

„მარგი“ - ჯანსაღი საკვები ყველასთვის

გამოქვეყნებულია Irakli Tevzadze-(ი)ს მიერ · 2015 წლის 13 ოქტომბერი, 21:41-ზე

პური, ადამიანის საარსებო ძირითადი საკვები, როგორ უნდა გამოცხვეს, რომ მისი კვებითი ღირებულების სიკეთე მთლიანად შევიგრძნოთ?

ქართულ ბაზარზე სხვადასხვა დასახელების, ფორმისა თუ ფერის პურს შევხვდებით. არჩევანი დიდია, მაგრამ ხარისხი ერთმანეთისგან შეუდარებლად განსხვავებული.

სპეციალისტები ერთხმად აღნიშნავენ, რომ პურის მწარმოებელთა შორის „მარგი“ გამორჩეულია.

რატომ უნდა ვიკვებოთ „მარგით“, რა კვებითი უპირატესობა აქვს მას?

ამ და სხვა უამრავ საინტერესო საკითხზე გვესაუბრება ექიმი-გასტროენტეროლოგი, მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი, პროფესორი გელა სულაბერიძე.

— **ბატონო გელა, რა არის „მარგი“?**

— „მარგი“ მცენარეული ბოჭკოებით მდიდარი, დაბალკალორიული, ბუნებრივი ჯანსაღი საკვებია. ასეთ საკვებზე მოთხოვნა მთელ მსოფლიოში ძალიან დიდია და ყოველდღიურად იზრდება, რადგან სწორი კვება როგორც დაავადებათა პრევენციის, ასევე მათი მკურნალობის აუცილებელი კომპონენტია.

დღეისთვის ასე პოპულარული ცხოვრების ჯანსაღი წესი ჯანსაღი კვების გარეშე, ხოლო ჯანსაღი კვება ჯანსაღი პურის გარეშე არ არსებობს.

სწორედ ამიტომ სრული პასუხისმგებლობით ვამტკიცებთ, რომ „მარგი“ არის ჯანსაღი საკვები ყველასთვის და პური 21-ე საუკუნეში ასეთი უნდა იყოს. ამას ყველა ექსპერტი დაეთანხმა, რომელმაც „მარგის“ ტექნოლოგიის პატენტები, სტანდარტები, პროექტები და სამეცნიერო სტატიები შეაფასა ან მოხსენებები მოისმინა.

— **რით არის „მარგის“ ტექნოლოგია ორიგინალური?**

— ტექნოლოგია ორიგინალური იმით გახლავთ, რომ ხორბლის ქერქის მექანიკური დამუშავება, გაჯირჯვება და მჟავე გარემოს შექმნა ადამიანის მიერ საკვების მონელების პროცესის მსგავსად მიმდინარეობს, რის საფუძველზეც უხეში და ჰიდროფობული ხორბლის ქერქი რბილი და ჰიდროფილური ხდება და აღარ აღიზიანებს კუჭ-ნაწლავის ტრაქტს.

ასე დამუშავებული ხორბლის ქერქით შესაძლებელია, შეუფერხებლად შევავსოთ მცენარეული ბოჭკოების დეფიციტი, რომელსაც თანამედროვე ადამიანთა აბსოლუტური უმრავლესობა განიცდის.

კვლევებით დადგენილია, რომ ჩვენ მცენარეული ბოჭკოების აუცილებელი მინიმუმის ნახევარზე ნაკლებს ვიღებთ. ამ მეთოდით დამუშავებული ქერქით მცენარეულ ბოჭკოებთან ერთად შესაძლებელია, შეივსოს მინერალების, მიკროელემენტების, ცილების, ვიტამინების დეფიციტიც და მოხდეს კალორიის შემცირება.

— ასეთი გლობალური საკითხების გადაჭრის მცდელობასა და სიახლის დანერგვას ხომ თავისი წესები აქვს?

