

# 雜糧糙米飯保健配方

Whole grains recipe improving health



陳裕星



04-8523101#200



生技加工 / 作物改良課



ychen@tdais.gov.tw

**合作方式：可技術移轉、可合作開發**

**技術成熟度：商業化推廣階段**

**技術領域：採後處理與加工加值**

## 技術說明：

依據 2014~2016 年「國民營養健康狀況變遷調查」，我國成人過重及肥胖盛行率已達 45.4%，衛生福利部國民健康署呼籲國人每天攝取 1.5~4 碗全穀根莖類主食以改善肥胖及三高問題，因此本場以蕎麥糙米飯及紅薏仁糙米飯為主食，探討連續攝取後對高血脂病患調節血脂的效果。比較 2 組試食雜糧糙米飯 2 個月後各變數基線改變百分比(% change)，紅薏仁糙米飯組顯著降低三酸甘油酯(TG)、蕎麥糙米飯組降低總膽固醇(TC)。在肝腎功能方面，紅薏仁糙米飯組受試者之肝發炎指數 AST 及 ALT 皆顯著減少 ( $P<0.05$ ,  $P<0.001$ )，且脂肪肝指數減少 21% ( $P<0.01$ )。蕎麥糙米飯組受試者之血漿肌酸酐含量與腎絲球過濾率改善幅度達極顯著 ( $P<0.01$ 、 $P<0.001$ )；體重方面，蕎麥糙米飯與紅薏仁糙米飯分別顯著減少 1.05 及 2.17 公斤 ( $P<0.05$ 、 $P<0.001$ )，顯示不論本雜糧糙米飯配方具有改善血脂及取得健康食品認證的潛力。

## 適用產業、開發潛力與競爭力分析：

1. 生技業、食品加工業。
2. 近年來大健康產業受到人們普遍的注意，如能透過飲食調整改善健康狀態，無疑可受到消費者青睞，具有相當的市場潛力。本技術可開發小包裝米、冷凍米飯、熟飯、餐盒等商品，適合碾米業者、農會、冷凍食品與即食食品業者運用開發。



開發商品之 1 種樣態



本比例之雜糧糙米飯有降低血脂功能

