

УДК 664:641:613.292:634.51

Левківська Тетяна Миколаївна

к.т.н.,

Дущак Ольга Вячеславівна

к.т.н., Національний університет харчових технологій, м. Київ

ВИКОРИСТАННЯ ПАСТИ З ВОЛОСЬКИХ ГОРІХІВ ПРИ ВИРОБНИЦТВІ КОНСЕРВОВАНИХ ПРОДУКТІВ

Здоров'я людини на 50-60 % залежить від способу харчування і лише на 5-10 % – від розвитку охорони здоров'я [1]. Режим харчування у переважній більшості населення нераціональний, потребує обов'язкової корекції як за допомогою організаційних заходів, так і санітарно-освітніх. Згідно з доповіддю експертів Продовольчої і сільськогосподарської організації та Всесвітньої організації охорони здоров'я ООН в Україні слід акцентувати увагу на необхідності зниження споживання енергії та досягненні енергетичного балансу для забезпечення оптимальної маси тіла [2].

У Законі України “Про продовольчу безпеку України” йдеться про важливі для населення речі. Так, основний принцип і невідкладне завдання у цій сфері є фізична та економічна доступність якісних і безпечних харчових продуктів для всіх верств населення. Їхня кількість має забезпечувати активний і здоровий спосіб життя [3]. Однак, останнім часом в харчових раціонах українців спостерігається нестача білка, яка насамперед пов'язана зі зниженням рівня забезпечення продуктами тваринного походження внаслідок тривалого скорочення поголів'я худоби та високої її вартості. Тому, одним із перспективних способів подолання білкового дефіциту, є пошук альтернативних білкових ресурсів.

У консервній промисловості основною сировиною є плоди та овочі, особливістю яких є високий вміст вуглеводів та низький вміст білків. Винятком є бобові культури та горіхи.

На сьогодні волоський горіх займає провідне місце з сільськогосподарських культур. Державний реєстр сортів рослин, придатних для поширення в Україні, налічує 19 сортів волоського горіха.

На території України серед горіхів найбільш розповсюджені волоські сорти: Буковинський, Буковинська бомба, Клишківський, Ярівський, Чернівецький, Прикарпатський, Недобоївський, Рудківський, Грозинецький [2, 4, 5].

У харчовій промисловості використовують середину горіха, яка вирізняється винятковими смаковими властивостями та енергетичною цінністю (100 г горіхів дають понад 850 кал). Плоди горіха застосовують у кондитерській промисловості (начинки, цукерки, торти, печиво тощо), у консервному, плодоовочевому, олієжировому виробництвах. Хімічний склад волоського горіха залежить від сорту, місця та екологічних умов вирощування.

У ядрах волоських горіхів міститься до 75,0% жирів, до 20% білків, вуглеводів – до 11 %, багато вітамінів групи А, В, Е, РР, каротин, мікро- і макроелементи (найбільше магнію, селену, кальцію, фосфору, заліза). Такий склад сприяє відновленню сил і підвищенню концентрацію уваги.

Жир ядра волоського горіха складається з вільних жирних кислот, різних тригліцеридів і різноманітних нежирових речовин. Серед ненасичених жирних кислот переважають лінолева і ліноленова, які проявляють лікувальні та профілактичні властивості.

Білок волоського горіху має високу засвоюваність та збалансований амінокислотний склад, що забезпечує біологічну цінність продукту. Ядро горіха відрізняється багатим набором амінокислот. До того ж білки горіхів відносяться до повноцінних, бо вміщують до 50% незамінних амінокислот, що не синтезуються в організмі людини.

Виходячи з хімічного складу, було досліджено використання ядер волоського горіху при виробництві консервованих продуктів. Волоські горіхи додавали до продуктів у вигляді пасти. Для цього ядра інспектували, обсмажували, охолоджували та направляли на подрібнення і протирання. Отриману пасту використовували при виробництві томатного соусу, соусів та приправ з плодово-ягідної сировини, повидла та паштетів.

З метою отримання продуктів з гармонійним смаком було встановлено, що при використанні плодово-ягідної сировини доцільно використовувати пасту з волоських горіхів з низьким вмістом жиру. Всі отримані продукти відрізнялися високою харчовою та органолептичною цінністю порівняно з традиційними.

Список використаних джерел

1. Смоляр В.І. Формула раціонального харчування. *Проблеми харчування*. 2013. №1 (38). С. 5–9.
2. Бужин О. А. Забезпечення фізіологічних потреб населення України в енергії та білку. *Єдине здоров'я та проблеми харчування України*. 2018. №. 2. С. 36–45.
3. Закон України Про продовольчу безпеку України – Верховна Рада України [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://w1.c1.rada.gov.ua/pls/pt/reports.leftcol?ptid=9609>.
4. Поперечний А.М., Корнійчук В.Г. Цінність горіхової сировини та передумови до процесів її переробки. *Обладнання та технології харчових виробництв. Збірник наукових праць*. К. 2009.
5. Савчук Ю., Усатюк С. Отримання білкових продуктів з ядер волоського горіха. Наукові здобутки молоді – вирішенню проблем харчування людства у ХХІ столітті : програма і матеріали 80 міжнародної наукової конференції молодих учених, аспірантів і студентів, 10–11 квітня 2014 р. К.: НУХТ, 2014. Ч. 1. С. 77-78.