

السَّمْسَم

نبات عشبي حولي يعرف باسم سمس أو جلجلان ويعتبر محصول السمس من محاصيل الحبوب الزيتية الهامة بالإضافة إلى دوره في غذاء الإنسان كبذور وكزيت فانه اساس لصناعات غذائية كثيرة يدخل في تصنيعها مثل صناعة الحلويات المختلفة ويستعمل الإمباز كغذاء للحيوان.

انواع السمس

السمس الأحمر(البنّي)

يعتبر من أفضل أنواع السمس ويتميز هذا النوع بالعديد من المميزات ومنها:

- لونه أحمر غامق مائل للسمار
- يبلغ طول نبتته 115 سم
- من النباتات غزيرة النمو، ومن السهل إنتاج كميات كبيرة منه-
- يحتوي على نسبة عالية من الزيوت تبلغ % 48 يتميز لون الزيت به باللون الداكن.

السمس الأبيض(القصارف)

- من أنواع السمس المميزة التي تحمل العديد من الخصائص ومنها:
- يتميز هذا النوع باللون الأبيض الفاتح.
 - لون الزيت الموجود بالسمس الأبيض فاتح اللون وصاف لدرجة كبيرة.
 - صناعة أطباق الحلويات والمخبوزات.

- يحتوي على العديد من المعادن والعناصر الغذائية مثل الحديد والنحاس مفيد لصحة الغدة الدرقية.

- يعمل على التوازن الهرموني لدى السيدات أثناء انقطاع الطمث من مصادر الألياف الجيدة للجسم.

السهم المخلوط

يتميز هذا النوع بما يلي: له لون أصفر ذهبي معيز يجمع العديد من الصفات بين السهم الأحمر والأبيض. يدخل في العديد من الصناعات مثل الحلويات وغيرها من الزيوت الطبيعية.

خصائص السهم

تحتوي بذور السهم على زيت ثابت تتراوح نسبته ما بين 41 - 63% وتتوقف نسبة الزيت على الصنف

ومنطقة الزراعة والعوامل المناخية، كما تحتوي البذور على بروتينات بنسبة % 26 وسكريات بنسبة - 12 % 13 ومعادن بنسبة % 8/5 وحمض الوكزاليك بنسبة % 252 وفيتامينات بنسبة. 15 % 26. وكمية من

الماء بنسبة % 74 وتحتوي البروتينات على أحماض أمينية متعددة لها تأثيرات هامة في جسم الإنسان.