

Валентина Федорчук
кандидат с.-г. наук, доцент;
Валерія Якимовська
студентка;

Миколаївський національний аграрний університет

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ МАСЕЛ З ГОРІХІВ ТА ВИКОРИСТАННЯ ЇХ У КОСМЕТОЛОГІЇ

Існує велика кількість видів горіхових масел. Іноді створюється враження, що немає таких горіхів, з яких воно б не віджималося. Однак більшу частину з них відшукати практично неможливо, тому зосередимо увагу на найвідоміших видах: з волоського горіха, фісташки, фундука, мигдалю, масло ши.

Культура здорового харчування та косметологія вже давно почали звертати увагу на горіхи та використовувати їх, цим самим підтверджуючи їх цінність як продуктів харчування, так і в складі косметики. Але настільки цінний продукт, як масло горіха, до сих пір не отримав широкого визнання серед інших масел. І це велике упущення, тому що цей різновид масла є джерелом найцінніших властивостей.

Пресування у дерев'яному пресі є найдавнішим способом. Вихід олії становить близько 30–40%. Сировина перед віджиманням не нагрівається і протягом процесу приготування не контактує з металом. Така олія вважається «живою» або «сиродавленою», отриманою методом холодного віджиму. У ньому зберігаються всі корисні властивості, які містяться в сировині, вона має багаті смакові властивості [7].

Маслопрес шнековий. Тут існує два варіанти віджиму – гарячий та холодний.

«Гарячий віджим» виконують у кілька етапів: подрібнення та нагрівання в жаровні при температурі від 150 г, щоб збільшити вихід масла.

Має яскравий смак, який відповідає смаку сировини, з якої його виготовили. Для приготування такої олії горіхи спочатку очищаються від мезги і дробляться у спеціальному млині, потім до них додається вода (щоб вони не пригоріли під час смаження). Далі ця маса підсмажується при температурі 100°C та 110°C, після чого її віджимають на пресі під тиском 6 барів. Саме процес обсмажування надає кінцевому продукту більш інтенсивного кольору, аромату та смаку [7].

Олія, яка отримується методом «холодного віджиму» в шнековому маслопресі, контактує з металом і швидко окислюється, значить швидко стає прогірклою і втрачає свої корисні властивості. До того ж, для збільшення виходу олії сировину все ж таки гріють до 120 г. Виробництво починають з перетирання горіхів для отримання рівномірної маси. Потім масу повільно перемішують, це сприяє відділенню від твердих частинок олії, та її накопиченню. Після цього маса піддається пресуванню, яке віджимає олію. Здійснюється цей процес за допомогою спеціального обладнання, а також і традиційним способом,

використовуючи камінь. І хоча тертя, яке виникає в процесі пресування, підвищує температуру сировини, виробники мають стежити за тим, щоб вона залишалася в допустимих рамках, інакше вони не матимуть права називати одержуваний продукт олією холодного віджиму. У результаті таке масло має світліший відтінок, не дуже агресивне за ароматом та смаком, менш в'язке за консистенцією і, крім того, найживіше – в ньому максимально зберігаються всі корисні мікроелементи, властиві горіху, який послужив сировиною. Однак воно і найдорожче у виробництві[7].

Екстракція. Найпоширеніший метод отримання олії на великих промислових заводах. Більш економічним способом отримання рослинної олії вважається «екстракція», вона заснована на добрій розчинності рослинних олій у неполярних органічних розчинниках. В цьому випадку масло витягають за допомогою органічних розчинників (бензин, гексан). Це найпоширеніша технологія виготовлення олії на великих промислових заводах. Отриманий після процесу пресування та екстракції продукт піддають очищенню: рафінації, відбілюванню, дезодоруванню, фільтрації тощо [1].

Волоський горіх: Олія волоського горіха має для шкіри омолоджуючу, регенеруючу та тонізуючу дію. В цій олії міститься безліч вітамінів і мікроелементів, тому вона відмінно зволожує і живить шкіру. При цьому вона підходить для будь-якого типу шкіри. Олія волоського горіха входить до складу багатьох засобів по догляду за шкірою: кремів, масок, бальзамів.

