

ЖИМОЛОСТІ ПЛОДИ - ПЕРСПЕКТИВНИЙ ОБ'ЄКТ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПРОДУКТІВ ХАРЧУВАННЯ

Бурлака І. С., Омельченко З. І.

*Національний фармацевтичний університет,
м. Харків, Україна
is_burlaka@ukr.net*

Вступ. Фрукти і овочі в раціоні сучасної людини повинні складати не менше ніж 50 %, так як вони є одними з основних джерел біологічно активних речовин (БАР) і основою формули раціонального та збалансованого харчування. За статистичними даними, населення України споживає вітамінів вдвічі, а то і втричі менше до норми, рекомендованої міжнародним комітетом ФАО/ВОЗ.

Мета. Тому актуальним залишається пошук нової, цінної, доступної вітамінної сировини в Україні та створення на її основі функціональних продуктів харчування – продуктів із прогнозованою фізіологічною дією, які будуть мати оздоровчий вплив на організм людини, будуть сприяти ліквідації дефіциту вітамінів, макро- і мікроелементів та зможуть забезпечувати профілактику виникнення і лікування низки захворювань. Забезпечення населення високоякісним оздоровчим харчуванням є найважливішою складовою національної, економічної та продовольчої безпеки країни. До такої сировини можна віднести жимолості плоди, оскільки вони мають високі технічні та споживчі властивості та є джерелом природних БАР. Жимолость ще не включена до офіційного реєстру лікарської сировини, до ДФУ, хоча про корисні властивості різних видів рослини знали ще наші предки.

Матеріали та методи. Дослідження біохімічного складу плодів підтвердили дані про цінність, і навіть незамінність їх для дієтичного і лікувального харчування. В плодах жимолості міститься 12,4-17,3% сухих речовин, у т.ч. 5-10% цукрів (глюкоза, фруктоза, галактоза, сахароза, з них ¾ - глюкоза); 1,5-4,5 % органічних кислот (лимонна, яблучна, янтарна, щавлева, до 90 % з них складає лимонна); до 0,8 % пектину, є амінокислоти. Серед вітамінів знайдені аскорбінова кислота (20-170 мг/100 г), провітамін А (0,32 мг/100 г), В₁ (0,04 мг/100 г), В₂ (0,04 мг/100 г), В₉ (0,9 мг/100 г), комплекс Р-активних поліфенолів (до 2800 мг/100 г). У плодах присутні необхідні для нормальної діяльності людини макроелементи (калій, фосфор, кальцій, натрій, магній, ферум, силіцій та ін.) і мікроелементи (купрум, цинк, йод та ін.). У 100 грамах плодів 30-50 мг калію. Незалежно від місця вирощування в плодах накопичується купрум і в малих дозах – цинк, стронцій, барій, йод. За кількістю мінералів жимолості плоди займають одну з лідируючих позицій серед усіх відомих на сьогоднішній день ягідних культур. За хімічним складом плодів жимолость відносять до групи високовітамінних лікувальних ягідних культур, поряд з шипшиною, аронією, чорною смородиною.

Результати та їх обговорення. У медицині свіжі та перероблені плоди використовують з лікувально-профілактичною метою як ефективний полівітамінний, жарознижуючий та капілярозміцнюючий засіб, відвар гілок

застосовують як сечогінний засіб, настій квіток та листків – як в'яжучий, антисептичний (при ангінах, тонзилітах) засіб.

Високовітамінними є не тільки плоди у свіжому вигляді, але й продукти переробки: варення, яке схоже за смаком на вишневе, компоти, зокрема й асорті із суницею, джем, сік, який при купажуванні зберігає свій інтенсивний червоно-рожевий колір навіть при розведенні в 20 разів. Плоди жимолості можна заморожувати і сушити. Смак плодів дуже різноманітний – солодкий, кисло-солодкий з більш-менш вираженою пікантною гірчинкою, яку надає глікозид лоніцерин.

Висновки. Таким чином, проведені дослідження свідчать, що жимолості плоди можуть бути використані для розробки і одержання функціональних харчових продуктів комплексної вітамінно-мінеральної дії.