

الاعذية الجاهزه اعذفة المسقبل

عندما نفكر بالاعذفة الجاهزه فخطر على بالنا تلك الاعذفة المحضره كليا من المواد الاولية المكونه لها والمحفوزه باحدى طرق الحفظ المناسبة كالتعليب او التجميد او التجفيف وغيرها . وتطلق عبارة الجاهزية (convenience) عندما لا يتطلب تحضير العذاء للاستهلاك سوى عمليات بسيطة جدا كالتسخين او فتح العلبة او اذابه المكونات (استرجاع) او الخلط مع مواد غذائية اخرى اي بمعنى اخر لا نحتاج سوى عملية واحدة او عمليتين والامثلة على ذلك كثيرة نأتي على ذكرها لاحقا.

أن اهمية الاعذفة الجاهزه تكمن في نواحي عديدة نذكر عددا منها:

- ١- عدم مقدرة ربة البيت العاملة على تحضير كافة انواع الاعذفة التي تحتاجها ضمن الوقت المناسب المتوفر لديها بالمنزل وعند الحاجة عندما يستوجب ان تكون الاعذفة الجاهزة سهلة التحضير.
- ٢- توفير العذاء الصحي والتغذوي المناسب لمجموعه من الفئات العمرية مثل اعذفة الاطفال وحليب الاطفال .
- ٣- توفير عدد من الاعذفة لافراد القوات المسلحة اثناء الفرضيات والحروب
- ٤- اعداد مستلزمات بعض الصناعات الغذائية الاخرى مثل تصنيع عدد من المواد الغذائية المستخدمه في صناعات غذائية اخرى كاستخدام الحليب المجفف في صناعة المعجنات
- ٥- عدم توفر المواد الاولية لتصنيع وتحضير بعض الاعذفة على مدار السنة
- ٦- تقليل كلفه تحضير العذاء حيث نجد ان الكثير من الاعذفة لا يمكن تجهيزها منزليا لانها تكون مكلفه
- ٧- توفير بعض الاعذفة للمرضى والناقهين.
- ٨- توفير اعذفة بمواصفات خاصه لرواد الفضاء وغيرهم .

ان تحضير العذاء في المنزل ومن امثلته طبخ الرز وهو العذاء المتمثل بالرز الابيض الذي يشكل عذاء جاهزا ذلك لان الرز الخام (الثلب) قد خضع الى عمليات الطحن المختلفه في

معامل طحن الرز حتى يتمكن للمستهلك من شرائه واستخدامه في الطبخ اي ان الصناعات الغذائية قد وفرت الكثير من العمليات المستهلك وجعلت الرز الابيض غداء جاهزا له .
والامثلة في هذا المجال كثيرة وذلك وفق الاتي:

العصائر والشراب والمشروبات الغازية :

ويطلق على هذا النوع من الاغذية بالمشروبات (beverages) وجميعها تعد اغذية جاهزة للمستهلك ، الذي لا يبذل جهدا سوى فتح العلبة واستهلاك الغذاء الذي فيها وفي بعض الاحيان يقوم بعملية التخفيف كما هو الحال في العصائر او الشراب المركزة .
ان تحضير عصير الفاكهة يتطلب من الصناعة عمليات انتقاء فاكهة والغسل والعصر والترويق والتعبئة والتعقيم بينما نلاحظ ان الشراب يضاف اليها السكر والمواد الحافظة بنسب معينة ، اما المشروبات الغازية فيضاف عادة الى خليط السكر والحامض والنكهة والمواد الحافظة و غاز ثاني اوكسيد الكربون.

