

УДК 664. 00

Анастасія Лялик, Людмила Бейко, Федорів Юрій, Фрей Ярослав

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна.

ВИКОРИСТАННЯ НАСІННЯ ЛЬОНУ В ХАРЧОВІЙ ПРОМИСЛОВОСТІ

Anastasiia Lialyk, Ludmila Beyko, Fedoriv Yurii, Frei Yaroslav

USE OF LUMIN SEEDS IN THE FOOD INDUSTRY

Сьогодні все більше людей в нашій країні намагаються вести здоровий спосіб життя, піклуються про своє здоров'я і здоров'я своїх близьких. А здоров'я, як відомо, неможливе без правильного харчування. Вітчизняні виробники продуктів харчування почали замислюватися про те, як зробити свою продукцію не тільки смачною, але і корисною. До речі, на Заході така практика існує вже давно. Там люди воліють їсти корисні продукти, які допомагають поліпшити здоров'я. Це і називається функціональним харчуванням. Деякі види сировини мають у своєму складі речовини, які позитивно впливають на організм людини, тому вона все частіше стає предметами численних наукових досліджень. Одним з таких видів сировини є насіння льону.

Насіння льону та продукти його переробки можуть займати пристойне місце при виробництві харчових продуктів, як джерело білків, жиру, полі ненасичених жирних кислот, незамінних амінокислот, а також вітамінів і мінеральних речовин. Лівовою часткою корисних властивостей насіння льону зобов'язане високому вмісту поліненасичених жирних кислот Омега-3 Омега-6 і Омега-9.

Сьогодні насіння льону широко використовують в медицині. Препарати льону сприяють: загоєнню ран, нормалізації роботи шлунково-кишкового тракту, посиленню процесів регенерації тканин, зменшення вмісту згубного холестерину в крові, нормалізації обмінних процесів, поліпшенню, виведенню токсичних речовин і шлаків, зниження ризику розвитку інсультів, недуг шлунково-кишкового тракту, набряків, ниркових захворювань, сечокам'яної хвороби.

Проведено дослідження хімічного складу, фракційного складу ліпідів, жирнокислотного складу ліпідів насіння льону, результати яких представлені в таблиці 1.

Таблиця 1. Хімічний склад, фракційний склад ліпідів, жирнокислотний склад ліпідів, насіння льону.

Хімічний склад, %		Фракційний склад ліпідів, %		Жирнокислотний склад ліпідів, %	
Вологість	9,16	Тригліцериди	96,92	Насичені:	11,5
Білок	30,2	Фосфоліпіди	0,81	пальмітинова	8,1
Жир	36,45	Вільні жирні кислоти	0,06	стеаринова	4,7
Зола	3,11	Стероли	0,56	арахідонова	0,43
Цукор	3,21	Ефіри стеролів	0,11	Ненасичені:	88,5
Пентозани	7,1	Моно і дигліцеріди	0,13	олеїнова	20,9
Целюлоза	10,77	Токофероли, мг	46	лінолева	13,4

Враховуючи результати попередніх досліджень щодо біологічної цінності насіння льону можна стверджувати про доцільність розробки технологій додавання насіння льону до складу харчових продуктів.