



اگر بد است چرا بهداشت جلوی آن را نمی‌گیرد؟

یک مصرف‌کننده در باره دلایل خرید چنین ساندویچ‌هایی و پرتلفدار بودنشان به ویژه بین نسل جوان می‌گوید

مهرداد، جوانی حدود ۳۰ ساله که به همراه چند نفر از دوستانش در صف انتظار یکی از بی‌شمار رستوران‌های بمبی در شهر ایستاده است، به مادر باره دلایل اقبال به خرید چنین ساندویچ‌هایی می‌گوید: «تفریح دیگری نداریم! معمولاً آخر هفته‌ها با چندتا از دوستانم به این مدل مغازه‌ها سرک می‌کشیم و بایک قیمت معقول چند نفری سیر می‌شویم. هم تفریح است و هم شام، راستش را بگویم می‌دانیم ضرر دارد اما خوشمزه است، مگر چند سال عمر می‌کنیم به خصوص وقتی در این کرونا تفریح دیگری هم نداریم، تازه سریع هم حاضر می‌شود. گاهی هم در چالش‌های این رستوران‌ها شرکت می‌کنم. یک بار هم یک میلیون تومان برنده شدم. یادم است یک ساندویچ تقریباً یک کیلویی مخلوط ژامبون، سوسیس و قارچ و پنیر را باید در ۳ دقیقه می‌خوردم که موفق و برنده شدم. «مهرداد که دانش آموخته ارشد مهندسی عمران از یکی از بهترین دانشگاه‌های ایران است و از قضا به دنبال کار هم می‌گردد در باره نحوه آشنایی‌اش با این مدل غذاها می‌گوید: «من عاشق غذاهای متنوع و جدید هستم و این مدل غذاهای ترکیبی را همیشه سعی کردم تست کنم. عمده آشنایی من با رستوران‌ها از طریق فودبلاگرها و ویدئوهای منتشر شده در فضای مجازی است. این را بگویم که همه این مدل از رستوران‌ها به اصطلاح کثیف نیستند. من بسیاری از رستوران‌ها را می‌شناسم که از مواد درجه یک استفاده می‌کنند. در انتها باید این نکته را بگویم که غذاهای به اصطلاح سالم بسیار گران و کم حجم هستند. از طرفی مگر بهداشت به فرایند تولید محصولات اولیه و پخت و پز این مدل از رستوران‌ها نظارت نمی‌کند؟ در این مغازه‌ها اگر مشکل مواد اولیه وجود دارد، چرا این همه در شهر مدل‌های مختلف و ارزان سوسیس و کالباس و این قبیل مغازه‌ها یافت می‌شود؟ و اگر مشکل حجم بودن است که هر ساندویچ یا پیتزا را اما چند نفره می‌خوریم. پس طبق معمول در همه مشکلات، مردم را مقصر محض ندانید.»



مهم‌ترین عامل مصرف «فست‌فودهای بمبی» ناآگاهی مردم است

یک متخصص تغذیه توضیح می‌دهد که دیابت، چاقی، بیماری‌های متابولیک و عروقی و... از عوارض مصرف این نوع از فست‌فودها هستند

کم‌تحرک امروزی، این میزان مصرف فست‌فود باعث شیوع بیشتر این بیماری‌ها می‌شود. «این سیر شدن مساوی است با گرسنگی سلولی بدن»



«حجم بودن یکی از مباحثی است که علاوه بر مشکل گوارشی، باعث سوءهاضمه هم می‌شود.» دکتر رحمانی متخص تغذیه در باره مضرات فست‌فودها برای سلامتی می‌گوید: «به‌طور کلی فست‌فودها مواد غذایی آماده‌ای هستند که با استفاده از افزودنی‌ها و طعم‌دهنده‌های گوناگون، مناسب با ذائقه مصرف‌کننده می‌شوند. اما کالری این مواد غذایی نسبت به مواد مغذی که در آن است، خیلی بالاست در نتیجه از دید علم تغذیه این مواد از نظر ریز مغذی‌ها یا مواد مغذی اصلی مثل ویتامین‌ها کمبود دارند یعنی اگر ما به ازای هزار کیلو کالری باید مقدار مشخصی ریز مغذی بگیریم، قطعاً فست‌فودها از این نظر تهی هستند و چون پرکالری‌اند، در طولانی مدت موجب افزایش وزن می‌شوند. تبعات ناشی از چاقی مثل بیماری‌های متابولیک، دیابت، قلب، عروق و... از دیگر عوارضی است که با مصرف طولانی مدت این مدل غذا دیده می‌شود. پس به هیچ عنوان توصیه مصرف مداوم این مدل غذاها را ندارم اما هر از گاهی اگر به‌دورت یا تفریحی استفاده شود، ایرادی ندارد. از طرفی با توجه به شیوع بیماری‌های متابولیک و زندگی ماشینی و

زیاد این ماده کمبود آهن در بدن به وجود می‌آید. ضرر دیگر پنیر پیتزا چربی این ماده است که اگر از نوع چربی اشباع باشد، باعث بیماری‌های قلبی و عروقی می‌شود. در کل به نظر من دلایل گرایش مردم به این مدل غذاها ناشی از چند عامل است. عامل اول و مهم‌ترین نکته آگاهی نداشتن مردم از مباحث سلامت و تغذیه است. عامل دوم طعم و مزه آن است که باید منصفانه اعتراف کنیم به دلیل نمک، چربی و ادویه، خوشمزه و مورد پسند بیشتر افراد جامعه است. موضوع بعد سهولت دسترسی است که زحمت چندانی برای آماده‌سازی ندارد و مورد آخر بحث اقتصادی و ارزان بودن این مدل غذاست.»



