

Owoce Acai z Amazonii według Pr. Iwona Wawer

Opublikowano 29 Maj 2010, autor: [Marcin - Administrator](#)



Acai (Assai palm, euterpa warzywna) to owoce palmy *Euterpe oleraceae* Martius rosnącej nad Amazonką, są składnikiem napojów i produktów żywnościowych, powszechnie konsumowanych w Brazylii, Kolumbii i Surinamie. Ostatnio sok z acai stał się popularny w USA, trafił też do Europy. Jakie cenne dla zdrowia składniki zawierają ciemne jagody assai? Owoce są oleiste, ciemny kolor sugeruje dużą zawartość ciemno-czerwonych barwników antocyjanowych, ale dokładne badania składu chemicznego owoców opublikowano dopiero w 2006 roku.

Owoc acai nie został uznany jako nowa żywność (ang. novel food) w Unii Europejskiej, ponieważ ten gatunek jagody był używany w znaczących ilościach przed rokiem 1997 oraz jest w katalogu UE. Owoce acai można szerzej wykorzystać jako składnik żywności (np. soków). Czy jest to żywność funkcjonalna, tj. o korzystnym wpływie na zdrowie? Badania naukowe muszą to wykazać.

Skład chemiczny zamrożonych i suszonych owoców zbadał A. Schauss i wsp. w 2006 roku.

Zidentyfikowano 5 różnych antocyjanin, dominują glikozyd i rutynozyd cyjanidyny, w mniejszych ilościach są: sambubiozyd cyjanidyny, glikozyd i rutynozyd peonidyny. Całkowita zawartość antocyjanów to 319 mg/100g. Inne związki polifenolowe to katechina, epikatechina, ich dimery (procyjanidyny), trimery oraz inne polimery w ilości 1,289 g/100g suchej masy. Skład procyjanidyn w assai jest podobny do tych z czarnych jagód, zwraca uwagę duża ilość polimerów (918 mg/100g) o wysokiej masie cząsteczkowej. W 100 g suchej masy owocowej jest 44 g błonnika, śladowe ilości witaminy C, ale aż 1000 IU witaminy A.

W dorzeczcu Amazonki, zielony olej wyciskany z owoców palmy używany jest w celach leczniczych, działa przeciwbiegunkowo. Głównymi składnikami oleju są kwas oleinowy (56%), palmitynowy (24%) i linolowy (12,5%), ale zidentyfikowano aż 37 różnych kwasów tłuszczowych. Inne związki to sterole (alfa-sitosterol, kampesterol, sigmasterol), aminokwasy (19 związków, w sumie 7,9 g/100 g) i białka.

Badając właściwości pulpy owocowej najwięcej uwagi zwrócono na jej aktywność antyoksydacyjną, bowiem w zamrożonych i wysuszonych owocach są silne antyoksydanty. Antyoksydanty w

sproszkowanej pulpie przebadano w serii testów z użyciem różnych wolnych rodników. Pulpa ma dużo związków lipofilowych, potrzebne były więc testy dla antyoksydantów rozpuszczalnych w tłuszczach (L-ORAC_{FL}) i w wodzie (H-ORAC_{FL}). Okazało się, że szczególnie wysoka jest aktywność w stosunku do anionorodnika nadadtlenkowego O₂⁻ (test SOD). Obecność różnych związków o silnym działaniu antyoksydacyjnym sugerowała, że mogą one mieć właściwości przeciwzapalne. Próby potwierdziły, że ekstrakt z acai hamuje aktywność enzymów cyklooksygenazy COX-1 i 2, może więc znaleźć zastosowanie jako potencjalne źródło substancji przeciwzapalnych i antyalergicznyc. W niewielkich stężeniach ma też działanie immunostymulujące.

W ekstrakcie jest prawdopodobnie kilkadziesiąt, a może kilkaset związków o interesującej aktywności biologicznej. O badaniach owoców acai z Amazonii na pewno usłyszymy, po sok możemy sięgnąć od razu – <http://mymonavie.com/waldemargrzelak>

Artykuł pochodzi ze strony sokiacai.com.pl