منتجات الحبوب :

ان الخبز المنتج من قبل المخازن الكبيرة والصغيرة يعد غداء جاهزا لانه لا يتطلب اي عملية تحضيرية من قبل المستهلك وعند حفظه في مجمدة المنزل بالنسبة الى انواع الخبز ذات الرطوبة العالية (الصمون ، الخبز العربي ، الرغيف) فانه يكون جاهزا بعد تذيويه او تسخينه قليلا بينما نجد ان خبز الرقاق المتوفر في كثير من القرى العراقية يكون جاهزا لفترة قد تصل الى شهر لانه يحافظ على خواصه في درجات حرارة الغرفة .
ولا يحتاج هذا النوع من الخبز الى اكثر من عملية رش بالماء قبل استهلاكه . ومن منتجات

عبوات ورقية و كارتونية فانها تكون جاهزة للاستهلاك بعد عملية اضافته الحليب والسكر اليها والمثال عليها رقائق الذرة (corn flakes) و رقائق الرز (rice flakes) ، مما جعل هذه الاغذية جاهزة بهذه الصورة بسبب طريقة تصنيعها التي تتضمن عمليات تحضير المواد الاولية واجراء عملية الطبخ ، حيث يحصل تحويل في المكونات وخاصة المادة النشوية مما يجعلها سهلة الاسترجاع والاستساغة بعد اضافته الحليب والسكر اليها . ومن ثم تجفف وتحمص ، وتستخدم حديثا اجهزة البثق Extrusion في تصنيعها ، حيث تجري عمليات الخلط والطبخ والتشكيل والتجفيف تباعا .

تحضر اغذية لاطفال الحبوبية بخلط طحين احد انواع الحبوب (حنطة او ذرة او رز) مع الحليب والسكر واجراء عمليات الطبخ والتجفيف والطحن . بحيث نحصل على غذاء بمواصفات جوده تتمثل بسهولة الاسترجاع وبنفس الوقت يكون هذا الغذاء ذا قيمة تغذوية تلائم عمر الطفل الذي يقدم اليه ، وبهذا تعد اغذية الاطفال اغذية جاهزة لا تحتاج الى اكثر من اضافة الحليب او الماء الساخن الى جزء منها قبل اعطائها للطفل . ان جاهزية اغذية الاطفال تعد مهمة جدا ، وقد اخذت الصناعات الغذائية على عاتقها هذه المهمة وبسبب بسيط هو ان القيمة الغذائية المتوازنة

التي تعطي للطفل يمكن تحقيقها من خلال السيطرة على الخلطات الداخلة في تركيبها مما يقلل احتمال الاضطرابات المعدية للطفل نتيجة اختلال في تركيب الخلطات التي قد تحضر منزليا من قبل ربة البيت . كما ان الام تكون في مأمن من توفر غذاء طفلها في مناسبات كثيره وعدم الانشغال في تحضير الغذاء له كما هو الحال عند السفر او حضور الزيارات خارج المنزل . كما ان غذية الاطفال الجاهزة هذه تعد وسيلة جيدة لادخال عناصر تغذوية ومعدنية حسب الاحتياجات المقررة للطفل من قبل الباحثين المختصين في هذا المجال.

اما منتجات المعكرونة والبرغل والرز الابيض فتعد اغذية جاهزة لانها لا تحتاج الى عمليات تصنيعية بعد شرائها اكثر من عملية الطبخ مع اللحم او الخضروات. اما المعجنات بكافة انواعها والتي يمكن خزنها في المنزل على درجة حرارة الغرفة مثل انواع البسكويتات الجافه او في مجمدة المنزل مثل انواع الكيك والفتائر فهي جاهزة للاستهلاك ولا تحتاج الى اكثر من عملية فتح العلبة او التذويب وهي تشبه في ذلك المقبلات المصنعة من الحبوب والبطاطا المعبئة باكياس بلاستيكية (اوسيلوفان) او ورقية والتي تاكل مباشرة بعد فتحها.

