

УДК 633.853.74-021.465:005.642.4

Овсянникова Людмила Костянтинівна

доцент кафедри Технології зберігання зерна,

Валевська Людмила Олександрівна

старший викладач кафедри Технології зберігання зерна,

Соколовська Олена Григоріївна

асистент кафедри Технології зберігання зерна,

Грищук Юлія Вікторівна

аспірант 3 року навчання кафедри Технології зберігання зерна,

Коренман Марина Ігорівна

студентка IV курсу ф-ту ТЗХКВКіБ, ОКР «бакалавр»

Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса

ЗБАГАЧЕННЯ СУХИХ СНІДАНКІВ НАСІННЯМ КУНЖУТУ

Анотація. В статті наведено доцільність використання насіння кунжуту при отриманні сухих сніданків. Представлено оцінку якості збагачених виробів за органолептичними та фізико-хімічними показниками. Показано, що введення до складу сухих сніданків насіння кунжуту дозволить розширити асортимент даних виробів та отримати продукт, який має високі органолептичні показники, підвищену харчову та біологічну цінність за рахунок амінокислот, мінеральних речовин, вітамінів, білка, жирів, вуглеводів і клітковини.

Ключові слова: сухі сніданки, насіння кунжуту, харчова цінність.

Abstract. The article shows the feasibility of using sesame seeds upon receipt of breakfast cereal. This assessment as fortified products on organoleptic and physico-chemical parameters. It is shown that the introduction of breakfast cereal sesame seeds will expand the range of these products and get a product that has good organoleptic properties, increased food and biological value due to amino acids, minerals, vitamins, proteins, fats, carbohydrates and fiber.

Keywords: cereals, sesame seeds, nutritional value.

Кунжут (від лат. *Sesamum* – олійна рослина) – багаторічна рослина, в стручках якої дозріває кунжутне насіння. Використовувати насіння кунжуту

людство почало дуже давно. Його застосовували в лікувальних цілях ще в Стародавній Греції, Римі та Китаї. Кунжутне насіння в стародавньому Вавилоні було прийнято вважати їжею богів. Згадки про кунжутну олію відображені в древній культурній спадщині багатьох країн, а також в Святому писанні. Першим хто описав максимальну кількість корисних властивостей кунжуту і кунжутної олії був Авіценна, який створив величезну працю по лікуванню в XI столітті.

Кунжут, друга назва якого сезам, є однією з тих рослин, яка чудово себе почуває в тропічних умовах і легко адаптується до навколишнього середовища. Саме тому він зустрічається в основному в країнах, розташованих в тропічному поясі земної кулі [1].

Насіння кунжуту містить значну кількість білку, вітамінів групи В (В₁, В₂), макро- та мікроелементів. Білки насіння кунжуту містять вісім незамінних амінокислот і краще збалансовані за амінокислотним складом порівняно з білками інших олійних культур [2–4].

Існує кілька видів насіння кунжуту: біле, жовте, коричневе і чорне. Але найчастіше зустрічаються два основних види: біле і чорне. Біле насіння застосовуються в кулінарії для страв, які піддаються термічній обробці, а чорне – навпаки. Саме цей вид більш ароматний.

Відповідно до ДСТУ 7012:2009 «Кунжут. Технічні умови» насіння кунжуту, в залежності від кольору, поділяють на типи:

I тип – білий або з кремовим відтінком;

II тип – жовто-коричневий або бурий різних відтінків;

III тип – чорний.

Чорне насіння має більш високий вміст заліза, ніж біле. Зазвичай з нього отримують кунжутну олію, також воно найкраще підходить для використання в медичних цілях.

Біле насіння містить більше кальцію, ніж чорне і використовується для лікування дефіциту кальцію.

Але і чорне, і біле насіння містять багато жирних кислот, вітамінів та дієтичного волокна.

В Одеській національній академії харчових технологій проводяться дослідження зі збагачення сухих сніданків насінням кунжуту.

Основні органолептичні та фізико-хімічні показники зразка сухого сніданку, збагаченого насінням кунжуту представлені в табл. 1.

Таблиця 1

Основні органолептичні та фізико-хімічні показники
зразка сухого сніданку, збагаченого насінням кунжуту

№ п/п	Показники	Характеристика
1	Зовнішній вигляд	Форма правильна, поверхня шорсткувата, без деформацій і надривів, вироби мають відповідні розміри, характеризуються привабливим виглядом
2	Колір	Рівномірний, однорідний, жовтий
3	Смак	Приємний, яскраво виражений пряний смак
4	Запах	Приємний, яскраво виражений запах
5	Структура	Хрустка, рівномірна, пориста, ніжна
6	Масова частка вологи, %	6,2
7	Масова частка вуглеводів, %: крохмалю моно- і дисахаридів клітковини	59,4 1,1 0,8
8	Масова частка білків, %	9,3
9	Масова частка жиру, %	6,4
10	Масова частка золи, %	1,2
11	Масова частка металоманітних домішок (частинки не більше 0,5 мм в найбільшому вимірі), %	$3 \cdot 10^{-4}$
12	Енергетична цінність, кДж	855

Збагачення сухих сніданків насінням кунжуту дозволить розширити асортимент даних виробів та отримати продукт, який має високі органолептичні показники, підвищену харчову та біологічну цінність за рахунок амінокислот, мінеральних речовин, вітамінів, білка, жирів, вуглеводів і клітковини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Овсянникова, Л. К. Використання кунжутного шроту в харчуванні [Текст] / Л. К. Овсянникова, Л. О. Валевська, Д. В. Андрасович, Ю. В.

Шарапанюк // Міжнародна науково-практична конференція "Розвиток харчових виробництв, ресторанного та готельного господарств і торгівлі: проблеми, перспективи, ефективність". – Харків: ХДУХТ, 2015. – С. 82–83.

2. Химический состав пищевых продуктов: Книга 1: Справочные таблицы содержания основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов. / Под ред. И.М. Скурихина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ВО «Агропромиздат», 1987. – 224 с.

3. Химический состав пищевых продуктов: Книга 2: Справочные таблицы содержания основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов. / Под ред. И.М. Скурихина. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ВО «Агропромиздат», 1987. – 359 с.

4. Каперикова, Н.В. Кунжут как источник кальция в рационе лиц пожилого возраста [Текст] / Н.В. Каперикова, Ю.С. Липатова // Пищевая промышленность. – 2009. – № 2. – С. 48–49.