Якщо наносити олію волоського горіха на шкіру у чистому вигляді, вона робить шкіру ніжною і шовковистою, при цьому дуже швидко вбирається. Косметологи особливо рекомендують застосовувати для догляду за сухою, чутливою і схильною до подразнення шкіри. Олія волоського горіха має унікальні властивості охолоджувати і заспокоювати запалену шкіру, а також сприяти загоєнню ран, порізів, тріщин. Олія волоського горіха допомагає при жирній і змішаній шкірі. Стягуючи пори і знімаючи запалення. Олія волоського горіха користується успіхом у зміцненні волосся. Рекомендується вживати всередину і наносити маски безпосередньо на волосся. Також можна захищати організм і шкіру, приймаючи олію волоського горіха всередину. Олію волоського горіха легко використовувати як засіб для засмаги, наносячи на шкіру перед сонячними процедурами. Ця олія – природний активатор засмаги. Робить засмагу більш стійкою [2].

Фундук: Масло фундука (або лісового горіха) почало набувати популярність в 70-х роках ХХ століття, але його смакові і лікувальні якості були швидко високо оцінені споживачами. Корисного білка в цьому маслі стільки ж, скільки в м'ясі, однак засвоювати цей білок набагато легше. Вітамінів і мінералів у ньому більше, ніж в багатьох відомих і використовуваних рослинних оліях. Насичених жирів у маслі фундука невелика кількість, тому воно засвоюється організмом майже повністю, на 100 %; регулярно вживаючи його в їжу, шанси отримати захворювання серця і судин знижуються більше ніж наполовину. Дієтологи й косметологи називають масло фундука джерелом краси, здоров'я і чудового настрою. Масло фундука має протизапальні, регенеруючі і ранозагоювальні властивості. Масло лісового горіха особливо ефективно в

догляді за проблемною жирною і змішаною шкірою: усуває вугровий висип, добре очищає і стягує пори, лікує нариви і абсцеси. Також застосовують для догляду за шкірою навколо очей і лікування куперозу. Усі наслідки впливів агресивного зовнішнього середовища усуваються за допомогою масла фундука: викликані сонцем, вітром або морозом почервоніння, подразнення, лущення – у таких випадках воно діє ефективно, не викликаючи побічних ефектів. В домашніх кремах і масках використовується в якості омолоджуючого і тонізуючий компонента: розгладжує наявні зморшки та запобігає появі нових. При регулярному використанні масла фундука при масажі, шкіра всього тіла набуває здоровий вид, зменшуються прояви целюліту; волосся стає сильнішим і перестає випадати, якщо регулярно робити маски для волосся з маслом фундука на волосисту частину шкіри голови [3].

Мигдаль: Неймовірно ароматне та корисне мигдалеве масло знадобиться для багатьох процедур. За допомогою нього можна доглядати за шкірою тіла, обличчя, волоссям та нігтями. Мигдаль на 60 % складається з цінного жиру. Розрізняють плоди солодкого та гіркого мигдалю. Масло солодкого мигдалю використовується в косметології та для вживання в їжу. А гіркого – тільки в косметичних цілях. Цей засіб має жирну, але дуже легку текстуру. Тому воно легке в засвоєнні та швидко змивається. На основі масла мигдалю створюються креми, лосьйони для шкіри обличчя та тіла, косметичне молочко. Це чудовий компонент для масок і обгортань. Він використовується для масажу, додається в готові креми та шампуні. У чистому вигляді – втирають в нігті, наносять на брови й вії. Користується популярністю використання мигдалевого масла на проблемних зонах – ліктях, колінах, п'ятах. Славиться своєю косметичною універсальністю, але краще застосовувати його для догляду за сухою та чутливою шкірою. Особливо добре застосовувати цей компонент взимку, коли шкіра піддається впливу холоду. Найчастіше його використовують для зняття макіяжу. Найулюбленіший спосіб застосування масла мигдалю – маски. Вони можуть бути очисними або поживними. Очищаючі маски містять в собі тверді частинки. Можна використовувати мигдальне масло, навіть при жирній шкірі. Воно очищає і звужує пори впорядковуючи роботу сальних залоз. Мигдаль вважається непоганим засобом проти розтяжок. Мигдаль – натуральний природний стимулятор росту волосся. Він проникає глибоко в шкіру голови, поглинається і віддає волоссяним фолікулів всі свої цінні речовини [5].

