

43. ПЕРСПЕКТИВНІ ТЕХНОЛОГІЇ СТВОРЕННЯ НИЗЬКОКАЛОРІЙНИХ М'ЯСОПРОДУКТІВ

І. М. Страшинський

Г.І. Гончаров

В.В. Крепак

Національний університет харчових технологій

Сучасною проблемою в харчуванні є дисбаланс між обсягом витраченої енергії організмом та кількістю спожитої їжі. В результаті цього, широке поширення одержали захворювання, обумовлені надмірною масою тіла та ожирінням. У світі за останні 10 років захворюваність на ожиріння збільшилася в середньому вдвічі та спостерігається дефіцит тваринного білку і надмірне споживання тваринних жирів. Проблема може мати комплексне вирішення за рахунок зниження калорійності ряду продуктів харчування і створення функціональних продуктів зі зниженою калорійністю, в тому числі низькокалорійних м'ясних продуктів. Основною сировиною для виробництва таких продуктів є м'ясо з дієтичними властивостями, зокрема, індюшати, кролятина, курятина, телятина та інше.

Для надання м'ясним продуктам дієтичних, оздоровчих та лікувально-профілактичних властивостей їх збагачують біологічно активними речовинами, зокрема харчовими волокнами.

Слід зазначити, що як джерело енергетичного матеріалу харчові волокна не мають істотного значення, оскільки не перетравлюються ферментами шлунково-кишкового тракту. При сформованій ситуації з надмірно калорійним харчуванням властивість харчових волокон обмежувати засвоюваність жирів, вуглеводів має профілактичне значення.

Харчові волокна сприяють пригніченню апетиту і створюють відчуття ситості, що перешкоджає переїданню. Заміщення в раціоні більш енергоємких продуктів харчовими волокнами сприяє зниженню надходження енергії з їжею. Основними джерелами харчових волокон є злакові культури, овочі і фрукти.

Таким чином, застосування харчових волокон є перспективним напрямком у створенні низькокалорійних м'ясних продуктів.