

УДК 664. 00

Людмила Бейко, Валентина Олексів

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна.

КОНСЕРВУВАННЯ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН

Ludmila Beyko, Valentina Oleksiv

CANNING OF MEDIKAL PLANTS

Одним із основних напрямків харчової біотехнології є рекомендації по здоровому харчуванні. Здорове харчування – це харчування, при якому разом з їжею в організм людини надходять всі речовини, необхідні для нормальної життєдіяльності організму. На сьогоднішній день гостра проблема нестачі поживних речовин, вітамінів, макро і мікроелементів в організмі людей приводить до порушень функцій основних органів людського організму, наслідком чого є хвороба.

Харчування – це важлива складова здорового способу життя і інтерес до питань харчування дуже великий. З одного боку, нині можна одержати просто нескінченну кількість харчових продуктів, з іншого – багато людей, (з огляду на останні відомі скандали щодо продуктів харчування), занепокоєні тим, що ж взагалі ще можна їсти. Багато людей «їдять, що хочуть», інші через хвороби, або тому, що вони слідкують за своєю фігурою, відмовляються від певних продуктів, деякі вважають особливо важливим здорове харчування.

Стан фактичного харчування населення країни сьогодні свідчить про значні порушення в харчовому статусі. Підвищена стресова обстановка, погіршення екологічної ситуації, дисбаланс розумової і фізичної діяльності привели до «розквіту» так званих «хвороб цивілізації», зв'язаних з пошкодженням імунної системи і зниженням резистентії до інфекцій: атеросклероз, ішемічна хвороба серця, гіпертонія, алергія і т. д.

Фахівці з раціонального харчування стверджують, що 80% нашого здоров'я безпосередньо залежить від здорового харчування, яке полягає у встановленні гармонії між продуктами харчування та гомеостазом організму людини. Водночас треба враховувати вік, стать, наявність хронічних захворювань та інші критерії. Розробка дієт для людей з різними захворюваннями, приготування харчових добавок з лікувально - профілактичними властивостями, а також рекомендації по збалансованому харчуванню - це основні напрямки харчової біотехнології.

Важливим джерелом корисного, здорового харчування, а також з метою профілактики деяких захворювань є консервована продукція з лікарських рослин.

Лікарські рослини це – рослини, що містять біологічно активні речовини та є джерелом комплексу поживних та лікувально – профілактичних речовин. Використовуються в отримання лікарської сировини, деяких харчових продуктів, препаратів для фітотерапії, ветеринарії, арома- і гідротерапії, косметології, дієтології тощо.

Розроблено рецептуру фруктових консервів з лікарських рослин, а саме: кульбаби, м'яти перцевої, бузини, меліси та запропоновано для виробництва технологію виготовлення даних консервів.