

4. ХАРЧОВІ ТЕХНОЛОГІЇ В ГАЛУЗІ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО БІЗНЕСУ.

УДК 641.1:641.56:640.432(043.2)

Л.І.УДВОРГЕЛІ
кандидат технічних наук, доцент.
доцент кафедри готельно-ресторанна справа,
Мукачівський державний університет,
м. Мукачево

ВИКОРИСТАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ІНГРЕДІЄНТІВ (ХАРЧОВИХ ВОЛОКОН) В ТЕХНОЛОГІЇ ПРОДУКЦІЇ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА.

Основа здорового харчування - збалансований раціон зі всіма харчовими речовинами. Проте в результаті технологічної обробки, використання неякісної сировини, впливу інших факторів організм людини не отримує необхідної кількості незамінних компонентів. Один із способів усунути цей дефіцит, підвищити стійкість організму до несприятливих факторів навколишнього середовища - систематичне вживання продуктів харчування, збагачених комплексом біологічно активних добавок з широким спектром терапевтичної дії. Такі збагачені продукти харчування називають функціональними, а харчування - функціональним.

Ця концепція зародилась на початку 80-х років минулого століття в Японії і обумовила появи на ринку функціональних продуктів харчування, тобто продуктів, які містять інгредієнти, що здатні покращити фізіологічні процеси в організмі людини в екологічно несприятливих умовах, укріплювати імунну систему, сприяти подовженню активного способу життя.

На думку японських вчених функціональні продукти повинні мати харчову цінність, нормальні смакові якості і направлену фізіологічну дію.

Функціональні властивості харчових волокон проявляються в їх впливі на процеси в шлунково-кишковому тракті[1,2]. Вони виводять з організму жовчні кислоти і тим виконують гіпохолестеринемічну функцію, позитивно впливають на обмін ліпідів, мають адсорбційні властивості, сповільнюють всмоктування глюкози, що має велике значення у дієтології хворих на цукровий діабет.

Вітаміни і антиоксиданти приймають участь у процесах метаболізму, покращують стан імунної системи.

Мінеральні речовини приймають участь у складних процесах обміну речовин. Ненасичені жирні кислоти впливають на обмінні процеси, пов'язані з ліпідами. Біфідобактерії забезпечують і підтримують корисну мікрофлору кишечника. Олігосахариди в шлунково-кишковому тракті є субстратом для біфідобактерій[4].

До функціональних інгредієнтів ставляться певні умови, а саме: вони мають бути безпечними для здоров'я, їх корисність і дози застосування мають бути обґрунтованими спеціалістами з медицини і харчування.

Питання, що стосується різних сторін функціонального харчування обговорюється на конференціях «Functional food» .

Проблемою багатьох країн світу, в тому числі й України, є стійкий дефіцит в раціоні харчування необхідних компонентів їжі – харчових волокон (ХВ). Наслідком нестачі в організмі ХВ є зниження опору організму негативному впливу довкілля та прогресуюче зростання ряду захворювань, які носять глобальний характер[3] .

За хімічною природою харчові волокна – це комплекс з не крохмалистих полісахаридів, які містяться у великій кількості в хлібі з не просіяного борошна, гороху, бобових; також є в коренеплодах, фруктах і овочах в малій кількості.

Лише 3% американців вживають рекомендовану кількість клітковини. Більшість з'їдають близько 10-15 гр. рослинних волокон на добу, що набагато менше за рекомендовані провідними фахівцями 40 грамів.

Кілька простих способів збільшення кількості харчових волокон у вашому раціоні:

- замініть яловичину або свинину на квасолу,
- снідайте вівсяною кашею з ягодами або нарізаними фруктами,
- перекушуйте багатими на харчові волокна продуктами (хлібобулочні вироби з висівками),
- відмовтеся від печива, крекерів, чіпсів та газованих напоїв,
- обирайте хліб з цільного зерна, а не з білого борошна,
- додавайте до щоденних страв (рагу, супи, салати) насіння чіа та льону.

Здоров'я може бути досягнуто і збережене тільки за умови повного задоволення фізіологічних потреб в енергії і харчових сполуках[5].

Значення харчових волокон часто недооцінюють. Більшість людей у розвинених країнах не споживають достатньої кількості клітковини

Створення інноваційних харчових продуктів передбачає розширення спектру оздоровчої продукції з оптимальним вмістом харчових волокон.

1. Кочеткова А.А., Колесников А.Ю., Тужилкин В.И. Современная теория позитивного питания и функциональные продукты // Пищевая промышленность. – 1999. - №4. – С.7-10. 2. Риго Янош. Роль пищевых волокон в питании // Вопросы питания. – 1982. - №4. – С. 26-30. 3. Кочеткова А.А. Функциональные продукты // Пищевая промышленность. – 1999. - №3. – С. 4-5. 4. Шендеров Б.А., Манвелова М.А. Функциональное питание и пробиотики: микробиологические аспекты. – М.: Агар. – 1997. 5. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф. Фізіологія харчування. – Харків:НВФ «Студцентр». – 1999. – С. 392.

УДК 641.546.4:640.432(043.2)

Л.І.УДВОРГЕЛІ

кандидат технічних наук, доцент,
доцент кафедри готельно-ресторанна справа,

О.І. МІЛАШОВСЬКА

доктор економічних наук, професор,
завідувач кафедри готельно-ресторанна справа,

Мукачівський державний університет
м. Мукачево

ПРОЦЕС ШОКОВОЇ ЗАМОРОЗКИ В ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

Заморозка в кулінарії активно застосовується більше 150 років, уникнути втрати споживчих якостей при використанні традиційних технологій неможливо. Структура тканини, смак, аромат і вміст корисних речовин - все це в значній мірі порушується або втрачається.

Технологія глибокої заморозки призвела до революційних змін в кулінарії і торгівлі продуктами харчування.

У 1912 році заповзятливий натураліст і бізнесмен із США Кларенс Бердсай був першою «цивілізованою» людиною, який дізнався, що важлива не тільки температура консервації, але й



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>