

ПЕРСПЕКТИВИ ЗБАГАЧЕННЯ ПЕЧИВА ЦУКРОВОГО ГАРБУЗОВИМ ШРОТОМ

Борошняні кондитерські вироби - це категорія продуктів, які споживаються і користуються попитом на щоденній основі. Найпоширенішим видом борошняних кондитерських виробів є печиво [1]. Сучасне життя супроводжується постійними стресами, зниженням фізичної активності, неправильним харчуванням, негативним впливом навколишнього середовища, ослабленням імунітету та поширенням діабету та ожиріння. Цьому сприяють багато факторів, таких як культура харчування, низька купівельна спроможність та недостатня обізнаність про здорове та повноцінне харчування. Зважаючи на це, важливо підвищити біологічну цінність цукрового печива за рахунок використання нетрадиційних рослинних інгредієнтів, таких як шрот.

Використання в якості сировини добавок рослинного походження набуває актуальності. Вони володіють антиоксидантними властивостями, не виявляють негативного впливу на організм людини та збагачують вироби біологічно активними речовинами. Тому особливо важливою є розробка і впровадження у виробництво продуктів профілактичного і спеціального призначення, що містять важливі мікроелементи [2]. Для збагачення печива цукрового обрано шрот з гарбуза, який характеризується високою біологічною цінністю (50 макро- і мікроелементів).

Гарбузовий шрот проявляє бактерицидну, протизапальну, протиалергічну та протипухлинну дію, є важливою частиною раціону багатьох спортсменів і позитивно впливає на нервову систему, настрій і працездатність. Включення гарбузового шроту в раціон харчування може значно знизити добову дозу цукрознижувальних препаратів у пацієнтів з діабетом II типу. Оптимальним варіантом є додавання 18 г шроту на кг готового продукту (2,76% від маси борошна). Таке співвідношення дозволяє збагатити цукрове печиво поживними речовинами, збільшивши вміст білка на 62,07%, жиру на 19,98%, кальцію на 39,6% та магнію на 98,31% в порівнянні з традиційною рецептурою. Ці дані свідчать про позитивний вплив гарбузового шроту на хімічний склад нового зразка печива [3].

Отже, для підвищення харчової та біологічної цінності печива рекомендується використовувати гарбузовий шрот, що дозволить збільшити на 10% кількість білків, жирів і вуглеводів, мінералів - від 2,33% до 25,78% і вітамінів - від 3,35% до 9,44%.

Література:

1. Головна|ElibLNTU.

URL: https://elib.lntu.edu.ua/sites/default/files/elib_upload/Ярошевич%20202/page25.html (дата звернення: 27.10.2023).

2. Антиоксиданти – що це. Їхні властивості - Belok.UA. *Belok-Блог про здоров'я та спорт* . URL: <https://belok.ua/blog/ua/chto-takoe-antioksidanty/> (дата звернення: 27.10.2023).

3. Шроти: неоціненна користь - Смак Життя. *Магазин корисних продуктів*. URL: https://sz.lviv.ua/slider/20161223_1446/ (дата звернення: 27.10.2023).