



Мичуринский государственный аграрный университет

Вместе - к успеху!

Здоровое питание

Разработки учёных - на пользу жителям наукограда



Аспирант Кристина Парусова и заведующая лабораторией Вера Винницкая

Одно из приоритетных направлений деятельности учёных Мичуринского ГАУ - здоровое питание. Лаборатория продуктов функционального питания, которой заведует кандидат сельскохозяйственных наук Вера Фёдоровна Винницкая, занимается разработками уникальных рецептур и технологий производства полезных и обогащённых витаминами продуктов. Плоды интеллектуальных трудов учёных нашли отражение в работе 67 предприятий страны. Для одних компаний сотрудники вуза подготовили рекомендации по компоновке производственной линии и закупке оборудования, для других - создали уникальные рецепты.

Сегодня производители предлагают нам широкий выбор шоколада и кондитерских изделий, которые так любят взрослые и дети. Но так ли полезны вкусности в красивых упаковках? Самыми экологически чистыми и полезны-

ми инновациями в области здорового питания с читателями поделились заведующая лабораторией В.Ф. Винницкая и аспирант третьего года обучения Мичуринского ГАУ Кристина Парусова.

- Какими разработками вы занимаетесь?

- Наша лаборатория проводит исследования фруктов и овощей на количество содержащихся в них антиоксидантов, - отмечает Вера Фёдоровна. - Они характеризуют общее содержание витаминов и других безопасных и полезных веществ, необходимых для поддержания здоровья и профилактики заболеваний, связанных со стрессами: экологическими, пищевыми и психологическими. В результате многочисленных исследований было установлено, что наиболее богаты антиоксидантами малоиспользуемые фрукты и овощи: облепиха, рябина, калина, смородина, паслен Санберри, тыква, свёкла столовая, морковь, брокколи, а также фруктовые листья и некоторые травы. Именно на основе сырья, произрастающего в Тамбовской области, мы соз-

даём новые продукты питания функциональной направленности. Они служат сохранению и усилению иммунитета, улучшению обмена веществ, повышению энергии, профилактике желудочно-кишечных расстройств, хронических и аллергических заболеваний, связанных с нарушением обмена веществ, разрушительным действием свободных радикалов, нарушениями в питании. Конфитюры, желе, фруктово-цукатные батончики, яблочно-шоколадная паста и чипсы из яблок, моркови, тыквы и свёклы содержат минимум сахара, при этом большое количество пектина и антиоксидантов. Причём эти продукты вкусные, привлекательные и полезные.

- Как производятся фруктово-цукатные батончики и яблочно-шоколадная паста в условиях университета? В чём их польза для детей и студенчества?

- Батончики мы изготавливаем из цукатов, которые образуются в процессе получения фруктовых желе, - поделилась Кристина. - К ним добавляем подсушенные семена подсолнечника, зерновые хлопья, дроблёные орехи и получаем плотную фруктово-марципановую массу. Позже она нарезается и отправляется в духовой шкаф. Готовый продукт остужают и упаковывают, в таком виде они хранятся до трёх месяцев.

Для сладкоежек мы разработали двухслойную фруктово-шоколадную пасту. Она содержит минимум сахара и при этом не уступает по вкусовым качествам любым другим сладостям. Верхний слой составляет яблочное пюре, а к нижнему добавляется ка-

као. Специально для детей, которые не любят полезную пищу, у нас есть необычный секрет. Для того чтобы малыши могли полакомиться шоколадной пастой, им необходимо съесть яблочную. За счёт натуральных ингредиентов эти продукты содержат углеводы, натуральные органические кислоты, яблочный пектин, фруктовую клетчатку, множество витаминов, макро- и микроэлементы. Паста и батончики осуществляют энергетическую поддержку и антиоксидантную защиту всего организма.

- Как приготовить мам и молодым хозяйкам полезные сладости своим детям в домашних условиях?

- Предлагаем жителям наукограда рецепты вкусных и полезных десертов в домашних условиях.

Фруктово-цукатные батончики

Мы упростили несколько сложных технологических этапов и разработали рецепт, доступный для всех. Для начала следует отделить сироп от варенья (можно выбрать любое на ваш вкус). Оставшиеся фрукты смешать с дроблёными орехами или семенами подсолнечника (тыквы) до однородной массы и добавить овсяные хлопья. Полученную массу выложить на противень, покрытый пергаментом, слоем 1,5-2 см, ра-

зогреть духовку до 150 градусов и поместить на 15-30 минут до появления корочки. Горячий пласт нарезать на порционные батончики и остудить.

Яблочно-шоколадная паста

Пасту рекомендуем готовить из печёных или пропаренных яблок. Вначале необходимо протереть яблочное пюре, уварить его на водяной бане до консистенции пасты (аналогично томатной) и разделить полученную смесь на две части. К нижней части добавляем какао и охлаждаем до лёгкого затвердевания, затем сверху выкладываем яблочную массу без какао и получаем двухцветный продукт. Приятного аппетита!

- Что бы вы хотели пожелать читателям?

- В народе говорится: «В здоровом теле - здоровый дух!». Чтобы укрепить своё здоровье, необходимо следить за качеством питания с раннего детства. Многие импортные сорта овощей и фруктов нередко содержат вредные вещества из-за использования химических средств для продления срока хранения, поэтому мы рекомендуем употреблять в пищу продукцию, произрастающую на родной земле Тамбовщины.

Любовь МИХАЙЛОВА.
Фото Евгении МАРКУЛИЧЕК.



Фруктово-цукатные батончики

Приём-2017

Набор на магистерскую программу

Мичуринский государственный аграрный университет объявляет набор на международную магистерскую программу «Устойчивое сельское хозяйство и развитие сельских территорий» по направлению 38.04.01 - «Экономика».