الفواكة والخضروات

تعد الفواكة والخضروات المعلبة او المجمدة اغذية شانعه وجاهزة لدرجة كبيرة وبالإضافة الى ذلك فهي ارخص سعرا مقارنة بالفواكة والخضروات الطازجة وذلك لان هذه المحاصيل تصنع عندما تكون في اول موسمها الانتاجي ولا يمكن توفيرها بالسعر نفسه على مدار سنة لذا فإن تجهيزها بشكل مجمد او معلب يجعلها اغذية جاهزة رخيصة الثمن عند الحاجة اليها كما ان قسما منها يستخدم مادة اوليه في صناعات غذائية اخرى مثل حشوات الفتائر والسلطات او عند تقديمها في المطاعم او الفنادق الكبيره .

منتجات الالبان

الحليب المعبأ في قناني زجاجية او كارتونية مبطنه بالمواد البلاستيكية والمبستر او المعقم وكذلك الزبدة والاجبان واللبن الرائب والايس كريم والحليب المكثف والحليب المجفف بانواعه كلها تعد جميعها اغذية جاهزة لاستهلاك او الاستخدام في صناعات غذائية اخرى مثل المعجنات او الحلويات ويمكن الحصول على هذه المنتجات عادة بعد ان يخضع الحليب الى عمليات تصنيعية عديدة يعذر على المستهلك توفيرها او القيام بها ويمكن حفظها بالمنزل بطرق كثيرة تشمل درجة حرارة الغرفة والتبريد والتجميد كما يمكن شراؤها من الاسواق عند الحاجة.

اللحوم ومنتجاتها

اذا ما توفرت اللحوم بعد عمليات الذبح والتقطيع والتصنيف والتجميد بالاسواق المحلية فانها تكون اغذية جاهزة للاستهلاك كما ان انواع من اللحوم المعلبة وانواع الصوصج (الباسطرمة مثلا) واللحوم المدخنة والمتوفرة في الاسواق تعد جميعها اغذية جاهزة ايضا .

خلطات الاغذية المطبوخة

تجهز بعض خلطات الاغذية بشكل مطبوخ وجاهز للاستخدام مباشرة بعد فتح العبوة وتسخينها وهذه الخلطات تحفظ احيانا بالتعليب وعلى الاكثر بالتجميد وتشمل هذه الخلطات قطع اللحم مع بعض الخضراوات والمواد المثخنة ويمكن ان تكون عبواتها بحجوم مختلفة تخدم الفئات المختلفة من المستهلكين وقد تكون عبوات ٥ كيلو غرام ولاستخدامها في مطابخ المطاعم والفنادق او عبوات (١) كغم لتخدم العائلة وحيانا تكون اقل لتخدم الحالات الفردية من المستهلكين والامثلة على هذه الطبخات الطبخات الجاهزة والمتوفرة في القطر هي الكبة الموصلية التي انتشر كثيرا في بعض المحافظات . وكذلك تتوفر في المحلات اليونانية في الاسواق العالمية طبخة الملفوف والمسمى (الدولمة) الشعبية وتلقى اهتماما بالغا من قبل الشرقيين كما ان هناك انواع كثيرة من التبسي الجاهز وخلطات اللحم المثلوم مع الخضر وعصير الطماطم.

تصنف الاغذية الجاهزة تبعا لعلاقتها بعملية التجميد الى ما ياتي:

- ١- اغذية لا تتأثر بالتجميد ، حيث يمكن تجميدها لمدة طويلة في المنزل دون ان تتأثر صفاتها العامة مثل الخبز والكيك والفطائر .
- ٢- اغذية تتأثر بالتجميد ، وهي تلك التي تحتوي على مكونات تتأثر بالتجميد مثل المواد المستحلبة مثل حساء الخضروات الجاهزة والكاستر والاغذية المحتوية على بياض البيض حيث يستحيل حفظها بالتجميد .
- ٣- اغذية تحتاج الى تجميد عال ، وهذا النوع من الاغذية الجاهزة يحتاج الى درجات حرارة تجميد منخفضة تصل الى -٢٩ درجة مئوية ، حيث ان درجات الحرارة بحد -١٨ م ، يؤدي الى تدهورها وافضل مثال على ذلك لحوم الاسماك الجاهزة المحتوية على نسبة عالية من الدهن ولحم الديك الرومي .

