ХІМІЧНИЙ СКЛАД КАВОВИХ ЗЕРЕН ТА ЙОГО ВПЛИВ НА СПОЖИВЧІ ВЛАСТИВОСТІ

Скоромний А.Ю.
Науковий керівник – канд. хім. наук, доц. **Чорна Т.О.**
Харківський торговельно-економічний інститут

Кава – це цінний продукт рослинного походження, який відіграє значну роль в життєдіяльності людини. Кава має складну хімічну будову. Вона містить приблизно дві тисячі хімічних речовин, які у сукупності визначають її відмінний смак та аромат.

Сире кавове зерно містить жири, білки, воду, мінеральні солі, мікотоксини, різноманітні водорозчинні та нерозчинні речовини. Обжарені кавові зерна втрачають більшу частку води (її вміст зменшується з 11% до 3%), а їх хімічний склад змінюється в залежності від міри та тривалості

Гірка кава – зовсім не означає міцна, і навпаки – міцна, це означає гірка. Окрім кофеїну в кавових зернах міститься ще один алкалоїд – тригонелін. Він добре розчиняється у воді, але термічно нестабільний. При обробці кавових зерен легко перетворюється на нікотинову кислоту (вітамін РР). На відміну від кофеїну він не збуджує і не володіє наркотичним ефектом, проте бере участь в утворенні смаку і аромату обжареної кави. Також містяться і такі алкалоїди як теобромін (1,5-2,5 мг%) і теофілін (1-4 мг%). Слід згадати дуже складну за складом речовину – кафеоль. Включаючи майже дві з половиною сотні компонентів, вона є носієм характерного кавового аромату.

У сирих кавових зернах присутні такі мінеральні речовини, як: калій, магній, кальцій, натрій, залізо, марганець, рубідій, цинк, мідь, стронцій, а також сліди хрому, ванадію, барію, нікелю, кобальту, свинцю, молібдену, титану і кадмію.

Також в кавових зернах міститься оцтова, оксалова, піровиноградна кислоти. У обжареній каві ідентифіковано більше 350 ароматичних речовин. Харчової цінності кава практично не має, хоч і міститься білок. Стограмова чашка напою дає всього 9 кілокалорій. Проте як джерело мінеральних речовин, в основному калія, кава грає важливу роль. Також важливе значення кави, як носія вітамінів Р, необхідних для зміцнення кровоносних судин.

Що стосується кави, як напою, то її харчова цінність наступна: білків – 0,2 г, жирів – 0,6 г., вуглеводів – 0,1 г, кальцію – 5 міліграм, вітаміну РР – 0,6 міліграм, калія – до 9 міліграм.