

АНАЛІЗ СПОЖИВНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ СМЕТАНИ

Кравченко А.С., гр. ТЕМ-16

Науковий керівник – доц. **І.М. Беляєва**

Харківський державний університет харчування та торгівлі

Сметана – це національний слов'янський кисломолочний продукт, який виготовляють на основі пастеризованих вершків шляхом їх сквашування закваскою на чистих культурах молочнокислих стрептококів з подальшим визріванням сквашених вершків. Серед інших кисломолочних продуктів сметана відрізняється високими харчовими якостями. Завдяки змінам, що відбуваються з білковою частиною сметани в процесі сквашування, вона засвоюється організмом людини швидше та легше, ніж вершки відповідної жирності. У процесі сквашування вершків деякі молочнокислі бактерії спроможні синтезувати вітаміни групи В, а утворена молочна кислота надає сметані дієтичних властивостей. Завдяки цьому сметана широко використовується у лікувальному харчуванні: її призначають хворим на недокрів'я та людям з порушеннями функції органів травлення, а значна кількість лецитину в продукті попереджує розвиток атеросклерозу.

Сметана має чистий кисломолочний смак, яскраво виражений аромат молочнокислого бродіння і в міру густу однорідну консистенцію без крупинок жиру і білка. Продукт з вказаними властивостями може бути отриманий, якщо у вершках протікають у визначеності два основні процеси: накопичення молочної кислоти; утворення і подальше ущільнення згустку при певному значенні рН. В сметані містяться такі вітаміни: А, D, E, В₁, В₂, РР, С. Сметана надає відчуття ситості, яке не проходить доволі тривалий час, а жир, який міститься в цьому продукті, дуже подрібнений і тому засвоюється значно легше, ніж жир, який міститься у складі інших продуктів.

У сметані міститься значна кількість жироподібної речовини – лецитину, яка має дуже важливе значення для профілактики атеросклерозу. Лецитин підтримує холестерин в розчиненому стані, тим самим перешкоджає відкладанню на стінках судів білково-холестиринових сполук, які зумовлюють розвиток атеросклерозу.

Основний асортимент складає сметана у натуральному вигляді з різним вмістом жиру. В залежності від масової частки жиру та мікрофлори закваски випускають такі види сметани: дієтичну 10%; 15, 20, 30, 35%; любительську 40%; сметану ацидофільну 20%.