

فرآورده های برنجی

1. پلو و چلو

وقتی نام **برنج** و **فرآورده های برنجی** میاد، بیش تر ما ایرانی ها، به یاد پلو و چلو می افتیم و اگر خیلی **اطلاعات** خوبی داشته باشیم، شاید کوفته برنجی رو هم به این لیست اضافه کنیم و این در حالی است که تعداد و تنوع **فرآورده های برنجی**، به بیش از ده ها مورد می رسد و می توان ده ها ساعت درباره ی آن ها بحث کرد. در این مقاله به معرفی تعدادی از فرآورده های مهم **برنج** در دو دسته ی فرآورده های آردی و فرآورده های مایع می پردازیم.

1. فرآورده های آردی

این دسته از فرآورده ها، از آرد **برنج** تهیه می شوند. آرد برنج خود از آسیاب آبی به دست می آید. آسیاب آبی از جمله روش های **فرآوری برنج** است که بخش زیادی از ماده های مغذی و املاح برنج به سبب حلال بودن، در این روش از دست می روند. آرد برنج و فرآورده های آن، در کشورهایی که مصرف بالای برنج دارند، جزو یکی دیگر از گزینه ها برای تامین غذای مردم است. در دیگر کشورها که چندان سرانه ی بالای مصرف برنج ندارند، آرد برنج می تواند جایگزینی برای آرد گندم و تهیه ی کیک و فرآورده های این چنینی باشد.

Dreamy
Colors



نودل (رشته) برنجی: رشته یا نودل برنجی، یکی از فرآورده هایی است که از آرد برنج پدید می آید و می تواند به عنوان میان وعده و یا داخل سوپ، مصرف شود.

کاغذ برنج: این مورد یکی از جالب ترین فرآورده های برنج است که به صورت نازک و ورقه ای، از آرد برنج تهیه می شود. کاغذهای برنجی برای تهیه ی غذاهایی هم چون سمبوسه، پیچاندن سبزی، پیچاندن گوشت و مرغ و نمونه های این چنینی استفاده می شود. کاغذ برنج بیش تر در آشپزی های تایلندی و ویتنامی کاربرد دارد. کاغذ برنج را می توان به صورت عادی مصرف و یا داخل روغن سرخ کرد.

کیک و پودینگ: یکی دیگر از فرآورده هایی است که از آرد برنج پدید می آید و می تواند به عنوان دسر، یا میان وعده سرو شود. این فرآورده را شاید بتوان پر طرفدارترین فرآورده ی آرد برنج در شرق و جنوب آسیا دانست.

2. فرآورده های مایع

روغن سبوس برنج: این فرآورده از سبوس و ریشه ی برنج تهیه می شود. از این روغن که منبعی سرشار از ویتامین ای، آنتی اکسیدان و دیگر ویتامین ها و ماده های مغذی را درون خود دارد، در پخت و پز و سالاد استفاده می شود. افزون بر این، به دلیل نقطه ی دود بالای این روغن (200 درجه ی سانتی گراد)، می توان از آن در سرخ کردن نیز استفاده کرد. چین، هند و ژاپن از جمله کشورهای مهم و پیشتاز در تولید روغن برنج هستند.

سرکه ی برنج: سرکه ی برنج در چین و ژاپن تولید می شود. رنگ این فرآورده از زرد روشن تا قرمز تیره، قهوه ای و مشکی متغیر است. این سرکه چهار تا پنج درصد اسید دارد.



شیر برنج: در کشورهای چون آمریکا و تایلند، برای مصرف کننده هایی که به لاکتوز حساس هستند، شیر برنج تهیه می شود که البته با استقبال فراوانی همراه است.

تورنگ چاپ، ارائه دهنده مناسب ترین خدمات طراحی و چاپ

www.ToorangPrint.com



شیره ی برنج: این فرآورده از پختن برنج قهوه ای و آنزیم به دست می آید و در تصویر اصلی پست می توانید آن را ببینید.

3. دیگر فرآورده های برنجی

کراکر برنجی: بیسکویت یا کراکر برنجی، از دیگر فرآورده های مهم برنج است که در شرق آسیا، به خصوص ژاپن، طرفدارهای بسیاری دارد.



نشاسته ی برنج: از این ماده به عنوان عاملی برای افزایش چسبندگی میان ماده های غذایی استفاده می شود. نشاسته ی برنج نسبت به دیگر ماده ها کوچک تر است و همین سبب کاربرد بیشتر آن در تهیه ی غذا شده است.

سبزی برنج: از ریشه های برنج وحشی، در کشورهای شرق آسیا به ویژه چین، به عنوان سبزی و همراه با غذای اصلی استفاده می شود.

در این مقاله به فرآورده های گوناگون و مختلف **برنج** پرداختیم. دانستیم که فرآورده های برنج به دو دسته ی فرآورده های آردی و فرآورده های مایع بخش می شوند. نودل، کیک و کاغذ برنجی جزو فرآورده های آردی، روغن، سرکه و شیر، در گروه فرآورده های مایع هستند.

به نظر **نگارنده**، اگر خوب به این مقاله نگاه کنیم، در می یابیم که مهم ترین و پر فایده ترین فرآورده های برنج، از سبوس و ریشه ی آن پدید می آیند و این در حالی است که هنوز آن گونه که باید، در ایران به این مهم پرداخته نشده است. اگر فاکتورهای مختلفی چون سلیقه ی عموم جامعه و فرآیند فرآوری برنج، اندکی دگرگون شوند، فرصت های تولید و اشتغال زایی گسترده ای در این صنعت خواهیم داشت که البته مزیت های بهداشتی و درمانی فراوانی نیز به همراه دارد.