— სწორედ ამიტომ ჩვენი გამოკვლევები სამეცნიერო პუბლიკაციებში, მოხსენებებში და სადოქტორო დისერტაციაში აისახა, ხოლო საკვებ პროდუქტებზე შეიქმნა სტანდარტები, რომლებიც ადასტურებს, რომ ჩვენ მიერ მოწოდებული სიახლეები არ სცილდება პურის კლასიკური მეთოდით მომზადების საზღვრებს და აკმაყოფილებს პროდუქტის მაღალი ხარისხის დამადასტურებელ ყველა მოთხოვნას.

საქართველოში დაცული იყო 5 პატენტი, ტექნოლოგიის მოდელი გამოქვეყნდა ინტელექტუალური საკუთრების მსოფლიო ორგანიზაციაში (WIPO), შემდეგ კი პატენტები დაცულ იქნა სომხეთში, ყაზახეთში, უკრაინაში, რუსეთსა და ამერიკის შეერთებულ შტატებში.

ზემოაღნიშნულზე დაყრდნობით საფუძვლიანია, ვამტკიცოთ, რომ „მარგი“ არის ტრადიციისა და ინოვაციის სინთეზი.

— დღეს საზოგადოებას განსაკუთრებით აინტერესებს, რა ფერისაა პური „მარგი“?

— პურ „მარგის“, კლასიკური რუხი ფერი აქვს - ღია ყავისფერი ოქროსფერი ტონებით, რომელიც ზუსტად იმეორებს ხორბლის ქერქის ტონებს.



ფერის წარმომავლობა მარტივად ასახსნელია: პური „მარგი“ ხორბლისა და ხორბლის ქერქის ორიგინალური დამუშავების შედეგად მიღებული ფქვილისგან მზადდება, ყოველგვარი მინარევის გარეშე და, ბუნებრივია, ხორბლის ქერქის ფერია.

პურის წარმოებაში ოდნავ ჩახედულისთვისაც ცნობილია, რომ პურის მომზადების ტრადიციული, კლასიკური მეთოდი ფქვილის, საფუარის, მარილისა და წყლის გამოყენებას გულისხმობს, ხოლო პურის ფერის განმსაზღვრელი ფქვილია. სხვა ფერის ტონები, მათ შორის, ძლიერ მუქი და შავი ტონები არც ხორბალს და არც სხვა მარცვლეულს არ აქვს.

— პურ „მარგისთვის“ ფქვილი სპეციალურად მზადდება?

— დიახ. ეს ყოველთვის ასე იყო. „მარგის“ წარმოება 20 წლის წინ მარცვლეულის ქერქის დამუშავების ორიგინალური მეთოდის მოწოდებით, დაპატენტებითა და ექსპერიმენტული ლაბორატორიის შექმნით დაიწყო, რომელიც „მარგის“ ფქვილს ამ ხნის განმავლობაში უწყვეტად აწარმოებს, რომლის საფუძველზეც პური „მარგი“ მზადდება.

მარცვლეულის ქერქს, განსაკუთრებით ხორბლის ქერქს, უნიკალური შემადგენლობა აქვს, მაგრამ უხეში და ჰიდროფობულია (არ ითვისებს სითხეს), რის გამოც ძნელად მოსანელებელია ჯანმრთელისთვის, ხოლო ავადმყოფისთვის - წინააღმდეგ ნაჩვენები.

ჩვენ მიერ მოწოდებული ტექნოლოგიით დამუშავების შედეგად მიღებული ფქვილი რბილი და ჰიდროფილურია (იძენს სითხის შეწოვის უნარს), რის გამოც მისგან დამზადებული პური „მარგი“ შეუზღუდავად შეიძლება მიიღონ როგორც ჯანმრთელებმა, ისე ავადმყოფებმა.

სწორედ ხორბლის ქერქისგან ჩვენი ტექნოლოგიით დამზადებული ფქვილის და პურის დამზადების ტექნოლოგიის დამსახურებაა, რომ **100 გრამ „მარგს აქვს მხოლოდ 172 კკალ და შეიცავს 9.4გრ მცენარეულ ბოჭკოს**. მდიდარია მინერალებით, მიკროელემენტებით, ცილებით, ვიტამინებით.

