

УДК 668:656

Використання батату в ресторанних технологіях соусів

**Кравчук Н. М., Скрибченко А.
anaskr97@ukr.net**

Національний університет харчових технологій

Вступ. Соуси – це невід’ємна частина щоденного раціону харчування людини. Соусна продукція використовується, як в домашній кулінарії, так і в ресторанному господарстві. Близько 70 % страв, що подають у закладах ресторанного господарства відпускають з соусом, що дозволяє не тільки покращити аромат, зовнішній вигляд та смак готової страви, але й підвищити вміст есенціальних речовин. Соуси стимулюють апетит і сприяють кращому засвоєнню страви. Соуси можуть використовуватись і як складові елементи при приготуванні страв і для їх оформлення. Відомо, що соуси, зокрема молочні доволі калорійні продукти, оскільки до їх складу входять молоко, масло вершкове, борошно та цукор, але нутрієнтний склад не багатий. Ці соуси гарно поєднуються зі стравами з овочів, м'яса, риби.

Для підвищення харчової цінності і зниження калорійності часто використовують основу для соусів із рослинних продуктів. Використання овочевих пюре як загусників соусів є дуже актуальним в сучасній кулінарії.

Мета роботи. Головною метою роботи стало дослідження можливостей використання батату як загущувача соусів, розробка нового молочного соусу підвищеної харчової цінності, визначення ощадливих теплових параметрів, проведення органолептичної оцінки.

Матеріали і методи. В якості об’єктів було обрано групу молочних соусів, які готували за традиційною технологією. В якості дослідних соусів - соуси з різною концентрацією пюре батату. Перерахнок робили за концентрацією сухих речовин на заміну борошну та цукру. Під час дослідження використані стандартні методи досліджень.

Результати досліджень. Більшість соусів готують із загусником. Як загусник використовують пшеничне борошно, яке надає соусам густої

консистенції. Для однорідності соусу борошно попередньо пасерують, частіше готують жирову пасеровку шляхом прогрівання просіяного борошна у розтопленому жиру. При пасеруванні борошна здійснюється денатурація білків, які втрачають здатність до набухання, утворюються продукти термічного окиснення жирів. Необхідно зазначити, що борошно, містить глютен, на непереносимість якого страждає все більше людей.

Раціональною заміною борошна як загущувача соусів є батат. Батат або солодка картопля - це багаторічна трав'яниста рослина родини берізкових. Використання батату виключає закладку цукру в рецептурі соусу, адже рослина має солодкий смак за рахунок вмісту цукрів, крохмалю, розчинного пектину, органічних кислот, вміст інуліну складає 6,20 %.

У 100 г батату міститься 85 ккал, 0,1 г ліпідів, 1,6 г білків, 4,2 г цукру та 20 г вуглеводів. До складу батату входять вітамін А, вітамін В6 та вітамін С. Також там міститься Са, Mg, Fe, Na та К і харчові волокна. Завдяки вмісту вітаміну В6, вживання батату зміцнює стінки кровоносних судин. Корисні властивості «солодкої картоплі» обумовлені наявністю антиоксиданту - вітаміну С. У порівнянні зі звичайною картоплею і цибулею, батат набагато перевершує їх за вмістом аскорбінової кислоти. Велика кількість калію робить батат корисним для роботи нервової системи.

Запропоновано ввести до складу соусів пюре батату, яке не змінює колір соусу та надає страві як корисні речовини, так і не змінює привабливого вигляду.

Пюре батату додавали у кількості 12% для «Соусу білого основного» та 9,4 – 9,5% для «Соусу молочного». Додавання пюре батату надає соусам солодкого присмаку, що забезпечує нове поєднання смаків в соусах. Визначено оптимальну закладку сировинних інгредієнтів - для батату-9,4%-9,5%, кількість масла вершкового – 4,4%, молока– 86,2%. Батат відварюють в шкірці, потім очищають та перетирають разом з вершковим маслом, яке сприяє кращому засвоєнню продукту організмом людини. Пюре розводять гарячим молоком та проварюють 7-10 хв. Після цього соус проціджують і доводять до кипіння. Зовнішній вигляд соусу, колір та його консистенція майже не змінюються порівняно з оригінальною рецептурою. Проте смак та запах стають притаманними батату і більш насиченими.

Висновок. Отже, в результаті введення пюре батату до складу рецептури соусу білого молочного(для подачі до страви), замість борошна пшеничного та цукру, харчова цінність стала більш збалансованою, смак та запах приємнішими, а калорійність меншою. Такий соус можна використовувати у дієтичному харчуванні, зокрема для хворих на целиацію.

Список літератури:

1. Пінчук М.О. Батат – екзотичний овоч – Журнал «Паросток» №2 2010 рік.
2. Здоров'я, ліки, харчування. Картопля батат – корисні властивості, протипоказання[Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://hls.in.ua/kartoplya-batat-korisni-vlastivosti/>.

