

Olsztyn. Naukowcy pracują nad ciastkami, które mają nie tylko być smaczne, ale i pomagać zdrowiu

Co ma piernik do gryki, czyli chorobom na przekór



Mateusz Przyborowski

m.przyborowski@gazetaolsztynska.pl

Smak kaszy gryczanej zna chyba każdy. Olsztyńscy naukowcy poszli jednak o krok dalej. Pracują nad recepturą ciastek z polifenolami, które występują w gryce.

Gryka jest głównym źródłem rutyny, związku wykazującego potencjał przeciwutleniający, ale również zmniejszający szansę wystąpienia chorób

układu krwionośnego oraz nowotworów. Produkt olsztyńskich naukowców ma zastąpić ogólnodostępne suplementy diety.

Nad recepturą pracuje mgr Małgorzata Przygodzka, która jest na ostatnim roku studiów doktoranckich w Instytucie Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w Olsztynie. Tematem jej pracy doktorskiej jest opracowanie receptury ciastek gryczanych, adresowanych przede

wszystkim do dzieci i młodzieży jako zamiennik niezdrowych przekąsek.

Ten temat to kontynuacja pracy zespołu, do którego dołączyła Małgorzata Przygodzka. Naukowcy wcześniej zajmowali się opracowaniem produktów gryczanych: chleba czy kielków. — Naszym celem jest wprowadzenie na rynek innowacyjnego produktu o właściwościach prozdrowotnych — mówi Małgorzata Przygodzka. I wyjaśnia: — Po-

lifenoły z naturalnych źródeł są ważne w profilaktyce miażdżycy, spowalniają starzenie się organizmu, w tym skóry. Prozdrowotne właściwości polifenoli wynikają z posiadania przez nie zdolności do wiązania wolnych rodników. A człowiek jest obecnie bardzo narażony na atak wolnych rodników, które powstają nie tylko w naszym organizmie w wyniku reakcji metabolicznych, ale mogą pochodzić również z zewnątrz: skażonego

powietrza, dymu papierosowego czy leków.

Nowe wypieki mają zastąpić popularne ze szkolnych automatów batony czy chipsy. Pomyśl jest taki, aby były dostępne tak samo jak zwykle ciastka. Jednak... — ...ich smak będzie inny, lepszy — zapewnia Małgorzata Przygodzka. — Do receptury dodajemy także inne składniki, jak chociażby miód

gryczany czy przyprawy, żeby pula polifenoli w naszym produkcie była jeszcze większa.

Dokładnej receptury ciastek Małgorzata Przygodzka zdradzić nie może, ponieważ naukowcy chcą opatentować swój przepis. Dodaje jednak, że zespół nawiązał już kontakt z jedną z piekarni, by swój produkt wprowadzić na rynek.

Tekst tłumaczony na język migowy