

УДК 635.16

ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЕ СВОЙСТВА ШАМПИНЬОНОВ

**Куликова Е.С., Сулейманова М.И., студентки 3 и 1 курсов ФВМиБ,
Феоктистова Е.А., ученица 9 класса МОУ Октябрьский сельский лицей
Научный руководитель – Феоктистова Н.А., кандидат
биологических наук, доцент
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ**

Ключевые слова: *грибы, шампиньоны, витамины, польза.*

В статье представлен обзор литературных данных о потребительских свойствах шампиньонов и отражена товароведческая характеристика в соответствии с ГОСТ Р 56827-2015 (UNECE STANDARD FFV-24:2012) Грибы шампиньоны свежие культивируемые. Технические условия.

Самые первые шампиньоны были замечены в Италии более 1000 лет назад, но в Европе их стали выращивать только в XVII веке. Это был очень ценный продукт, который доступен в те времена был только избранным. Стоимость шампиньонов была высока и они считались деликатесом. Известно, что монархи даже имели отдельные помещения, где культивировали эти вкусные грибы. В настоящее время производство продукта доведено до автоматизма. Урожай возможно получать круглый год. Для этого нужно иметь вентилируемое подвальное помещение со стабильной температурой [1-3].

На данный момент благодаря своему нежному вкусу шампиньоны являются самым востребованным грибным продуктом.

Рассмотрим, чем полезны эти грибы, и какие предъявляются к продукту требования для реализации.

Шампиньоны являются очень полезным продуктом питания. По содержанию белков и растительных жиров они лидируют, а в сушёных грибах содержится больше белка, чем в мясе и рыбе. Также этот продукт является источником витаминов для человека - в шампиньонах содержится большое количество витаминов группы В, которые обеспечивают стабильную работу ЦНС, а кислота триптофан, преобразующаяся в организме в серотонин, способствует улучшению эмоционального фона и настроения. Еще одно полезное свойство этих грибов - нормализация состава крови и профилактика анемии. Регулярное употребление шампиньонов способствует снижению уровня холестерина в крови и предупреждает развитие атеросклероза [2].

Перевариваемость и усвояемость грибов несколько ниже, чем других продуктов растительного происхождения. Это объясняется присутствием в их тканях трудноперевариваемой особой грибной клетчатки – фунгина, который по химическому составу сходен с хитином насекомых. Для улучшения перевариваемости и усвояемости грибов рекомендуется их хорошо измельчать [5].

Для того, чтобы выбрать качественные шампиньоны, необходимо знать их классификацию и товароведческие характеристики.

При покупке свежих грибов нужно выбирать крепкие с сухой кожицей, на которой нет пятен. Шляпка должна быть в диаметре не больше 4-5 сантиметров, нераскрытая. Пластинки грибов должны быть светлыми, если они потемнели, значит, гриб перезрел и в нём начались процессы старения. Старые грибы теряют вкус и питательную ценность [7-8].

В зависимости от способа подрезания, эти грибы делят на неподрезанные и подрезанные. В промышленности используют только подрезанные грибы. По цвету делятся на две группы: белые и коричневые. В зависимости от качества шампиньоны различают высшего, первого и второго сорта. По диаметру шляпки бывают мелкие, средние и крупные. По внешнему виду грибы должны быть целыми, чистыми, не мытыми, свежими на вид, без повреждений, вызванные сельскохозяйственными вредителями. Окраска шляпки должна быть кремовая либо коричневая с различными оттенками, мякоть шляпки на разрезе должна быть белая с розовым оттенком. Наличие тепличного материала и земли, прилипшей к грибам, предназначенным для промышленной переработки, не допускается. Наличие сельскохозяйственных вредителей и продуктов их жизнедеятельности также не допускается [4].

Чтобы свежие шампиньоны дольше хранились, их не следует мыть. Грибы, купленные на вес, без упаковки, лучше всего хранить в бумажном пакете, а не в плотно закрывающейся посуде, так как в ней возникает повышенная влажность и это приводит к быстрой порче продукта [6].

Таким образом, шампиньоны являются ценным источником незаменимых веществ, микроэлементов и витаминов, но имеют небольшую биологическую ценность из-за плохой усвояемости некоторых веществ. Также благодаря несложной технологии выращивания и простоте приготовления эти грибы пользуются особой популярностью в сфере общественного питания.

Библиографический список

1. Бараков, О.Б. Физиология плодоношения культивируемого шампиньона/ О.Б. Бараков// Биологическая наука. - 1984. - №2. – С. 21-24.
2. Буковский, Т.Я. Разведение шампиньонов/Т.Я. Буковский. - Москва: Сельхозиздат, 1956. - 322с.
3. Гайлер, Л.И. Выращивание грибов шампиньонов и вешенки обыкновенной/ Л.И. Гайлер. - Кишинёв: Агропромиздат, 1989. - 256 с.
4. **ГОСТ Р 56827-2015 (UNECE STANDARD FFV-24:2012) Грибы шампиньоны свежие культивируемые. Технические условия** – URL: <http://docs.cntd.ru/document/1200127748> - **дата обращения 27.01.2018.**
5. Девочкин, Л.А. Шампиньоны 2-е издание/ Л.А.Девочкин.- Москва: Агропромиздат, 1989. - 178с.
6. Дудка, И.А. Грибы; Справочник миколога и грибника/ И.А.Дудка. – Киев: Наукова Думка, 1987. - 159 с.
7. Карякина, Л.И. Выращивание грибов шампиньонов и вешенки обыкновенной/ Л.И.Карякина. - Кишинев: Сельхозиздат, 1980. – 267с.

CONSUMER PROPERTIES OF MUSHROOMS

Kulikova E. S., Suleymanova M. I., Feoktistova E. A.

Key words: *mushrooms, mushrooms, vitamins, benefits.*

The article provides an overview of the literature data on consumer properties of mushrooms and reflects the characteristics of merchandising in accordance with GOST R 56827-2015 (UNECE STANDARD FFV-24:2012) mushrooms fresh cultivated. Technical conditions.