که از خمیرمایه خشک استفاده می‌شود، قوام خمیر یا به عبارت دیگر آب مصرفی در حدود ۷۹-۷۶ لیتر می‌باشد. در روش مستقیم تهیه خمیر، ابتدا ۱۰۰ کیلوگرم آرد را داخل تگار ریخته، سپس خمیرمایه خشک را در آب حل کرده، آن را به آرد اضافه نموده، در مرحله بعد نمک حل شده در آب به اضافه مقدار ۷۹-۷۶ لیتر آب را به تگار اضافه کرده و مخلوط کن

را روشن می‌نمایند. خمیر را می‌توان طی دو مرحله مخلوط و زد. در مرحله اول خمیر به مدت ۱۵-۱۳ دقیقه و در مرحله دوم پس از حدود ۷ دقیقه استراحت، مجدداً خمیر به مدت ۱۰-۷ دقیقه مخلوط و زده می‌شود. مدت زمان زدن خمیر به کیفیت آرد، مواد اولیه مصرفی و میزان هر یک از آنها، روش تهیه خمیر و بسیاری از عوامل دیگر بستگی دارد.

استراحت اولیه خمیر و چانه‌گیری

مدت زمان استراحت اولیه خمیر به کیفیت آرد، درجه حرارت محیط، مقدار مصرف خمیر اولیه (خمیر ترش) یا مقدار مخمر و سایر عوامل بستگی دارد. هر چه آرد قوی‌تر و حاوی پروتیین بیشتری باشد، مدت زمان استراحت طولانی‌تر خواهد بود. مدت زمان استراحت اولیه خمیر در حدود ۳-۱/۵ ساعت به طول می‌انجامد. پس از استراحت اولیه، خمیر به وسیله کاردک مخصوص بریدن و عمل چانه‌گیری انجام می‌گیرد. جهت فرم و شکل دادن مقدار کمی آرد دستی به چانه اضافه می‌شود. به منظور جلوگیری از خشک شدن چانه، می‌توان مقدار کمی آرد روی چانه پاشید و یا پارچه تمیزی را روی آن قرار داد.

وزن هر چانه بین ۷۳۰-۵۰۰ گرم در نوسان است. چنانچه وزن چانه ۶۰۰ گرم باشد، وزن نان حاصل حدود ۵۰۴-۴۹۲ گرم و کاهش وزن آن در طی فرآیند پخت حدود ۱۸-۱۶ درصد خواهد بود. اصولاً هر چه آرد ضعیف‌تر باشد، وزن چانه باید کمتر باشد.

تخمیر نهایی

پس از قرار دادن چانه و پهن کردن، چانه را به مدت ۸-۵ دقیقه به حال استراحت قرار می‌دهند و سپس خمیر را قدری کشیده و یک قاشق بزرگ روی آن رومال ریخته و آن را پخش کرده و در مرحله بعد این خمیر را ناخن زده و شیارهای منظمی را در آن ایجاد می‌نمایند و در آخرین مرحله با کشیدن بیشتر خمیر، آن را روی پاروی مخصوص جهت انتقال به درون فر قرار می‌دهند. هدف از تخمیر نهایی، به وجود آوردن خمیر و نان پوک و ماکول است که در اثر گازهای ایجاد شده، خمیر و نان حاصل متخلخل و قابل هضم گردد. فرآیندهایی که در طی تخمیر نهایی صورت می‌گیرد، به شرح زیر خلاصه می‌گردد:

* تورم اجزای تشکیل دهنده آرد همچنان ادامه می‌یابد.
* تجزیه اجزای تشکیل دهنده آرد در اثر آنزیم‌های آرد و آنزیم مخمر همچنان ادامه یافته و مواد معطر بیشتری تشکیل می‌گردد.
* تخمیر قندها در خمیر ادامه یافته، در نتیجه پوکی و تخلخل نان در اثر گازهای ایجاد شده، بیشتر می‌گردد.

مدت زمان پخت

مدت زمان پخت نان بربری به ضخامت، بزرگی و وزن چانه، منبع حرارتی، سطح تنور و بسیاری از عوامل دیگر بستگی داشته و به طور متوسط بین ۱۵-۱۰ دقیقه می‌باشد.

تهران - خیابان شهید دستگردی - پلاک ۲۷۴ - طبقه همکف - واحد شرقی

Gol Mayeh
تلمایه
شرکت ایران پانه

۸۸۸۸-۷۵۴



مشهد - بلوار خیام - خیابان خیام ۲۳ - پلاک ۲۰۹

آمار عالی
RANUWELLAS CO

۰۵۱۱ - ۷۶۳۱۲۲۳ - ۷



کرمانشاه - الهیه - میدان رسالت - شهرک گلپا - کوچه یاسمن - پلاک ۲

پاکا مایه کرمانشاه

۰۸۳۱ - ۸۳۵۳۵۱۴



تهران - کیلومتر ۲۵ جاده آبادان - کشت و صنعت دعبل خراسانی

شرکت خمیر پانه

۰۶۱۱ - ۳۴۳۱۳۱۱



تهران - خیابان گاندی - خیابان یکم - پلاک ۱۲ - طبقه ۳

شرکت خمیر مایه خوزستان

۸۸۷۷۵۴۳۷



مشهد - کوه سنگی ۱۷ - شرکت رانان آف دس رضوی

خمیر پانه رضوی
Razavi Yeast CO

۰۵۸۲ - ۶۲۲۶۶۲۲ - ۳



برای مردمی که مقدار زیادی از پروتئین، کربوهیدرات و انرژی روزانه بدن خود را
از طریق نان تامین می کنند، به یقین درست است اگر بگوییم:

**نان سالم یعنی جسم سالم
نان سالم یعنی روح سالم و ...
نان سالم یعنی انسان سالم**

خمیرمایه سرشار از پروتئین، کربوهیدرات،
ویتامین های گروه B و بسیاری از عناصر
معدنی و آلی مورد نیاز بدن مثل سدیم، منیزیم،
کلسیم، پتاسیم، آهن، روی، مس، کبالت،
منگنز، گوگرد، فسفات، نیتروژن، ید و ... است.

مصرف **جوش شیرین** درخت
نان به آرامی و آهستگی موجب
مسمومیت بدن و بروز انواع
بیماری ها در انسان می شود.