

УДК 664.934

РАЗРАБОТКА РЕЦЕПТУРЫ МЯСНОГО ПАШТЕТА ДИЕТИЧЕСКОГО НАЗНАЧЕНИЯ

*Алексеева М.А., студентка 2 курса ветеринарного факультета,
Казарова И.Г., студентка 3 курса биотехнологического
факультета*

*Научный руководитель - Алексеев А.Л., д.б.н., профессор
ФГБОУ ВО «Донской государственный аграрный университет»*

Ключевые слова: *куриный паштет, грецкий орех, лечебные свойства, диетический продукт.*

В статье приведена разработка рецептуры куриного паштета с грецким орехом диетического назначения.

Избыточная масса тела и ожирение стоят на пятом месте среди ведущих причин смертности в мире. По оценке ВОЗ в возрасте 18 лет и старше 1,9 миллиарда взрослых людей имеют избыточный вес, из них свыше 600 миллионов страдают ожирением.

Поэтому развитие производства продуктов функционального питания является одним из самых перспективных направлений в пищевой промышленности. Потребительские свойства функциональных продуктов оказывают благотворное регулирующее действие на организм человека в целом или на его отдельные органы [1]. Функциональные продукты – это еда, предназначенная не только утолить голод и обеспечить поступление необходимых питательных веществ для человека, но также и для предотвращения связанных с питанием заболеваний и улучшения физического и психического здоровья потребителей.

В связи с этим, цель наших исследований - разработка рецептуры мясного паштета диетического назначения с направленным функциональным эффектом.

Основные ингредиенты: куриная печень и грецкий орех. Куриная печень продукт полезный и вполне диетический, ее часто включают в питание при различных заболеваниях и в целях их профилактики. В продукте содержится большое количество макро-, микроэлементов, витаминов, аминокислот, полезных для головного мозга и почек здоровых людей, а больных сахарным диабетом в первую очередь. В печени присутствует аскорбиновая кислота, гепарин, холин. Помимо этого, куриная печенка содержит: калий, магний, натрий, хром, молибден[2].

Таблица 1- Рецептuru куриного паштета с грецким орехом

Ингредиенты	Нетто, мл/г
Куриная печень	500
Лук	150
Морковь	75
Сливочное масло	35
Грецкий орех	70
Лавровый лист	5
Растительное масло	34
Вода	250

Грецкий орех имеет богатый витаминный и минеральный состав. Его используют для профилактики и лечения болезней, связанных с нарушениями обмена веществ; содержат целый комплекс витаминов и минеральных веществ: витамин Е, калий, цинк, марганец, кальций, железо, цинк и селен. Содержит большое количество пищевых волокон-клетчатки, стимулирующей пищеварительные процессы. За счет богатого природного комплекса витаминов и минералов этот продукт снимает нервное напряжение, укрепляет память и улучшает работу ЦНС. Благодаря высокому содержанию йода, его употребляют в качестве профилактики болезней щитовидной железы [3].

Разработанная рецептура куриного паштета с грецким орехом представлена в таблице 1.

Технология приготовления: лук нарезать полукольцами, морковь - кружочками; орехи порубить ножом на кусочки 5*5мм. На растительном масле обжарить лук до золотистого цвета, добавить морковь, печень и орехи; добавить один стакан воды и лавровый лист, посолить и довести до кипения. Тушить 20-30 минут до готовности, затем остудить, добавить сливочное масло; взбить блендером до однородной консистенции.

Разработанная рецептура куриного паштета с грецким орехом позволяет расширить ассортимент мясных диетических продуктов функциональной направленности. Данное блюдо является подходящим для людей, больных сахарным диабетом, а также для лечения и профилактики сердечнососудистых заболеваний и метаболического синдрома, поскольку включает набор ингредиентов, которые снижают уровень

холестерина, очищают сосуды, благотворно влияют на сердечно — сосудистую систему, снижают артериальное давление. Благодаря этому снижается риск тромбообразования и дальнейшего появления инфарктов и инсультов.

Библиографический список:

1. Белозёрова, М.С. Функциональные молочные продукты для геродиетического питания / М.С. Белозёрова // Низкотемпературные и пищевые технологии в XXI веке. Материалы конференции VII Международная научно-техническая конференция. – 2015. – С. 142-145.
2. <https://diabetik.guru/products/kurinaya-pechen-pri-saharnom-diabete-2-tipa.html>
3. <http://diabet.pro/vidy/2-tipa/pitanie/gretskie-orehi.html> diabet.pro ©

DEVELOPMENT OF THE COMPOUNDING OF MEAT PASTE OF DIETARY APPOINTMENT

Alekseeva M.A., Kazarova I.G.

Keywords: *chicken paste, walnut, medicinal properties, dietary product.*

Development of a compounding of chicken paste with walnut of dietary appointment is given in article.