

દૂધમાં રહેલાં
લેક્ટોઝમાંથી મળતાં
ગેલેક્ટો ઓલિગો
સેકેરાઈડમાંથી
ચોકલેટ જેવી ગમીઝ
તૈયાર કરી

ભવિષ્યમાં ખાંડના બદલે GOSનો ઉપયોગ કરી શકાશે

દિવસમાં ૩૦ ગ્રામ ખાંડનો ઉપયોગ હાનિકારક : ફૂડ સેફ્ટી એન્ડ સ્ટાન્ડર્ડ ઓથોરિટી ઓફ ઈન્ડિયા

સંદેશ

ફૂડ સેફ્ટી એન્ડ સ્ટાન્ડર્ડ ઓથોરિટી ઓફ ઈન્ડિયાના જણાવ્યાં પ્રમાણે દિવસમાં ૩૦ ગ્રામથી વધુ ખાંડનો ઉપયોગ સ્વાસ્થ્ય માટે હાનિકારક છે. જો કે, એટલી ખાંડ તો સામાન્ય રીતે લોકો ચા-કોફીમાં જ લઈ લેતાં હોય છે. ત્યારે એમ.એસ. યુનિવર્સિટીની ફેકલ્ટી ઓફ ફેમિલિ એન્ડ કમ્યુનિટી સાયન્સિસના ફૂડ એન્ડ ન્યૂટ્રિશન વિભાગની રીસર્ચ સ્કોલરે દુધમાં રહેલાં લેક્ટોઝમાંથી મળતું અને મોટાં આંતરડાને શુદ્ધ કરતું ફાઈબર GOS શોધ્યું છે. જેને ભવિષ્યમાં ખાંડના સબસ્ટિટ્યુટ તરીકે ઉપયોગમાં લઈ શકાશે.

જે વિશે રીસર્ચ સ્કોલર કોંકોના ડેએ કહ્યું હતું કે, આ સંશોધન મેં અમારા વિભાગના પ્રો.ડો.મીની શેઠના માર્ગદર્શન હેઠળ કર્યું છે. સામાન્ય રીતે જમ્યાં બાદ લોકોને કંઈક ગળ્યું ખાવાની ટેવ હોય છે. પરંતુ વધુ પડતાં ગળ્યાં પદાર્થ સમય જતાં ગંભીર બિમારીઓ નોતરે છે. અમે દુધમાં રહેલાં લેક્ટોઝમાંથી મળતાં (ફુદરતી ગળ્યાપણું) ગેલેક્ટો ઓલિગો સેકેરાઈડમાંથી ચોકલેટ જેવી ગમીઝ બનાવી છે. જેનાથી ગટ હેલ્થ (મોટું આંતરડું) ઈમ્યુવ થશે અને લોકોને કંઈક ગળ્યું ખાવાનો સંતોષ પણ થશે. ગટ હેલ્થ (મોટું આંતરડું) અને હૃદય રોગને સીધો સંબંધ છે. તેથી હાલ લોકો પોતાની ગટ હેલ્થને લઈને ખૂબ જ સજાગ બન્યાં છે. પરંતુ તે ત્યારે જ શક્ય છે, જ્યારે તેમાં સારા બેક્ટેરિયાની સંખ્યા વધુ હોય. અમે જે ગમીઝ બનાવી છે, તેનાથી ડાયાબિટિસ, મેન્ટલ હેલ્થ, કબજિયાત વગેરે જેવી સમસ્યાઓથી પણ મહદઅંશે રાહત મળશે.



૬ મહિના બાદ પણ ગમીઝ એવીને એવી જ જોવા મળી !



અમે ગમીઝ બન્યાં બાદ તે કેટલાં સમય સુધી સારી રહી શકે છે, તેના પર સ્ટડી કરી હતી. જેમાં અમે ગમીઝને ૩૭ ડિગ્રી સેલ્સિયસ તાપમાને રાખી હતી. ત્યારબાદ તેનું ૧ મહિના, ૩ મહિના અને ૬ મહિનાના સમયગાળામાં ટેસ્ટિંગ કર્યું હતું. જેમાં તેનો સ્વાદ કેવો છે, ટેક્સચર કેવું છે, તેમાં કોઈ પ્રકારના બેક્ટેરિયા તો નથી વિકસિત થયાં વગેરે તથા ફૂડને લગતા દરેક માપદંડોમાંથી ગમીઝનું ચોક્કસાઈભર્યું પરીક્ષણ કર્યું હતું. જેનાં પરથી અમને જાણવા મળ્યું હતું કે, ૬ મહિના બાદ ગમીઝ સ્વાદમાં, ટેક્સચરમાં એવીને એવી જ જોવા મળી હતી. જેથી ગમીઝની એક્સપાયરી ટેડ લાંબા સમય સુધી રહી શકે છે. આગામી દિવસોમાં આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરની પ્રેસ કોન્ફરન્સમાં અમે રીસર્ચ પેપર પ્રસ્તુત કરીશું.

પ્રો.ડો.મીની શેઠ, રીસર્ચ ગાઈડ

ગમીઝ ટેસ્ટ કરવા માટે ૧૦ પેનલ મેમ્બર્સને તૈયાર કરાયા

સૌ પ્રથમ અમે માર્કેટમાં મળતી ખાંડમાંથી બનેલી ગમીઝમાંથી ૫૦% ખાંડ ઓછી કરી તેમાં ૫૦% GOS ઉમેર્યું હતું. ત્યારબાદ તેનું



લેવલ વધારી ૧૦૦% GOSના ઉપયોગ સાથે ખાંડ વિનાની ગમીઝ બનાવી હતી. જેને ટેસ્ટ

કરવા માટે સ્વાદ પારખવામાં પારંગત ૧૦ લોકોની પેનલને તાલીમ આપી હતી. જેમાં ગમીઝનો ફલર, ટેક્સચર, સ્વાદથી લઈ અન્ય દરેક ઓર્ગેનોલેપ્ટિક માપદંડોમાં તેની ચકાસણી કરાઈ હતી. જેના તારણ સ્વરૂપે અમને જાણવા મળ્યું હતું કે, GOSમાંથી બનેલી ગમીઝ લોકોને અન્ય ગમીઝ જેટલી જ સ્વાદિષ્ટ લાગી હતી. કોંકોના ડે, રીસર્ચ સ્કોલર