

## La aplicación de cereales en alimentos de nutrición deportiva en China (3)

Aplicación del grano en el desarrollo de alimentos de nutrición deportiva.



Los alimentos tradicionales de nutrición deportiva incluyen principalmente la adición de algunos ingredientes activos de plantas o algunos componentes funcionales para mejorar la inmunidad y aliviar la fatiga física. Con la profundización de la comprensión del valor nutricional y los efectos en la salud de los cereales, se están llevando a cabo varios estudios sobre el desarrollo de alimentos de nutrición deportiva.

[máquina de secado por microondas](#)

Aplicación de grano en alimentos sólidos deportivos.

En la actualidad, los alimentos sólidos para deportes son principalmente barras alimenticias y geles alimenticios. Dependiendo de la aplicación, las barras de alimentos se dividen en barras de energía, barras de proteínas y barras de adelgazamiento. La barra de comida se originó en 1985 y fue desarrollada por la esposa de un corredor de maratón. Desde entonces, las barras de alimentos se han vuelto más familiares y la industria ha crecido rápidamente. [Máquina de](#)

## [barra de cereales](#)

De hecho, la barra de alimentos se utiliza principalmente para complementar la condición física de los atletas o atletas aficionados, por lo que sus ingredientes son principalmente materias primas altas en calorías como los carbohidratos y las proteínas. Los estudios han demostrado que los cereales son ricos en recursos de carbohidratos y proteínas y son las materias primas preferidas para la producción de barras de alimentos. Como resultado, la investigación sobre la producción de barras de alimentos ha aumentado gradualmente.

Liu Shaowei y otra harina de maíz, polvo de soja, harina de arroz integral, harina de trigo sarraceno se mezclan y extruyen, y luego se agregan al material auxiliar para hornear para hacer una barra energética de grano inflado con dureza moderada y buena fragilidad. El producto tiene una mezcla nutricional equilibrada, alta fibra dietética, alta energía y rápida absorción por parte del cuerpo humano. Es un nuevo tipo de barra de energía que es nutritiva y saludable.

Shi Yanguo et al. Combinaron proteína de soya concentrada y harina de gluten de maíz como materia prima, y luego desarrollaron una barra de proteína modificando el material de proteína. Los resultados mostraron que: la proteína de soja emulsionada y la proteína de maíz emulsionante se utilizaron como materias primas, y con la proporción adecuada de azúcar, la proteína de barra ideal se podía obtener por extrusión.

Energy gel es un tipo de alimento de nutrición deportiva compuesto principalmente de carbohidratos. El grano es rico en recursos de carbohidratos, por lo que es la principal materia prima para la producción de gel energético.

El almidón de patata se hidrolizó enzimáticamente en maltodextrina como materia prima, y el gel energético se preparó a través de la optimización del proceso de formulación. Al mismo tiempo, el gel energético tuvo el efecto de suplementar energía a través de experimentos con ratones. Con la adición de oligoelementos, el gel de energía de almidón se desarrolló a través de la optimización del proceso.

Con la exploración continua de académicos, algunos péptidos de proteínas también se utilizan en el desarrollo del gel de energía alimentaria de nutrición deportiva, utilizando el péptido de trigo como la principal materia prima para desarrollar un gel de energía alimentaria de nutrición deportiva. Los resultados de la investigación muestran que el gel energético preparado tiene buena calidad y puede prevenir y aliviar eficazmente la fatiga deportiva en el modelo de movimiento animal.