

## **5. ОБҐРУНТУВАННЯ ВИБОРУ ЗЕРНА ВІВСА ЯК СИРОВИНИ ДЛЯ ОТРИМАННЯ ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ**

**Т.І. Миколів**

**Г.О. Сімахіна, Н.П. Івчук**

На сьогодні відомо, що всі життєво важливі процеси в організмі людини відбуваються за участі мікро- та макроелементів. Їхній дефіцит зумовлений, перш за все, недостатнім надходженням із харчовими продуктами, він не має сезонної залежності і спостерігається протягом усього року.

В цій роботі з'ясовано ефект накопичення мінеральних елементів у різних зернових культурах при пророщуванні зі штучних живильних середовищ. Результати, наведені в доповідях попередніх конференцій, свідчать про те, що основне місце у поглинанні мінеральних елементів клітинними оболонками зерна відводиться їх вільним карбоксильним групам. Встановлено, що саме полісахариди визначають ту кількість мінеральних елементів, яку поглинають клітинні оболонки зернових культур зі штучних живильних середовищ. Максимальний ефект накопичення мінеральних елементів виявлено для зерна вівса. Для цієї культури він більший у 3,8 рази стосовно пшениці, у 1,5 рази стосовно гречки і гороху, у 2,3 рази стосовно кукурудзи.

Зазначені характеристики зерна вівса, порівняно з іншими культурами, невисокий вміст легкозасвоюваних вуглеводів, досить значна концентрація білків робить овес сировиною, особливо привабливою для пророщування і отримання на цій основі широкого спектру продуктів дієтичного, профілактичного та оздоровчого призначення.