

Продукты функционального питания на основе плодов голубики

УО «Белорусский государственный технологический университет»,
Минск, Республика Беларусь

В настоящее время, как за рубежом, так и в Республике Беларусь, важное внимание уделяется решению проблем, связанных с неполноценным и несбалансированным питанием населения. Поэтому одной из основных задач государственной политики является производство различных продуктов питания, обогащённых, например, биологически активными веществами (БАВ) растительного происхождения. То есть создание так называемых функциональных продуктов питания (ФПП) – обогащённых эссенциальными пищевыми веществами и микронутриентами [1]. ФПП нельзя отнести к лекарственным средствам, однако при их систематическом употреблении снижается риск возникновения некоторых заболеваний, а также замедляются процессы старения.

В частности, к функциональным продуктам питания относятся кондитерские изделия, которые дополнительно содержат пищевые волокна, ферменты, витамины и микроэлементы, а также специализированные чайные напитки и др. [2, 3].

Исследованиями, проведёнными на кафедре биотехнологии, было установлено, что к функциональным продуктам питания могут быть отнесены продукты питания, полученные на основе плодов и листьев голубики (*Vaccinium*).

В Беларуси плантации голубики с каждым годом увеличиваются. Это связано в первую очередь с полезными свойствами данной культуры, а, во-вторых, с её хорошим экономическим потенциалом.

Как известно, голубика богата различными ценными веществами, в частности, некоторые из них относятся к функциональным пищевым ингредиентам, для них выявлены и научно обоснованы полезные для сохранения и улучшения здоровья свойства, установлена суточная физиологическая потребность [2]. К таким веществам относятся: витамины (например, витамин Е), флавоноиды, антоцианы, протеины, минеральные вещества (например, кальций, магний, железо) и др.

В настоящее время на белорусском рынке представлено достаточно большое количество различного мармелада. Однако в ходе анализа его состава было отмечено, что достаточно большая его доля содержит сахар, различные химические консерванты. Поэтому на кафедре биотехнологии на основе плодов голубики был разработан мармелад же-

лейный формовой. В состав рецептур входят: ягодное пюре (голубика) и/или сок из плодов голубики, яблочное пюре, патока, желатин, регулятор кислотности лимонная кислота, пектин. Из рецептур для приготовления опытных образцов был полностью исключён сахар. Все компоненты, входящие в состав разработанного мармелада, оказывают только положительное влияние на организм человека. Так, пектин, входящий в состав мармелада, способствует выведению из организма тяжёлых металлов и опасных токсинов, предотвращая их накопление в тканях и органах. Пектин способствует выведению ксенобиотиков, анаболиков, продуктов метаболизма, радионуклидов, а также избыточной мочевины и холестерина. Он полезен при сахарном диабете, ожирении, нарушении углеводного и липидного обмена, бактериальных заболеваниях, атеросклерозе и заболеваниях поджелудочной железы, нормализует работу пищеварительной системы, снижает уровень холестерина в крови. Желатин оказывает благотворное воздействие на состояние кожи и волос [4].

Другим продуктом, разработанным на основе красных листьев голубики, стал фиточай. Были разработаны несколько рецептур фиточая, включающие: красные листья и плоды голубики, траву и шелуху гречи, кожуру яблока, мяту перечную, цветки ромашки и листья крапивы. Кроме того, в настоящее время ведутся исследования по получению таблетированного фиточая на основе разработанных рецептур.

Литература

1. Капрельянц, Л. В. Опрос как метод маркетинговых исследований / Л. В. Капрельянц, Г. А. Хомич // Харчова наука і технологія. – 2012. – №4(21). – С. 5–8.
2. Функциональные продукты питания [Электронный ресурс] / Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Центральная научная сельскохозяйственная библиотека». 1998. – Режим доступа: http://www.cnsnb.ru/news/vex_fpp.shtml. – Дата доступа: 01.01.2020.
3. Цыганков, В. Г. Задачи и перспективы разработки продуктов функционального питания // В. Г. Цыганков, З. В. Ловкис, И. Н. Стигайло, С. В. Симоненко. – Режим доступа: <http://www.bio.bsu.by/proceedings/articles/2009-4-1-60-67.pdf>. – Дата доступа: 01.01.2020.
4. Кузнецова, О. Ю. Разработка кондитерских мармеладных изделий функционального назначения / О. Ю. Кузнецова // Вестник Казанского технологического университета. – 2013. – С. 206–210.