

# РАЗРАБОТКА ДЕСЕРТА ДЛЯ ВЕГАНОВ НА ОСНОВЕ ТЫКВЫ

*Мячикова Н.И., Сотникова А.С.*

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Россия, г.Белгород, myachikova@bsu.edu.ru

## DEVELOPMENT OF A PUMPKIN-BASED DESSERT FOR VEGANS

*Myachikova N.I., Sotnikova A.S.*

Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education «Belgorod State National Research University», Russia, Belgorod, myachikova@bsu.edu.ru

В последние годы наблюдается растущий интерес к альтернативным формам питания. Все более широкую популярность приобретает вегетарианство в различных формах. Одной из наиболее строгих форм данного типа питания является веганство, которое предполагает исключение из рациона всех продуктов животного происхождения.

Среди прочих продуктов все более популярными становятся вегетарианские и веганские десерты. Это открывает новые возможности для развития пищевой индустрии. Учитывая потребности вегетарианцев и веганов, предприятия пищевой промышленности и общественного питания увеличивают производство вегетарианской и веганской продукции, в том числе и десертов. Следует отметить, что рынок веганских десертов все еще очень молод и только начинает развиваться. Однако, развитие происходит довольно быстрыми темпами, благодаря увеличивающемуся спросу не только у веганов, но и у людей, стремящихся вести здоровый образ жизни. Веганские десерты представляют собой привлекательную альтернативу для тех, кто хочет наслаждаться сладостями, не нарушая свои диетические предпочтения или принципы.

Изучая возможности приготовления десертов для веганов, за основу взяли рец. № 909 [1], заменив сырье животного происхождения на альтернативные варианты растительного сырья.

Для того, чтобы предупредить недостаток витаминов, макро- и микроэлементов в питании веганов, в качестве основного продукта в рецептуру включена тыква. Она содержит каротины, витамин С, витамины группы В. Из минералов присутствуют калий, кальций, фосфор, магний и др. Кроме того, тыква богата пищевыми волокнами и антиоксидантами, которые необходимы в питании.

Сливки в рецептуре заменяются овсяным молоком. Овсяное молоко содержит витамины группы В, такие как рибофлавин (витамин В<sub>2</sub>) и витамин В<sub>12</sub>.

В качестве структурообразователя вместо традиционно используемого желатина используются каппа- и йота-каррагинан в определенной пропорции. Каррагинаны – это натуральными гелеобразующий природный загуститель и стабилизатор.

По результатам исследований разработана рецептура и технология веганского десерта на основе тыквы. Десерт имеет светло-желтый цвет, приятный тыквенно-ванильный вкус и аромат, желеобразную консистенцию.

Анализ химического состава разработанного десерта позволил установить, что он является источником углеводов и пищевых волокон, а также характеризуется небольшим содержанием жиров и имеет низкую калорийность. Данный десерт может быть рекомендован не только для веганов, но и для тех, кто уделяет внимание здоровому питанию.

#### **Литература**

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий: для предприятий общественного питания / авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. Киев : Арий, 2024. 688 с.

## **РАЗРАБОТКА БЕЗГЛЮТЕНОВОГО БИСКВИТНОГО ПОЛУФАБРИКАТА**

*Мячикова Н.И., Янголенко С.В.*

ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Россия, г.Белгород, myachikova@bsu.edu.ru

### **DEVELOPMENT OF GLUTEN-FREE BISCUIT SEMI-FINISHED PRODUCT**

*Myachikova N.I., Yangolenko S.V.*

Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education «Belgorod State National Research University», Russia, Belgorod, myachikova@bsu.edu.ru

Мучные кондитерские изделия – это один из видов продукции, которая не является продукцией первой необходимости, однако пользуется постоянным спросом. Производство мучных кондитерских изделий постоянно растет. Вместе с тем следует отметить, что данная группа кондитерских изделий недоступна людям, страдающим целиакией, в связи с тем, что основным рецептурным компонентом является пшеничная мука.

Целиакия является врожденным заболеванием, которое связано с непереносимостью белка глютена, содержащегося в некоторых злаковых культурах: пшенице, ячмене, ржи. Сам по себе глютен нетоксичен, однако для людей с его непереносимостью опасен для здоровья.

В связи с этим была сформулирована цель исследования, направленная на расширение ассортимента специализированных мучных кондитерских изделий для людей, больных целикией, за счет использования рисовой муки.

Сравнительный анализ химического состава пшеничной и рисовой муки [1] показал, что рисовая мука незначительно уступает пшеничной по содержанию белка, но при этом содержание незаменимых аминокислот в ней больше [2]. Кроме того, она не содержит глютен, что важно для людей с его непереносимостью. Также рисовая мука (по сравнению с пшеничной) характеризуется повышенным содержанием таких минеральных веществ, как Na, Ca, Mg, P.