

СОЄВІ ПРОДУКТИ В ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЯХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

Вайвала Р.В.,

к.т.н. Коваль О.А., к.т.н.

*Національний університет харчових технологій
(НУХТ), м. Київ*

Вступ. Не дивлячись на суттєві розбіжності у теоріях стосовно користі або шкоди, що несуть продукти переробки сої, неможливо заперечувати, що дані продукти набувають усе більше поширення, у тому числі і серед населення України. І хоча традиційно батьківщиною сої прийнято вважати Китай, з якого тенденція застосування соєвих бобів у їжу перейшла до Японії. Саме японська кухня надала сої та соєвим продуктам поширення по усьому світу. Це виражається тим, що більшість соєвих продуктів, які відомі людству, мають японські назви, і навіть у наш час є основними продуктами харчування у даній країні через високу урожайність соєвих бобів та їх відносну непримхливість до місцевості, де вони вирощуються.

Актуальність теми. В Україні японська кухня набрала поширеності лише у 90-х роках ХХ століття, і набуває популярності і по наш час. А разом з нею та тенденцією поширення культури вегетаріанства, набули популярності й соєві продукти. Дослідженням впливу сої на організм людини та дебати про її користь та шкоду ведуться і по сьогоднішній день серед багатьох вчених та науковців, серед яких к.т.н. Леонід Фадєєв, к.м.н. Кортівський О. В., к.м.н. Анісімова Ю.М. та інші.

Матеріали та методи. У дослідженні було застосовані загальнонаукові методи, зокрема аналітичні. Об'єкт дослідження – технологія соєвих продуктів, джерел білка у якості можливих заміників білка тваринного походження. Предмет дослідження: можливості заміни продуктів тваринництва на соєві продукти, що є джерелом білків рослинного походження, соєві продукти у раціоні харчування людини.

Результати. Найбільший вплив у формуванні асортименту соєвих продуктів зробили країни Азії, зокрема виділилися Китай та Японія. До соєвих продуктів відносяться соєве молоко, тофу, натто, соєве борошно, соєва олія, соєві пасти – кочхуджан, місо, тванджан, соєві соуси, темпе, едамаме, юба, а також пророщені соєві боби. Перевага соєвих продуктів полягає у тому, що похідна сировина є рекордсменом за вмістом білків, а також жирних кислот рослинного походження серед бобових, та за збалансованістю їх вмісту у продукті. Саме тому, коли у світі набула поширення культура відмови від вживання білків та жирів тваринного походження, відоме як “вегетаріанство” та “веганство”, люди звернули увагу саме на продукти переробки сої, адже за засвоюваністю білків продукти сої не на багато відстають від яловичини чи свинини (соя та продукти її переробки мають показник засвоюваності більше ніж 80%). Однією з переваг є те, що продукти переробки сої, залежно від

методу обробки сировини, можуть бути доволі різноманітними за хімічним складом та органолептичними показниками. Наприклад, сир тофу може бути як досить твердим, що дозволяє використовувати його як сировину для приготування стейків, ковбасок тощо, так і м'яким і ніжним, наче пудинг, що робить можливим приготування із нього солодких страв та десертів. Деякі ж соєві продукти можуть бути як продуктами для приготування страв, так і самостійними стравами (як, наприклад, темпе та едамаме).

Проведені японськими вченими медичні дослідження довели, що соєві продукти мають істотний вміст фосфоліпідів (1,5-2,5% у соєвій олії) що є антиоксидантів, порівняно з іншими рослинними культурами, а також тригліцеридів (95-97% у соєвій олії), ненасичених жирних кислот, токоферолів, ізофлавоноїдів та сапонінів (0,5-2,2%). Разом з тим можна зазначити, що соєві продукти мають низький вміст крохмалю (1-1,5%), та вміст вуглеводів (22-35%), що робить їх переважно баластними речовинами (як, наприклад, клітковина та геміцелюлоза), а також мають помірний вміст мікро- та мікроелементів і вітамінів.

Висновок. Із наведених даних ми можемо побачити, що соєві продукти є потенційно можливим заміником білків та жирів тваринного походження через досить високий вміст білків рослинного походження, які добре засвоюються організмом людини, а також мають у складі велику кількість ненасичених жирних кислот. Крім того, особливу увагу застосування даних продуктів передбачає можливе вирішення терапевтичних потреб, адже відносно низький вміст вуглеводів та ізофлавоноїдів, які особливо є корисними для організму жінки, дозволяє знизити потребу організму людини в інсуліні, а сапоніни здатні поліпшити процес утворення клітин крові.

Література:

1. Анісімова, Ю.М. Соеві продукти в профілактиці та лікуванні цукрового діабету. / Анісімова Ю.М., Боровський В.Р., Єфімов А.С., Остапенко Т.С., Скробонська Н.А., Соколова Л.К. URL: http://medved.kiev.ua/arh_nutr/art_2007/n07_3_6.htm
2. Сравнительное изучение ферментативных гидролизатов изолированного соевого белка и соевой муки методом SE-HPLC // Вестник МИТХТ. — 2010. — Т. 5. — № 2
3. Ефимов, А.С. Диабетические ангиопатии. / А.С. Ефимов: —2-е изд., перераб. и доп. —М.: Медицина, 1989. —288 с.
4. Балаболкин, М.И. Эндокринология. / М.И. Балаболкин.: Учеб. пособие. —М.: Медицина, 1989. —416 с.
5. Соя URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Соя>
6. Офіційний сайт Торговий Дім “Соевий вік” URL: <https://www.td-sv.com/10-soya-facts/>