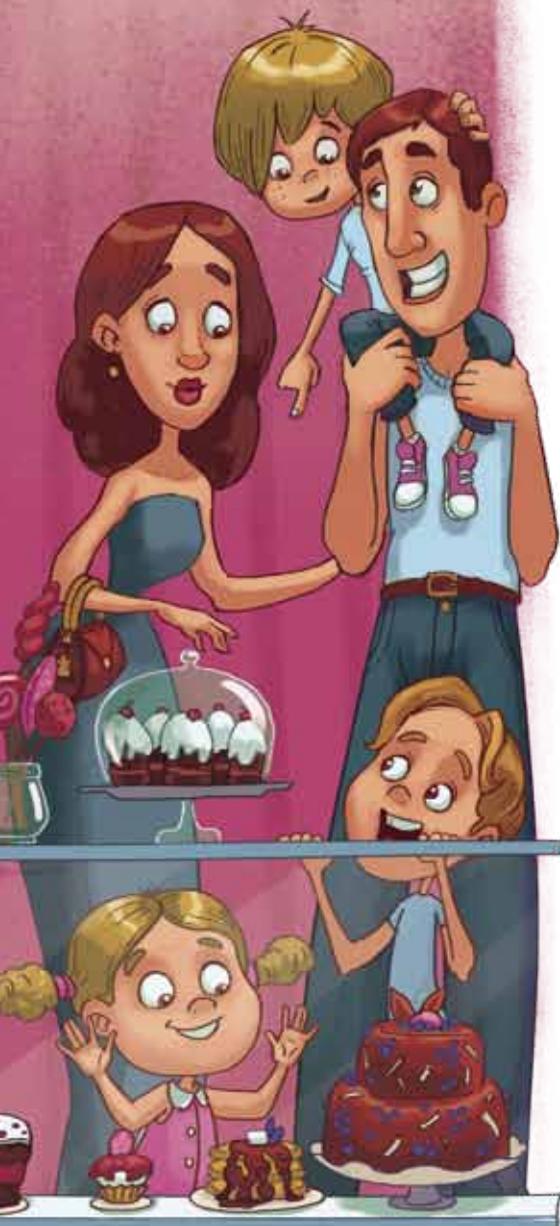


ОГЛЯНИСЬ ВОКРУГ

Юлия Кондратенко

Самый вкусный ДЕСЕРТ в мире



– А на десерт мне, пожалуйста, блинчики с мёдом...
Дети, вы выбрали?

– Мне клубничное мороженое!

– Мне торт «Наполеон»!

– Маша?

– Ой, можно ещё минутку, всё такое вкусное, глаза разбегаются.

– Мама, тут со всей очевидностью нет ничего вкуснее клубничного мороженого, потому что в мире не существует ничего вкуснее клубничного мороженого!

– Вообще-то, торт «Наполеон» – объективно самый вкусный десерт, с которым даже глупо сравнивать какое-либо дурацкое мороженое!

– Дети, вы, конечно, знаете, что для того чтобы претендовать на объективность, необходимо провести аккуратное научное исследование этого вопроса. Вы провели аккуратное научное исследование вопроса о самом вкусном в мире десерте или вы легкомысленно бросаетесь словами?

– Пока нет, но я уверен, что если опросить много людей, можно получить точный ответ.

– А кого именно мы будем опрашивать?

– Ну, если мы хотим узнать, какой десерт самый вкусный в мире, было бы справедливо опросить всех людей.

– Это непростая задача, но, предположим, это нам удалось. А знаешь ли ты, у какой страны в мире самое большое население?

– По-моему, я понял, на что намекает папа.

– Ну да, если бы мы выбирали самый вкусный десерт большинством голосов, то, с хорошей вероятностью, победили бы те странные штуки, которые мы ели, когда ходили в китайский ресторан... Ну или какие-нибудь другие странные китайские штуки. В общем, проблема твоего подхода даже не в том, что китайцев больше всех, а в том, что культурные различия по всему миру пока ещё так значительны, что мы просто можем не столкнуться с чем-то замечательным, что совершенно обычно в другой части света. И наоборот, торт «На-

ОГЛЯНИСЬ ВОКРУГ

полеон» наверняка пробовало не очень большое число китайских детей. А также индийских, африканских, мексиканских и так далее.

– Наверно, нужно отобрать определённое число кандидатов в лучшие десерты – по два-три от каждой страны, а потом дать всех их продегустировать определённой группе людей. Думаю, будет честно, если они тоже будут представлять разные страны.

– Это уже лучше, но я всё-таки привык с осторожностью относиться к опросам общественного мнения. Начнем с того, что люди сами плохо понимают, что им нравится на самом деле. Несложно решить, вкусно блюдо или нет. Но сравните-ка сладкий торт, жареную курицу, чипсы и щавель.

– Если к чаю, то вкуснее сладкий торт. Если после изнурительной прогулки, то жареная курица!

– Вот-вот! Эти блюда вкусны, но совершенно разным образом. Чтобы выбрать лучшее, нужно точно оценить вкусовые ощущения в количестве удовольствия, что под силу лишь искущённым гурманам. Это я рассказал к тому, что спросить мнение человека – ещё не значит узнать, что ему на самом деле кажется вкусным.

– А что делать? Может, детектор лжи использовать?

