

Фиточай на основе местного растительного сырья

Е.В. Феськова, ГУО «Зеленковская детская сад-базовая школа Полоцкого района», г.

Полоцк, Республика Беларусь.

Научные руководители – учитель высшей категории О.Н. Абашкина, ГУО «Зеленковская

детский сад-базовая школа Полоцкого района», г. Полоцк, Республика Беларусь; канд. биол. наук, доц. Е.А. Флюрик, УО «Белорусский государственный технологический университет,

г. Минск, Республика Беларусь.

Введение. Чай – это напиток, который вошел в нашу жизнь очень давно. Традиции чаепития различаются в разных странах весьма существенно. Однако любовь людей к различным видам, сортам и способам заваривания чая практически повсеместна.

Цель исследования – изучить различные способы заготовки кипрея узколистного (иван-чай узколистный, *Chamaenerion angustifolium*) и моркови посевной (*Daucus carota* subsp. *sativus*), для разработки фиточая на основе местного растительного сырья.

Тема исследования весьма актуальна, так как в современном обществе люди предпочитают придерживаться здорового типа питания, интересуются старинными народными рецептами блюд и напитков. Но, в то же время, потребители сталкиваются с рядом проблем, например, какие критерии наиболее важны при выборе чая, как правильно заготавливать растительное сырье, как заваривать и др. Поэтому для достижения вышеуказанной цели были сформулированы следующие задачи:

1. Знакомиться с историей создания чая на основе иван-чая и моркови.

2. Выделить основные чайные традиции Белорусов.

3. Освоить способы заготовки иван-чая и моркови.

4. Проанализировать органолептические характеристики разработанных фиточаев с привлечением учащихся школы.

Тезисы: заготовка растительного сырья (иван-чая и моркови) закладывается в сборе и сушке; чай на основе данного растительного сырья благодаря его вкусовым качествам и целебным свойствам будет востребован на рынке страны.

Основная часть. Сложная чайная церемония, или чайная традиция – это совершенно чужое явление для белорусской народной культуры. Вель на протяжении многих веков основным напитком белорусов были различные кисели, которые заваривали с использованием ягод, например клюквы и черники. В районе белорусов всегда были травяные отвары и настои, которые сейчас называют фиточаями, хотя чайного листа в них не было. Самым распространенным растительным чаем у белорусов всегда был иван-чай, в

деревнях заваривали морковь, которую предварительно высушивали в печке.

Для того, чтобы выяснить отношение к чаю, а также вкусовые предпочтения, было проведено анкетирование среди учащихся учреждения образования. В результате было установлено, что чай является одним из самых популярных напитков. 36% опрошенных пьют чай 3 раза в день, 23% – 5 раз в день. Предпочтение отдается черному и фруктовым чаям. И хотя 52% среди опрошенных считают, что самый полезный чай – травяной, а 72% убеждены в его полезности, только 12% респондентов включили его в свой рацион.

В июне 2019 г. был произведен сбор иван-чая, собирали молодые листья и соцветия. Часть собранного материала была высушена в тени на открытом воздухе. Другую часть подвергли ферментации. Для этого собранное сырье подвешивали в тени, тщательно размяли руками, прокатывая его в ладонях, и наполнили стеклянную емкость, как можно плотнее. Закрывли влажной тканью и оставили в темном месте при комнатной температуре на 36 ч.

Затем проферментированную массу извлекли, разрыхлили и высушили при температуре 100°C в духовке. Получили 2 образца (зеленый иван-чай, ферментированный иван-чай).

В августе 2019 г. готовили сырьё моркови. Для этого отбирали самую мелкую морковь, которая была не пригодна для других целей. Очищенную морковь натерли на терке, подсушили на сухой ткани в течение 3 ч. Одну часть сырья сушили до готовности на сухой чугунной сковороде и досушили в духовом шкафу. Другая часть сырья была высушена с помощью электросушилки, а также естественным способом и в печи. Таким образом, были получены 4 образца сырья моркови, в зависимости от способа сушки.

В октябре 2019 г. в уржеждении образования была проведена дегазация заготовленных чаев. Наибольшее предпочтение отдали чаю на основе иван-чая, подвергшегося ферментации. Было отмечено, что данный чай имеет приятный аромат, необычный вкус. А зеленый иван-чай имеет травяной аромат и вкус. Из морковных чаев предпочтение отдали чаю из сырья высушенного в духовке. Было отмечено, что данный чай имеет традиционную темную окраску и более насыщенный вкус по сравнению с другими образцами.

Заключение: польза травяных чаев заключается в том, что, благодаря данному продукту, современный человек может ощутить связь с Природой и своими предками. При подготовке к эксперименту проводили сбор информации о местном растительном сырье из различных источников (научные статьи, монографии и др.), а также проводили опросы пожилых односельчан, в ходе которых узнали о том, какие напитки предпочитали белорусы ранее. Были собраны интересные сведения об иван-чае, поговорки, стихи, легенды. Данная информация использовалась для разработки маркетинговой информации для привлечение потенциальных потребителей к разработанному нами продукту, а также для информирования учащихся школы о пользе фиточаев.

В результате работы изучили различные способы заготовки сырья иван-чая и моркови. В ходе анкетирования были определены чайные предпочтения учащихся школы, а также была проведена дегазация, в ходе которой удалось убедиться учащимся в том, что заготовленные чаи – это не только полезно, но и вкусно, а главное, что каждый может их приготовить сам.

Правильно употребленный чай, приготовленный на основе местного растительного сырья, можно принести своему здоровью большую пользу. Отлично, что в настоящее время традиции сбора, заготовки и ферментации иван-чая стали опять возрождаться.