

Шестаковская М.В.
ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ С ДОБАВЛЕНИЕМ ПШЕНИЧНОЙ
КЛЕТЧАТКИ

Блюдо «Творожный пудинг» пользуется большой популярностью в предприятиях ресторанного хозяйства, так как в творожном пудинге содержится много питательных веществ и витаминов.

Так как при приготовлении творожного пудинга в результате тепловой обработке теряется большое количество витаминов, предлагается усовершенствовать рецептурный состав уго, добавив клетчатку пшеницы.

Клетчатка – составляющая растительной пищи и относится к активным веществам, участвующим в процессе пищеварения. Клетчатка – это комплекс целлюлозы, пектина, лигнина, формирующих клеточные стенки растений, которые не разрушаются в желудке и тонком кишечнике. Иначе говоря, клетчатка не переваривается.

Роль клетчатки в процессе пищеварения: поддерживает равновесие микрофлоры кишечника, стимулирует продвижению пищи и очистке кишечника, впитывает в себя токсины, нитраты, мутагены и канцерогены, даёт ощущение сытости.

В творожный пудинг входят такие компоненты как: творог, крупа манная, сахар, яйца, изюм, маргарин, ванилин, сухари, сметана, клетчатка пшеничная.

Готовое блюдо «Творожный пудинг с добавлением клетчатки пшеничной» оценивали по таким органолептическим показателям как:

- вкус: сладкий характерный запечному творогу;
- цвет: из нежно беловатого цвета творожной массы становится светло - коричневатого оттенка (при добавлении пшеничной клетчатки);
- запах: приятный, аппетитный;
- консистенция: нежная, однородная, но встречаются крупинки клетчатки, т.к. она не растворяется в воде.

Творожный пудинг с добавлением клетчатки пшеничной является хорошо усваиваемым организмом блюдо, богатое витаминами и минеральными веществами, с уменьшенной калорийностью, улучшенной консистенцией.