



– Так что же мы едим, Сергей Викторович? Как посмотришь на большинство этикеток – так оторопь берет: просто таблица Менделеева!

– Эти страхи вполне понятны – кто же не хочет есть здоровые, экологически чистые продукты без «химии»? Но все дело в том, что во многом эти страхи не оправданы или надуманы, поскольку большинство ингредиентов, типа пресловутого индекса Е, имеют вполне природное происхождение, и не только не опасны, но и полезны. Так, например, чудесное, экологически чистое яблоко в своем химическом составе имеет около 18-ти различных Е. А яблочная, лимонная кислота? Они тоже «родом» из фруктов. Аскорбиновая кислота, значащаяся на этикетке, человека, не очень сведущего в химии, наверняка отпугнет, а ведь это – обожаемый всеми витамин С. Или усилители вкуса, которые вызывают большое недоверие у покупателей. Глютамата натрия они чураются, как черт ладана. А между тем он содержится в молоке матери! Сама природа так устроила, чтобы ребенок хотел есть, иначе человечество просто не выжило бы! Глютамат натрия есть в помидорах, горохе, пармезане. Что ж его бояться-то? Бояться надо другого: недостоверной информации и недобросовестного производителя. Вот они на самом деле могут сильно навредить. Когда на упаковке продукта пишут, что он «не содержит микро- и макро-элементов» – это глупая хитрость, поскольку тогда коробка должна быть пустой! Или когда на бутылке с растительным маслом гордо указывают, что оно «не содержит холестерина» – это смешно. А оно в принципе не может его содержать! Нельзя потребителя вводить в заблуждение и морочить ему голову, что тех или иных ингредиентов в составе продукта нет. Человек должен сам делать выбор – хочет он есть мороженое с растительными жирами или нет, хочет ли он колбасу без нитрита натрия, но неприглядно серую и разваливающуюся, или с добавками, но аппетитно-розовую и упругую? Хочет ли он клубничный йогурт, который невозможно произвести без искусственных ароматизаторов и красителей? Подчитано, что если всю клубнику, которая собирается в мире, переработать на ароматизатор, то ее не хватит даже на одни йогурты, не считая мороженого, творожных десертов и т.д. Важно, чтобы покупатель достоверно информировали о составе продукта, не маскировали его порчу, а уж покупать его или нет – дело вкуса.

– Выходит, сегодня без определенных ингредиентов в производстве продуктов питания просто не обойтись?

– Не только не обойтись, но и не нужно обходиться! Они необходимы для оптимизации технологического процесса и повышения эффективности производства, для снижения риска выпуска некачественной продукции и расширения ее ассортимента и т.д. Взять, к примеру, хлебопекарные смеси, без которых сегодня на прилавках не было бы столько сортов хлебобулочных изделий. Но это лишь видимая часть айсберга, под названием «ингредиенты». Скажем, благодаря хлебопекарным улучшителям и добавкам у одних сортов хлеба корочка получается тоненькой и мягкой, которая нужна для тостового хлеба и гамбургеров, а у других – хрустящей и золотистой. Хлеб лучше поднимается и сохраняет форму, дольше сохраняет свою свежесть.

Не так страшен Е, как его малюют

Быть здоровым в наше время не только разумно, но и престижно. А один из столпов здоровья, как известно, правильное питание. Мы все тщательнее выбираем, что и когда есть, все внимательнее изучаем этикетки на продуктах и, как огня, боимся всякой «химии» в их составе. Наш сегодняшний собеседник – доктор технической наук, профессор, председатель правления Союза производителей пищевых ингредиентов России (СППИ), генеральный директор компании «ИРЕКС» Сергей Краус как никто знает, что и зачем добавляют современные производители в свою пищевую продукцию



– Да, теперь появился черный зерновой хлеб, который хранится чуть ли не по 2-3 недели. Конечно, это удобно, но чем мы за это расплачиваемся? Какие-то там консерванты?

– Здоровьем своим точно не расплачиваемся. На страже этого стоит много организаций. Ржано-пшеничный хлеб, подовый, о котором вы говорите, чаще всего продается половинкой, чтобы видеть разрез, или уже порезанный кусочками, упакованный в полиэтиленовый пакет, на котором указана дата, до которой его нужно употребить. Благодаря особой технологии этот хлеб сохраняет влагу и остается свежим весь указанный срок годности. К слову, способ сохранения свежести известен давно. Еще знаменитый московский булочник Филиппов умудрялся довозить свои булочки свежими до Владивостока! Причем никакой «химии» он для этого не использовал – просто обрабатывал особым способом муку, которая приобретала свойство долго удерживать влагу. И в современных улучшителях для поддержания свежести тоже все натуральное. Есть специальные ферменты и особая технология производства и упаковки продукта.

