

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

**XI Всеукраїнської науково-практичної конференції  
молодих учених та студентів  
з міжнародною участю**



**«Проблеми формування  
здорового способу життя у молоді»**

**4 жовтня - 6 жовтня 2018 року**

**м. Одеса**

ББК 36.81 + 36.82  
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.  
Заступник головного редактора, канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров  
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,  
доктори техн. наук,  
професори:

О.Г. Бурдо, Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,  
Г.В. Крусір, Л.А. Осипова, Л.М. Тележенко,  
О.С. Тітлов, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно,

доктор філол. наук,  
професор  
доктор техн. наук., доцент  
доктор техн. наук,  
ст. наук. співроб.  
канд. техн. наук, доценти

Г.І. Віват  
О.Б. Ткаченко,  
О.О. Коваленко,  
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко, Г.А. Шевченко

Технічний редактор,  
канд. екон. наук, доцент

Л.В. Іванченкова

### **Одеська національна академія харчових технологій**

Збірник матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2018. —360 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 6 листопада 2018р., протокол № 4

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2018

**РОЗДІЛ 3**  
**ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ**  
**ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ**  
**ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ**

## **ТЕХНОЛОГІЯ РЕСТОРАННОГО І ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ**

## ФАЛАФЕЛЬ – СМАЧНИЙ ТА КОРИСНИЙ

**Атанасова В.В., к.т.н., доцент, Баканов Д.О., магістр факультету ІТХіРГБ  
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

Сьогодні при розробці технології харчових продуктів враховуються нові тенденції в харчуванні людини, створення продуктів з певним напрямом їх біологічної та фізіологічної дії. Саме до таких інноваційних продуктів відноситься фалафель.

Фалафель - це кульки з меленого нуту з додаванням зелені і спецій, обсмажені у фритюрі. Країни досі сперечаються за право називатися його батьківщиною. Поширена гіпотеза стверджує, що фалафель винайшли в Єгипті, (тільки там його готували з іншого виду гороху). Серед населення він був поширений як заміна м'ясних страв під час посту. У західних країнах фалафель широко поширений в арабських кафе і закусточних, а також серед вегетаріанців і вегенів.

Перша відома фалафельня відкрилася в ізраїльському місті Нетанія в 30-х роках минулого століття, а в 50-х фалафель вже мав репутацію національної страви. Ізраїльтяни їдять фалафель в піті - коржі з "кишенькою", додаючи туди салат з огірків і помідорів, мариновані овочі та хумус. Традиційно для приготування фалафелю використовують нут. Його замочують або готують одразу, потім з нього робиться пюре. У пюре додаються різні спеції, серед яких традиційно можуть використовуватися петрушка, трава і насіння коріандру, часник, цибуля, сіль, чорний і гострий перці і зіра. З цієї суміші формуються кульки розміром з волоський горіх, які смажаться в олії до придбання золотисто-коричневого кольору.

Основний інгредієнт фалафелю – нут. В зерні нуту міститься приблизно 55% вуглеводів, 25% білка, до 7% жирів. Корисні властивості нуту обумовлені великою кількістю мінеральних речовин, вітамінів. У нуті дуже мало калорій (120 кал на 100 г), він є рекордсменом серед інших культур за вмістом амінокислоти – метіоніну, яка необхідна для синтезу холіну, адреналіну і цистеїну. Метіонін нормалізує рівень холестерину, запобігає ожирінню печінки, покращує її працездатність, виступає як антидепресант. Сухий нут добре зберігається до переробки у страви, однак потребує попереднього замочування для скорочення тривалості теплової обробки та застосування певних методів обробки, які дозволять знизити негативний вплив полісахаридів та високополімерних білкових структур на процес травлення. Встановлено, що одним із таких фізіологічних підходів до біотрансформації сполук сировини є пророщування. У результаті пророщування підсилюється дія ферментів зерна, починаються процеси розчинення відкладених у ендоспермі складових речовин до більш простих. Таким чином, при застосуванні такої первинної підготовки нуту, час приготування страви скоротиться в декілька разів. Сам фалафель буде володіти покращеними фізіологічними властивостями.

