

Лазарєва Т. А., д.пед.н., Благий О. С., к.пед.н., ас., Цихановська І. В.,  
к.хім.н., УПА, м. Харків

## **ТЕХНОЛОГІЯ МАФІНІВ ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕННЯ**

Борошняні кондитерські вироби займають значну частку в загальному обсязі виробництва кондитерської продукції і представлені широким асортиментом. Серед популярних на сьогоднішній день кондитерських виробів є мафіни. Існуючі рецептури та технології мафінів мають ряд недоліків: не забезпечується збалансований склад білків, жирів та вуглеводів у мафінах, вони містять незначну кількість поліненасичених жирних кислот та мають низькі смакові властивості та оздоровчо-лікувальні характеристики.

Основною задачею удосконалення рецептури та технології мафінів оздоровчого призначення є підвищення харчової та біологічної цінності, визначення оптимального складу поліненасичених жирних кислот, розширення асортименту продукції.

Для досягнення поставленої задачі обрано наступні рецептурні компоненти, як борошно мультизернове, борошно пшеничне, купаж із суміші олії гірчичної, насіння гарбуза та волоського горіха, кефір, яйця, цукор-пісок, ванільний цукор та цедра лимону чи апельсину, розпушувач.

Мультизернове борошно складається із борошна 9 злаків: пшеничного, ячмінного, вівсяного, житнього, пшоняного, кукурудзяного, гречаного, рисового. Харчова цінність такого борошна (на 100 г продукту) білків – 11,1 г; жирів – 2,33 г; вуглеводів – 68,6 г. Мультизернове борошно характеризується покращеною біологічною цінністю за рахунок наявності амінокислот, макро- та мікроелементів, вітамінів, харчових волокон.

Гірчична олія характеризується високим вмістом біологічно активних речовин, а саме вітамінів А, Е, D, В3, В6, В4, К, Р, поліненасичених жирних кислот (лінолева кислота, ліноленова кислота), фітостеролів, фітонцидів, хлорофілу, глікозидів, ефірної олії.

Олія насіння гарбуза містить комплекс біологічно активних речовин, а саме білки, пектини, стерини, ефірні олії, каротиноїди, токофероли, фосфоліпіди, фосфатиди, флавоноїди, вітаміни В1, В2, С, Р, РР, F, ненасичені, поліненасичені жирні кислоти.

До складу олії волоського горіха входять більш 80 елементів необхідних людині щодня, включаючи моно- та поліненасичені жирні кислоти, вітаміни групи В, D, К, С, Р, РР, F, каротиноїди, токофероли, макро- і мікроелементи (цинк, мідь, йод, кальцій, магній, залізо, фосфор, кобальт, селен), коензим Q10.

Отримані за таким рецептурним складом мафіни характеризуються підвищеною харчовою та біологічною цінністю, оптимальним складом поліненасичених  $\omega$ -3 та  $\omega$ -6 жирних кислот, високими органолептичними властивостями.