

11. Перспективи використання бобових при виробництві консервованих продуктів

Дар'я Філіпішина, Ольга Душак

Національний університет харчових технологій, Київ, Україна

Завдяки цінному харчовому профілю, приємному смаку, порівняно низькій вартості та універсальності приготування бобові були важливою частиною людського раціону протягом тисячоліть. [1]

Бобові належать до сімейства бобових і включають ті види, які споживаються людьми та домашніми тваринами, як правило, у формі сухих зерен і не включають арахіс (*Arachis hypogaea*) і сою (*Glycine max*), які вирощуються в основному для харчової олії.

Бобові зерна є чудовим джерелом білків, вуглеводів, харчових волокон, вітамінів, мінералів і фітохімічних речовин. Велика кількість людей у світі споживає бобові як основну їжу в поєднанні зі злаками і залежить від них для задоволення потреби в білку. Високий вміст лізину та фолієвої кислоти робить бобові ідеальними для виготовлення композитного борошна зі злаками. Зерна бобових і злаків мають подібний загальний вміст вуглеводів, жирів, ніацину, рибофлавіну, тіаміну та вітаміну B₆. Однак, бобові мають більший вміст білка, фолієвої кислоти, заліза, магнію, калію та цинку, ніж злаки. Традиційні джерела білків, у тому числі тваринного походження, вважалися кращими як з харчової, так і з функціональної точки зору; однак використання тварин як джерела білків підняло багато етичних проблем. Крім того, його не можна продовжувати використовувати як єдине джерело білка для задоволення зростаючої потреби в білках через збільшення населення. Тому, зростає інтерес до бобових через високий вміст білка в порівнянні зі зерном злаків. Це друга найбільш споживана продовольча культура у світі після зернових. Вони є важливим джерелом їжі для людей, особливо тих, хто живе в країнах, що розвиваються, і в нерозвинених країнах. [2]

Споживання бобових у вигляді консервів і заморожених продуктів, а також їх використання у виробництві продуктів рослинного походження, здається, має дуже хороші очікування на ринку. Оскільки, це дозволяє нам отримувати їжу високої харчової якості з характеристиками функціональної їжі та за низькою собівартістю.

У цьому сенсі з'являються такі проекти, як Localnutleg, які очолює Інститут досліджень і технологій агропродовольства (IRTA), який має на меті вивчити рівень поживності та біоактивні сполуки сортів бобових з місцевих середовищ. Створення нових інноваційних продуктів харчування рослинного походження.

Очікуваний вплив цього проекту полягає в тому, що оптимізовані технології та інструменти обробки зелених харчових продуктів збережуть поживну цінність і збагатять цінний біологічно активний вміст у кінцевих харчових продуктів. [3]

Література

1. Processing information and Technical manual [Електронний ресурс]. – Режим доступу:<https://www.usapulses.org/technical-manual/chapter-5-applications/applications>
2. Singh, N. Pulses: an overview. *J Food Sci Technol* 54, 853–857 (2017). <https://doi.org/10.1007/s13197-017-2537-4>
3. La influencia de las legumbres en la alimentación plant-based [Електронний ресурс]. – Режим доступу:<https://thefoodtech.com/nutricion-y-salud/la-influencia-de-las-legumbres-en-la-alimentacion-plant-based/>