Також було запропоновано замінити обсмаження виробу у фритюрі на метод сферифікації. Сферифікація, як метод молекулярної гастрономії дозволяє отримати сфери різної текстури і консистенції. Сфери мають тонку оболонку з оригінальною рідиною всередині. За незначного зовнішнього тиску на сферу її мембрана руйнується – і відбувається дивовижний «вибух смаку» у ротовій порожнині споживача, що приводить до нових відчуттів у сприйнятті страви та оцінювання її за органолептичними властивостями.

<b>КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ</b>	
Панченко О.Ю. ....	72
<b>ВІВСЯНІ ПЛАСТИВЦІ РІЗНОЇ КРУПНОСТІ В ТЕХНОЛОГІЇ ПЕЧИВА</b>	
Радькевич С.М. ....	73
<b>ТЕХНОЛОГІЧНІ РІШЕННЯ ОСНОВНИХ НЕДОЛІКІВ ТЕХНОЛОГІЙ «ВІДКЛАДЕНОГО ВИПКАННЯ»</b>	
Савенко К.В. ....	75
<b>ВИКОРИСТАННЯ БОРОШНА ЗЕЛЕНОЇ ГРЕЧКИ В ТЕХНОЛОГІЇ ХЛІБОБУЛОЧНИХ ВИРОБІВ ПОНИЖЕНОЇ ВОЛОГОСТІ ДЛЯ ЗНИЖЕННЯ ЇХ ГЛІКЕМІЧНОГО ІНДЕКСУ</b>	
Сімонова А.О. ....	76
<b>ДОСЛІДЖЕННЯ МІКРОБІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ ЯКОСТІ ПРОДУКТІВ ПЕРЕРОБКИ НАСІННЯ ПРОМИСЛОВИХ КОНОПЕЛЬ</b>	
Сова Н. А., Лобанова А. О. ....	77
<b>РАЗРАБОТКА УСЛОВИЙ ПРОРАЩИВАНИЯ ЗЕРНА ПРОСА КАК СЫРЬЯ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ БЕЗГЛЮТЕНОВЫХ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ</b>	
Сойкин В.А. ....	77
<b>РАЗРАБОТКА ТЕХНОЛОГИИ ПОЛУЧЕНИЯ ХЛЕБА С ИСПОЛЬЗОВНИЕМ ПРОДУКТА ФЕРМЕНТИРОВАННОГО ГОРОХОВОГО БЕЗГЛЮТЕНОВОГО</b>	
Урбанчик Е.Н., Нелюбина Е.В., Каминская О.С., Перцева А.Н. ....	79
<b>ВИКОРИСТАННЯ ЦІЛЬНОЗМЕЛЕНОГО БОРОШНА З ЧОРНОЗЕРНОЇ М'ЯКОЇ ПШЕНИЦІ ПРИ ВИРОБНИЦТВІ ЦУКРОВИХ ВАФЕЛЬ</b>	
Фатєєва А.С., Мишачова Г.І., Деменська М.О. ....	80
<b>ТЕХНОЛОГІЯ РЕСТОРАННОГО І ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ</b>	
<b>РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ПЕРШИХ СТРАВ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ВАД ЗОРУ У ДІТЕЙ</b>	
Алексаєв В.С. ....	83
<b>ФАЛАФЕЛЬ –СМАЧНИЙ ТА КОРИСНИЙ</b>	
Атанасова В.В., Баканов Д.О. ....	84
<b>КОРИСНІ СОЛОДОЦІ</b>	
Гришук О. ....	85
<b>ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ В ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА</b>	
Гушпіт Л.О., Ткачук О.В. ....	86
<b>ПРОЕКТУВАННЯ СНІДАНКІВ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ В МОЛОДІЖНОМУ ГОТЕЛІ КАТЕГОРІЇ 1 ЗІРКА</b>	
Данько І. І., Охріменко З. О., Пекарська С. Є. ....	87
<b>ЛОКАВОРСТВО КАК ОДИН ИЗ СПОСОБОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ</b>	
Дзюбан В.А. ....	88

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**  
**XI Всеукраїнської науково-практичної конференції,**  
**молодих учених та студентів з міжнародною участю**  
**«Проблеми формування здорового**  
**способу життя у молоді»**  
**4 жовтня - 6 жовтня 2018 р.**

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.  
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, доц.  
канд. техн. наук, доц. Н.М. Поварова

Б.В. Єгоров  
О.М. Кананихіна

Технічний редактор, канд. екон. наук Л.В. Іванченкова

Підписано до друку 6.11.2018 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.  
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848