

відділення кісток із подальшим використанням харчових відходів, зокрема шкіри, сполучної тканини та бульйону з кісткової фракції, для отримання структурованого рибного напівфабрикату з високою харчовою цінністю.

Результатами аналізу останніх досліджень та публікацій підтверджено гіпотезу доцільності розроблення рецептури функціональних риборослинних пресервів на основі бичка азозського та гливи звичайної.

ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ ХАРЧОВИХ ВОЛОКОН У ВИРОБНИЦТВІ М'ЯСНИХ СІЧЕНИХ СТРАВ ПІДВИЩЕНОЇ ХАРЧОВОЇ ЦІННОСТІ

Мацук Ю.А., канд. техн. наук, доц.

Фарісєєв А.Г., канд. техн. наук, доц.

Вієнко О.Ю., асист.

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Серед основних факторів, які визначають стан здоров'я людини, одним із найважливіших є її харчування. Правильне та повноцінне харчування забезпечує організм людини нутрієнтами, які дають організму енергію, сприяють підвищенню опору організму шкідливому впливу навколишнього середовища, стимулюють роботу всіх його систем. Потреба людини в різних харчових речовинах залежить від багатьох факторів: фізичного навантаження, умов навколишнього середовища, статі, віку, фізичного розвитку тощо. Забезпечення осіб, особливо тих, які ведуть малорухливий спосіб життя, кількісно та якісно повноцінним харчуванням зумовлює необхідність детальної оцінки співвідношень харчових речовин, що їх отримує організм, і ступеня відповідності їх потребам організму, що ґрунтуються на концепції збалансованого харчування.

На цей момент увага науковців та виробників направлена на створення нових видів харчових продуктів, урахувавши при цьому спосіб харчування сучасної людини. Сюди відносяться продукти зі збалансованим складом, зниженим вмістом цукру та жиру, підвищеним вмістом вітамінів, харчових волокон та мінеральних речовин. Останнім часом тема використання добавок рослинного походження у виробництві продуктів харчування з м'ясної сировини є дуже цікавою й актуальною. Виробники широко застосовують штучні харчові добавки для поліпшення органолептичних і технологічних властивостей готових продуктів, але асортимент м'ясо-рослинних напівфабрикатів і кулінарних виробів із використанням рослинної

сировини є незначним. Особливий інтерес для використання в технологіях комбінованих продуктів викликає рослинна сировина, яка є джерелом клітковини, білків, амінокислот, поліненасичених жирних кислот (ПНЖК), вітамінів тощо. До такої сировини можна віднести клітковину з насіння льону, зародків пшениці, висівки гречки, які переважно споживають у чистому вигляді, тоді як асортимент напівфабрикатів та страв з їх використанням майже відсутній.

Клітковина забезпечує достатній об'єм калових мас та впливає на швидкість їх проходження через травний тракт (регулює перистальтику), знижує рівень холестерину в крові, зв'язує жовчні кислоти, у разі порушення вуглеводного обміну трохи знижує рівень цукру в крові (бо уповільнює гідроліз вуглеводів), нормалізує склад мікрофлори травної системи, проявляє пребіотичну дію (сприяє бактеріальному синтезу вітамінів В₂, В₆, РР). Харчові волокна є джерелом енергії: 50% харчових волокон під дією бактерій розпадаються до жирних кислот, діоксиду вуглецю, водню й метану. Дієти з підвищеним вмістом клітковини призначають як один із компонентів для профілактики та лікування цукрового діабету, ожиріння, атеросклерозу, захворювань печінки та жовчного міхура, дисбактеріозу. Крім того, клітковина сприяє виведенню з організму токсинів, важких металів та радіонуклідів. Вона є необхідним компонентом їжі разом із білками, жирами та вуглеводами. Також харчові волокна мають радіопротекторну дію та сприяють прискоренню виведення з організму токсинів, канцерогенів та речовин неповного перетравлення. У разі вилучення з раціону харчових волокон порушується функціонування травного апарату і всього організму з подальшим розвитком таких захворювань, як атеросклероз, утворення каменів у сечовому міхурі. Тому в раціоні людини вони повинні бути наявні в необхідних кількостях. Фізіологічна добова потреба організму дорослої людини в харчових волокнах дорівнює 25–38 г, основними джерелами їх є фрукти та овочі.

Харчові волокна, які додатково внесені до рецептури м'ясних січених страв, майже не змінюють перебігу фізико-хімічних процесів та не впливають на формування органолептичних властивостей готових виробів. Уведення харчових волокон сприяє зміцненню структури і підвищенню ступеня утримування вологи. Харчові волокна перешкоджають тепловій коагуляції білка, підвищуючи його стійкість. Отже, можна стверджувати, що під час розробки нових продуктів харчування на м'ясній основі в ролі додаткових інгредієнтів актуально використовувати харчові волокна як добавки, найбільш сумісні з м'ясною сировиною.