– Многие люди умеют обманывать детектор лжи. Запомните, дети: лучший способ узнать, что у человека в голове, – это положить его в томограф. С помощью томографа можно увидеть области, к которым притекло больше крови – то есть активно работающие участки мозга. На самом деле с помощью томографов сделано уже довольно много исследований аппетита самой разной еды. Можно определить, насколько привлекательным кажется человеку блюдо, если отследить активность определённых областей, называемых «системой вознаграждения». Насколько эти области активны, настолько ценным кажется человеку объект, на который он обратил внимание (это совершенно не обязательно должна быть еда, конечно). В плане исследования вкуса томограф неудобен тем, что в нём нельзя есть, потому что из-за движений человека невозможно будет точно отследить тонкие изменения в его мозге. Зато можно показывать человеку, который лежит в томографе, картинки с едой, а также капать ему на язык всякие жидкости с нужным вкусом. Наблюдая за изменениями активности его мозга, например



ОГЛЯНИСЬ ВОКРУГ



за активностью системы вознаграждения, можно сказать, насколько нравится человеку блюдо. Обратите внимание, что в этом случае мы узнаем, что на самом деле чувствует человек, без учёта того, что ему кажется и что он говорит. Тут, конечно, тоже можно ошибиться – если вдруг человек подумает о чём-то очень приятном, когда смотрит на картинку с рыбьим жиром, его система вознаграждения возбудится и мы решим, что он обожает рыбий жир.

– Вообще-то смотреть на картинку с пирожным и пить сладкие растворы – совсем не то же самое, что на самом деле есть пирожное.

– И всё же такие исследования – самые точные исследования вкуса, которые сейчас бывают. С их помощью выяснили несколько забавных вещей, например то, что высококалорийная еда кажется привлекательней больше женщинам, чем мужчинам.

– Тогда маме, наверно, нужно взять самое калорийное, что у них есть.

– Не стоит так всё упрощать, потому что наши вкусы, как выяснилось, зависят и от того, насколько мы голодны, и от того, чем мы раньше питались (например, какое было содержание белка в пище), и от того, что мы делали перед исследованием – занимались ли спортом, к примеру. Всё это изменяет состав веществ в нашей крови, за которым следят специальные системы организма, и они тоже могут влиять на то, чего нам хочется в данный момент. Не забудьте всё это учесть, когда будете ставить эксперименты по выявлению самого вкусного десерта, – все испытуемые должны быть в равных условиях. Имеют значение и привычки – для формирования сильных симпатий или, наоборот, антипатий достаточно бывает только один раз попробовать блюдо, а потом всё, что на него похоже, вы будете оценивать так же. Я уже не говорю о том, что восприятие вкуса – это сложный процесс, тут имеет значение и запах пищи, и её текстура – жидкая она или твёрдая, однородная или с комками. Недавно опубликовали забавное исследование о том, как маленькие дети ели разные йогурты. Считалось, что ребёнку нравится йогурт настолько сильно, сколько ложек его он съедает. Дети ели одинаковые количество йогуртов разных цветов и вкусов, но йогурты резко переставали им нравиться, когда туда добавляли ягоды.

ОГЛЯНИСЬ ВОКРУГ

– Вот маленькие привереды.

– Это значит, что текстура еды тоже влияет на то, насколько она нам нравится. Иногда вообще неясно, что влияет на вкусовые предпочтения. Сейчас я, кстати, расскажу об этом потрясающую историю. Был один дедушка, у которого из-за тяжелой болезни разрушились некоторые области мозга, в том числе отвечающие за восприятие вкуса. Ты так на меня смотришь, потому что я опять рассказываю неподходящую для ужина историю? Дедушку жалко, но зато он очень помог науке и вообще пониманию того, откуда берутся наши предпочтения. Ну так вот, дедушке давали довольно концентрированные растворы сахара, соли или неразбавленный сок лайма (а это до невозможности кислый сок!), и он всё это спокойно выпивал, а на вопрос, как он находит напиток, отвечал: «Спасибо, замечательно». При этом здоровые испытуемые, которым давали такие же напитки, могли сделать только первый глоток солёного раствора или сока лайма, после чего они сильно менялись в лице и дальше пить отказывались. Ну так вот, самое интересное, что дедушка, когда ему давали на выбор солёный и сладкий напитки, всегда выбирал сладкий напиток, при том, что был совершенно не способен определять вкусы! Во-первых, из этого мы можем заключить, что в обычной ситуации сладкий напиток предпочтительнее солёного. Во-вторых, чтобы предпочесть какой-то вкус, оказывается, даже нет необходимости его ощущать. Видимо, дело в том, что вещества, которые определяют вкус, могут влиять и на другие процессы, из-за которых то или иное блюдо или напиток могут нравиться или не нравиться. Например, солёный напиток, даже если не ощущаешь его вкуса, так сильно нарушает водно-солевой баланс в клетке, что пить его не хочется. После того как я вам всё это рассказал, вы наверняка думаете, что объективно лучшего десерта не существует, потому что все люди слишком разные, их вкусы и привычки слишком не похожи и вообще всё это очень сложно, да?

– Ну, наверно.

– А вот и не угадали. Есть кое-какой десерт, который вызывает совершенно уникальную активность мозга, объективно улучшает настроение и даже считается в некоторых экспериментах эталоном аппетита. Кто угадает, какой?

– Я выбрала, мне шоколадный торт!

