

ก 1925

เดลินิวส์

ฉบับที่ 16,290 วันศุกร์ที่ 20 พฤษภาคม พ.ศ.2537 ราคา 5.00 บาท

DAILY NEWS

สารที่ให้รสหวานในอาหาร

โครงการเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อสารมวลชน สมาคมโภชนาการแห่งประเทศไทยฯ

ห้องสมุดกรมวิทยาศาสตร์บริการ

เมื่อพูดถึงรสหวาน หรือความหวาน ทุกคนมักจะนึกถึงน้ำตาล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง น้ำตาลที่ใช้กันแพร่หลายมากคือ น้ำตาลทราย นอกจากน้ำตาลทราย เราจะพบว่าครัวสำหรับ อาหารไทยนั้น มักจะไม่ขาดน้ำตาลมะพร้าว หรือน้ำตาลจากต้นตาล เนื่องจากมีรสหอมหวาน เมื่อใช้ปรุงอาหารหวานบางประเภท

บางคนชอบอาหารที่มีรสหวานนำ ไม่ว่าจะเป็อาหารประเภทใด ขอให้มีความหวานเป็น ไซ้ได้ บางคนฝึกฝึกก็ใส่น้ำตาล เกือบจะเป็นฝึกฝึกน้ำตาล

น้ำตาลแต่ละชนิดจะมีความหวานไม่เท่ากัน บางชนิดหวานมาก บางชนิดหวานน้อย ความหวานของน้ำตาลจะมากหรือน้อยเพียงใด เขาจะเปรียบเทียบกับความหวานของน้ำตาล ซูโครส โดยกำหนดให้ความหวานของน้ำตาลซูโครส มีค่าเท่ากับ 1 และความหวานของ

น้ำตาลชนิดอื่น ๆ จะมีความหวานเป็นกี่เท่าของน้ำตาลซูโครส ดังนี้

สารให้รสหวาน	ค่าความหวาน	สารให้รสหวาน	ค่าความหวาน
ฟรุกโตส	1.7	แมนนิทอล	0.7
ซูโครส	1.0	ซอร์บิทอล	0.6
กลูโคส	0.7	ไซลิทอล	0.9
มอลโตส	0.4	แซคคาริน	500
แลคโตส	0.2	แอสปาเทม	200

ได้มีการนำคุณสมบัติอื่นนี้ของน้ำตาล และสารชนิดที่ให้รสหวาน มาใช้ประโยชน์ใน ด้านการแพทย์และอุตสาหกรรมอาหาร.