



## Все (или почти все), что вы хотели знать о маслах

Многие рецепты красоты (маски, домашние шампуни, скрабы, средства для умывания) имеют в составе масла. Большинство полагает, что выбор масел для домашних средств ограничивается оливковым, миндальным и касторовым. Но это не так. Масел продается довольно много. Представляем краткий путеводитель по маслам.

Главное в выборе масла – выяснить, подходит ли оно вашему типу кожи и можно ли его использовать в чистом виде, либо необходимо разбавлять, чтобы не навредить коже.

**Масло жожоба.** Масло жожоба имеет золотой цвет. Что важно – без запаха нефти. Это масло ближе всего к составу вашего собственного кожного сала. Прекрасный продукт, не засоряет поры и не раздражает кожу, не комедогенно. Масло жожоба не аллергенно и подходит любому типу кожи, даже чувствительной коже.

Особенно стоит порекомендовать масло жожоба для тех, у кого жирная кожа, поскольку оно помогает регулировать выработку кожного сала, разрушая пробки кожного сала в порах. Это помогает коже полностью восстановиться. Восстанавливает естественный баланс pH. Масло жожоба применяют и для кожи, и для волос.

Другой плюс – длительный срок годности (2 года и более), безопасность. В отличие от других масел, масло жожоба можно сразу применять на кожу, не разбавляя перед нанесением. Масло жожоба является так называемым базовым маслом, то есть на его основе можно готовить различные средства, например, массажные смеси.

**Масло виноградных косточек.** Как и масло жожоба, оно легкое, без запаха, быстро впитывается в кожу. Подходит для любого типа кожи, но поскольку обладает слегка вяжущим эффектом, то особенно рекомендуется для нормальной и жирной кожи. Масло виноградных косточек буквально наполнено витаминами, минералами, антиоксидантами и жирными кислотами. Поэтому является незаменимым помощником в борьбе с прыщами, морщинами и другими повреждениями кожи. Можно применять, не разбавляя.

**Оливковое масло.** Масло очень густое, вызывает немного тяжеловатые ощущения на коже, но зато беспрецедентно увлажняет кожу. Оливковое масло ещё называют альтернативным кондиционером для кожи. Олеиновая кислота в его составе



помогает в восстановлении клеток. А увлажнение происходит за счет того, что оливковое масло впитывает влагу из кожи, создавая защитный и увлажняющий барьер на поверхности кожи. Это позволяет коже дышать и разглаживает её. Поскольку оливковое масло хороший увлажнитель, то особенно рекомендуется для сухой и шелушащейся кожи, лучше им пользоваться на ночь или в рецептах для ночных средств. Для жирной и проблемной кожи не всегда эффективно, а иногда и вредно.

**Масло авокадо.** Одно из самых увлажняющих и легко усваиваемых масел. Идеальный выбор для сухой, поврежденной кожи, а также для стареющей кожи. Хорошо успокаивает и разглаживает. Способно проникать в глубокие слои кожи, поэтому идеально заживает и восстанавливает кожу. Одно из применений – лечение кожи после пребывания на солнце и после рубцов. Оно также помогает коже повысить уровень производства коллагена. Несмотря на то, что на ощупь не особенно жирное, но на коже ощущается как тяжелое масло, так что лучше всего его использовать в ночных рецептах. Масло авокадо довольно сильное, его не стоит использовать в чистом виде, обычно его разбавляют маслом жожоба.

**Масло сладкого миндаля.** Подходит для всех типов кожи, нежирное на ощупь, легко впитывается и хорошо увлажняет. Используйте его, если у вас сухая кожа, есть воспаления, шелушения, зуд. Хорошо помогает в борьбе с симптомами псориаза и экземы.

**Подсолнечное масло.** Масло для всех типов кожи. Легкое, нежирное, в составе – витамины А,

D и E, так полезны для кожи. Хорошо впитывается в кожу и эффективно питает.

**Кокосовое масло.** Очень густое, тяжелое, мало-прозрачное. Особенно полезно для сухой, шелушащейся кожи и для чувствительной кожи. Лечит ожоги, укусы насекомых, некоторые другие заболевания кожи. Несмотря на густоту, масло кокоса не жирное, не комедогенное, легко впитывается. Замечательный продукт для волос и кожи губ. Делает кожу более наполненной и упругой.

