

ثمرة زيت النخيل



يستخرج زيت النخيل من ثمار نبات نخيل الزيت و التي تشبه إلى حد كبير نبات نخيل التمر (البلح) المعروف في المنطقة العربية كما أن ثمرة نخيل الزيت تشبه إلى حد كبير ثمار التمر الطازج إلا أنها غنية بالزيوت و الدهون النباتية بدلا من السكريات الطبيعية.

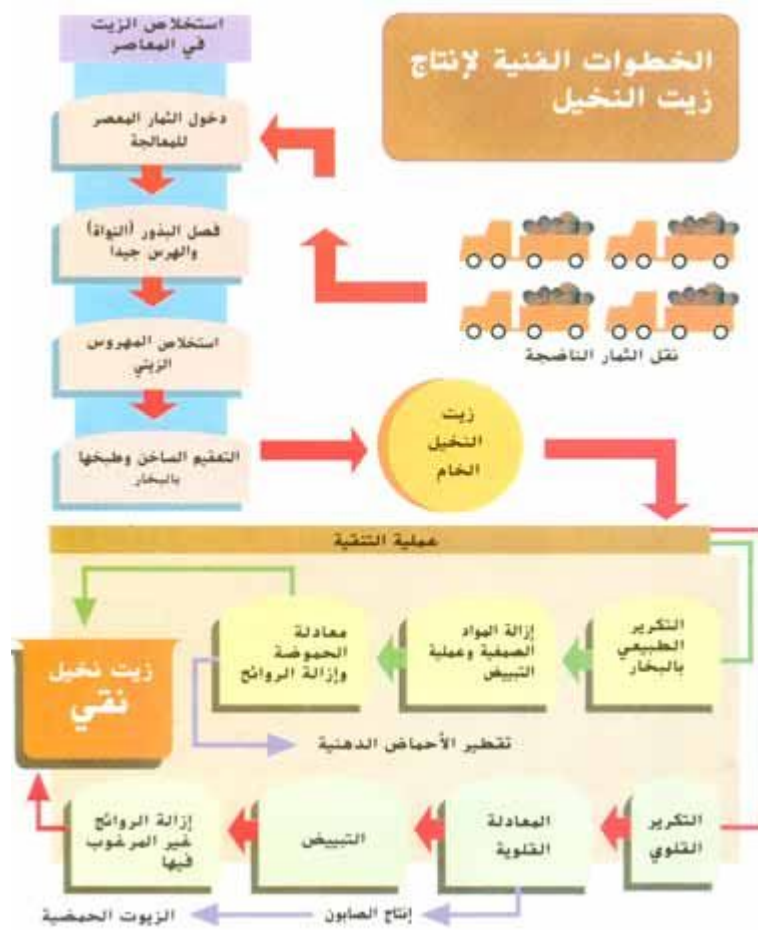
و نبات نخيل الزيت يعتبر نخلة معمرة تبدأ في إنتاج الثمار بعد حوالي ٣ سنوات من زراعتها وتستمر في إعطاء الثمار لمدة ٢٥ سنة وتكون الثمار في صورة عنقود كبير (سباطه) تشتمل على حوالي ٣٠٠٠ ثمرة (ثمرة/بلحة) ومن لحم الثمرة يتم استخراج زيت النخيل كما أنه يوجد بداخل الثمرة نواة (بذرة) تحتوى على نوع آخر من الزيت يسمى زيت نوى النخيل يتم استخراجه منفصلاً وله استخدامات خاصة واسعة النطاق ومن المهم هنا أن نؤكد إن زيت النخيل ليس هو زيت نوى النخيل ونخيل الزيت من أعلى المحاصيل إنتاجية للزيوت بالمقارنة بأي من المحاصيل الزيتية الأخرى ويعطي الفدان الواحد منه حوالي ٥ أطنان من الزيت في العام .

صناعة زيت النخيل

تعتمد صناعة استخراج زيت النخيل على عمليات طبيعية بحتة فبعد ان يتم نضج الثمار تجمع وتنقل الى المعاصر حيث يتم تعقيمها وطبخها بالبخار الساخن ثم تهرس جيداً ويتم فصل البذور (النواة الصلبة) بعد ذلك تدخل الثمار المهروسة الى مرحلة استخلاص الزيت الخام منها بالضغط حيث يخرج زيت النخيل الخام بلونه الأحمر المميز والذي يجمع في خزانات ضخمة تمهيداً لنقله الى مصانع التكرير أما النواة (البذرة) والتي تشبه نواة المشمش فيتم إدخالها الى الكسارات والتي تقوم بفصل القشرة الصلبة عن النواة بعد ذلك تدخل النواة الى المعاصر والمكابس والتي تقوم باستخراج زيت نوى النخيل الخام والذي يخزن في خزانات منفصلة تمهيداً لنقله الى مصانع التكرير الخاصة به ومن الجدير بالذكر هنا أن بقايا العصير ومخلفاته (التفل) بالإضافة الى قشور النوى يتم استخدامها بعد تجفيفها كوقود حيث يتم حرقها والحرارة الناتجة عنها تستخدم في الغلايات المنتجة للبخار اللازم لإدارة المعاصر.

