

КОЗИНАК ІЗ ПІДВИЩЕНИМ ВМІСТОМ МІКРОНУТРИЄНТІВ

**Ганечко М.Є., студент IV курсу факультету ХЕТОП
Національного університету харчових технологій**

Здоровий спосіб життя, а також одна із головних його складових – здорове харчування – реалізується, не тільки за допомогою вживання харчових продуктів для задоволення фізіологічних потреб організму людини в поживних речовинах та енергії, воно має здійснювати також лікувальні та профілактичні ефекти. Тому на сьогодні вчені-дієтологи та нутриціологи особливу увагу звертають на те, що необхідно споживати природні функціональні продукти, тобто такі, що мають підвищену біологічну цінністю (наприклад, мед, горіхи ліщини, насіння гарбуза тощо) і здатні захищати від впливу чинників навколишнього середовища на організм людини та попереджувати виникнення різних захворювань.

Одним із об'єктів збагачення оздоровчими та функціональними компонентами є кондитерські вироби, які мають популярність особливо серед молоді. Останнім часом все більшого розповсюдження набувають кондитерські вироби типу східних солодоців. Характерними складовими східних солодоців є різноманітні горіхи, олійних ядер, різні прянощі, мед, родзинки та інші інгредієнти, що надають даним виробам гарних смакових властивостей і високої поживної цінності.

Для надання додаткових функціональних властивостей був обраний карамельний вид східних солодоців – козинак. Козинак виробляють шляхом уварювання цукрово-паточного сиропу з горіхами. Було поставлено завдання збагатити козинак мікронутрієнтами за рахунок внесення таких функціональних інгредієнтів, як насіння гарбуза, горіхів ліщини і лимонного соку. Збагачений інгредієнтний склад козинаку, доповню-

ючи та урізноманітнюючи харчовий раціон людини, сприятиме покращенню функціонування її організму.

Всі корисні властивості, якими володіє козинак залежать від продуктів, що входять до його складу. Мед, який використовується при приготуванні карамелі, втрачає свої корисні властивості внаслідок теплової обробки. А ось від інгредієнтного складу такого, як насіння гарбуза та горіхів ліщини залежить багато. Так, наприклад, насіння гарбуза і горіхи ліщини містять у своєму складі вітамін В₆, що необхідний для нормального функціонування нервової системи, вітамін В₁, вітаміну Е, фолієву кислоту та мікроелементи. Адаже вони є джерелом біологічно активних речовин. В їхньому складі перебуває значна кількість легкозасвоюваного рослинного білку, незамінних амінокислот, жирів – ненасичених, які не містять холестерину, вітамінів, мінералів, органічних кислот та ефірні олії. Додавання лимонного соку до козинаку покращить його органолептичні показники за рахунок надання йому приємного смаку.

Запропонований козинак мав приємний насичений смак обжареного насіння та горіхів із присмаком лимону, без сторонніх присмаків, світло-коричневий колір з блиском та легкий запах меду. Значення кислотності козинаку при додаванні до рецептури ~ 5 % лимонного соку становило 5,4 од. рН. Користь запропонованого козинаку безцінна для людей, які ведуть активний спосіб життя, оскільки має підвищену харчову цінність та покращені органолептичні властивості.

Науковий керівник – канд. техн. наук, доцент Петруша О.О.