

## **Помидор-химия «золотого яблока»**

**Даница С. Благоевич и Елена С. Николич**

*Университет Ниш, Факультет естественных наук и математики, Химический факультет, Вишеградская, 33, 18000 Ниш, Сербия*

### **Резюме**

Ожидается, что пища будет отвечать основным физиологическим потребностям, а также оказывать положительное влияние на здоровье и защиту клеток от негативных факторов окружающей среды. Помидоры являются хорошим источником витаминов и минералов, а также обладают антиоксидантными свойствами. Основными антиоксидантами в томатах являются каротиноиды, аскорбиновая кислота и фенольные соединения. Ликопен отвечает за красный цвет томатов и считается антиоксидантом с высокой биологической активностью. Исследования показали, что ликопин защищает кожу от ультрафиолетовых (УФ) лучей и, таким образом, обеспечивает некоторую защиту от рака кожи.

*Ключевые слова: томат, химический состав, ликопен, полифенольные соединения*