

國立臺灣海洋大學食品科系
碩士在職專班
專題討論書面報告

將木薯澱粉及秋葵籽粉加入新鮮米麵條
可改善健康人體受試者之
餐後血糖、胰島素及飽足感

授課老師：顧皓翔老師、方銘志老師

指導老師：蔡敏郎老師

學 號：41242010

學 生：葉睿涵

報告日期：113年03月16日

內容 40%	時間掌控 10%	表達能力 30%	投影片 10%	書面資料 10%

指導教授：

將木薯澱粉及秋葵籽粉加入新鮮米麵條

可改善健康人體受試者之餐後血糖、胰島素及飽足感

食科碩專一 41242010

葉睿涵

2024/03/16

大綱

- 一、 前言
- 二、 材料與方法
- 三、 結果與討論
- 四、 結論
- 五、 參考文獻
- 六、 表
- 七、 圖

摘要

秋葵 (*Abelmoschus esculentus* L.) 屬錦葵科一年生的蔬菜作物，預估世界年產量約600萬噸，提供了對健康重要的營養來源，如胺基酸、不飽和脂肪酸、維生素、礦物質、類黃酮、多酚和多醣等生物活性成分，具有降低血液中葡萄糖擴散速率及改善血糖水平等作用。

本研究以真空冷凍乾燥秋葵籽粉 (OSF) 作為一種功能性成分，透過生產較低升糖指數 (GI) 的米麵條來延緩餐後血糖升高。次要目的是餐後腸道激素反應、米麵條飽足感和感官評估。透過20名健康個體分別食用對照組米麵條 (CON)、10%秋葵籽營養強化米麵條 (OKN)、20%OKN和葡萄糖參考飲料。與CON相比，20%OKN的餐後血糖和胰島素高峰值明顯下降，GI值也較CON減少了20至64，而所有米麵條在餐後飢餓素和第一型類升糖素勝肽 (GLP-1) 產生相似的反應，在提供相同可利用之碳水化合物份量時，發現OKN比CON更容易產生飽足感；感官評估則表示，儘管感官特性的評分隨著營養強化度的增加而下降，但OSF仍可以添加到米麵條中以生產感官上可接受的產品。