

ВИЗНАЧЕННЯ У ХЛОРОФІЛОВІСНИХ ОВОЧАХ КОМПЛЕКСУ БАР ОЗДОРОВЧОЇ ДІЇ

Ніколенко А.М., гр. ХТП-56

Наукові керівники: д-р техн. наук, проф. **Р.Ю. Павлюк**,
асист. **О.С. Погарський**

Харківський державний університет харчування та торгівлі

Метою роботи є визначення комплексу БАР трьох видів хлорофіловісних овочів (капусти броколі, шпинату, капусти брюссельської) як сировини для отримання продуктів оздоровчої дії.

До БАР, що сприяють зміцненню імунітету, особливе місце займають хлорофіли. За даними провідних медичних установ США, Нідерландів, Індії, Японії, хлорофіл в організмі людини блокує дію канцерогенів, захищає ДНК від ушкоджень, викликаних дією токсинів, вільних окиснювальних радикалів, є натуральним засобом профілактики раку. Джерелами хлорофілу в харчуванні населення є свіжі хлорофіловісні овочі (ХВО): капуста броколі, брюссельська капуста, шпинат, салат, зелень укропу, петрушки та виготовлені з їх застосуванням продукти.

Патентно-інформаційний пошук за останні 10 років показав відсутність систематизованих даних щодо вмісту в них хлорофілу та інших біологічно активних речовин, що надають хлорофілівмісним овочам цілющі властивості.

Показано, що до складу ХВО входить комплекс натуральних БАР (хлорофілу а і b, β -каротину, L-аскорбінової кислоти, низькомолекулярних фенольних сполук, поліфеноли). Показано, що масова частк а БАР, які містяться в 100 г свіжих ХВО здатна задовольнити в них добову потребу дорослої людини. Зазначений комплекс БАР переважно складають хлорофіли а і b, масова частка яких в залежності від виду сировини становить від 0,3% до 0,6%, а також поліфеноли (240,0–400,0 мг у 100 г), низькомолекулярні фенольні сполуки (190,0–320,0 мг у 100 г), L-аскорбінова кислота (40,0–130,0 мг у 100 г), β -каротин (3,6–15,0 мг у 100 г).

Таким чином, наявність у складі 100 г свіжих ХВО унікального комплексу БАР (хлорофілу, β -каротину, фенольних сполук, поліфенолів, L-аскорбінової кислоти) у кількості, що здатна задовольнити добову потребу в них організму людини, на наш погляд, надає свіжим ХВО цілющі лікувально-профілактичні властивості. Використання ХВО в раціонах харчування надає їм антиокислювальну, детоксуючу, антибактеріальну, протипухлинну дію, сприяє зміцненню імунної системи, зміцненню судин серця, мозку та ін.