

СТУКАЛЬСЬКА Н.М.
кандидат технічних наук, доцент
Національний університет харчових технологій
м. Київ
СТЕБЛОВА С.О.
студентка
Національний університет харчових технологій
м. Київ

РОЗШИРЕННЯ АСОРТИМЕНТУ СТРАВ ІЗ СІЧЕНОЇ М'ЯСНОЇ СИРОВИНИ

М'ясні січені напівфабрикати - порційний продукт, що виготовляється з подрібненої м'ясної сировини з додаванням інгредієнтів відповідно до рецептури страви або порційного виробу. Ринок напівфабрикатів відноситься до одного з сегментів м'ясопереробної галузі, який найбільш динамічно розвивається.

Основними споживачами є міські жителі, які купують напівфабрикати для економії часу та різноманітності свого раціону харчування.

М'ясні січені напівфабрикати користуються заслуженим визнанням споживача і з кожним роком займають дедалі міцніше місце у харчовому раціоні населення.

Технологічний процес і рецептура побудовані так, що для даного різновиду напівфабрикату використовується тільки та частина м'яса, яка за структурою тканини, вгодованості, якості та кулінарним властивостям суворо відповідає виробу.

Тема актуальна, оскільки м'ясні продукти є необхідним продуктом харчування у раціоні людини. М'ясо є основним джерелом енергії та містить усі необхідні поживні речовини.

Об'єктом дослідження є: «Шніцель рубаний» згідно збірнику рецептур №658.

Предметом дослідження є: удосконалення технології приготування «Шніцель рубаний», авокадо.

Мета даного дослідження - це розробка рецептури та оцінка якості удосконаленої страви на базі страви «Шніцель рубаний».

Згідно мети сформувані наступні завдання:

- обґрунтувати вибір сировини необхідної для приготування досліджуваних зразків;
- розроблення нової рецептури виробу;
- дослідження органолептичних та фізико-хімічних показників досліджуваного виробу;
- розрахунок харчової цінності нового зразка.

В якості функціонального рослинного інгредієнту використовували авокадо.

Авокадо - плоди вічнозеленого дерева сімейства Лаврових. Авокадо – незвичайний фрукт, має щільну жирну, сильно маслянисту кремо-подібну м'якоть, специфічного «трав'яного» смаку та запаху.

Плоди авокадо можуть мати різну форму - овальну або грушоподібну, як правило, шкірка темно-зеленого, іноді майже чорного кольору. Авокадо занесений до Книги рекордів Гіннеса, як самий поживний фрукт.

Калорійність авокадо, в середньому, становить приблизно 212 ккал на 100 г продукту, залежить від жирності продукту, яка коливається в залежності від сорту та географії вирощування.

Авокадо – поживний продукт, що має у своєму складі практично весь набір жирних незамінних кислот, які необхідні для збереження пам'яті та нормального функціонування клітин мозку.

Вітамінно-мінеральний склад авокадо багатий і різноманітний, до нього входять: холін, вітаміни А, В1, В2, В5, В6, В9, С, D, Е, Н та РР, а також необхідні організму макро- та мікроелементи: калій, кальцій, магній, мідь та марганець, залізо, фосфор та натрій.

Авокадо є ефективним антиоксидантом, який захищає клітини від старіння, бере участь у процесах кровотворення, благотворно впливає на діяльність шлунково-кишкового тракту. Продукт сприяє зниженню рівня холестерину у крові.

Авокадо має приємний смак та незвичайну консистенцію, середню між густим кремом та олією.

Показниками якості, що досліджували були зовнішній вигляд, смак, запах, колір та консистенція. Була зроблена оцінка цих показників за 10-ти бальною шкалою. При проведенні дегустації було визначено, що органолептичні показники шніцелю рубаного з додаванням авокадо найвищий бал має зразок з додаванням 30 % пюре авокадо. Збільшення додавання пюре до 40 % погіршує смак, який набуває ядро виражений смак авокадо. Також погіршується консистенція даного шніцелю. Виріб не тримає своєї форми під час теплової обробки.

Таблиця 1 - Розрахунок харчової цінності удосконаленої страви «Шніцель рубаний з авокадо»

Назва сировини	Маса нетто, г	Білки		Жири		Вуглеводи	
		в 100 г сировини	в страві	в 100 г сировини	в страві	в 100 г сировини	в страві
Яловичина	54	32,7	17,66	28,1	15,17	0	0
Авокадо	30	2,0	0,6	20,0	6,0	7,4	2,22
Хліб пшеничний	18	10,0	1,8	3,0	0,54	43,0	7,74
Молоко	24	2,82	0,68	2,5	0,6	4,73	1,14
Сухарі панірувальні	10	14,0	1,4	5,0	0,5	63,0	6,3
Жир тваринний топлений	6	0	0	99,5	5,99	0	0
Маргарин	8	0,3	0,02	82,3	6,58	1,0	0,08
Вихід страви (фактичний) – 110 гр		-	22,2	-	35,4	-	17,5
Маса страви – 100 гр		-	14,8	-	23,6	-	11,7

$$ЕЦ (\text{шніцель рубаний з авокадо}) = 14,8 \cdot 4 + 23,6 \cdot 9 + 11,7 \cdot 4 = 318,4 \text{ ккал}$$

В порівнянні з базовою стравою, з розрахунку на 100 гр: вміст білків зменшився – на 6,1 гр, вміст жирів зменшився – на 1,6 гр, вміст вуглеводів збільшився – на 1,5 гр. Калорійність загалом зменшилась на 33,0 ккал.

Удосконалення страви «Шніцель рубаний» додаванням функціональної рослинної сировини (авокадо) вдале, у страві підвищують вміст біологічної та поживної цінності більше ніж у базової страви та значно знижують калорійність в порівнянні з базовою стравою.

Тому удосконалення шляхом додавання до складу страви «Шніцель рубаний» авокадо актуальне, щоб зменшити калорійність та урізноманітнити асортимент страв із січеної м'ясної сировини.

1. Дорохіна М. О. *Технологія продукції харчування у таблицях і схемах : навчальний посібник*. Київ : Кондор, 2008. 280 с.

2. Шатун Л. Г. *Технологія приготування їжі: підручник.- 3-е вид.- Київ : Видавничо-торгова корпорація «Дашков і К °», 2009. 480 с.*