

## КУЛІНАРНІ СТРАВИ НА ОСНОВІ СОЧЕВИЦІ

**Кашкано М., гр. ТОПМ-57, Атанасова В., асп.**  
Науковий керівник – д-р техн. наук, проф. **Тележенко Л.М.**  
Одеська національна академія харчових технологій

Виробництво перших обідніх страв характеризується застосуванням сировини різноманітного походження та наданням продукту збалансованого хімічного складу. З цією метою часто застосовують злакову та бобову сировину, що має високий вміст білків, вітамінів, мінеральних речовин. Така сировина, як сочевиця, на жаль мало застосовується в Україні, хоча має специфічні смакові властивості і багатий хімічний склад. З іншого боку травлення білків сочевиці йде дуже повільно і перевантажує роботу шлунково-кишкового тракту. Розрішити таке протиріччя між наявністю багатого хімічного складу та складністю його засвоєння в організмі людини – можна шляхом застосування різних видів попередньої обробки зерна сочевиці, наприклад, екструзії. Екструзія – це короткочасний високотемпературний процес, який застосовується в харчовій промисловості з метою зміни фізико-механічних та хімічних властивостей сировини.

Для певної категорії населення особливе значення приділяється наявності у раціоні пюреподібних страв зі збалансованим хімічним складом та високими органолептичними показниками. В першу чергу такі страви повинні мати плинну, рівномірну, тонкоподрібнену структуру, яка при зберіганні не піддається розшаруванню.

Застосований метод попередньої обробки сочевиці сприяє значному коректуванню режимів теплової обробки. Доведення до готовності напівфабрикатів зерна сочевиці скорочується у 10...25 разів, що безперечно дозволить значно скоротити втрати біологічно цінних сполук сировини, отримати продукт швидкого приготування, але не збіднений на корисні харчові сполуки. Такий результат можна отримати через короткочасову високотемпературну обробку зерна сочевиці під тиском у екструдері. Суп-пюре із заготовлених напівфабрикатів може бути придатним до споживання навіть після його відновлення протягом 2-3 хвилин гарячою водою.

Таким чином, застосування екструзування, дозволяє значно скоротити час теплової обробки при виготовленні страв, надати продукту кращих органолептичних властивостей, збагатити хімічний склад та суттєво зберегти енергетичні витрати.