

24. Сучасний підхід до створення напоїв оздоровчого призначення

Софія Веремчук, Наталія Стеценко

Національний університет харчових технологій

Вступ. В умовах підвищеного психоемоційного навантаження та погіршення екологічного стану довкілля потреба людини в біологічно активних речовинах істотно зростає. Тому зараз надзвичайно важливим завданням є створення нових продуктів високої якості, що забезпечують профілактику аліментарно-залежних станів і захворювань, сприяють усуненню дефіциту вітамінів, мікро- і макроелементів, інших есенціальних речовин; і в той же час, не потребують великих витрат часу на приготування та вживання. Прикладом такого продукту є смузі.

Смузі – це густий напій, коктейль, мус із натуральних інгредієнтів, виготовлений шляхом їх збивання та перетирання до стану пюре. Рослинна клітковина, подрібнена в процесі приготування, краще перетравлюється, проте не втрачає головної корисної властивості – здатності покращувати роботу шлунково-кишкового тракту. Даний напій є дуже корисним, дієтичним, а головне смачним [1].

Метою роботи є конструювання рецептури смузі оздоровчого призначення з покращеною харчовою та біологічною цінністю.

Матеріали і методи. Вибір компонентів для напою є досить широким: заморожені, сушені, свіжі фрукти та ягоди, або ж овочі, плоди горіхоплідних, різноманітні крупи, висівки, молочні продукти (йогурти, молоко, кефір), сиропи, спеції. Залежно від складу смузі може виступати як основною стравою (овочеві смузі), так і десертом (наприклад, фруктовомолочні смузі), соком (фруктово-ягідні смузі).

Результати. Було створено два продукти різного спрямування. Завданням створення рецептури першого продукту було балансування білкового складу. Джерелами функціональних інгредієнтів стали абрикоси та насіння кунжуту. Було визначено оптимальну комбінацію складників рецептури: йогурт – 60%, абрикоси – 30%, насіння кунжуту – 10%. Для нового продукту коефіцієнт утилітарності білку підвищився на 16,1%, а коефіцієнт надлишковості знизився на 9,2%.

Другим продуктом став смузі покращеного жирокислотного складу. У базовому продукті був надлишок насичених жирних кислот (НЖК). Джерелами функціональних інгредієнтів, таких як мононенасичені жирні кислоти (МНЖК) та поліненасичені жирні кислоти (ПНЖК), було обрано фундук та сухі вершки. Встановлено, що при внесенні 5% сухих вершків та 10% фундука співвідношення окремих груп жирних кислот становило НЖК:МНЖК:ПНЖК = 2,5:4,6:1 при нормі 3:6:1 [2].

Висновки. Конструювання нових удосконалених харчових продуктів на класичній основі є одним із першочергових завдань харчової промисловості, адже саме завдяки такій роботі можна вирішити проблему незбалансованого харчування в країні з невеликими витратами матеріальних ресурсів та мінімальними змінами технологічних процесів.

Література

1. Щадилов, Е.А. Идеальное питание: Напитки для здоровья / Е.А. Щадилов. – СПб.: Питер, 2010. – 239 с.
2. Фролова, Н. Е. Основы конструирования новых харчових продуктів / Н.Е. Фролова. – К.: НУХТ, 2009. – 258 с.