

66. СОНЯШНИКОВЕ НАСІННЯ ЯК СИРОВИНА ДЛЯ ЗБАГАЧЕННЯ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ

А.В. Ковтун

О.А. Коваль

Національний університет харчових технологій

Як відомо, соняшник є головною олійною культурою в Україні. Соняшникова олія має переваги перед іншими рослинними жирами за поживністю та засвоєнням.

При виробництві олії з соняшника звичайного олійно-білкового (олійного типу), отримують до 52 % (47-52 %) олії. Побічні продукти переробки насіння

соняшнику - макуха при пресуванні і шрот при екстрагуванні (близько 35 % від маси насіння) є цінним концентрованим кормом для худоби.

Крім соняшнику для виробництва олії в Україні вирощують спеціальні сорти білково-олійного соняшнику кондитерського типу. Вміст білка в ньому складає – 22...26 %, жиру – 40...45 %. Це дозволяє в майбутньому використати його як потужний резерв білка. Нині у світі спостерігається дефіцит харчового білка, що за даними складає 10...25 млн т на рік.

Насіння соняшнику містить білок з цінними амінокислотами (за винятком лізину, набір амінокислот повний), близько 30 мг на 100 г вітаміну Е (токоферолу). Є тут і розчинні в оліях вітаміни, такі як А, а також вітаміни групи В (В₁, В₂, В₃, В₆). На відмінну від інших вітамінів токоферол є дуже стійким до високих температур і дуже важко розщеплюється кислотами тому завжди присутній в усіх продуктах.

Рослинні олії багаті на фосфатиди (лецитин, що регулює вміст холестерину в організмі та сприяє накопиченню білків), а також вітаміни групи Е (токофероли).

Лецитин – це необхідна для організму сполука. При нестачі лецитину в організмі знижується дія лікарських препаратів. В харчовій промисловості лецитин отримують з побічних продуктів соняшника і соняшnikової олії. Соняшниковий лецитин отримують шляхом екстракції із соняшnikової олії. Лецитин, який входить до складу соняшника складає 95-97% біоактивних діючих начал – фосфоліпідів і поліненасичених жирних кислот.

У результаті переробки насіння соняха отримують продукти первинної переробки (соняшnikова олія і шрот), продукти глибокої переробки (майонез, маргарин, мило, жири кондитерські, соняшnikове борошно і білкові кислоти).

На сьогоднішній день налагоджено промисловий випуск безлузгового ядра за сучасною технологією. Вченими різних країн розроблено рекомендації щодо використання ядра соняшnikового насіння в технологіях цукерок та шербету для заміни горіхової сировини, пісочного печива.

Таким чином можна зробити висновок про те, що перспективною сировиною для збагачення харчових продуктів важливими харчовими нутрієнтами є ядро соняшникового насіння, багате на поліненасичені жирні кислоти, вітамін Е, мінеральні речовини, вітаміни, мінерали, а також містить значну кількість білка, частина якого складає незамінні амінокислоти.

В зв'язку з тим, що насіння соняшника має такі характерні якості в науково-дослідній роботі нами розглядається питання розробки білкових добавок з насіння соняшника і додавання його у продукти харчування.