

Секція 4. ТЕХНОЛОГІЇ ОЗДОРОВЧИХ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ХАРЧОВИХ СИСТЕМ

ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ АМАРАНТУ І ПЛОДІВ РІЖКОВОГО ДЕРЕВА В ТЕХНОЛОГІЇ БЕЗГЛЮТЕНОВИХ БОРОШНЯНИХ КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ

Гришко С.І., гр. ДЗ-20м

Науковий керівник – канд. техн. наук, доц. **І.С. Пілюгіна**
Харківський державний університет харчування та торгівлі

У сучасному світі, за різними оцінками, до 16% людей мають вживати безглютенові продукти внаслідок таких хвороб, як целиакія, алергія на пшеницю і нецелиакійна чутливість до глютену. Найчастіше заміниками глютенвмісного борошна є рисове, кукурудзяне, рідше гречане борошно і різні види крохмалю. Продукти виготовлені з цих видів борошна і крохмалю, як правило, мають високий глікемічний індекс, збіднені на харчові волокна, містять більш високий відсоток насичених жирних кислот та мають низьку поживну цінність. Саме тому люди, які дотримуються безглютенової дієти, починають страждати від серцево-судинних захворювань, зниження імунітету, ожиріння, підвищення рівня холестерину, збільшення глікемічного навантаження на організм. Крім того, їх раціон харчування містить недостатню кількість вітамінів і мінералів.

Перспективними заміниками пшеничного борошна є амарантове борошно і кероб. Амарантове борошно містить до 16% легко засвоюваного білка і меншу кількість легко засвоюваних вуглеводів порівняно з кукурудзяним та рисовим борошном. Вміст жиру в цьому борошні вище і становить 6–8%, передусім це ненасичені жирні кислоти. Крім того, амарант є джерелом токоферолів та сквалену, який має властивості сильного антиоксиданту.

Кероб (борошно плодів ріжкового дерева) містить поліфеноли, флавоноїди, має унікальний амінокислотний склад, є природним підсолоджувачем, оскільки містить у своєму складі до 50% сахарози, фруктози. Це дозволяє знизити кількість цукру в рецептурах кондитерських виробів. У своєму складі кероб містить макро- та мікроелементи. При цьому, на відміну від какао, він не містить кофеїн і теобромін, які небажано вживати вагітним, дітям, хворим на серцево-судинні захворювання.

Таким чином, використання амаранту і керобу в технології безглютенових борошняних кондитерських виробів дозволить отримати продукцію підвищеної харчової цінності, яка позитивно впливатиме на серцево-судинну систему, шлунково-кишковий тракт, буде знижувати рівень холестерину крові, зменшувати глікемічне навантаження на організм і при цьому має високі смакові характеристики та споживчу привабливість.