– Кстати, а из чего все эти хлебопекарные смеси, улучшители и добавки? Без них, как я понимаю, сегодня хлеб испечь невозможно?

– Да его никогда невозможно было испечь без добавок! Закваска, без которой нет хлеба, – это тоже добавка. Что касается состава хлебопекарных смесей, то, в зависимости от вида, в них входят пшеничная, ржаная, гречневая, овсяная мука, солодовые продукты, пшеничная клейковина, различные отруби – пшеничные, овсяные, кукурузные и картофельные хлопья, дробленые соя и рожь, аскорбиновая, молочная и лимонная кислота, сахар, соль, ферменты, семечки подсолнечника, тыквы, семена льна, кунжута, сушеная морковь и т.д. Как видите – все это природные продукты. А знаете, как появился первый улучшитель? 155 лет назад осно-

ватель фирмы «ИРЕКС» немецкий пивовар и хлебопек Йохан Петер Рукдешель заметил, что солод, который он использовал в пивоварении, будучи добавленным в тесто, помогает легко подниматься хлебу и дает гарантированно хороший результат. Так что первым улучшителем стала просто ферментно-активная солодовая мука. И до сих пор мы ее используем в качестве основного компонента всех улучшителей. К слову, немецкие пекари до сих пор называют улучшители солодом, хотя теперь они содержат еще и другие компоненты. Так, можно использовать ферментно-активную соевую муку, чтобы отбеливать хлебный мякиш. Можно добавить глюкозы, чтобы ускорить процесс брожения. Без улучшителей для укрепления клейковины, например, невозможно было бы испечь ржаную булочку – получалась бы только лепешка. В общем, основная часть хлебопекарных улучшителей – это солод или специально выделенные ферменты. И негативная реакция на термин «улучшители», которая бывает у людей несведущих, абсолютно не имеет под собой никаких оснований. Мы улучшаем технологический процесс, облегчаем жизнь пекаря и добиваемся желаемого результата – качественного, здорового, полезного продукта – вот для чего нужны улучшители.

– А чем отличаются смеси от улучшителей или добавок?

– Дозировкой. Смеси составляют от 10 до 50 процентов ингредиентов для производства хлебобулочных изделий, улучшители и добавки – от 0,1 до 3 процентов, в редких случаях – до 10.

– С точки зрения потребителя, какой хлеб сегодня самый здоровый?

– Богатый клетчаткой, полиненасыщенными жирными кислотами, сбалансированный по углеводному составу. Но я бы в принципе так не ставил вопрос, что вот этот хлеб здоровый, а этот – нет. Хлеб – это здоровая основа сбалансированного питания. Всем известно, что в нашем рационе обязательно должны быть углеводсодержащие продукты, и хлеб –

в том числе.

– Многие, в погоне за стройностью, совсем отказываются от хлеба...

– И напрасно. Хлеб нужен, но в разумных пределах. Большое количество необходимых нам углеводов мы получаем именно через хлеб. Конечно, предпочтительнее хлеб, в котором содержится много семян масличных культур – подсолнечника, тыквы, льна, кунжута, содержащих полиненасыщенные жирные кислоты. Они «цепляют» на себя свободные радикалы и выполняют полезную функцию для здоровья – очищают, омолаживают организм. Кстати, сейчас в Европе даже появилась и стала модной... хлебная диета. Немцы создали очень вкусный, высокобелковый, так называемый, «вечерний» хлеб, который можно есть после 18 часов. Он содержит 25,8% белка и всего 10,3% углеводов, что почти в 5 раз меньше, чем в обычном зерновом хлебе.

– А у нас такой хлеб есть?

– Пока только опытные образцы. Смесь для его производства у нас имеется.

– Хлебопечение – процесс с многовековой историей. Про новые технологии вы рассказали, а что в этом деле осталось неизменно?

– Неизменным остается тяжелый труд хлебопека, правда, раньше это был больше физически тяжелый труд, а сейчас речь идет о новых знаниях, технологиях и времени – надо больше думать над развитием бизнеса, ассортимента, как и чем удивить и привлечь клиента, ускорить и облегчить технологический процесс. Вот в этом мы ему как раз и помогаем.

Елена Цыганкова

