

## ABSTRAKT

Diplomová práce se věnuje charakteristice luštěnin, jejich spotřebě u nás i ve světě, různým způsobům jejich úpravy, a především jejich složení a vlivu na lidské zdraví. Luštěniny jsou významným zdrojem rostlinných bílkovin, komplexních sacharidů, vlákniny, vitaminů, minerálních a dalších látek. Ty však mohou být pokládány za méně žádoucí z důvodu možných interakcí s jinými živinami přijatými ze stravy a kvůli trávicím obtížím. Obsah některých těchto látek může být však snížen vhodnou úpravou a na druhou stranu také i tyto antinutriční látky mohou poskytovat jisté benefity. V neposlední řadě nabývají luštěniny na významu ve spojitosti s životním prostředím a s tím souvisejí i výživové směry jako vegetariánství a veganství, kde bývají luštěniny součástí jídelníčku jako zdroj bílkovin místo živočišných zdrojů.

Praktická část se skládala z dotazníkového šetření, kde bylo cílem zjistit znalosti týkající se luštěnin, preference a frekvenci jejich konzumace a s tím spojené souvislosti u studentů lékařských fakult, jakožto vzorku populace, která se připravuje na práci spojenou s lidským zdravím. Druhou částí praktické části bylo sensorické hodnocení několika pokrmů z luštěnin. Zde byla zjišťována přijatelnost hédonických parametrů připravených pokrmů a byl proveden jejich nutriční rozbor.

Z výsledků dotazníkového šetření bylo zjištěno, že studenti lékařských fakult jsou poměrně dobře obeznámeni s problematikou týkající se luštěnin nezávisle na pohlaví, či jejich individuálním výživovém směru. Dále ve zkoumaném vzorku měli vyšší frekvenci konzumace luštěnin vegetariáni a vegani. Zbylí respondenti sami luštěniny do jídelníčku zařazovali převážně alespoň jednou do měsíce.