

**УДК 664.853.55**

**Юля Майовська**

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

## **КАВБУЗ – ПЕРСПЕКТИВНА СИРОВИНА В КОНСЕРВУВАННІ**

**Yulia Mayovska**

### **KAUBYZ – PERSPECTIVE RAW MATERIAL IN PRESERVING FIELD**

Раціональне харчування – це фізіологічно повноцінне харчування здорових людей, яке призначене для профілактики аліментарних захворювань та передбачає необхідність і обов'язковість повного забезпечення потреб організму не тільки в енергії, есенціальних, мікро- та макронутрієнтах, але і в необхідності баластних нехарчових біологічно активних компонентів їжі. Лише таке харчування спроможне запобігти розвиткові хронічних захворювань.

Нераціональне розбалансоване, поліфенольне харчування у більшості населення України зумовлює прихований голод за рахунок дефіциту в раціоні мікронутрієнтів: вітамінів, особливо антиоксидантного ряду (А, Е, С; макро- і мікроелементів (йоду, заліза, кальцію, фтору, селену). Джерелом вітамінів і мікроелементів є продукти з овочів та фруктів. Забезпечення населення якісними продуктами з високою харчовою цінністю – один із пріоритетних напрямів створення нових видів консервів.

Важливою складовою у створенні нових видів консервів є використання сировини з харчовими волокнами. Оскільки стійка недостача їх у харчовому раціоні людини призводить до зменшення протидії організму негативному впливу навколишнього середовища і росту числа таких захворювань, як: цукровий діабет, атеросклероз, ішемічна хвороба серця, захворювання шлунка, ожиріння, різноманітні злоякісні утворення.

Об'єктом досліджень було обрано кавбуз, так як він містить значну кількість каротину, понад 15% цукрів серед, яких переважає фруктоза і глюкоза, клітковину, пектин, білки, фосфоровмісні сполуки, ферменти, вітаміни А, С, В, РР, мінеральні речовини (калій, кальцій, магній, залізо, кобальт).

Кавбуз займає одне з перших місць серед культур – джерел каротину. Наявність значної кількості бета-каротину в кавбузі забезпечує протипухлинний ефект, а також має значення в профілактиці і лікуванні атеросклерозу. З профілактичною метою необхідно вживати не менше 100г кавбузної маси на добу, що забезпечує необхідну для організму добову кількість бета-каротину – 20 мг.

Завдяки наявному комплексу пектинів та інших біологічно активні речовин кавбуз і продукти його переробки є ефективним засобом для виведення з організму важких металів і радіонуклідів. Також його можна використовувати як ефективний радіопротектор та антиоксидант при радіаційному опроміненні, що важливо для запобігання наслідків Чорнобильської аварії.

Інститутом оздоровлення і відродження народів України спільно з АО фірма КЕБОС, інститутами гігієни харчування Національної Академії Наук та Міністерства охорони здоров'я України розроблені технічні умови на випуск дослідної партії пюре із кавбуза для харчування і оздоровлення дітей.

Враховуючи урожайність, доступність, широке поширення в західному регіоні України цієї баштанної культури, а також відомості про харчову та біологічну цінність кавбуза, вважаємо за доцільне застосування кавбузів для виробництва фруктових десертів.