یک مجله پر از شعر، قصه، سرگرمی و جایزه



برای اطلاع از شرایط اشتراک عدد ۱ را به ۹۷۷۷۰۹۰۰ ارسال کنید

گول فودبلاگرها و مزه این ساندویچ‌ها را نخورید

یک سرآشپز که کارشناس تلویزیونی است، از دلایل خوشمزه بودن فست‌فودهای بمبی و کیفیت مواد غذایی آن‌ها می‌گوید

نوع موجود در بازار است اما خوشمزه و چرب است. معمولاً در این ساندویچ‌ها از برندهای معتبر استفاده نمی‌کنند و بیشتر از نوع فله که من نمی‌دانم در کجا هم تولید می‌شود، استفاده می‌کنند. فودبلاگرها هم اصلاً سلامت و کیفیت غذا برایشان مهم نیست و فقط به پول می‌اندیشند و من از مردم می‌خواهم که اصلاً اعتماد نکنند. چون برای این افراد اول پول مهم است و بعد هم پول. در انتها باید بگویم به نظرم رویکرد مردم باید غذای سالم باشد و دور فست‌فود به ویژه بمبی را خط بکشند. الان یک ساندویچ بمبی در تهران حداقل ۱۰۰ هزار تومان است در حالی که با این قیمت می‌توانید قبله مرغ بگیرید که هم سالم‌تر است، هم سریع در دست می‌شود. باید اولویت ما این مدل غذاها باشد، اصلاً چرا اسلاند نخوریم؟ علاوه بر این از نظر مزه هم خنثی است و آن چه که شما متوجه می‌شوید دوست دارید مزه پنیر و سس است. خلاصه من به شدت مخالف این داستان هستم و امیدوارم شما هم بتوانید مردم را در این قضیه روشن کنید.»



«میلاد یوسفی» سرآشپز و کارشناس برنامه‌های تلویزیونی صداوسیما در باره مزه و مصرف این مدل غذاها می‌گوید: «الان متأسفانه طبع مردم به این جور غذاها زیاد شده است، اما این کار اشتباه است و من فکر می‌کنم در چند سال آینده ما با مضرات سرشار این مدل غذاها روبه‌رو خواهیم شد. به تعبیری می‌شود گفت تغذیه اشتباهی است که بدون حساب و کتاب از نظر سلامتی چندین نوع سوسیس و کالباس را به صورت افراطی قاطی می‌کنند. این مدل غذا شاید دید بصری داشته باشد ولی از نظر تغذیه به شدت اشتباه است و مطمئن باشید هیچ آشپز دلسوزی این نوع غذا را تایید نمی‌کند. از طرفی موادی که در به اصطلاح غذاهای بمبی استفاده می‌شود از نوع ارزان و بی‌کیفیت است که رستوران‌ها برای سودآوری بیشتر از آن استفاده می‌کنند و با این حال از استقبال زیادی هم برخوردار است. اما آن چه مصرف‌کننده‌های این مدل از غذا باید بدانند این است که صرفاً به دلیل پنیر پیتزا خوشمزه است. همین پنیر استفاده شده هم از بی‌کیفیت‌ترین

عاقبت چالش‌های پرخوری در دنیای واقعی و فضای مجازی

این یادداشت در پی ارائه تحلیلی جامعه‌شناختی از پدیده لذت‌جویی از کالری افزوده با گرایش به مصرف غذاهای حجیم است

دکتر مهدی کرمانی | جامعه‌شناس



مرآجه به انواع رستوران و به ویژه عرضه‌کنندگان غذای حاضری (فست‌فودها)، معمولاً بخشی از برنامه فراغت با هدف تفریح جمعی است. هر چند به موازات مدرن شدن جامعه، گروه‌های بیشتری از شهروندان به ویژه مجردان بالغ یا زوج‌های شاغل نه به عنوان تفریح و فراغت که به ناگزیر و برای صرفه‌جویی زمانی و مهارت‌داشتن در پخت، این گزینه‌ها را در متن اصلی برنامه تغذیه‌ای خود قرار می‌دهند. به هر حال، آن چه به چشم می‌آید بازار گرم تولید و عرضه غذاهای حاضری در جای‌جای شهرهای ایران امروز است. در این بین، گرایش جوانان به بازنمایی حیات روزمره در فضای مجازی مبتنی بر قاعده جذب مخاطب (دنبال‌کننده) و تحسین (لایک)، زمینه‌ساز تمایل‌یابی به رفتارهای محیرالعقول و اغراق‌آمیز است که چالش صرف غذاهای حجیم می‌تواند تجربه مناسبی در این باره به حساب آید. همچنین برگزاری چالش‌های پرخوری در رستوران‌ها و انعکاس تصاویر و فیلم‌های آن در فضای مجازی جدا از جنبه تبلیغی



زندگی عینی و مجازی جوانان نسبت به رقابت در صرف غذاهای حجیم‌تر و پرکالری‌تر خلق کند.