

# Учёные улучшили свойства выпечки с помощью выжимок из плодов и ягод

Учёные Института торговли и сферы услуг СФУ разработали рецептуру кондитерских изделий, обогащённых ценными пищевыми волокнами, витаминами и минеральными веществами из вторичного растительного сырья — выжимок и шкурок фруктов и ягод. Выпечка менее калорийна и может использоваться для детского и диетического питания.



Исследователи отметили, что с точки зрения здорового питания рекомендуется ограничивать потребление мучных кондитерских изделий. Однако если заменить часть муки высшего сорта на порошки, полученные из выжимок и оболочек плодов, образующихся при переработке ягод и фруктов, это на порядок улучшит пищевую ценность выпечки и сделает её более полезной.



*«Добавки растительного происхождения — это перспективный источник белков, пищевых волокон, витаминов и минеральных веществ. Вторичные сырьевые ресурсы получают в результате переработки плодового и ягодного сырья крупными предприятиями пищевой промышленности при изготовлении соков, морсов, варенья, желе, мармелада и т.д. Особую ценность имеют выжимки из яблок, ананасов, манго, бананов, слив, клюквы, брусники и малины, чёрной смородины. Мы изучили выжимки яблок, манго и ягод малины и модифицировали с их помощью привычные рецепты любимых многими десертов»,* — сообщила заведующая кафедрой технологии и организации общественного питания СФУ **Галина Губаненко**.

Оказалось, яблочные выжимки содержат всего 4-5% сахара, при этом полезных пектинов там до 3%, клетчатки — около 5%, а также значительное количество минеральных веществ и органических кислот. Выжимки из плодов манго и малины не слишком калорийны — всего около 50-60 ккал.

*«Мы разработали рецепты пирожного „Буше“ с добавлением порошка из выжимок манго и с манговым же кремом, создали бисквитный рулет с добавлением порошка из яблок и с яблочным кремом. Также попробовали выпекать песочное печенье с добавкой из малиновых выжимок. Удалось до 10% рафинированной муки заменить этими полезными добавками. В песочном печенье благодаря добавлению малинового сырья снизилось содержание сливочного масла на 10%, это изделие с пониженной калорийностью. Наши продукты удовлетворяют суточную потребность в питательных веществах более чем на 15%, а пищевые волокна из выжимок помогают выводить токсичные вещества и улучшают пищеварение»,* — подчеркнула **Галина Губаненко**.

[Пресс-служба СФУ](#), 3 апреля 2023 г.

Адрес страницы: <https://news.sfu-kras.ru/node/27524>