

ТЕХНОЛОГІЯ КОМБІНОВАНИХ ФАРШЕВИХ ВИРОБІВ З ДОДАВАННЯМ ЛЛЯНОГО БОРОШНА, ОВОЧІВ ТА СИРУ

Герасимов Д.С., гр. МТХ-20

Харківський торговельно-економічний інститут

Київського національного торговельно-економічного інституту

Науковий керівник

Свідло К. В. д.т.н., проф., зав.кафедри ІХіРТ

Розроблена технологія мафінів з курячого фаршу з додаванням болгарського перцю, броколі та сиру і запропоновано додавання до фаршу лляного борошна. Ляне борошно використовується як домішка до фаршу. Додавання цього виду борошна може дозволити отримати м'ясні вироби низької вартості, які можливо використати у шкільному, студентському та оздоровчому харчуванні.

Для підвищення біологічної цінності м'ясних січених виробів до фаршу можуть додавати різні види овочів, борошна, проростків різних рослин і т.д. Для приготування фаршевих виробів використовують м'ясо лопатки або крайки туш яловичини 1-ї категорії та лопатки туш дрібної худоби. До фаршу додають воду або молоко, сіль, різноманітні спеції і все ретельно перемішують. Ляне борошно легше засвоюється, ніж цільне зерно. Його вважають значно кориснішим, ніж борошно з пшениці.

Однією з головних позитивних характеристик лляного борошна є чистка організму. Цей продукт допомагає організму позбутися ліпідів, шлаків, паразитів. Завдяки своїм якостям тривале вживання льону сприяє поліпшенню вивідної функції печінки. Льон містить безліч вітамінів (А, В₁, В₂, В₅, В₆, В₉, Е) і корисних речовин (калій, магній, кальцій, цинк, фосфор). Додавання лляного борошна в м'ясні вироби покращує якісний склад білка, жирнокислотний склад, поліфенольних сполук [1].

Броколі наймовірно корисна і рекомендована людям, які страждають від серцево-судинних захворювань. Також цей овоч допомагає виводити холестерин з організму, зміцнює стінки судин і служить для профілактики інфарктів та інсультів. Відомо, що броколі стабілізує роботу шлункового тракту та сприяє його очищенню. Також капуста броколі нормалізує виділення жовчі.

Болгарський перець містить у своєму складі потрібні для здоров'я компоненти: вітаміни А, С, Р, мінеральні солі (калій, кальцій, фосфор, магній і багато інших). Регулярне вживання болгарського перцю в їжу допоможе нормалізувати роботу нервової системи, впоратися із занепадом сил, відновити і зміцнити захисні сили організму, покращити стан зору, зробити ясна та зуби міцнішими.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Додавання лляного борошна до м'ясних виробів [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://cyberleninka.ru/article/n/pischevaya-tsennost-myasnyh-rublenyh-izdeliy-s-dobavleniem-muki-lnyanoy>. – Станом на 29.10.2020 р. – Назва з екрану.