

78. ОСОБЛИВОСТІ ВИГОТОВЛЕННЯ КОВБАСНИХ ВИРОБІВ ІЗ ОВОЧЕВИМИ ДОБАВКАМИ

Р.О. Ришканич, І.М. Страшинський, О.П. Фурсік

Національний університет харчових технологій, Київ, Україна

Через зміну способу життя в останні роки зростають потреби споживачів у швидкій, зручній та здоровій їжі. За рахунок цього виникає необхідність проведення досліджень з метою розробки м'ясопродуктів із зниженим вмістом масової частки жиру та включення оздоровчих компонентів до складу рецептури. Для досягнення цієї мети розглянуто заміну жировмісної м'ясної сировини такими інгредієнтами як: морква, гарбуз, шпинат, червоний перець, фіолетова капуста.

Морква є високопоживним коренеплодом. Корисні і поживні властивості моркви пояснюються її багатим складом. Вона містить вітаміни групи В, РР, С, Е, К. У ній також присутній каротин – речовина, яка в організмі людини перетворюється на вітамін А, має здатність покращувати роботу легенів, та організму людини загалом. Морква містить 1,3% білків, 7% вуглеводів та повний спектр необхідних для організму людини мінеральних речовин: калію, заліза, фосфору, магнію, кобальту, міді, цинку, йоду, хрому, нікелю, фтору. Ці поживні речовини стимулюють ріст білих кров'яних тілець, які відіграють велику роль в боротьбі з раковими клітинами.

Гарбуз включає до свого складу воду, азотисті та білкові речовин, органічні кислоти, клітковину, крохмаль, цукор (близько двох третин усіх цукрів – глюкоза), каротин, вітаміни Е, D, С, В₁, В₂, солі міді, фосфору, заліза, цинку.

Каротин разом з вітаміном Е запобігають старінню клітин і захворюванню раком. Пектинові речовини, що містяться у гарбузі, сприяють виведенню з організму токсичних речовин і холестерину. Гарбуз після термічної обробки швидко засвоюється організмом і широко застосовується навіть для дитячого і дієтичного харчування.

Шпинат є одним із кращих продуктів для зміцнення імунітету, бере участь у профілактиці захворювань серця і судин. Листя шпинату багаті мінеральними речовинами (кальцію і калію), вітамінами А С, В₁, В₂, В₃, D, Е, К, Р, РР, солями заліза, йоду. Вітаміни С та А не руйнуються під впливом термічної обробки.

Червоний перець дуже багатий на вітаміни, а особливо на вітамін С. Плоди також містять вітаміни В₁, В₂, Е, К і мінерали – калій, кальцій, фосфор, магній. Вміст цих вітамінів і мінералів прискорює процес регенерації тканин, виводить скупчення солей, підтримує роботу серцево-судинної системи та імунітету.

Фіолетова капуста характеризується високим вмістом такої речовини, як антоціан, яка здатна зміцнювати стінки судин та потовщувати їх. У ній міститься калій, магній, залізо, клітковина та багато білка. Фіолетова капуста використовувалася для лікування туберкульозу ще у давні часи. Її ефективність пояснюється вмістом у даному продукті фітонцидів.

На основі аналізу літературних джерел у напрямку вибору рослинної сировини для виготовлення ковбасних виробів виявлено, що такі овочеві добавки, як: морква, гарбуз, шпинат, червоний перець фіолетова капуста здатні зменшувати вміст жиру, покращуючи при цьому стійкість емульсії, збільшувати кількість клітковини, а також підвищувати харчову цінність при їх використанні.

Однак, необхідно дотримуватися всіх пропорцій при включенні даного виду сировини до складу рецептур м'ясних продуктів з метою отримання збалансованих за харчовою цінністю, фізико-хімічним складом та енергетичною цінністю ковбасних виробів.

Список літератури

1. Коновалов, К. Л. Растительные пищевые композиты для производства комбинированных продуктов [Текст] / К. Л. Коновалов , М. Т. Шульбаева // Пищевая промышленность. – 2008. – № 7. – С. 8–10

2. Pietrasic, Z. Utilization of pea flour, starch-rich and fiber-rich in low fat bologna [Text] / Z. Pietrasic, J. A. M. Janz // Food Res. Int.. – 2010. – Vol. 43, Issue 2. – P. 602–608. doi: 10.1016/j.foodres.2009.07.017