

УДК 663.8: 633.17

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ НАПИТКИ КАК ОСНОВА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

Короленко Алина Витальевна, ст. гр. БТЭК–М–1

*Научный руководитель: к.т.н., доцент кафедры биотехнологии и
микробиологии*

Тетерина С.Н.

Национальный университет пищевых технологий

В последние годы стремительно развивается концепция функционального питания, основанная на внедрении производства, реализации и потребления функциональных продуктов. Употребление которых не только обеспечивает организм человека энергией и необходимыми нутриентами, но и способствует снижению риска развития заболеваний, связанных с питанием, а также помогает сохранить и улучшить здоровье, за счет наличия в составе таких продуктов физиологически функциональных пищевых ингредиентов. Введение в привычный рацион функциональных продуктов – является одним из путей коррекции питания и здоровья населения [1].

В настоящее время среди существующих групп функциональных продуктов наиболее стремительно завоёвывают рынок функциональные напитки. Прежде всего, напитки – это наиболее удобная и доступная форма получения необходимых для организма нутриентов. Именно напитки можно рассматривать как оптимальную и наиболее технологическую форму пищевого продукта. Технология производства напитков дает возможность создания разнообразных вкусов на основе различных натуральных основ [1].

Обогащенные напитки в своем составе содержат биологически активные добавки, представленные отдельными микронутриентами (витаминами, макро- и микроэлементами, аминокислотами, пищевыми волокнами и другими веществами), специально подобранными сбалансированными смесями

микронутриентов (премиксы), концентратами биологически активных веществ из лекарственного и другого сырья [2].

Базовыми при разработке технологии функциональных композиций является состав, свойства, способ получения, пищевая ценность и безопасность полученного продукта.

Следует отметить, что задача получения функциональных композиций частично может быть сведена к моделированию некоторых свойств и особенностей макро и микроструктуры готовой «целевой» продукции [3].

Одним из способов получения функциональных напитков является ферментирование натуральных растительных соков с помощью молочнокислых бактерий и дрожжей, которые в результате своей жизнедеятельности не только превращают сложнодоступные пищевые компоненты в легкоусваиваемые, но также насыщают напиток углекислым газом и молочной кислотой, способствуя повышению стойкости при хранении и улучшению органолептических свойств.

Следовательно, безалкогольные ферментированные напитки могут стать полноценным элементом здорового питания. Поскольку их содержание характеризуется наличием углеводов, органических кислот, минеральных веществ, витаминов и других биологически активных компонентов, которые оказывают общеукрепляющее действие на организм человека. К тому же такие напитки нацелены на очень широкий круг потребителей.

Список использованной литературы:

1. Шатнюк Л.Н. Обогащение напитков // Пищ. индустр. – 2011. – Т. 4. – № 9. – С. 28–30.
2. Мильтюсов В.Е. Разработка технологии функциональных напитков на основе биологически активных компонентов молока и фруктовых соков: дис. ...канд. техн. наук. Ставрополь, 2010.
3. Панфилов В.А. Диалектика пищевых технологий // Хран. и перераб. с/х сырья. – 2004. – № 6. – С. 17–22.