المشكلات التي تجابه الاغذية الجاهزة

يظهر عدد من المشكلات عند اقتناء الاغذية الجاهزة وهذه تشمل التلوث الميكروبي وكذلك تلك المستحلبات في الاغذية المجمدة ، حيث يتجمد الماء على شكل بلورات ثلجية صلبة ويزداد حجمها بمقدار ٩,١% ويصعب الحصول على مستحلب بعد عملية الصهر او الاذابة مثل الاغذية المحتوية على القشدة او المايونيز او الكاسترد كما يحصل تلف نتيجة ارتفاع رطوبه الاغذية وخاصة في الخلطات الجافة مثل اغذية الاطفال الحبوبية او اغذية الافطار الحبوبية وكذلك قد يحصل تلف نتيجة فقدان الرطوبة من بعض الاغذية الجاهزة مثل جفاف الخبز او الكيك غير المجمد .

أغذية المستقبل Food for the future

من الواضح في تجارة الاغذية المصنعه ظهور الاف من الاغذية الجديدة التي تكون عادة مشابهة لمظهر الاغذية التقليدية وطعمها وقوامها ولكنها تكون بشكل اكثر جاهزية للمستهلك واكثر تكاملا من ناحية القيمة الغذائية في الكثير من الاحيان ، كما انها تصنع من مواد اولية رخيصة نسبيا ويتم تصنيعها بطرق صحية مما يجعلها اكثر امانا وبالإضافة الى جميع ما ذكر فانها تكون اخف وزنا واقل حجما مما هو متوفر في الاغذية الاخرى .

وهذا لا يعني بان صناعة الاغذية سوف تصل في يوم ما الى انتاج الاقراص الغذائية food pills اي نأخذ غذاينا بشكل اقراص دوائية ، حيث من الممكن علميا ان نحصل على معظم الفيتامينات والمعادن وحتى الاحماض الامينية الاساسية التي نحتاجها يوميا بشكل قرصين او ثلاثة اقراص باحجام مناسبة وللحصول على الطاقه اليومية فأننا نحتاج الى حوالي ٢٥٠ غم من الدهن بشكل كتلة كروية صغيره ولكن من غير الممكن التصور ان المستهلكين للاغذية اينما كانوا وفي كل الاوقات في الماضي او الحاضر او في المستقبل ان يشبعوا رغباتهم وشهيتهم لتناول عدد من هذه الاقراص مع كرة دهنيه التي عملت بشكل حبات العلف المقدمة للحيوانات .

وهنا يمكن القول وبثقه عالية بانه لا يمكن في اي وقت من المستقبل ان يتغير الانسان جذريا ويقدم على اكل ما يحتاج جسمه من العناصر التغذوية على شكل حبوب بدلا من اكله ما يرغب تبعا لشهيته المحدده بكثير من العوامل ومنها العادات الغذائية ويمكن ان نستثنى من ذلك حالة الجوع التي عندها ياكل الانسان اي شئ يؤكل وحسب اعتقاد بعض الباحثين في هذا المجال فان الناس في عام ٢١٠٠ يمكن ان يبقوا احياءا اعتمادا على بعض الاقراص الغذائية وبعض من كرات الزيد او المنتجات البتروكيميائية المحولة ولكن من المؤكد انهم لا يستطيعوها . لو نظرنا الى غذانا قبل عشرين عام وفي طبيعة استهلاك هذا الغذاء لتبين مدى معرفة ما حصل من تغيير في خلال تلك الفترة والى الان ، حيث كان لبحوث تطوير المنتجات الغذائية التي تبنتها الجامعات ومراكز البحوث العلمية وشركات التصنيع الغذائي دور كبير في تأثير على طبيعة استهلاك المنتجات الغذائية .