KSUC-P-022

องค์ประกอบของกรดไขมันของโยเกิร์ตพร้อมดื่มเสริมไลโคปีนและเส้นใยจากผลตำลึงสุกผง

อรนุช สีหามาลา[1,*] หนูเดือน สาระบุตร[1] พรประภา ชุนถนอม[2] พนอจิต นิติสุข[1] พนิดา วงศ์ปรีดี[1] และ ศุภชัย ภูลายดอก[1]

[1] คณะเทคโนโลยีการเกษตร มหาวิทยาลัยกาฬสินธุ์

[2] คณะทรัพยากรธรรมชาติ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร

[*]Corresponding author e-mail: oranut_si@hotmail.com

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของงานวิจัยนี้เพื่อศึกษาองค์ประกอบกรดไขมันของโยเกิร์ตพร้อมดื่มที่มีการเติมผลตำลึงสุกผงดังนี้ ร้อยละ 0 (ชุดควบคุม) 1 2 3 4 และ 5 วางแผนการทดลองแบบ Completely Randomized design จากผลการทดลองพบกรดไขมันไมริสติค ปาล์มมิติค สเตียริค โอเลอิค และขิโนเลอิค โดยกรดไขมันปาล์มมิติคมีปริมาณมากที่สุด รองลงมาคือ กรดไขมันโอเลอิค โดยมีค่าอยู่ระหว่าง 79.05-114.34 และ 71.56-90.38 มลต่อ 100 กรัมตัวอย่าง ตามลำดับ ส่วนกรดไขมันที่พบน้อยที่สุดในโยเกิร์ตพร้อมดื่มเสริมไลโคปีนและเส้นใยอาหารจากผลตำลึงสุกผง คือกรดไขมันไมริสติคมีค่าระหว่าง 8.41-28.97 มลต่อ 100 กรัมตัวอย่าง สำหรับกรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกาย คือ กรดไขมันลิโนเลอิก พบว่ากรดไขมันลิโนเลอิกมีปริมาณเพิ่มขึ้นตามปริมาณของผลตำลึงสุกผงที่เพิ่มขึ้นในโยเกิร์ตพร้อมดื่ม มีค่าอยู่ระหว่าง 26.57-54.81 มลต่อ 100 กรัมตัวอย่าง ตามลำดับ โยเกิร์ตพร้อมดื่มเสริมไลโคปีนและเส้นใยอาหารจากผลตำลึงสุกผงเป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ เนื่องจากว่ามีปริมาณไขมันต่ำ กรดไขมันอิ่มตัวต่ำและมีกรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกาย

คำสำคัญ: ตำลึง กรดไขมัน ไลโคปีน เส้นใยอาหาร