**Більченко Ю.Ю.** (УІПА, м. Харків)

**ТЕХНОЛОГІЯ КЕКСІВ ІЗ ПРОРОЩЕНОГО ЗЕРНА**

Асортимент кексів, що виробляються в наший країні, складає декілька десятків різних на вигляд, смак і поживність сортів. Це пояснюється тим, що борошняні кондитерські вироби виробляють з борошна різних видів і сортів, за неоднаковими рецептурами та із застосуванням різноманітних технологічних операцій.

Відповідно до сучасних тенденцій асортимент кексів повинен бути розширений випуском виробів підвищеної якості, харчової та біологічної цінності, профілактичного, функціонального та лікувального призначення. Для виробництва таких виробів використовують спеціальні комбіновані борошняні суміші з висівками, вітамінно-мінеральними компонентами, подрібненим і розплющеним зерном. Для підвищення харчової та біологічної цінності цих виробів і створення продуктів лікувально-профілактичного призначення, останнім часом особливою популярністю користується пророщене зерно, в якому зберігаються всі вітаміни, а також значна частина білкових і мінеральних речовин, закладених в нього природою.

Про пророщене зерно варто сказати особливо, адже в ньому містяться багато важливих стимуляторів життєдіяльності організму: підвищена кількість вітаміну Е і одночасно вітамінів групи В. У момент проростання активізуються всі життєві сили, збільшується кількість ферментів, вітамінів, мінералів, таке зерно володіє найбільш цілющою і живильною цінністю, є унікальним джерелом найважливіших біологічно активних речовин. Необхідно відзначити, що вітамін Е особливо активний у поєднанні з органічними формами мікроелемента селену, що також є потужним антиоксидантом.

Пророщена пшениця сприяє утворенню слини, активує всю травну систему, поглинає шкідливі речовини в кишечнику, має бактерицидну дію, виводить надлишок холестерину, відновлює координацію рухів, колір і густину волосся, укріплює зуби, організм стає стійкішим до різних захворювань, зокрема, простудних. Крім того, при регулярному вживанні проростків пшениці нормалізується обмін речовин і склад крові, знижується вага при ожирінні, поліпшується функція жовчовивідних шляхів, кишечника, стабілізується цукор при діабеті, поліпшується стан кровоносних судин, відновлюється гострота зору, зміцнюється психіка, нормалізується сон, а його тривалість істотно знижується без шкоди для організму

Таким чином нами пропонується використовувати пророщене зерно у виробництві борошняних кондитерських виробів, зокрема кексів. Головна особливість технології кексу з пророщеного зерна, на відміну від традиційних способів приготування виробів з пшеничного борошна, полягає в підготовці зерна, що включає його очищення, сортування, миття, замочування у воді, пророщування, сушіння і подальше подрібнення.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Робота виконана під керівництвом ас. Ільмінської О.О.