

УДК 664.8/9

Христина Третяк, Людмила Бейко, Анастасія Лялик

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

КОНСЕРВУВАННЯ ДЕСЕРТНИХ ОВОЧІВ

Ch. Tretiak, L. Beyco, A.Lialyk

CANNING DESSERT VEGETABLES

Консервовані продукти відіграють важливу роль в організації збалансованого харчування усіх вікових груп населення. Розроблення нових видів консервів передбачає розширення та оновлення асортименту продукції, використання вторинних ресурсів харчової промисловості [1].

Актуальним є застосування нових видів сировини, яка містить значну кількість біологічно активних речовин, що дає можливість створювати функціональні продукти з високою харчовою цінністю.

Вченими доведено унікальна роль десертних овочів в підтримці життєвого тону організму людини та зниженні ступеня ризику його поразки багатьма патогенами. Вони використовуються також як лікувальні засоби в народній і традиційній медицині. Цінність десертних овочів, до яких і відносяться артишоки, полягає в тому, що вони є джерелом більшої групи біологічно активних сполук, які впливають на процеси життєдіяльності людини, в тому числі на захисні сили організму [2].

Досить лише вивчити хімічний склад рослини, щоб користь артишоків стала очевидною. У артишоках міститься велика кількість важливих для нас речовин: вітаміни (В2, В6, В9, бета-каротин), аскорбінова і фолієва кислоти, токоферол, філохінон, калій, кальцій, фосфор, магній, натрій, залізо, марганець, мідь, селен, цинк, флавоноїди, дубильні речовини, інулін тощо.

Артишоки є ефективним натуральним засобом поліпшення обміну речовин і відновлення клітин печінки і жовчного міхура. Все, що входить до складу цієї рослини, сприяє захисту клітин печінки від впливу токсинів, виведенню з організму людини солей і шлаків, регуляції вироблення жовчі, перетравленню жирів і білків, зменшення газоутворення, запобігання розвитку холециститу. Артишоки володіють відмінними смаковими і споживчими характеристиками [3].

Тому на сьогоднішній день актуальним являється питання збільшення обсягів вирощування артишоків на території нашої країни, а також в розробці нових видів та розширенні асортименту консервів з артишоків, оскільки консервовані артишоки містять досить велику кількість вітамінів, а також біологічно активних речовин природного походження, які являються цінними для організму людини. Щодо питання калорійності консервованих артишоків, то даний вид консервів знаходиться на досить низькому рівні, що відіграє важливу роль в харчуванні людей, які страждають ожирінням. Консервовані артишоки являються корисним, а головне смачним продуктом харчування, що входить в раціон різних вікових груп населення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дейнеко Л.В. Розвиток харчової промисловості України в умовах ринкових перетворень (проблеми теорії та практики) / Л.В. Дейнеко. – К. : Знання, 2006. – 331 с.
2. Кононков П.Ф., Бунин М.С., Кононкова С.Н. Новые овощные растения. – Изд-во: «Россель-хозиздат». – 1983. – С. 64.
3. Слюсаревская И.В. Ботаническое описание, морфологический состав и товароведно-технологическая оценка артишоков // Пищевая промышленность, 2014. – № 10, – С. 30 – 3.