

**М.З. Паска**, д-р вет. наук, проф. (ЛДУФК імені І. Боберського, Львів)  
**О.В. Радзімовська**, викл. (ЛДУФК імені І. Боберського, Львів)

## **РОЗРОБЛЕННЯ ЗМІШАНИХ ДЕСЕРТНИХ БЕЗАЛКОГОЛЬНИХ НАПОЇВ ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕННЯ**

Здорове харчування забезпечує зростання, нормальний розвиток і життєдіяльність людини, сприяє зміцненню здоров'я і профілактиці захворювань. Для нормальної життєдіяльності необхідно дотримання відповідних співвідношень між чисельними факторами харчування. Потреба організму в поживних речовинах залежить від багатьох факторів: стать, вік, вага, зріст, стан ендокринної системи, нервової системи, органів травлення та інших внутрішніх органів. У природі не існує ідеальних продуктів харчування, які містили б всі харчові речовини, необхідні людині.

Правильне, повноцінне та оздоровче харчування актуально звучить у реаліях сучасного способу життя людства. Порушення режиму прийому їжі, споживання незбалансованих за поживними елементами продуктів, або наявність у них різних шкідливих речовин, призводить до виникнення серйозних проблем з боку шлунково-кишкового тракту, інших органів та систем організму, накопичення зайва ваги тощо. Відповідно, виникає потреба у розробці нових дієтичних продуктів лікувально-профілактичного призначення і зокрема напоїв, збагачених натуральними природними інгредієнтами, мінеральними речовинами, антиоксидантами, які одночасно сприяють зменшенню ваги тіла та очищують організм.

Мета роботи: виготовлення безалкогольного десертного напою з нетрадиційної сировини оздоровчого призначення, що позитивно впливають на організм людини.

Аналізуючи літературні дані, є немало інгредієнтів оздоровчого коктейлю, що включає основу, овочевий компонент і біологічно активний комплекс, додатково містить подрібнену зелень петрушки та/або кропу, при цьому в якості біологічно активного комплексу використовують біогель «ламідан», як овочевий компонент – подрібнені свіжі огірки, а як основу – кефір нежирний або сік томатний. Коктейлі рекомендовані для вживання у дієтичному харчуванні для зниження ваги тіла. Недоліком напою є незадовільні смакові властивості.

У розробці рецептур нових видів напоїв важливим є вибір такої сировини, яка б, з одного боку, забезпечувала високі смакові властивості та стабільну в часі консистенцію при певних параметрах

в'язкості, з іншого– необхідно, щоб компоненти напою характеризувались вмістом речовин, які позитивно впливають на організм людини.

Для збільшення асортименту змішаних десертних безалкогольних напоїв пропонується використати таку нетрадиційну сировину, як селера, бджолиний мед та корінь імбиру для розроблення нового функціонального напою для схуднення та очищення організму (запропонований коктейль).

Біологічно активні речовини селери сприяють виведенню з організму шлаків, створюють відчуття ситості, хоч селера бідна калоріями, що призводить, за дієтичного харчування, до зниження маси тіла, нормалізують діяльність серцево-судинної системи.

Імбир садовий (*Zingiber officinale*) – однодольна вічнозелена рослина родини імбирних. Корені імбиру містять до 10–20% сухої речовини, до 1,7–2,8% цукру та 1,7–2,8% білку, 5,9% жиру, 2,0–3,1% клітковини, 0,8–5,6% золи, цінні для організму амінокислоти і пектинові речовини. В імбирі є всі незамінні амінокислоти (триптофан, треонін, метіонін, валін, феніланін). Корінь імбиру має антиоксидантну, протизапальну, протимікробну, спазмолітичну дію, знижує рівень холестерину і цукру в крові.

Бджолиний мед є одним з основних постачальників біологічно активних речовин, в якому міститься понад 100 фізіологічно активних компонентів. Загальновізвано, що натуральний мед є не тільки цінним продуктом харчування, але і має лікувально-профілактичні та лікувальні властивості.

Виготовляли напій оздоровчого призначення «Легкий смак» наступним чином: стебло селери перебирали, промивали у проточній воді, очищували від шкірки, подрібнювали у блендері; корінь імбиру перебирали та очищували від шкірки, промивали під проточною водою, відважили 10 г та подрібнювали ( $m=1-2$  мм), заливали окропом об'ємом 100 мл (гідромодуль 1:10) та залишали настоюватись 20 хв, після чого охолоджували до температури 20...25 °С; мед нагрівали на водяній бані 5–7 хв при температурі 50...55 °С, всі інгредієнти змішували та порціонували масою 200 г, перед подаванням охолоджували до температури 14...15 °С. Текстура обумовлена тим, що частинки інгредієнтів при взаємодії між собою утворюють агрегати, утворення, тобто система стає структурованою.

Отже, введення фрешу селери до складу десертного напою дозволяє отримати в'язку рідину, яка розглядається як суцільне дисперсне середовище, а будь-які частинки в ній щільно утримуються.