ВПЛИВ ПОСУДУ ТА КОЛЬОРУ НА СПРИЙНЯТТЯ ЇЖІ

Лозяков Володимир
Керівник – Холодова Н. О.
ДВНЗ «Харківський коледж текстилю та дизайну»
м. Харків, Україна

Очі людини можуть вловлювати та розрізняти більше мільйона кольорів і відтінків, які активно впливають на самопочуття, настрій, емоції. Деякі кольори здатні підвищувати працездатність, інші – почуття щастя, радості, спокою тощо [1].

Вчені з'ясували, що органи чуття людини по-різному сприймають смак їжі залежно від кольору посуду. Страва в тарілках різного кольору може бути більш ароматною і смачною. Якщо їжа біла, то ви її менше з'їсте з кольорових тарілок, наприклад, червоної або чорної. Синій та блакитний кольори посуду найсильніше знижують апетит, при цьому зменшують кількість з'їденого на 15%. Учасники дослідження, які вибирали білі тарілки, накладали на 30% більше їжі, ніж ті, хто мав червону тарілку.

Солодкі десерти на білій тарілці здаються на 7% солодше і на 13% смачніше, ніж на чорній. З червоною тарілки ми з'їдаємо менше шоколаду та інших ласощів і випиваємо менше солодких напоїв з червоних чашок, в порівнянні з синіми або білими. Напій холодного кольору підсилює відчуття спраги, чого не можна сказати про напої теплих кольорів. Чай з лимоном ароматніший в жовтій чашці, а напої в синіх склянках краще втамовують спрагу. Чай в прозорій посуді здається менш гарячим. Що стосується кави, то в синіх і скляних чашках він здається менш гірким. А ось білі підсвідомо підвищують гіркоту.

Напій в червоній та білій посуді менш смачний і не такий ароматний, ніж в чашках кремового і помаранчевого кольорів. У рожевих чашках напій здається більш солодким у порівнянні з чашками інших кольорів [2].

Вчені відзначили, що не існує чітких правил вибору «правильного» кольору посуду, який здатний підсилити аромат і смак їжі чи напоїв. Колір посуду все ж впливає на смакові сприйняття.

На сприйняття їжі впливає не тільки колір, але і розмір посуду.

Мозок оцінює кількість їжі ще до того, як ми почали їсти. Використовуючи оптичні ілюзії, можна вплинути на сприйняття кількості їжі, причому це працює як у людей, так і у мавп [3].

Чим більше тарілка, тим порція здається нашому мозку меншою, як результат – ви більше з'їдаєте.

Розмір важливий і для напоїв. Якщо наливати напій у високі, тонкі склянки, то людина випиває на 20% менше у порівнянні з низькими і широкими. Використання ложок і виделок великого розміру призводить до збільшення з'їденого на 14,5%. Важкі тарілки, важкі прилади, важкі склянки призводять до зменшення з'їденого.

З 1900 року розмір тарілок в середньому виріс на 23%, що призводить до 50 зайвих ккал на день та плюс 2,2 кг на рік.

Значення мав навіть контраст скатертини. Чим вона була контрастнішою до тарілки, тим менше їжі накладалося. Було з'ясовано, що чим вище рівень освіти людини і чим уважніший учасник, тим менше він схильний до цієї ілюзії [2].

Колір, форма та розмір посуду може впливати на сприйняття смаку їжі.

Експерти вважають, що для вчених дослідження необхідне для вивчення процесу об'єднання мозком візуальної інформації, яка подається у вигляді посуду з їжею. Дана інформація може бути корисною для виробників харчових продуктів, підприємств громадського харчування. Якщо підібрати «правильний» колір посуду і вигідно упакувати продукт, можна реально збільшити дохід. Ці знання також можна використовувати в дієтології.

ІНФОРМАЦІЙНІ ДЖЕРЕЛА:

1. Вплив кольорів на психоемоційний стан людини; [Електронний ресурс] – Режим доступу: https://oksentiy.com/-------3/.
2. Вчені виявили залежність між сприйняттям смаку та кольором посуду, в якому подається їжа та напої; [Електронний ресурс] – Режим доступу: https://ukr.media/science/415044/\.
3. Солодка ілюзія. Як посуд впливає на апетит; [Електронний ресурс] – Режим доступу: https://life.nv.ua/blogs/zdorovoe-pitanie-kak-posuda-vliyaet-na-appetit-sovety-vracha-50092348.html.