

С.А. Юлчиева, преп. (*Наманганский государственный университет, г. Наманган, Узбекистан*)

Л. Мамаджанов, канд. биол. наук (*Наманганский государственный университет, г. Наманган, Узбекистан*)

Ш.Н. Атаханов, канд. техн. наук (*Наманганский государственный университет, г. Наманган, Узбекистан*)

Н.Х. Мирабдуллаев, сотр. отд. науки (*Наманганский государственный университет, г. Наманган, Узбекистан*)

З. Абдурасулова, студ. (*Наманганский государственный университет, г. Наманган, Узбекистан*)

УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОГО БЛЮДА «СУМАЛАК»

Из древних исторических источников установлено, что на территории Средней Азии более чем три тысячи лет тому назад предки узбеков, таджиков и персов, зная целебность и питательность проросших зерен пшеницы, использовали в рационе питания населения традиционное национальное блюдо сумалак, приготовленное по особой технологии, в дни проведения праздника весеннего равноденствия, именованного навруз. Именно в весенний период наши предки на всей территории среднеазиатского региона широко использовали традиционные методы проращивания пшеницы, в целях приготовления целебного блюда сумалак, имеющего важное и необходимое значение для восстановления пониженной иммунной системы и тонуса человеческого организма, последовавшие в зимние времена года.

Однако следует отметить, что сам технологический процесс и методы качественной подготовки сырья, подбор оптимальных режимов тепловой обработки требуют ещё дополнительного изучения и разработки инновационных технологических подходов и новых обогащенных комплексных рецептур для производства данной лечебной консервированной продукции, используя не только зёрна пшеницы, но и другие зерновые культуры с высоким содержанием биологически активных компонентов.

Правильная замена в традиционной рецептуре приготовления блюда сумалак – части пророщенных зерен пшеницы на пророщенные зерна овсы в предлагаемом способе, приводит к взаимосулению полезных свойств этих уникальных кладов биологически активных веществ и получению нового образца этого блюда с лечебно-профилактическими свойствами. При лечебно-профилактическом воздействии предложенного состава блюда сумалак нормализуются в

организме человека следующие жизненно важные процессы: улучшается работа иммунной системы; ускоряются восстановительные процессы; повышается сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям; нормализуется обмен веществ; улучшается работа многих органов и систем: нервной, сердечно-сосудистой, половой, эндокринной; регулируется работа желудочно-кишечного тракта; ускоряется заживление ран, язв на коже; укрепляются зубы, улучшается рост и структура волос; очищается кровь; выводятся из организма шлаки, токсины; профилактика авитаминоза, анемии, преждевременного старения, онкологических заболеваний; выводятся из организма лишний холестерин, желчные кислоты, что является профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний.

Старинные рецептуры этого традиционного блюда очень простые и состоят из: 1 кг пшеницы, 0,5 л хлопкового масла, 4 кг муки II сорта. Алгоритм технологического процесса состоит из следующих операций: подготовка зерен пшеницы, инспекция сырья, мойка сырья в холодной воде, вымачивание пшеницы в холодной воде в течение суток, разложение вымоченной пшеницы на деревянные противни и выдерживая в течение 3 суток, периодически опрыскивая холодной водой. Затем проросший материал пропускается через мясорубку с необходимой матрицей, далее гомогенизированную суспензию фильтруют через двухслойную марлю и заливают в большие котлы, далее осуществляется непрерывная тепловая обработка на большом огне в течении 8–10 часов, затем котел с блюдом плотно закрывается и выдерживается определенное время на малом огне. А новую технологическую схему производства национального блюда сумалак можно представить в следующем виде: Новая технологическая схема приготовления сумалака включает в себя доставку сырья, мойку, замачивания зёрен (пшеничной, овса) в холодной воде, вкладывание замоченного зерна на деревянные противни, гомогенизация проросших зёрен, варка зерновой суспензии с добавлением воды и пшеничной муки, выдерживая пищевой продукт в закрытом котле, перемешивая постоянно, доведя до готовности и укладка сумалака в стеклянную тару и их укупорку на специальных аппаратах, охлаждение готового продукта. Сумалак приготовленный по новой технологии имеет приятный сладкий вкус без постороннего вкуса и запаха с букетом запахов, с пастообразной консистенцией привлекательным коричневым цветом и состоит из однородной массы. Блюдо сумалак, приготовленный по новой технологии получил высокую оценку потребителей и специалистов отрасли.