მკითხველისთვის უფრო გასაგები რომ იყოს, მოგახსენებთ, რომ 9.4 გრ მცენარეულ ბოჭკოს შეიცავს ნახევარი კილოგრამი მწვანელი ან კილო-ნახევარი გათლელი ვაშლი.

ზემოაღნიშნული ხორბლის უნიკალური შემადგენლობის ნათელი დადასტურებაა, რომლის გამოყენების საშუალებასაც ჩვენ მიერ მოწოდებული ტექნოლოგია იძლევა.

— პურის დამზადებისთვის საფუარი აუცილებელია? უსაფუარო პური უკეთესი არ არის?

— დღეს ძალიან მოდური გახდა ტერმინი „უსაფუარო პური“, რაც მაღალი ხარისხის მაჩვენებლად და ტრადიციის დაცვად მიიჩნევა, თუმცა ეს რეალობას არ შეესაბამება.

პურის ხარისხი მისი ფერით, ფორიანობით, ტენიანობით, მჟავიანობითა და კალორაჟით განისაზღვრება, რაც ჩვეულებრივ ყველა სტანდარტშია მითითებული.

უსაფუარო პური სასურველ ფორმას ვერ მიიღებს და ვერ გამოცხვება. მას ექნება ძალიან მაღალი ტენიანობა და ძალიან დაბალი ფორიანობა და მჟავიანობა ანუ აბსოლუტურად უხარისხო იქნება და არათუ ავადმყოფი, ჯანმრთელიც კი ვერ მოინელებს.

ზემოაღნიშნულიდან გამომდინარე, ანბანური ჭეშმარიტებაა, რომ ყველა პური, რომელსაც სტანდარტული ფორმა და ხარისხის დამადასტურებელი მინიმალური მაჩვენებლები მაინც აქვს, საფუარის სოკოს გამოყენებითაა დამზადებული. ამდენად, ტერმინი „უსაფუარო პური“ არასწორია და იგი „კუსტარული საფუარით დამზადებულით“ უნდა შეიცვალოს.



ამდენად, „ფარით“ („ხაშით“), „ბებიის დედით“ ან რაიმე მცენარით დამზადებული პური უსაფუარო და გაუფუებელი ნამდვილად არ არის. ეს სულაც არ გახლავთ ტრაგედია, რადგან მარცვლეულის დაფქვა და საფუარის გამოყენება კაცობრიობის უდიდესი მონაპოვარია.

გაუგებარი ისაა, დაუფქვავე მარცვლეულისგან დამზადებული და უსაფუარო პური რატომ შეიძლება იყოს უფრო სასარგებლო და ტრადიციული. ეს ტერმინები მარკეტინგული ან სარეკლამო ტრიუკი უფროა, ვიდრე რეალობა.

რაც შეეხება საფუარიანი პურის გამოცხობის ტრადიციას, იგი ჩვენს წელთ აღრიცხვამდე 1200 წლით თარიღდება და ძველი ეგვიპტიდან მოდის.

მას შემდეგ მთელ მსოფლიოში, მათ შორის საქართველოში, პურს მარცვლეულის ფქვილისგან საფუარით აცხობდნენ და ეს მეთოდი არატრადიციული ვერაფრით იქნება. არატრადიციული და ნაკლებად სასარგებლო ბევრი საფუარით ზედმეტად გაფუებული პურია.

— რით განსხვავდება ერთმანეთისგან ქარხნული და კუსტარული საფუარი?

— ყველა საფუარი სოკოს ბაზაზეა დამზადებული. ხელოვნური საფუარი ადამიანს ჯერ არ შეუქმნია. ქარხნული წესით დამზადებული საფუარი მეცნიერული (მიკრობიოლოგიური) კვლევების საფუძველზეა შექმნილი. დამზადებისა და შენახვის პირობების დაცვით. იგი ცნობილი შემადგენლობისა და კონცენტრაციის შტამებს შეიცავს, რომლებიც ცომის მოზელისა და დაყოვნების დროს სწრაფად მრავლდება, გაზებს გამოყოფს და ცომს აფუებს. ცხობის დროს უკვე 50 გრადუს ტემპერატურაზე მიკროორგანიზმები მომენტალურად კვდება, რის გამოც მზა პროდუქტი (პური) საფუარს აღარ შეიცავს.

