

Наша северная оливка

За рубежом рапсовое масло давно пользуется ажиотажным спросом. Специалисты рекомендуют обязательно включать его в ежедневный рацион и приводят на то убедительные аргументы.

Входит в меню долгожителей

- Привычки в еде сильно влияют на самочувствие. Неслучайно мы все чаще делаем осознанный выбор еды, полезной для здоровья, и рапсовое масло в их числе. Этот продукт здорового питания популярен в Европе, Азии, США. Однако в Беларуси по-прежнему около 80% рынка потребления растительных масел занимает импортное подсолнечное, хотя рапсовое по составу и качеству намного его превосходит! - констатирует главный технолог управления по производству продуктов питания концерна "Белгоспищепром" Галина Ильина и рекомендует белорусам больше узнать о нем.

Рапсовое масло производят из семян ярового и озимого рапса. Иногда его называют северной оливкой, так как по своим вкусовым характеристикам и питательной ценности оно не уступает оливковому маслу. А его стоимость - в разы ниже.

- Рапсовое масло входит в меню долгожителей многих стран, - отметила начальник отдела кондитерской и масложировой продукции НПЦ НАН Беларуси по продовольствию Валентина Бабодей, уточнив, что это масло отличается от других растительных своим жирнокислотным составом. - Масло рапса богато ненасыщенными жирами, полезными для здоровья. В нем содержится Омега-3 (альфа-линолевая кислота) - 7-15% от состава, а в подсолнечном и оливковом - менее 1,5%, Омега-6 (линолевая кислота) - порядка 15-25%, а также Омега-9 (олеиновая кислота) - более 57%. Они способствуют укреплению стенок сосудов и снижению уровня холестерина в крови, а также улучшают работу сердца и являются хорошей профилактикой сердечных патологий.

Оно содержит невероятное количество витамина Е: 20 г рапсового масла обеспечивают суточную потребность организма. В нем также представлены такие микроэлементы, как цинк, медь, железо и весьма полезное органическое соединение холин, хоть и в небольших количествах. Наличие такого спектра ценных витаминов и микроэлементов - важный аргумент в пользу того, что рапсовое масло обязательно должно появиться в меню каждого белоруса.

А для детей - премиум

В магазинах богатый выбор рапсового масла. Товар отмечен стикерами "Купляйце беларускае". И ценник не высокий - вровень с маслами подсолнечными.

- Ассортимент рапсового масла представлен шестью торговыми марками от разных отечественных производителей, - отмечает Галина Ильина и проводит небольшой ликбез: - Условно разделить данный вид продукции можно на несколько категорий. Первый, самый распространенный, - рапсовое рафинированное дезодорированное. Второй вид - рафинированное дезодорированное масло премиум, которое предназначено в том числе для изготовления продукции для детского питания - от малышей до школьников. Третий - масло растительное - смесь на основе рапсового. Четвертый вид - масло рапсовое рафинированное дезодорированное с натуральными ароматизаторами, например с прованскими травами. И пятый вид - масло рапсовое нерафинированное холодного отжима. Это совершенно новый продукт, который составляет небольшой процент группы растительных масел. Он отлично подходит для приготовления холодных блюд, салатов.

Тамара Маркина. Наша северная оливка

Большинство покупателей выбирают рафинированное дезодорированное, которое не имеет ярко выраженного запаха и вкуса. Оно идет на заправку салатов, для мясных, рыбных блюд, маринадов, соусов. Еще прекрасно подходит для жарки. При этом каждая семья может выбрать упаковку с подходящим объемом.

- Она может быть и поменьше (750-850 мл), и средней - 950-980 мл, 1 л, а еще - семейной - 3 и 5 л. Цена в зависимости от бренда может варьироваться от 4,15 до 5,85 рубля за бутылку объемом 800 - 1000 мл,- обращает внимание Галина Николаевна.

Кстати, рапсовое масло активно используется и в производстве продуктов питания.

- Кондитерская отрасль концерна "Белгоспищепром" наладила производство широкого ассортимента мучных кондитерских изделий с использованием растительных масел, в том числе рапсового и подсолнечного, - подчеркивает Галина Ильина.

Белорусские кондитерские фабрики стали выпускать различные виды детского печенья, используя данный продукт класса премиум.

Рост в 1,5 раза, и это не предел

Эксперты отмечают: по сравнению с 2020 годом объемы производства отечественного бутилированного рапсового масла и масел-смесей на его основе по итогам 2024-го увеличились в 6,7 раза. За это время значительно выросли объемы реализации данного продукта на внутренний рынок.

- Если в 2020-м было поставлено на магазинные полки страны около 1025 тонн, то в 2024 году - 2175 тонн (темп роста - два раза), - подчеркивает Галина Ильина. - Эти объемы производства бутилированного рапсового масла вполне соответствуют оптимистическому уровню продовольственной безопасности. А его остаток (притом немаленький!) направляется на экспорт. Особенно любят наше рапсовое масло в Израиле.

Производители маслосемян рапса и их переработчики готовы нарастить посевы и объемы масла, причем высоких потребительских качеств, как для внутреннего рынка, так и на продажу в другие государства. Эксперты отмечают факт роста сбора маслосемян рапса. Если валовой объем рапса в 2021 году составил 715,2 тыс. тонн, то в 2024-м - 1040,3 тыс. тонн. Больше в полтора раза!