



เบอร์เกอร์ปลาเพื่อสุขภาพ

มธุรส แสงธัญญา, อภิชญา กิติ์กิ่งฉลาด และ ผศ.ดร.อุฬารณ์ พาณิชย์พาวอล



ที่มาและความสำคัญ

fast food เป็นอาหารที่นิยมเพราะสะดวกสบาย แต่คุณค่าทางอาหารไม่ครบถ้วน เช่น ไขมันสูง โซเดียมสูง ซึ่งเพิ่มโทษต่อร่างกาย



อุตสาหกรรมแปรรูปสัตว์น้ำ มีเศษเหลือจากการแปรรูปนำมาเพิ่มมูลค่า

มีสารต้านอนุมูลอิสระ

โปรตีนสูง

ไขมันต่ำ

มีโอเมก้า 3

มีวิตามิน



มีเบต้ากลูแคน

"อาหารที่ดี ดีต่อกาย ดีต่อใจ"

กระบวนการผลิต



ประโยชน์

เพิ่มมูลค่าของเศษปลาที่เหลือจากการแปรรูป

มีเบต้ากลูแคนจากเห็ดช่วยในเรื่องภูมิคุ้มกัน ลดไขมันในเลือด ต้านการอักเสบของร่างกาย



ทางเลือกรับประทานสุขภาพ

มีสารต้านอนุมูลอิสระจากธรรมชาติ



ไขมันต่ำ โปรตีนสูง
1 serving 50 กรัม
มี ไขมัน 1.6 กรัม โปรตีน 7.9 กรัม



มีวิตามิน A D B2

วัตถุดิบ

ใช้สารป้องกันการเสี้ยวสภาพ โปรตีนจากธรรมชาติ

