

Ільмінська О.О.
ХЛІБ З ПІДВИЩЕНИМИ ФУНКЦІОНАЛЬНИМИ
ВЛАСТИВОСТЯМИ

Хліб – продукт, випечений з муки з використанням дріжджів, солі, води і додаткової сировини, який виготовлено згідно з відповідними рецептурами і технологічними режимами. Асортимент виробів, що виробляються хлібопекарськими підприємствами, характеризується великою різноманітністю. Хліб виробляється різної маси, вигляду, формовим або подовим, різної рецептури, вологості.

Хліб є найпоширенішим харчовим продуктом, його вживають кожного дня. Це викликано тим, що він має добрий смак і аромат, які збуджують апетит та сприяють травленню. А завдяки м'якій конситенції та розвиненій пористості підвищена доступність хліба для тварних соків.

За рахунок хліба організм людини на 50 % задовольняє потребу у вітамінах групи В: тіаміні (В1), рибофлавіні (В2) і нікотиновій кислоті (РР). У хлібі з цілого зерна або з муки грубих помелів міститься надзвичайно цінні вітаміни групи Е - токофероли. Наявність вітамінів в хлібі обумовлена в основному сортом муки. Хліб з обойної муки характеризується вищим вмістом вітамінів. Хліб важливий і як джерело мінеральних речовин. У хлібі міститься калій, фосфор, сіра, магній; у декілька менших кількостях - хлор, кальцій, натрій, кремній і в невеликих кількостях інші елементи. Хліб з нижчих сортів муки містить більше мінеральних речовин. Біологічна цінність хліба характеризується амінокислотним складом, змістом зольних елементів, вітамінів і поліненасичених жирних кислот. Білки хліба є біологічно повноцінними. Хліб також містить клітковину необхідну для організму людини.

Результати досліджень фактичного стану харчування населення в різних регіонах України свідчать про те, що структура харчування і харчовий статус населення характеризуються серйозними порушеннями. Серед яких дефіцит споживання харчових волокон дорівнює 30%.

Пропонується удосконалити рецептуру хліба підвищенням харчової цінності шляхом використання клітковини волоського горіха і борошна пшеничного у співвідношенні 1:5. Таким чином буде підвищено вміст харчових волокон, мінеральних речовин та вітамінів. Спосіб виробництва такого хліба включає замішування та дозрівання опари, тіста, формування і вистоювання тістових заготовок та їх випікання. Вносити клітковину волоського горіха пропонується на стадії отримання опари, попередньо розвівши її водою.