Программа разработана в рамках сетевого взаимодействия с университетами России, Казахстана, Германии, Польши, Чехии и реализуется при поддержке европейской программы по развитию потенциала высших учебных заведений ERASMUS+ в рамках международного проекта SA&RuD, главным координатором которого выступает Университет Хоэнхайм - ведущий аграрный вуз Германии.

Обучение по программе построено с учётом опыта ведущих вузов Европейского союза в области сельского хозяйства и устойчивого развития сельских территорий и предполагает наличие международной составляющей.

Телефон приёмной комиссии:

8 (47545) 9-45-45.

Инесса МОСИЕНКО.



Проводы зимы в университете

События

Студенческие масленичные гулянья

Дружно, шумно и весело в Мичуринском государственном аграрном университете проводили зиму и отметили традиционный русский праздник - Масленицу.

Народное гулянье объединило более 200 человек, среди которых - руководство вуза, почетные гости, профессорско-преподавательский состав и студенчество. Приветствовали собравшихся и откры-

ли праздник ректор Мичуринского ГАУ Вадим Бабушкин, первый заместитель главы города Мичуринска-научнограда Сергей Родюков и прокурор города Мичуринска Елена Шевчук. Программа гуляний полу-

чилась очень красочной и насыщенной. Пять студенческих команд соревновались в ловкости, силе и скорости. Впервые в празднике принимала участие шестая команда, состоящая из учеников городских школ. Студенты устраивали гонки на ледянках и санях, бегали на снегоступах, танцевали и пели песни. Ребята устроили «петушиные бои», а самые сильные состязались в поднятии тяжёлой гири. Один из самых любимых конкурсов молодёжи - покорение праздничного столба. Справиться с ним не каждому под силу, только самые удалые могут взо-

браться на высоту и добыть заветный подарок.

По итогам соревнований администрация университета вручила всем победителям и призёрам ценные подарки, в числе которых микроволновая печь, мультиварка, принтер и многое другое. Не обошлось без традиционного ритуала сожжения чучела - символического прощания с морозной и холодной зимой. Завершилось масленичное гулянье традиционным чаепитием с горячими и ароматными блинами.

Ирина ПЕТРОВА.
Фото Евгении МАРКУЛИЧЕК.

Хочу ПОДЕЛИТЬСЯ

Выбирайте всей душой

Что такое университет? Ключ от двери перспектив или же одна из первых ступеней карьеры? Или, может, огромная гора, с вершины которой открывается чудесный рассвет взрослой жизни?

Мне кажется, что университет подобен самой интересной книге, которую каждый человек выбирает для себя сам... Но на полках жизни таятся порой тысячи книг, и перед тем, как выбрать по-настоящему

нужную, человек должен определиться с жанром (профессией), который будет ему ближе всего...

Так получилось, что моё желание и стремление стать педагогом росло на протяжении всего об-



учения в школе. В какой-то период я твёрдо решил, что свяжу свою жизнь с системой образования. На мой взгляд, русский язык и литература - важнейшие предметы в жизни каждого русского человека, поэ-

тому выбор пал именно на этот профиль обучения.

В 2016 году я поступил в Социально-педагогический институт Мичуринского ГАУ. Основа пребывания в вузе - познание своей будущей профессии, и без сомнений могу сказать, что в стенах мичуринского агроуниверситета затрачиваются абсолютно все силы для обучения на высшем уровне будущих специалистов в разных сферах. За первые три месяца, помимо обучения, в университете были организованы десятки конкурсов и мероприятий, также определённую часть моей жизни занял студенческий народный театр-лаборатория

«Феникс» и профком студентов Мичуринского ГАУ. К тому же учебное заведение оказывает существенную помощь одарённым студентам в их творческих стремлениях, будь то начинающие певцы, танцоры или поэты, как я.

В конце хотелось бы обратиться с последними строчками моего стихотворения об университете к тем, кто ещё не определился с выбором вектора взрослой жизни, не выбрал ту самую книгу, о которой мы говорили вначале.

Не выбирайте вуз, окутавшись в сомнения,

А выбирайте, как поэты, - всей своей душой...

Денис НИКИШКИН.

Одной СТРОКОЙ

Новые друзья и партнёры

Сотрудники Мичуринского ГАУ посетили Национальный аграрный университет Республики Армения. Во время встречи обсуждались вопросы подготовки кадров в рамках международной программы обмена студентами, стажировок педагогов, совместных научных исследований и участия в грантовых конкурсах. Итогом беседы стало подписание договора о взаимном сотрудничестве между университетами.

Под эгидой Года экологии

На фестивале-открытии Года экологии в Тамбовской области Мичуринский ГАУ представил выставочные экспозиции с разработками в области экологических туристических проектов и продуктов функционального питания. На торжественной церемонии руководство, молодые учёные и студенты были награждены благодарственными письмами за вклад в развитие науки. Ректору Мичуринского ГАУ Вадиму Бабушкину было вручено благодарственное письмо Тамбовской областной Думы. Проректор по непрерывному образованию Елена Симбирских удостоена медали «150 лет со дня рождения В.И. Вернадского» и благодарственного письма «За вклад в развитие инновационной деятельности студентов и молодых учёных».

Молодёжная политика

Пятеро студентов Мичуринского ГАУ вошли в состав Молодёжного парламента Тамбовской области V созыва. Ребята представили проекты, направленные на пропаганду здорового образа жизни и развитие социального волонтерства, а именно работы с социально незащищённой категорией людей - ветеранами войны и воспитанниками детских домов.