

## **11. Гречаний грильяж – смачний і корисний продукт**

**Олена Терлецька , Олена Павлюченко, Юлія Фурманова**

*Національний університет харчових технологій*

**Вступ.** Грильяж (фр. Grillage ) - французький десерт з обсмажених горіхів з цукром. Грильяж відносять до цукрових виробів карамельного типу та підрозділяють його на твердий і м'який. Грильяжну масу отримують шляхом плавки цукрового або цукрово-медового сиропу з додаванням в нього горіхових ядер. Для того, щоб

отримати грильяж високої якості, важливо, щоб вихідна цукрова субстанція була прозорою, а горіхи рівно обсмажені. Масова частка вологи в такому виробі становить не більше 8...10% [1].

**Матеріали і методи.** Калорійність грильяжу, безпосередньо залежить від того, які інгредієнти використовувалися при його виготовленні. Орієнтуватися треба на 482 ккал - саме стільки міститься в 100 грамах класичних горіхових ласощів. Коли цукор замінити медом, тоді калорійність буде меншою.

Оскільки грильяж складається лише з двох інгредієнтів - цукру та горіхів, всі плюси і мінуси цих продуктів повною мірою відображаються на його властивостях. Горіхи містять величезну кількість мікроелементів, жирів, вітамінів і амінокислот, необхідних для здорового функціонування організму людини. Однак клітковина горіхів важко засвоюється шлунком, тому лікарі не рекомендують вживати більше 50...100 грамів грильяжу на добу [2].

Нещодавно грильяж розпочали виготовляти з «легкого» рису та «легкої» кукурудзи. «Легкі» зерна – це продукт, одержаний із ядра різних продовольчих культур шляхом штучного створення підвищеного тиску всередині зерен і подальшим вибухом зерна [3]. Таким чином цей десерт став ще кориснішим. Під впливом різкого перепаду тиску зерно набуває мікропористої структури, що робить ласощі хрусткими і приємними для вживання, а також добре засвоюваними.

**Результати.** На кафедрі технології харчування та ресторанного бізнесу проводяться дослідження розробки нових видів грильяжу. Так було визначено, що грильяж також можна виготовляти із «легких» гречаних зерен. Зерно гречки містить безліч корисних складових: 18 потрібних людині амінокислот, вітаміни групи В включаючи фолієву кислоту, вітаміни Е і РР, а також мікроелементи, серед яких кальцій, залізо, калій, мідь, йод, фосфор, цинк, фтор, бор, кобальт і молібден. Виготовлений за класичною рецептурою грильяж із «легких» гречаних зерен має меншу калорійність, ніж горіховий. Порівняльна характеристика калорійності різних видів грильяжу наведена на рисунку.

Аналіз даних наведених на рисунку показав, що зернові види грильяжу мають меншу калорійність в порівнянні з традиційним горіховим. Крім того, гречаний грильяж має приємний солодкий смак та легкий аромат підсмаженої гречки. За структурою він схожий на грильяж з «легкого» рису.



Рис. Калорійність різних видів грильяжу

**Висновки.** Той факт, що гречка має високу біологічну цінність, вирізняє її серед інших зернових культур і робить перспективним напрям обраних досліджень. Гречаний грильяж, завдяки низькій калорійності і досить високій біологічній цінності є корисним харчовим продуктом.

### **Література**

1. З.Г. Скобельская Технология производства сахаристых кондитерских изделий/ Скобельская З.Г., Горячева Г.Н. // Учеб. для нач. проф. образования – М.: ИРПО; Проф Обр Издат, 2002.- 416 с.
2. Грильяж [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://sostavproduktov.ru/produkty/konditerskie-izdeliya/grilyazh> - Дата звернення: 26.01.2014.
3. ДСТУ 2629-94 Крупи, побічні продукти і відходи. Терміни та визначення.