სერიულ წარმოებაში ქარხნული წესით დამზადებული საფუარის გამოყენება მხოლოდ ტრანსპორტირების და შენახვის პირობების დაცვას მოითხოვს.

საფუარის კუსტარულად დამზადებას მრავალსაუკუნოვანი ტრადიცია აქვს, რადგან საფუარის სოკო მრავლდება ყველგან, სადაც მარტივი ნახშირწყლები და სახამებელია: მცენარეთა ნაყოფსა და ფოთლებზე, მათ წვეწვსა და ნაყენზე, ცომსა და ძველ საკვებზე და სხვა. კუსტარულად დამზადებული საფუარის შემადგენლობა და კონცენტრაცია არასტაბილურია, რადგან საფუარი სოკოები აერთიანებს 39 გვარსა და 360-მდე სახეობას. გვხვდება პათოგენური ფორმებიც, იგი შეიძლება დაინფიცირდეს და მასში შეიჭრას არასასურველი მიკრობებიც.

ზემოაღნიშნულის გამო პურის სერიული წარმოებისთვის თანამედროვე გარემოში კუსტარული საფუარის გამოყენება ძალიან ძნელია და მინიმუმ დამზადებისა და შენახვის განსაკუთრებულ პირობებსა და კონტროლისთვის ძალიან კარგად აღჭურვილ მიკრობიოლოგიურ ლაბორატორიას საჭიროებს.

— გამოდის, რომ სიახლის დანერგვა და ტრადიციის აღორძინება არც ისე ადვილი საქმე ყოფილა.

— სიახლისა და ტრადიციისადმი ჩემი უდიდესი პატივისცემისა და მოკრძალების მიუხედავად, უნდა აღვნიშნო, რომ ტრადიციების აღორძინების არაკომპეტენტურმა მცდელობამ შესაძლებელია, მეტად არასასურველი შედეგები გამოიწვიოს.

სიახლე პატენტებზე, სტანდარტებზე, მეცნიერულ კვლევებსა და პუბლიკაციებზე უნდა იყოს დაფუძნებული, ხოლო ტრადიცია დროის გათვალისწინებით უნდა აღორძინდეს, წინააღმდეგ შემთხვევაში, სიახლე და ტრადიციის აღორძინება შესაძლებელია, სახიფათო გამოდგეს.

მე, როგორც ექიმი, არ შემიძლია, არ შევეხო ერთ მეტად აქტუალურ, სათუთ და მტკივნეულ საკითხს, დიეტას.

დიეტოთერაპია საკვებით მკურნალობას ნიშნავს და იგი არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება არასპეციალისტმა (არაექიმმა), ყოველგვარი შესწავლისა და მტკიცებულებების გარეშე დანიშნოს ან ურჩიოს, მით უმეტეს მოაწოდოს ახალი დიეტური პროდუქტი ანუ სამკურნალო საშუალებები.

„მარგის“ შექმნიდან დღემდე ჩვენ ვცდილობდით, სწორედ ამ გზით გვევლო, რისი დადასტურებაცაა ის პატენტები, სტანდარტები და პუბლიკაციები, რომლებზეც ზემოთ მოგახსენეთ.

მუშაობა ამ მიმართულებით დღესაც გრძელდება.

განხორციელების პროცესშია საქართველოს ინოვაციებისა და ტექნოლოგიების სააგენტოსა და რუსთაველის სამეცნიერო ფონდის პროექტები, რომლებიც როგორც ტექნოლოგიური პროცესების დახვეწის, ისე პროდუქტების მეცნიერულად შესწავლის კიდეც ერთი შესაძლებლობაა.

გიორგი დვალიშვილი
გაზეთი „ახალი თაობა“
12 ოქტომბერი 2015წ.