

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ТЕХНОЛОГІЇ СУХИХ СНІДАНКІВ З ЯБЛУК ДЛЯ ОСІБ КОНСТИТУЦІЇ КАПХА

Дорошкевич Р.Ю., магістрант,
Гаврильченко П.М., асистент,
Гавриш А.В., канд. техн. наук, доц.,
Устименко І.М., канд. техн. наук,
Неміріч О.В., доктор техн. наук, доц.

Національний університет харчових технологій

Всі фізичні і ментальні функції організму знаходяться під управлінням трьох тілесних субстанцій або тридош: Ватта, Пітта, Капха [1]. При збільшенні Капхи-доші збільшується вага людини, з'являється сонливість, погіршується пам'ять, знижується активність розумової і фізичної діяльності. Капху загострює солоність, солодку і кислу їжу, маслянисту, важку, продукти ферментовані, довготривалої термічної обробки, рафіновані, тривалого зберігання, фаст фуду [2]. Привести Капху до стану рівноваги можуть продукти, що володіють, зокрема, смаками – гірким, в'язучим, та характеризуються грубодисперсною та крихкою структурами. З огляду на це, з метою балансування Капха-доші уваги заслуговують сухофрукти, а також прянощі, приправи і спеції для покращання травлення. Крім того, найбільші виробники харчових продуктів України, в рецептурах яких використовуються сушені фрукти, переважно імпортують цю продукцію з інших країн. Це зумовило вибір напряму дослідження з теоретичного обґрунтування вибору сировини і розроблення технології сухих сніданків для осіб з переважною конституцією Капха. В дослідженнях використано конвективне сушіння кружалець яблук сортів Айдар, Флоріна і Рубі Стар, що були попередньо витримані в рецептурній суміші спецій та смакоароматичних речовин, а саме: кориця, какао, червоний і чорний перці, коріандр, розмарин, мускатний горіх, лимона кислота, цукор білий. Встановлено кінетику сушіння напівфабрикатів, що дозволило обґрунтувати раціональні параметри процесу.

Зразки сухофруктів відзначались високими і оригінальними органолептичними властивостями, крихкою консистенцією. Показано, що водопоглинальна здатність зразків становить в межах 2,5...3,1 кг/кг; водоутримуюча та емульгуюча здатності 30% та 18 % відповідно. Отримані дані стали підставою для створення рецептурної композиції сухих сніданків, що являють собою суміш сухофруктів, з використанням або без крупів, злакових швидкого приготування за відновлення в технологічних середовищах – воді, молоці та соках. Таким чином, обґрунтовано вибір сировини для створення сухих сніданків для осіб Капха-доші.

Література:

1. Лад У. Аюрведическая кулинария. Москва: Саттва, 2000, 318 с.
2. Лад В. Фроули Д. Травы и специи. Москва: Саттва, 1998, 301 с.