

La aplicación de cereales en alimentos de nutrición deportiva en China (4)

Aplicación de grano en suplementos deportivos.



Por lo general, existen 6 tipos de suplementos deportivos, a saber, proteína en polvo, creatina, aminoácido de cadena ramificada BCAA, glutamina, bomba de nitrógeno y L-carnitina. Los últimos cinco se utilizan principalmente para promover el desarrollo muscular y reducir la grasa. El polvo de proteína se usa principalmente para reparar el daño muscular y mejorar la resistencia muscular. Los cereales proporcionan una gran cantidad de recursos proteicos de alta calidad y, por lo tanto, son ampliamente utilizados en la producción de suplementos deportivos.

[Secadora de microondas](#)

Utilizando hidrolizado de proteína de soya-péptido de soya como materia prima y jugo compuesto, se desarrolló un suplemento deportivo. A través de experimentos de musculación y culturistas por medio año, los resultados mostraron que en comparación con el personal de control, culturistas Los aumentos significativos en la masa muscular y la grasa corporal también se reducen. [Barra de cereal que hace la máquina](#)

Se desarrolló un suplemento de nutrición deportiva a base de hidrolizado de polen, aislado de proteína de soja, proteína de suero, aminopolisacárido y taurina. Los experimentos de verificación muestran que el suplemento de nutrición deportiva puede complementar efectivamente la pérdida de proteínas después de un ejercicio intenso, mejorar la función motora de las células musculares y tener el efecto de resistir la fatiga por el ejercicio y mejorar la capacidad del ejercicio.

Aplicación de cereales en bebidas deportivas.

Las bebidas deportivas son el alimento más directo para que los humanos complementen su fuerza física. De acuerdo con el uso real, generalmente dividimos las bebidas deportivas en péptidos y fibras. Entre ellas, las bebidas deportivas con fibra reducen principalmente la grasa, mientras que las bebidas deportivas con péptidos tienen efectos antioxidantes y de alivio de la fatiga.

Por lo tanto, las bebidas deportivas peptídicas se utilizan a menudo para la recuperación física durante las competiciones o entrenamientos de atletas profesionales. El grano contiene una gran cantidad de proteínas de alta calidad y, al mismo tiempo, muchos polipéptidos funcionales se pueden obtener mediante una hidrólisis adecuada.

La bebida deportiva se elaboró a partir del frijol mungo con mayor contenido de proteínas y el producto se alivió con la prueba del ratón. Los resultados mostraron que la reserva de glucógeno hepático en el ratón aumentó significativamente y que los indicadores negativos relevantes fueron efectivos. Mejora, lo que indica que la bebida deportiva de frijol mungo tiene un cierto efecto de aliviar la fatiga.

Utilizando el péptido de la soja como materia prima y jugo de plátano, se desarrolló un nuevo tipo de bebida deportiva a través de la optimización del proceso. Los resultados de la evaluación sensorial mostraron que la bebida era casi similar a la bebida similar en el mercado en términos de sabor y textura, y el contenido nutricional era relativamente alto.

Resumen

En la actualidad, China está promoviendo vigorosamente el deporte nacional y la forma física para todos. El desarrollo de alimentos de nutrición deportiva de grano proporciona una garantía efectiva para la nutrición y salud deportiva del cuerpo. Sin embargo, la producción de alimentos de nutrición deportiva de grano no se ha estudiado a fondo, y el mercado de consumo de productos todavía tiene ciertas limitaciones.

Por lo tanto, debemos mejorar continuamente la tecnología de procesamiento de los alimentos de nutrición deportiva, acelerar la mejora del sistema de la industria y la legislación relevante, y así promover el desarrollo vigoroso de la industria de alimentos de nutrición deportiva de China.