

نوشیدنی کامبوچا (kombucha) اکسیر جوانی

آبان 14، 1394

کامبوچا یکی از انواع نوشیدنی های است که از تخمیر سنتی چای سیاه، شکر و همزیستی باکتری استیک ومخمرها به دست آمده که در دسته قارچهای دارویی طبقه بندی می گردد و دارای اسیدیتة ملایم می باشد

(Battikh2012:47,71,77) (AiLeng Teoh2004:95,119,126)

این نوشیدنی در گذشته در چین، روسیه و آلمان مصرف می شده و در حال حاضر به شکل گسترده در سرتاسر جهان مصرف می شود (محمد بلوردی 1387:1). در طی فرآیند تخمیر و اکسیداسیون این نوشیدنی، مجموعه قارچ و مخمر از قند تغذیه نموده و در مقابل، مواد با ارزشی نظیر گلوکورونیک اسید، اسید استیک، لاکتیک اسید، ویتامینها (B,C) ، آمینواسیدها، مواد آنتی بیوتیکی و سایر فرآورده ها را تولید می نمایند، در واقع یک کارخانه ی بیوشیمیایی کوچک به حساب می آید (سنجر موسوی 1390: 16،23، 51).

عمل تخمیر در دمای 28 درجه سانتی گراد به مدت 10 روز انجام می گیرد (Radomir V2011:127,1727,1731). سه استارتر مورد استفاده برای کشت شامل: کشت مخلوطی از باکتری های استیک (*acetic bacteria*) و زیگو ساکاروما یسسز (*Zygosaccharomyces SP*) ، مخلوط از باکتری استیک (*acetic bacteria*) وسا کارومیسس سرویزیه (*Zygosaccharomyces cerevisiae*)، کامبوچا های بومی محلی (Radomir V2011:127,1727,1731).

امروزه آن را به عنوان نوشیدنی می شناسند که برای پیشگیری از بسیاری بیماری ها کاربرد دارد

(Radomir V2011:127,1727,1731). تحقیقات نشان می دهد که کامبوچا به صورت خارج بدنی روی بعضی از میکروارگانیزم های مضر آثار ضد میکروبی دارد (محمد بلوردی 1387: 1). خواص درمانی این قارچ بسیار زیاد است از جمله به پیشگیری و درمان برخی سرطانها و M.S (مالتیپل اسکلروز) ، رفع یبوست و آلرژی، درمان تنبلی کلیوی و کبدی، رفع چین و چروک پوست و لاغری اشاره کرد (پریور 1390:

4,262,264). تعداد و تنوع گونه های مخمر بین محصولات متفاوت است، مخمرهای موجود در کامبوچا شامل موارد زیر می باشد: کولکرا اپیکولتسا (*Kloeckera apiculata*)، کاندیدا (*Candida*)، زیگوساکاروما یسز بیللی (*Zygosaccharomyces Bailii*)، شیزوساکاروما یسز پومی (*Schizosaccharomyces Pombe*)، ساکاروما یسز سروزیه (*Saccharomyces cerevisiae*) ساکاروما یسودیس لودویگی (*Saccharomyces ludwigii*)، برتنوما یسز بروکسیلینسیس (*Brettanomyces bruxellensis*) و مخمرهای دیگری نیز یافت می شود. (Ai Leng Teoh 2004:95,119,126)

مراجع:

1- پریور، کاظم، یغمایی، پریچهر، حیدری، شکوه (1390): «بررسی تاثیر محلول آبی کومبوچا در ترمیم زخم پوستی موش نر بالغ نژاد NMRI در شرایط «In vivo»، مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی، 4، 264 - 262.

2- سنجر موسوی، ناصر، فرج پور، آرزو (1390): کامبوچا، فصلنامه دانش پرستاری، 51، 16 - 23.

3 - بلوردی، محمود (1387): کامبوچا نوشیدنی سلامت بخش .

4- وتینز، هرالد، (1996): کتاب kombucha-Miracle Fungus، سوسن ملکی، انتشارات ققنوس.

5. Battikh , H , Bakhrouf , A, Ammar , E (2012); « Antimicrobial effect of Kombucha analogues», LWT – Food Science and Technology, 47. 71-77

6. Ai Leng Teoh, Gillian Heardb, Julian Cox (2004); «Yeast ecology of Kombucha fermentation», International Journal of Food Microbiology, 95.119 – 126

7. C. Dufresne, E, Farnworth (2000); «Tea, Kombucha, and health: a review», Food Research International, 33.409±42

8. Radomir V, Malbaša, Eva S, Lončar, Jasmina S, Vitas, Jasna M, Čanadanović-Brunet (2011); « Influence of starter cultures on the antioxidant activity of kombucha beverage», Food Chemistry, 127.1727–1731

9. Roche, J (1998); «The history and spread of Kombucha»,

[.http:// w3.trib.com_kombu/roche.html](http://w3.trib.com_kombu/roche.html)

Balentine, D, A, Wiseman, S, A, & Bouwens, L, C (1997); .10
«The chemistry of tea flavonoids», Critical Reviews in
.Food Science and Nutrition, 37, 693±704

Yang, C, S, & Wang, Z.-Y (1993); «Tea and cancer: .11
review», Journal of the National Cancer Institute, 85,
.1038±1049

Hara, Y, Luo, S.-J, Wickremashinghe, R. L, & Yamanishi, .12
T (1995a); « Botany (of tea)», Food Reviews
.International, 11, 371±374

Reiss, J (1994); «Influence of different sugars on the .13
metabolism of the tea fungus», Zeitschrift für
.Lebensmittel Untersuchung und-Forschung, 198, 258±261

Liu, C,-H, Hsu, W,-H, Lee, F,-L., & Liao, C.-C (1996); « .14
The isolation and identification of microbes from a
fermented tea beverage, Haipao, and their interactions
during Haipao fermentation», Food Microbiology,
.13,407±415

نویسنده: فاطمه صمدزاده