

13 Φεβρουαρίου 2017

## **Αποκωδικοποιήθηκε το DNA της κινόα: Νέες δυνατότητες για την υπερ-τροφή**

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





*FILE PHOTO - A man holds quinoa grains at a marketplace for small and medium-sized quinoa growers in Challapata, Oruro Department, south of La Paz, Bolivia on April 19, 2014. REUTERS/David Mercado/File Photo*

Η κινόα (*Chenopodium quinoa*) είναι ένας θάμνος του οποίου οι σπόροι τρώγονται και ανήκει στα λεγόμενα ψευδοδημητριακά

Οι επιστήμονες «διάβασαν» (αλληλούχισαν) το γονιδίωμα του φυτού της κινόα. Το επίτευγμα αναμένεται να βοηθήσει στη γενετική βελτίωση της κινόα, κάτι που θα συμβάλει στην καλύτερη εμπορική αξιοποίησή της. Θα βοηθήσει επίσης στην παγκόσμια διατροφική ασφάλεια, καθώς είναι ένα φυτό που αντέχει σε αντίξοες περιβαλλοντικές συνθήκες και σε εδάφη φτωχά, με άλατα ή ορεινά, όπου δεν αντέχουν το σιτάρι και το ρύζι.

Παράλληλα, εκτιμάται ότι -χάρη στη δημιουργία πιο παραγωγικών ποικιλιών και στην μελλοντική αυξημένη παραγωγή της- θα πέσουν οι τιμές της κινόα. Οι τιμές τα τελευταία χρόνια έχουν εκτοξευθεί (τουλάχιστον τριπλασιάστηκαν κατά την τελευταία δεκαετία) λόγω της ολοένα μεγαλύτερης ζήτησης, την οποία αδυνατεί να καλύψει η υπάρχουσα προσφορά.

Όπως είπαν οι ερευνητές, η τιμή της κινόα μπορεί μελλοντικά να πέσει στο ένα πέμπτο της σημερινής, στο επίπεδο περίπου της τιμής του σιταριού, πράγμα που

θα ανοίξει το δρόμο για την χρησιμοποίησή της ακόμη και στην αρτοποιία.

Η κινόα (*Chenopodium quinoa*) είναι ένας θάμνος του οποίου οι σπόροι τρώγονται και ανήκει στα λεγόμενα ψευδοδημητριακά. Είναι άκρως θρεπτική λόγω των άφθονων πρωτεϊνών της (γι' αυτό μερικοί τη λένε «χρυσή τροφή» ή υπερ-τροφή), δεν περιέχει γλουτένη, έχει χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη και είναι πλούσια σε ζωτικά αμινοξέα, φυτικές ίνες, λίπη, υδατάνθρακες, βιταμίνες και μεταλλικά στοιχεία. Θεωρείται πιο ολοκληρωμένη τροφή από τα συνήθη δημητριακά.

Πιστεύεται ότι καλλιεργήθηκε για πρώτη φορά πριν από περίπου 7.000 χρόνια στις Άνδεις της Λατινικής Αμερικής, κυρίως στα υψίπεδα γύρω από τη λίμνη Τιτικάκα, όπου αποτέλεσε το βασικό -και ιερό- δημητριακό των Ίνκας και άλλων αρχαίων πολιτισμών των αυτοχθόνων. Όμως μετά την κατάκτηση της Νότιας Αμερικής από τους Ισπανούς, η κινόα απαγορεύθηκε και έπεσε σε παρακμή.

**Πηγές:** [AMPE- avg1.gr](http://AMPE-avg1.gr)