

ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ХЛОПЬЕВ ИЗ ПРОРОЩЕННОГО ЗЕРНА

Шалюта А.Е., Урбанчик Е.Н.

Могилевский государственный университет продовольствия
г. Могилев, Республика Беларусь

Темп современной жизни ставит многих людей в условия постоянного дефицита времени. В этой ситуации актуальными являются продукты быстрого приготовления и не требующие варки. Согласно СТБ 983-95 зерновые каши относятся ко вторым обеденным блюдам. Основным компонентом каш являются зерновые хлопья, которые могут быть не требующими варки и быстрого приготовления (готовность к употреблению не превышает 7 и 15 минут соответственно). В настоящее время наибольшая часть потребителей предпочитает включать данные продукты как основу для приготовления блюд с целью экономии времени.

При производстве таких продуктов из зернобобовых культур необходимо учитывать высокую активность ингибиторов протеиназ (ингибиторов трипсина и химотрипсина, фитина, пектинов, цианогенных гликозидов), которая существенно снижает питательную ценность и технологические свойства белков зернобобовых, представляет угрозу для здоровья населения. Ингибиторы трипсина обладают достаточно высокой стойкостью к инактивации. Содержание ингибиторов трипсина в зерне гороха колеблется от $(3,15 \pm 1,24)$ до $(4,10 \pm 0,08)$ г/кг продукта. Инактивация ингибиторов трипсина позволяет отнести белковые продукты к пищевым, не обладающим отрицательным воздействием на организм.

Задачей исследования являлось изучение пищевой и энергетической ценности хлопьев из пророщенного зерна.

Изменение активности уреазы свидетельствует об инактивации фермента уреазы и косвенно об инактивации антипитательных веществ. Наибольший интерес представляют ингибиторы трипсина, так как они обладают достаточно высокой стойкостью к инактивации. Установлено, что снижение содержания ингибиторов трипсина составляет 48 %, активности уреазы на 20 %, что косвенно свидетельствует о деструкции фитогемагглютининов, алкалоидов, гойтрогенов и др.

Результаты исследований энергетической ценности хлопьев представлены в таблице.

Таблица – Энергетическая ценность гороховых хлопьев

Наименование образца	Энергетическая ценность	
	ккал/ 100 г	кДж/ 100 г
Хлопья из пророщенного зерна гороха	297,6	1262,8
Гороховые хлопья (контроль)	311,7	1322,5

Результаты исследований позволили сделать вывод о высокой пищевой ценности нового вида продукции, в то время как энергетическая ценность продукта находится на уровне контрольных хлопьев.