

## **Використання пророщеного зерна сочевиці та гречки для отримання паштету оздоровчого призначення**

**Алла Башта, Дмитро Медведюк**

*Національний університет харчових технологій, Київ, Україна*

**Вступ.** Перспективним напрямком коригування складу харчових продуктів згідно сучасних вимог нутриціології є поєднання тваринних і рослинних компонентів, що дозволяє збагатити організм людини біологічно активними речовинами. Метою даної роботи є отримання паштету оздоровчого призначення з використанням пророщеного зерна сочевиці та гречки.

**Матеріали і методи.** У процесі досліджень вихідної сировини, напівфабрикатів та готового продукту використовували загальноприйнятні методи досліджень, серед яких титриметричні, фотоколориметричні, органолептична оцінка; методики оцінки харчової та біологічної цінностей продукту в табличному редакторі Excel.

**Результати.** 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.

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. М'ясні паштети – це гомогенізовані продукти пастоподібної консистенції на основі м'яса чи субпродуктів із додаванням жиромісної 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.

Шляхом підбору інгредієнтів та їх комбонуванням в розробленій рецептурі паштету запропоновано використовувати цінні рослинні джерела функціональних інгредієнтів. Так, сочевиця за вмістом білка не поступається сої, квасолі, гороху, його частка сягає від 24% до 35%, є джерелом вітамінів групи В, β-каротину, мінеральних речовин. Зелена гречка також містить усі незамінні амінокислоти, поліненасичені жирні кислоти, потужні антиоксиданти, широкий спектр вітамінів та мінеральних сполук, харчові волокна. В свою чергу пророщування обраного зерна використовували для підвищення харчової цінності, біодоступності харчових сполук, зниження антиаліментарних речовин та поліпшення функціонального складу білків.

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 і розраховано харчову та біологічну цінність. Встановлено, що оптимальною дозою внесення пророщеного зерна сочевиці та гречки є 15 %. Відмічено, що паштет, при даній кількості внесення пророщених зерен, має приємний смак та запах, хорошу консистенцію та вдається підвищити харчову цінність готового виробу.

**Висновки.** За результатами досліджень та на основі аналізу визначено раціональну кількість рослинних добавок для підвищення харчової цінності паштету.