

## شرائح لحم نباتية مفيدة للصحة والبيئة



توصل معهد أبحاث ألماني إلى إنتاج شرائح تشبه شرائح اللحم العادية، لكنها مصنوعة بالكامل من النباتات وتتميز بأنها تعطي تغذية أفضل وتحافظ على الموارد الطبيعية.

وقال الباحث فلوريان فيلد من المعهد الألماني للأبحاث "فراونهوفر" إن الشرائح تصنع من مواد في غالبيتها عبارة عن بدائل نباتية للحوم، مثل الفول والصويا والقمح والبازلأ والترمس، مشيراً إلى أن المعهد يقوم حالياً بأبحاث موازية بشأن مواد نباتية أخرى.

وأوضح فيلد أن الشرائح تتميز بمذاق خاص نظراً لطبيعة المواد النباتية المستعملة، فمثلاً بروتين البازلأ له نكهة خاصة والغلوتين من القمح له أيضاً مذاق محبب بعض الشيء، وأضاف أنه بإمكان المعهد إنتاج شرائح نباتية بنكهة تضاهي طعم اللحوم، من خلال إضافة بعض النكهات وبعض التوابل، التي يجب أن تكون أيضاً من أصل نباتي.

وكشف الباحث الألماني عن التوصل إلى منتج يولد نفس الشعور المطاطي الذي يشعر به من يتناول قطعة من اللحم الحقيقي، وهو عبارة عن نسيج يجري استعماله في مجموعة كاملة من المنتجات التي تشابه بشكل كبير لحوم الدجاج، ويمكن تغيير هذا النسيج حسب المتطلبات والاحتياجات.

وعن القيم الغذائية لهذه الشرائح النباتية قال فيلد إن المواد الخام التي تستخدم في صناعتها غنية

جدا بالبروتين، حيث تبلغ نسبة البروتين ما بين 65% و90%، ووفقا لذلك، فإن المنتج النهائي يكون أيضا غنيا جدا بالبروتين وبالتالي يمكن مقارنته مع اللحوم.

وبالإضافة إلى ذلك، فإن الشرائح النباتية هذه تحتوي على نسبة دهون قليلة جدا يمكن مقارنتها بقطع لحم جافة، كما أن شرائح اللحم النباتية لها ميزة غذائية أكثر من اللحوم، فهي تتوفر على كمية كبيرة من الألياف.

ويتابع الباحث في معهد "فراونهوفر" أن هناك أسباب أخرى تميز هذه الشرائح عن اللحوم العادية خاصة فيما يتعلق بالحفاظ على الطبيعة والاستدامة، وذلك لأن المنتجات النباتية تحافظ أكثر على الموارد الطبيعية بالمقارنة مع اللحوم، كما أن إنتاجها يحتاج إلى كميات أقل من المياه، وإلى طاقة أقل ومساحات زراعية أصغر.