**Конопляное масло.** Это масло приобретает все большую популярность благодаря своим волшебным, буквально исцеляющим кожу свойствам. Особенно хорош продукт для сухой и зрелой кожи. Однако есть предупреждение: конопляное масло аллергенно, поэтому не всем может подойти. По составу напоминает природные липиды кожи, а внутри – запас незаменимых жирных кислот. Легко впитывается, хорошо увлажняет и разглаживает морщины. Конопляное масло не нужно разбавлять, его можно применять сразу.

**Масло абрикосовых косточек.** Подходит для зрелой кожи, убирает мелкие морщинки и разглаживает глубокие складки. Легко впитывается в кожу, хотя по ощущениям тяжеловато. Обладательницам сухой и чувствительной кожи также можно пользоваться маслом абрикосовых косточек.

**Масло макадамии.** Родина этого ореха – Австралия. Масло макадамии очень похоже на масло жожоба, потому что также по составу очень близко к составу кожного сала. Это масло можно использовать, чтобы защищать кожу, восстанавливать солевой баланс, оно быстро впитывается и способствует регенерации кожи. Отлично подходит для сухой и поврежденной кожи.

**Масло фундука.** Рекомендуются для жирной, угреватой кожи. Это легкое и нежирное масло, с вязкими свойствами, помогает подтянуть и тонизировать кожу. В составе – очень высокий уровень жирных кислот, это помогает стимулировать кровообращение и воспроизводство клеток. Но для использования такой ценный состав стоит разбавлять, например, маслом жожоба.

**Масло семян шиповника.** Отличный продукт для сухой и зрелой кожи, а также для лечения рубцов. Приятно пахнет, богато витамином С, что помогает уменьшить признаки старения и ускорить процесс обновления клеток. Но это масло не подходит для жирной или угреватой кожи. Кроме этого, его можно использовать только в качестве добавки, не в чистом виде.

Есть ещё немало масел, полезных для кожи. Одно из открытий нескольких последних лет – аргановое масло, популярно также льняное, рапсовое, касторовое. Все масла сейчас в доступной продаже, по приемлемой цене, поэтому есть смысл воспользоваться такими простыми и эффективными для кожи и волос продуктами. **Ч**

Одним із сучасних напрямів розвитку кондитерської промисловості є розробка і забезпечення населення новими кондитерськими виробами з високою харчовою цінністю та підвищення їх конкурентної спроможності.

Серед борошняних кондитерських виробів, які користуються постійним попитом на споживчому ринку, значний об'єм займають пряники, що пов'язано з їх оригінальними органолептичними показниками і відносно невисокою вартістю. Недоліком пряникових виробів є високий вміст цукру, низька харчова цінність, черствіння в процесі зберігання.

Пряниковий напівфабрикат відноситься до коагуляційних структур, структурно-механічні властивості яких визначаються властивостями та співвідношенням дисперсної фази (борошна) та дисперсійного середовища (концентрованого розчину цукристих речовин та інших інгредієнтів).

При замішуванні тіста крохмальні зерна борошна набухають, під час випічки крохмаль клейстеризується, поглинає і зв'язує вологу. У процесі зберігання пряників крохмаль починає ретроградувати – відновлювати водневий зв'язок між ланцюжками олігосахаридних залишків. Крохмаль втрачає зв'язану раніше вологу, м'якушка пряника починає кришитися, пряник черствіє. Чим довше волога утримується в пряникових виробках, тим триваліше пряники будуть залишатися м'якими. У зв'язку з цим для виробників пряникових виробів залишається актуальним питання тривалого збереження їх споживчих властивостей.

Строк придатності харчових продуктів залежить від показника активності води, пропорційного рівноважній відносній вологості, при якій виріб не поглинає і не віддає вологу в атмосферу. За значенням показника активності води пряники відносяться до виробів з проміжною вологістю, для яких характерні десорбційні процеси і не виключене мікробіологічне псування. Для виробів з проміжною вологістю необхідно застосовувати технологічні прийоми, що дають змогу змінювати показник активності води і утримувати вологу в «зв'язаному» стані.

До речовин, які гальмують активність води, відносяться високо оцукрена крохмальна патока, глюкозо-фруктозні сиропи, вологоутримуючі добавки. Завдяки своїй гігроскопічності вологоутримуючий агент зв'язує воду, що міститься в продукті, запобігає або значно уповільнює її випаровування в атмосферу і знижує активність води. Тому для сповільнення процесу черствіння пряників, доцільно додавання в рецептурний склад овочевої сировини, збага-