

Р.Ю. Павлюк, д-р техн. наук, проф. (*ХДУХТ, Харків*)
Л.О. Радченко, канд. техн. наук проф. (*ХТЕК КНТЕУ, Харків*)
Л.М. Соколова, канд. техн. наук (*ХДУХТ, Харків*)
А.А. Оверченко, асп. (*ХДУХТ, Харків*)

РОЗРОБКА НОВИХ ОЗДОРОВЧИХ САЛАТІВ ІЗ МОРКВИ З ПРЯНОЩАМИ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

В ХХІ столітті наука про здорове харчування значно поміняла харчові переваги людей і висунула салати (особливо з овочів і фруктів) у нашому меню на перше місце. У Європі росте інтерес до здорової й смачної їжі. Звідси – і тенденції в ресторанному бізнесі. Овочі в Європі зараз самий популярний продукт. У підсумку росте кількість салатів-барів, збільшується число вегетаріанських ресторанів. Дієтологи зтверджують, що той, хто часто їсть салати із овочів і фруктів, харчується правильно й корисно. Салат цілком може замінити цілу вечерю для тих, хто дотримується принципів здорового харчування. Великою його перевагою є те, що його подають і як закуску або основне блюдо, і на десерт. Значення овочів у харчуванні людини з'ясовано давно. Вони не тільки містять необхідні для організму вуглеводи, білки, жири, мінеральні солі, органічні кислоти, але і є найчастіше єдиним джерелом різноманітних вітамінів і інших біологічно активних речовин, таких як фенольні сполуки, каротин, дубильні речовини, що регулюють процеси обміну речовин.

В ХДУХТ були розроблені салати із моркви з прянощами для закладів ресторанного господарства. Морква помітно виділяється серед інших рослин значним вмістом БАР особливо β -каротину. Каротин в організмі людини трансформується у вітамін А, який необхідний для нормального функціонування шкіри, слизових оболонок, органів зору, сприяє посиленню імунітету і є ефективним антиоксидантом та має протипухлинну дію.

Для збереження біологічно активних речовин при переробці рослинної сировини, потрібно інактивувати окислювальні ферменти, які сприяють окисленню різних видів біологічно активних речовин, в тому числі і каротину. В роботі проведені дослідження впливу термообробки на активність окислювальних ферментів у пароконвекційній печі, UNOX (Італія) при температурі 95 °С і 100% пари при різних тривалості часу.

З даних графіків (А) видно, що активність окислювальних ферментів змінюється поступово. У моркві нарізаної на смужки

довжиною 5 см та діаметром 2 мм спостерігається більш інтенсивне зменшення активності. Це може бути обумовленим тим, що продукт скоріше прогрівся і швидше відбувається інактивація ферментів.

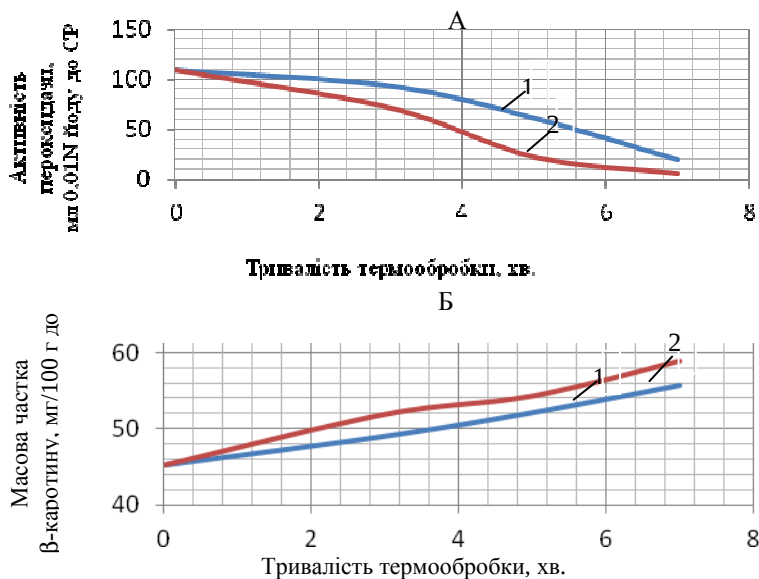


Рисунок – Вплив механічного подрібнення, термообробки на активність пероксидази (А), на вміст β -каротину (Б) де: 1 – морква нарізана на смужки 7 см та поперечним перерізом 3x3 мм; 2 – морква нарізана на смужки довжиною 5 см та діаметром 2 мм

З даних графіка (Б) видно, що вміст β -каротину після бланшування збільшується. Це пояснюється тим, що при бланшуванні моркви відбувається впровадження води в крохмаль, його набрякання, клейстеризація і відщеплення низькомолекулярних сполук, таких як β -каротин.

Проаналізувавши дані досліджень були підібрані режими підготовки сировини для розробки технології нових салатів із моркви з прянощами. Показано, що нові салати виготовлені із моркви за новою технологією, відрізняються високим вмістом β -каротину, тому можна зробити висновок, що одержаний продукт задовольняє вимогам функціонального харчування. Розроблені технологічні карти та проведені випробування на виробництві.