بعد ذلك ينقل زيت النخيل الخام الى مصانع التكرير وفيها يتم تكريره وتصفيته (إزالة الشوائب) ثم تبيضه (إزالة اللون الأحمر) ثم نزع الروائح غير المرغوب فيها (إزالة الأحماض الدهنية الحرة المسببة للترنخ) بعد هذه العمليات نحصل على زيت النخيل النقي الصالح للغذاء وهذا الزيت له لون أصفر فاتح وقوام نصف جامد مثل قوام السمن الطبيعي.

ويشمل زيت النخيل النقي على خليط طبيعي من نوعين من الزيوت احدهما سائل لونه أصفر ذهبي ويسمى زيت أولين النخيل والآخر جامد ولونه أبيض ويسمى استيارين النخيل .ويمكن الحصول عليهما من زيت النخيل النقي بعمليات الفصل الطبيعية التي تعتمد على درجة الانصهار الطبيعية الخاصة بكل منهما .



حقائق امتياز زيت النخيل في التغذية

- عرف الإنسان زيت النخيل كمصدر آمن للطاقة الحيوية والغذاء الطيب منذ آلاف السنين وما زال العلم الحديث يضيف لفوائده كل يوم جديد.
- زيت النخيل بما حباه الله من مميزات وفوائد أصبح عالمي الاستهلاك والمعتمد الثاني عالمياً في تدبير احتياجات البشر من الزيوت النباتية.
- زيت النخيل ليس هو زيت نوى النخيل فالأول يخرج من لحم الثمار والثاني يخرج من نوى الثمار ولكل منهما تركيبته الكيميائية الخاصة به واستخداماته المختلفة.
- أجمعت دراسات وأبحاث التغذية المحايدة على إن زيت النخيل منتج طبيعي سهل الهضم سريع الامتصاص ومصدر ممتاز لإمداد الجسم بالطاقة والنشاط مع الصحة والحيوية وذلك لارتفاع محتواه الطبيعي من مجموعات الكاروتين والبيتاكاروتين والتوكوفيرول والتوكوترينول وهي المصادر الطبيعية الأساسية لإمداد جسم الإنسان بفيتامين (A) وفيتامين (E).
- إن زيت النخيل مقارنة بالزيوت النباتية الأخرى من أعظم الزيوت احتواء على مجموعات الكاروتين والبيتاكاروتين والتوكوفيرول والتوكوترينول وهذه المجموعات تعمل أيضاً كمضادات أكسدة طبيعية ذات فاعلية عالية في المحافظة على شباب خلايا الجسم من الشيخوخة وذلك بحمايتها من التأكسد ومقاومة آثار ما يسمى بالشوارد الحرة كما إنها تلعب دوراً هاماً في تثبيط بعض مسببة مرض السرطان.
- إن سمن زيت النخيل الطبيعي من مصدر نباتي وبالتالي يكون خالياً من الكوليسترول ولم يتحصل عليه بالهدرجة وبالتالي يكون خالياً من الأحماض الدهنية المخالفة ذات الثر السلبي على الصحة وناتج عن عصير ثمار النخيل التي لم يتدخل فيها الإنسان بالمعالجات الوراثية الحديثة كما حدث في بعض الحبوب الزيتية الأخرى

وبالتالي نتجنب ما قد يكون لها من أضرار على الإنسان ولكن لم تعلم لنا بعد .

من الاستعراض المبسط السابق تناوله نستطيع إن نوجز أن زيت النخيل يعتبر واحداً من أطيب الزيوت النباتية وتعدد أغراض استخدامه ففي الطهي هو الاطعم وللقلي هو الأنسب وللمخبوزات هو الأشهى وللصناعات الغذائية هو الأفضل وللصحة هو الأغنى.

"الخوف" غير المبرر من زيت النخيل!

على الرغم من أن زيت النخيل تم اكتشافه وفهم حقيقته ومكوناته حول العالم إلا أنه يظل جديداً للعديد من البلدان. عدم ألفة زيت النخيل في تلك البلدان أدى إلى انتشار العديد من الخرافات حوله والتي ليس لها أساس من الصحة. لقد أدى العلماء والباحثون أكثر من ٨٠ بحث حول زيت النخيل لكشف الحقيقة حول مثل تلك الإدعاءات غير الدقيقة. جميع النتائج الإيجابية لتلك الأبحاث أقنعت العديد ممن يشككون في زيت النخيل في تغيير رأيهم. كان الإنجاز الكبير لدعم السمعة الإيجابية لزيت النخيل عندما أعلنت إدارة الأغذية والعقاقير الأمريكية في عام ١٩٩٤ بأنها لن تسمح للمُصنعين باستخدام شعار "المنتج لا يحتوي على زيت النخيل!" والذي كان يستخدم سابقاً. هذا أدى إلى المساعدة على ظهور الحقيقة حول الخرافات المزعومة عن زيت النخيل والتي ثبت أنه لا أساس لها من الصحة. منذ ذلك الحين أصبح زيت النخيل يستعمل بشكل رئيسي في إعداد الأطعمة ليس فقط في الولايات المتحدة ولكن في العالم أجمع.