

ТЕХНОЛОГІЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СИРНОГО ДЕСЕРТУ ЗІ ЗНИЖЕНИМ ВМІСТОМ ЦУКРУ

Солнцева С.Д., гр. ТХ-17

Науковий керівник – д-р техн. наук, проф. В.В. Євлаш
Харківський державний університет харчування та торгівлі

Споживання занадто багато їжі та напоїв, які містять багато жиру, солі або цукру, недостатня кількість овочів та фруктів впливають на загальний стан нашого здоров'я та самопочуття. Основна проблема полягає в тому, що ми їмо набагато більше швидко засвоюваних вуглеводів, включаючи сахарозу, ніж це необхідно. Вживання занадто великої кількості цукру підвищує ризик виникнення: ожиріння, діабету 2-го типу, хвороб серцево-судинної системи тощо. Метою нашого дослідження було розробка технології сирного десерту з додаванням дієтичної добавки «Мак-вар з порошку топінамбуру» та штучного підсолоджувача «SPLENDA»

Дієтична добавка «Порошок мак-вар з топінамбуру» містить інулін. Інуліни (С₆H₁₀O₅)_n – це група природних полісахаридів (поліфруктозан), що виробляються багатьма видами рослин, промислово найчастіше добуваються з цикорію та артишоку, мають солодкий смак та містять натуральні розчинні харчові волокна, які покращують функцію травної системи, крім того, він пребіотик. Добова кількість інуліну – до 8 г. Введення дієтичної добавки, що містить інулін дозволить знизити кількість цукру у виробі.

SPLENDA – штучний підсолоджувач з нульовим вмістом калорій. Він у 600 разів солодший за цукор (1 г SPLENDA = 2 ч. ложки). Особливістю технології є попереднє змішування порошку топінамбура з штучним підсолоджувачем «SPLENDA».

У ході порівняльного аналізу харчової цінності функціонального сирного десерту з класичною рецептурою «Запіканка з сиру кисломолочного» було відмічено пониження вмісту вуглеводів вдвічі, що зумовлено відсутністю у складі цукру. Завдяки цьому, енергетична цінність продукту зменшилася на 21,1%, що доводить доцільність споживання десерту людям, що мають надмірну вагу (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняльний аналіз харчової цінності десертів

Показник	Харчова цінність на порцію (150 г)	
	Функціональний сирний десерт	Запіканка з сиру кисломолочного
Білки, г	22,9	22,9
Жири, г	12,6	12,6
Вуглеводи, г	22,4	11,6
Калорії, ккал	275,3	217,1

Новий функціональний сирний десерт без цукру, збагачений високомолекулярним інуліном, розроблено для впровадження в раціони людей, які страждають від підвищеного рівня глюкози в крові та надмірної ваги.