

Lühikokkuvõte

Käesolevas töös kajastatakse mee baasil loodusliku spordigeeli retseptuuri koostamist ning selle valmistamist. Vastav spordigeel on peamiselt mõeldud tarbimiseks vastupidavusaladega tegelevatele sportlastele füüsilise koormuse ajal ning peale seda. Geel aitab varustada sportlase organismi süsivesikute, vitamiinide ja mineraalainetega võistluse või treeningu ajal ning kiirendada taastumist peale seda.

Bakalaureusetöö kajastab valmistatud spordigeelide retsepte ning kirjeldab nende valmistamisetappe. Lisaks veel spordigeelide toitainelist koostist. Töös on esitatud nii valmistatud mee baasil spordigeelide omavaheline võrdlus kui ka võrdlus müügil olevate spordigeelidega.