

УДК 664.661

Г.В. Карпик, канд. техн. наук, доц.

М.Р. Леськів, магістр

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

ОБГРУНТУВАННЯ ДОЦІЛЬНОСТІ ВВЕДЕННЯ В РАЦІОН ЛЮДИНИ *AEGOPODIUM PODAGRARIA L*

Н. Карпик, Ph.D., Assoc. Prof.

М. Leskiv, Master

JUSTIFICATION OF INCLUSION OF *AEGOPODIUM PODAGRARIA L* IN HUMAN DIET

З початку свого існування людина користувалася лише дарами природи. Її раціон складався з їстівних диких рослин. Час минав і людство поступово навчилося вирощувати культурні рослини та переробляти їх. Так сформувалось виробництво борошняних виробів. На даний час хлібопекарські підприємства пропонують широкий асортимент виробів з борошна вищого сорту, яким властива висока калорійність та незадовільна харчова цінність. Тому борошняними продуктами нового часу можуть бути вироби з підвищеним вмістом біологічно активних речовин. Коригувати харчову цінність дозволяє включення в рецептуру як різноманітної традиційної сировини, так і нових її видів, фітокомпонентів. Існують дослідження з застосування дикорослих рослин, а саме: кропиви, ромашки, чорнобривців, чебрецю, материнки, кульбаби, розторопші, куркуми, звіробою, локриці, цикорію, материнки, дикої моркви та ін.

В народному побуті як харчова та лікарська рослина відома яглиця звичайна. Листя, стебла, квіти містять флавоноїди кемпферол та кверцитин та їх глікозиди, вуглеводи фруктозу і глюкозу, умбеліферозу. В її складі знайдено циклітоли: сциліт, глюцинол та кумарини: умбеліферон, бергаптен, ксантотоксин, лектин, ефірну олію, що містить лімонен, β -феландрен. Також присутні білки й такі амінокислоти як аргінін, гістидин, лейцин, лізин, треонін, валін, метіонін. Відмічається присутність вітаміну С, каротину, холіну. У складі культури є есенціальні мінеральні речовини, мг/100г: Fe - 16,6, Cu - 2,0, Zn, Mn, Mo, а також такі елементи як В - 4, Mg - 2,1, Ti - 1,7, Ca, K, Si, P.

За рахунок багатого хімічного складу яглиця звичайна має неперевершений симбіозом корисних фармакологічних властивостей. Так, екстракти й настойки з неї володіють антибактеріальними, протигрибковими, гепатопротекторними, протизапальними властивостями. Вводячи в раціон дану культуру можна нормалізувати сольовий обмін, покращити роботу шлунково-кишкового тракту. Її споживають при анемії, гіпертонії, захворюваннях суглобів, подагрі.

Завдяки специфічному, однак приємному смаку культуру використовують для приготування різноманітних страв. Доцільно розглянути дану рослину як сировину для виробництва хлібобулочних виробів з борошна низьких виходів.

Література

1. Виготовлення хлібобулочних виробів з дикою морквою / Н.Г. Копчак, В.П. Лабун, О.І. Вічко // International Scientific Online Conference "Modern Advances in Organic Synthesis, Polymer Chemistry and Food Additives" in honor of Prof. Stanislav Voronov, dedicated to the 80th anniversary of birth Lviv, Ukraine December 7-8, С.69.

2. Підвищення харчової цінності здобних виробів / Г. В. Карпик, І. І. Степанко // Збірник тез доповідей X Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів „Актуальні задачі сучасних технологій“, 24-25 листопада 2021 року. - Т.: ФОП Паляниця В. А., 2021. - Том II. - С. 52.