

Е.А. Мандрик, А.Ю. Бобрович,
студенты ИСГО БГЭУ
Научный руководитель – И.Н. Чугай

КЛЕЦКИ – БУДУЩЕЕ ПОЛЕЗНОГО ПИТАНИЯ

Белорусские традиции включают в себя разнообразные танцы, народные песни, веками формировавшиеся обряды и, конечно же, различные блюда белорусской кухни. Клецки являются одним из таких блюд. Они не только вкусные и питательные, но также является и объектом изучения во многих научных исследованиях. Последние данные по мировому потреблению клецок показывают стабильный рост спроса на это блюдо, особенно в странах Восточной Европы и Северной Америки. В Республике Беларусь про них тоже не забывают. Прилавки магазинов отличаются большим разнообразием данного продукта, в том числе и с начинками на любой вкус. Статистика указывает на то, что в последние десятилетия потребление клецок и различных их вариаций увеличилось примерно на 30 %, что свидетельствует об их популярности среди потребителей.

Целью нашего исследования является показание того, что клецки – не просто шарики из крахмала и воды. Они могут принести пользу организму, они доступный по цене продукт, а также в определенной мере влияют на экономические показатели нашей и других стран. При должном внимании к данному продукту за ним вполне может быть будущее полезного и вкусного питания.

Анализируя пищевую ценность клецок, исследователи обнаружили, что содержание углеводов в них составляет около 25-30 граммов на 100 граммов продукта, в зависимости от используемых ингредиентов. Это делает клецки хорошим источником энергии для организма, особенно в периоды интенсивной физической активности. Кроме того, клецки содержат витамины группы В, железо, кальций, необходимый крахмал и другие макро- и микроэлементы, что делает их полезным и сбалансированным продуктом питания [1].

Необходимо также обратить внимание на влияние медицинских исследований на популярность клецок. Результаты исследований об их пользе для здоровья могут оказать значительное влияние на потребление данного продукта. Обнаружение антиоксидантных свойств клецок и их положительного влияния на пищеварительную систему может стимулировать спрос на это блюдо. Исследования в области влияния клецок на микрофлору кишечника и здоровье кишечника в целом могут пролить свет на их роль в поддержании здоровья пищеварительной системы и предотвращении заболеваний. Исследования данных вопросов остается актуальным, особенно в контексте увеличения потребления клецок и разнообразия их видов.

Интересные факты о производстве клецок также привлекают внимание исследователей. В последние годы был замечен тренд к увеличению

использования органических и натуральных ингредиентов в производстве продукта. Это связано с растущим спросом потребителей на здоровое и экологически чистое питание. Мы считаем, что доля органических клецок на рынке будет увеличиваться примерно на 15 % ежегодно, что сделает этот сегмент достаточно быстро развивающимся среди пищевых продуктов. Кроме того, проводятся различные исследования в области процессов производства, направленные на повышение их эффективности и улучшение качества конечного продукта. Одним из необходимых нововведений может стать внедрение современных технологий автоматизации и контроля качества. Это поможет снизить потери и повысить стандарты производства. Также следует отметить, что индийские ученые выяснили, что добавление мяса или бобовых в одну из разновидностей клецок, ньокки, значительно увеличивает содержание жиров и белка в приготовленных продуктах. Добавление таких ингредиентов также увеличивает твердость, упругость конечного продукта, что делает его вкуснее. Кстати, на усвоение крахмала дополнительные ингредиенты никак не влияют [2].

Важным аспектом изучения клецок является анализ их экономического влияния. Статистические данные о объеме производства клецок, объеме экспорта и импорта, а также данные о рыночных ценах помогают оценить вклад этого продукта в мировую экономику. Исследования могут рассматривать влияние изменений цен на сырье, транспортные издержки и другие факторы на экономику производства и потребления клецок.

В целом, научные исследования о данном блюде играют важную роль в развитии продукта и его индустрии. Разработка новых вариантов клецок с использованием инновационных ингредиентов и технологий может стать перспективным направлением исследований. Это включает в себя изучение возможности использования альтернативных зерновых, растительных белков и функциональных добавок для создания клецок с улучшенными пищевыми и органолептическими характеристиками.

Таким образом, научные исследования о клецках охватывают широкий спектр аспектов, включая пищевую ценность, технологии производства, влияние на здоровье, экономические аспекты. Понимание этих аспектов играет важную роль в развитии клецок как популярного блюда и в удовлетворении потребностей современного общества.

Литература:

1. БонФит – портал здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://bonfit.ru/kalorii/muka-i-muchnye-izdeliya/kletski/kalorii-kletski/?ysclid=lt7aqiy99y668442496/>. – Дата доступа: 24.02.2024.
2. Physicochemical and sensory characterization of gnocchi and the effects of novel formulation on in vitro digestibility [Electronic resource] / T. Liu [et al.]. – Mode of access: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28035159/>. – Date of access: 26.02.2024.