YAOURT TẢO - MÓN ĂN GIÀU DINH DƯỠNG

Chế biến một món ăn tưởng như đơn giản nhưng trong nhiều trường hợp lại là công việc đòi hỏi nhiều ý tưởng mới. Câu chuyện tìm kiếm, làm ra món yaourt tảo ở bệnh viên đa khoa tỉnh Khánh Hoà là một ví dụ. Việc khám phá giá trị của rong

Tảo Spirulina (Ảnh: hosei.ac.jp)

Không chỉ đòi hỏi sự khéo léo vốn có của phụ nữ, các bác sỹ điều dưỡng tại Khoa dinh dưỡng, bệnh viện tỉnh Khánh Hoà còn đầu tư nhiều kiến thức khoa học cho việc nấu ăn.

Nguyên liệu chế biến món ăn đã được bày sẵn. Giữa những món quen thuộc: sữa, cà rốt, gấc…, người ta thấy những gói bột khá lạ mắt…. Đó là bột tảo Spirulina. Và thì ra, họ đang chế biến một món ăn thoạt nhìn thì quen thuộc nhưng lại rất mới: món yaourt tảo. Ý tưởng làm ra món yaourt tảo nhen nhóm trong các bác sỹ bệnh viện tỉnh Khánh Hoà từ nhiều năm qua nhưng phải đến tháng 2 năm nay, họ mới làm thành công sau khi bỏ nhiều công tìm ra công thức pha chế.

Khi được hỏi vì sao làm ra món yaourt tảo, các bác sỹ khoa dinh dưỡng lại bắt đầu một câu chuyện về loài tảo biển Spirulina. Năm 1960, một số nhà khoa học Pháp đã phát hiện một bộ tộc châu Phi dù rất nghèo nhưng lại khoẻ mạnh nhờ thức ăn của họ có món tảo Spirulina. Kể từ đó, loại tảo này được nhiều quốc gia chú ý và được xem là nguồn dinh dưỡng và dược liệu quý. Và thế là ý nghĩ tại sao không làm ra một món ăn có thành phần tảo Spirulina để cải thiện tình hình sức khoẻ bệnh nhân xuất hiện.

Bác sỹ Nguyễn Thị Thắng - Khoa dinh dữơng, Bệnh viện tỉnh Khánh Hoà cho biết: "Bây giờ, lúc nào hầu như ở khoa chúng tôi cũng có món yaourt tảo. Và những lần bác sỹ khoa dinh dưỡng đến thăm bệnh nhân thường mang theo một món quà. Đó là yaourt tảo".

Chuyện ăn uống trở nên khó khăn đối với những bệnh nhân này. Một món ăn giàu dinh dưỡng mà họ tiếp nhận được sẽ là điều rất quý. Những tiếp nhận của bệnh nhân đã khẳng định rằng ý tưởng làm ra những món ăn từ tảo là rất có triển vọng. Đặc biệt, đây có thể được xem là thức ăn để phòng chống suy dinh dưỡng trẻ em. Bây giờ, những bà mẹ này không phải mất nhiều công dỗ dành những đứa trẻ khi ăn uống. Món yaourt tảo dường như là món ăn yêu thích của các cháu.

Chỉ 2500 đồng đã có một hũ yaourt tảo. Khâu chế biến, sau khi có được công thức, cũng trở thành điều trong tầm tay đối với các bà nội trợ. Giá trị của tảo Spirulina đang dần được nhiều người biết đến. Sau món yaourt, Bệnh viện tỉnh Khánh Hoà tiếp tục với món súp tảo để giúp cung cấp một phần dinh dưỡng cho những bệnh nhân hôn mê.

Thêm một món ăn được làm ra từ tảo Spirulina cho người bệnh, cũng có nghĩa loại tảo này được phát huy công dụng. Rong, tảo thời gian gần đây càng khẳng định là món quà vô giá của thiên nhiên. Món quà ấy chỉ đến với mọi người khi có những ý tưởng khám phá giá trị của chúng.