Фісташка: Фісташка є одним з найбільш посухостійких плодових рослин з високою тривалістю життя – до 700 років! Натуральна нерафінована олію фісташки досить густа, ароматна, темно-зеленого кольору, при рафінуванні вона стає світлішою і практично повністю втрачає аромат. Масло фісташки широко застосовується в косметології: чудово підходить для догляду за сухою і чутливою шкірою. Живить шкіру, усуває лущення, запалення і не залишає жирної плівки. Масло фісташки часто використовують в дитячій косметиці, як раз завдяки цим властивостям. Сприяє активізації процесів регенерації шкіри, зміцнюють її бар'єрні функції, впливають на синтез колагену і відновлюють еластичність шкіри. Фісташкове масло часто зустрічається у складі косметики для зрілої шкіри і для зони навколо очей. Масло фісташки має відбілюючу властивість – при

регулярному застосуванні здатне освітлювати веснянки і пігментні плями. Якщо говорити про догляд за волоссям, то масло фісташки підійде для догляду за сухим волоссям і шкірою голови [4].

Масло Ши: Масло ши або олія каріте – це густа масляниста речовина, яку отримують з горіха однойменного африканського дерева. Воно багате на вітамін А, який є потужним антиоксидантом, вітамін Е, що може уповільнювати процес старіння клітин шкіри, та вітамін F, який сприяє регенерації шкіри та волосся. Масло ши захищає від шкідливих сонячних променів. Воно здавна використовувалося в медицині та косметології.

Олія ши має різноманітні корисні властивості:

- Масло ши містить олеїнову кислоту, завдяки якій, шкіра швидше вбирає косметичні засоби, стаючи зволоженою та еластичною. Регулярно користуючись маслом ши, шкіра стає більш м'якою та гладенькою.

- Олія каріте містить багато жирних кислот, які потрібні організму для вироблення колагену, що зміцнюють шкіру та зменшують появу зморшок.

- Згідно до результатів дослідження, масло ши може зменшити запалення шкіри, тому це корисний продукт для подразненої або схильної до появи вугрів шкіри.

- Олію Ши захищає від ультрафіолетових променів (SPF 6), містить вітамін Е, який нейтралізує шкідливий вплив сонця

- Масло ши має безліч видів застосування: від бальзаму для губ до масла для тіла. У деяких країнах світу його навіть їдять, хоча існують сумніви, що при цьому переважає – користь чи шкода[6].

Можна зробити висновок, що будь-який горіх – це природний збалансований продукт, що володіє прекрасними смаковими властивостями і цілим спектром лікувальних впливів на організм. Масло з будь-якого горіха корисне. Його може і має використовувати кожна людина для підтримки здоров'я і красивого зовнішнього вигляду. Виходячи з складу продукту стає зрозуміло, що він просто створений для поліпшення організму та зовнішнього вигляду людини. Це унікальний за складом і властивостями натуральний продукт, який цінується усіма шанувальниками натуральної косметики.

Користь і шкода масла з різних горіхів для кожної окремої людини індивідуальні. Потрібно пам'ятати, що це насичений вітамінами продукт, комплексно впливає на органи і системи людини. Він показує високу ефективність в боротьбі з хронічними захворюваннями, захищає від дії вільних радикалів і допомагає продовжити молодість.

Список використаної літератури:

1. Горіхова олія. *Вікіпедія*. URL: <https://uk.m.wikipedia.org/wiki/>.
2. Масло волоського горіха: використання. URL: <https://ideas-center.com.ua/?p=20868>
3. Масло фісташки в косметології. URL: <https://masha-truffle.ru/maslo-fistashki-v-kosmetologii/>.

4. Масло Ши властивості та застосування. URL: <https://greenplanet.pro/encyclopedia/shi/>.

5. Мигдальне масло:користь і шкода, властивості, застосування. URL: <https://ideas-center.com.ua/?p=3793>.

6. Масло фундука – корисні властивості і способи застосування.URL: <http://eo.kr.ua/maslo-funduka-korisn-vlastivost-sposobi-zastosuvannya/>.

7. Способи віджиму масла.URL: <https://glinskaya.com.ua/master-advice/rastitelnoe-maslo-holodnogo-i-goryachego-otzhima-chto-predpochest>.