

РОЗРОБЛЕННЯ ЗАКУСОЧНИХ ПАСТ НА ОСНОВІ ХУМУСУ ДЛЯ СПОРТИВНОГО ХАРЧУВАННЯ

Павлюков М.С., гр. 181-PI-12м

Науковий керівник: д-р техн. наук, проф. Дейниченко Г.В.,
канд. техн. наук Андрєєва С.С.

Державний біотехнологічний університет, м. Харків, Україна

Сьогодні, підбором та розробкою харчовою продукцією для спортсменів, займаються безліч різних вчених, а ось її впровадження може бути продемонстровано лише при великих спортивних центрах. Розглядаючи раціони харчування в європейських фітнес-центрах, виділено, що вони мають дуже багато різних розробок, пов'язаних з комбінуванням протеїнових білків з рослинною сировиною. Одним із найпопулярніших є закуски на основі бобової сировини, до складу якого входять протеїнові білки, а також різноманітні наповнювачі з овочів. Закуски є високобілковими пастами, які використовуються як основою для бутерброда або просто для перекусу з крекером або злаковим хлібцем.

На підставі запропонованого, нами проведено низку теоретичних та практичних досліджень на розробку закускової пасти на основі хумусу. Традиційний хумус східних кухонь завжди складається з нуту і кунжуту, проте технології хумусу сьогодні настільки інтегровані, що можуть використовувати: квасолю різних сортів, сочевицю, горох, боби.

Бобова сировина містить досить високу кількість білків, які має певну схожість з білками м'яса, але не слід забувати, що бобова сировина містить і крохмаль, який може проявити свої синергуючі властивості після короточасного зберігання в термообробленому стані. Для уникнення негативних наслідків, нами проведено аналіз підбору загусників та стабілізаторів, які здатні стабілізувати консистенцію пасти. У ході низки експериментальних досліджень, нами було обрано камідь ріжкового дерева у складі 1,0%. Фізико-хімічні властивості камеді дозволяють як регулювати так і стабілізувати консистенцію пасти.

Так як, продукт буде концептуальний на спортивне харчування, асортимент пасти буде наповнений овочами, які містять крохмаль в мінімальній кількості. Однак, не варто забувати, що пасти на основі хумусу повинні мати неоднаковий смак, тому нами запропоновано використовувати такі мікси: "баклажан-руккола", "томат-базилік", "паприка-шпинат".