

بسم الله الرحمن الرحيم

گیاه خرنوب *Ceratonia siliqua* بعنوان یک شیرین کننده طبیعی و سایر کاربردها

ذائقه جهانی به مصرف مواد غذایی ارگانیک و داروهای گیاهی و سنتی گرایش دارد. خرنوب به دلیل ویژگی های غذایی دارویی، کشت و کار آن چه در دوران باستان و چه در دوران معاصر همواره مدنظر کشاورزان بوده است.

صمغ دانه های خرنوب در صنایع غذایی (بستنی، پنیر، سس، شیرینی، غذاهای کنسروی، سوسیس و کالباس و...) به عنوان قوام دهنده (مانند ژلاتین) به کار می رود و از دیدگاه تجاری مهم ترین کاربرد میوه یا بذره های این گونه است.

نوعی شربت از نیام میوه های آن به دست می آید که نوعی داروی سنتی برای درمان سرفه و گلودرد است. این شربت به عنوان شیرین کننده هم به کار می رود و منبع خوبی از کلسیم، آهن، فسفر و فیبرهای طبیعی است. نوشیدنی های تهیه شده از خرنوب به علت شیرینی ویژه آن در کشورهای مسلمان منطقه غرب آسیا و شمال آفریقا یکی از پرطرفدارترین ها در ماه رمضان است.

پودر نیام خرنوب طعمی کاکائو مانند دارد و برای مزه دار کردن شیر (طعمی مانند شیر کاکائو) هم به کار می رود. این آرد در برخی کشورها با آرد گندم مخلوط می شود و در پخت و پز نان یا سایر شیرینی جات مورد استفاده قرار می گیرد. آرد تهیه شده از میوه و بذره های آن فیبر بالایی دارد و برای پخت غذاهای صبحانه ای به کار می رود.

دانه های بو داده شده خرنوب به عنوان جایگزین قهوه و یا همراه با قهوه برای تهیه نوشیدنی های گرم استفاده می شود. تفاله میوه ها پس از استخراج ترکیبات قوام دهنده به عنوان آرد بدون قند با محتوای پروتئینی بالا (۶۰ درصد) به ویژه برای بیماران دیابتی کاربرد دارد.

از دیدگاه تغذیه ای نیام های خرنوب خوراکی و شیرین مزه اند. در این نیام ها تعداد زیادی بذر وجود دارد که آنها هم از ارزش تغذیه ای برخوردارند. نیام ها محتوی آهن، کلسیم، منیزیم و ویتامین های A، B2، B3 و D هستند. نیام ها را پس از خشک شدن آرد کرده و به جای پودر کاکائو در صنایع شکلات سازی برای مزه دار کردن محصولات استفاده می کنند.

در گذشته از این گیاه به جای شکر استفاده میشده است. امروزه نیز یک جایگزین عالی برای کاکائو، شکلات و مواد قندی به ویژه برای کسانی است که در رژیم غذایی شان می بایست قند را حذف کنند.

در این مقاله به مهمترین استفاده های غذایی و دارویی درمانی خرنوب پرداخته شده است.