

**ОБҐРУНТУВАННЯ СКЛАДУ ТА ВДОСКОНАЛЕННЯ СПОСОБУ  
ВИРОБНИЦТВА ПАШТЕТУ ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕННЯ З  
ВИКОРИСТАННЯМ ПРОРОЩЕНОГО ЗЕРНА СОЧЕВИЦІ ТА ГРЕЧКИ**

**Алла Башта, Дмитро Медведюк**

*Національний університет харчових технологій,*

*Київ, Україна*

Паштети є популярними продуктами серед населення завдяки своїй універсальності. Їх можна використовувати у звичайному харчуванні, вони зручні для туризму, набирають популярності у закладах ресторанного господарства. Серед паштетів покупцям пропонують м'ясні та рибні з досить великою кількістю технологічних добавок, одноманітним хімічним складом.

Дефіцит в раціонах харчування біологічно активних речовин, які суттєво впливають на обмінні процеси в організмі людини, потребує пошуку нетрадиційних сировинних джерел з високою біологічною цінністю, розробки нових та удосконалення існуючих технологій виробництва харчових продуктів, які за своїм складом та харчовою цінністю здатні розширити асортимент оздоровчих харчових продуктів.

Перспективним напрямком розширення асортименту паштетів, вирішення проблеми збалансованого харчування, оптимізації біологічної цінності готового продукту можна вважати виробництво м'ясопродуктів на основі поєднання якісної білоквмісної тваринної та рослинної сировини.

Аналіз літературних джерел свідчить, що використання рослинної сировини при виробництві м'ясних продуктів дозволяє не тільки збагатити їх функціональними інгредієнтами, підвищити засвоюваність, а й отримати продукти, які відповідають основним фізіологічним нормам. Доцільним є застосування овочевих, зернових та зернобобових культур, побічних продуктів їх перероблення тощо. Включення цієї порівняно недорогої сировини до рецептури м'ясних продуктів зменшує їх загальну вартість, а також надає їм оздоровчого спрямування [1].

Метою даної роботи є отримання паштету оздоровчого призначення з використанням пророщеного зерна сочевиці та гречки.

Важливим чинником для обґрунтування вибору нетрадиційних добавок для виробництва нового паштету в даній роботі, став їх хімічний склад. Так, сочевиця за вмістом білка не поступається сої, квасолі, гороху, його частка сягає від 24% до 35%, є джерелом

вітамінів групи В,  $\beta$ -каротину, мінеральних речовин. Зелена гречка також містить усі незамінні амінокислоти, поліненасичені жирні кислоти, потужні антиоксиданти, широкий спектр вітамінів та мінеральних речовин, харчові волокна.

В свою чергу пророщування обраного зерна використовували для підвищення харчової цінності, біодоступності харчових сполук, зниження антиаліментарних речовин та поліпшення функціонального складу білків. З наукових джерел відомо, що при пророщуванні зерна підвищується також вміст вітамінів групи В, токоферолів та вітаміну С, що пов'язано з активними процесами синтезу в сім'ядолях, які проростають. Синтез вітамінів відбувається за участю ферментів з використанням резервних речовин та компонентів гідролізу, зокрема цукрів.

М'ясні паштети – це гомогенізовані продукти пастоподібної консистенції на основі м'яса чи субпродуктів із додаванням жировмісної сировини, пасерованих овочів, солі, смакових та ароматичних речовин. Цінність м'ясного паштету та вибір компонентів рецептури, обумовлений їх хімічним складом, функціональними і технологічними властивостями. Корисним вважається печінковий паштет, адже не новина, що печінка тварин особливо багата на мінеральні речовини та вітаміни, незамінні амінокислоти.

Нами розроблено ряд рецептур паштетів, що містять печінку свинини, свинину, шпик, пророщені зерна сочевиці та гречки, цибулю, моркву, сіль, спеції. Виготовлено серію пробних зразків паштетів, де вміст пророщеного зерна сочевиці та гречки варіювали в межах 5-20%. Проведено їх органолептичну оцінку, визначено фізико-хімічні показники і розраховано харчову та біологічну цінність.

Встановлено, що оптимальною дозою внесення пророщеного зерна сочевиці та гречки є 15 %. Відзначено, що паштет, при даній кількості внесення пророщених зерен, має приємний смак та запах, хорошу консистенцію та вдається підвищити харчову цінність готового виробу. Зокрема, вдається збагатити готовий виріб харчовими волокнами, мінеральними речовинами та іншими біологічно активними речовинами, які притаманні саме рослинній сировині – пророщеним зернам сочевиці та гречки.

На основі представлених досліджень показана можливість і перспективність використання нетрадиційної рослинної сировини, а саме пророщеного зерна сочевиці та гречки у технології отримання паштету оздоровчого призначення.

### **Література**

Бажай-Жежерун. С.А., Антонюк М.М., Башта А.О. Розроблення компонентного складу м'ясо-рослинних консервів оздоровчого призначення та дослідження їх якісних показників. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. 2022. Том 33 (72), № 4. С. 236-240.