

УДК 641.5

## **РАЗРАБОТКА РЕЦЕПТУРЫ ПАСТЫ НА ОСНОВЕ СЫРЬЯ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ**

*Казарова И.Г.*

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

**Ключевые слова:** *арахис, баклажаны, рецептура, энергетическая ценность, минералы, органолептические показатели.*

*В данной статье рассматривается характеристика вводимых компонентов для обогащения продукции питания. Большое внимание уделено изучению овощей и арахиса в изготовлении паштета на растительной основе.*

Особую актуальность в последнее время приобретает создание продуктов питания нового поколения, сохраняющих и улучшающих здоровье, снижающих риск развития заболеваний благодаря наличию в их составе функциональных ингредиентов[1].

Целью наших исследований является разработка рецептуры и технологии приготовления пасты функциональной направленности. Исследования проводились на кафедре пищевых технологий Донского государственного аграрного университета.

В арахисе содержится целый набор витаминов – А, группа В, D, Е, РР. Он богат уникальными аминокислотами и растительными жирами. Например, полиненасыщенной линолевой и фолиевой кислотами, биотином и другими органическими веществами [2,3]. В арахисе не содержится холестерина. Арахис нормализуют уровень сахара в крови. В арахисе есть магний, который положительно влияет на сердце, кровяное давление и обмен веществ. Орех укрепляет иммунитет, борется со слабостью и стрессом (депрессивным настроением), инфекциями и вирусами. Витамин В3 (ниацин) отвечает за нормальную работу головного мозга, улучшает память, помогает сконцентрироваться и не терять внимательность.

В 100 г жареного арахиса содержатся 33% суточной нормы белка, жиров — 59% и углеводов — 7%.

Соотношение минеральных веществ (макро- и микроэлементов), содержащихся в жареном арахисе представлено в Таблице 1.

Баклажаны – овощ семейства паслёновых, который богат антоцианами – веществами, улучшающими память, нормализующие арте-

**Таблица 1 – Минеральные вещества, входящие в состав арахиса жареного**

	Содержание	Доля от суточной нормы, %
Кальций, мг.	58,0	5,8
Железо, мг.	1,6	15,8
Магний, мг.	178,0	44,5
Фосфор, мг.	363,0	51,9
Калий, мг.	634,0	13,5
Натрий, мг.	6,0	0,5
Цинк, мг.	2,8	25,2
Медь, мг.	0,4	47,6
Марганец, мг.	1,8	77,7
Селен, мкг.	9,3	16,9

риальное давление, а также снижающие риск инсульта [3]. Благодаря высокому содержанию солей калия и особого вещества меланогена это растение активизирует работу сердечной мышцы (миокарда), снижает повышенный уровень холестерина в крови и в печени. А также выводит из организма избыточную жидкость, нормализует водно-солевой и липидный обмен, избавляет от отеков. В лечебное питание баклажаны включают для укрепления иммунитета, профилактики атеросклероза (предупреждают появление атеросклеротических бляшек). Пищевая и энергетическая ценность баклажанов представлена в таблице 2.

Болгарский перец богат многими полезными витаминами и микроэлементами. Такими, как: витамины группы А, В, С, Е, РР, микроэлементы: железо, йод, кальций, калий, магний, натрий, марганец, медь, фосфор, фтор, хлор, цинк, сера. Вещества, содержащиеся в плодах болгарского перца, разжижают кровь и препятствуют образованию кровяных сгустков.

Исходя из вышеуказанных полезных свойств, необходимо отметить, что баклажан, арахис и болгарский перец являются весьма незаменимыми и важными компонентами, которые должны присутствовать в рационе каждого человека, в следствие чего, мы решили разработать баклажано-перечный паштет с орехами.

В результате изучения полезных свойств вышеперечисленных компонентов, была разработана рецептура пасты функциональной направленности на основе сырья растительного происхождения (табл. 3).

**Таблица 2 - Пищевая и энергетическая ценность баклажанов в 100 г.**

Белки	1 г.
Жиры	0,2 г.
Углеводы	4,5 г.
Калорийность	25 кКал.
Кальций	9 мг.
Железо	0,2 мг.
Магний	14 мг.
Калий	229 мг.
Натрий	2 мг.
Цинк	0,2 мг.
Медь	0,1 мг.
Марганец	0,2 мг.
Селен	0,3 мг.

**Таблица 3 – Разработанная рецептура**

№	Наименование	Масса нетто
	Баклажан	450 г.
	Перец болгарский	400 г.
	Арахис жареный	80 г.
	Чеснок	5 г.
	Соль	5 г.
	Перец черный молотый	5 г.
	Перец красный жгучий	5 г.
	Масло оливковое	15 г.

Технология приготовления: очищаем овощи, баклажаны нарезаем вдоль, перец на две части, затем выкладываем овощи на противень, добавляем соль, перец молотый и смазываем все маслом. Помещаем в духовой шкаф при температуре 200 °С на 40 минут. После запекания снимаем кожицу, соединяем и измельчаем все компоненты в блендере до однородной консистенции, затем охлаждаем полученную смесь в течении 1,5-2 ч., готовим к подаче.

Разработанный продукт с использованием баклажанов, болгарского перца и арахиса, обогащен необходимыми для полноценного функционирования организма витаминами, микро- и макроэлементами.

*Библиографический список:*

1. Альхамова, Г. К. Перспективы развития рынка творожных продуктов с функциональными свойствами / Г. К. Альхамова // Современные проблемы науки и образования. – 2011. – № 5. – С. 60-67.
2. Казарова, И. Г. Разработка рецептуры паштета из куриной печени, обогащенной растительными компонентами / И. Г. Казарова, Я. П. Сердюкова // Устойчивое развитие науки и образования. – 2018. - № 10 (25).
3. Казарова, И. Г. Разработка рецептуры мясных полуфабрикатов с функциональными свойствами / И. Г. Казарова, М. А. Алексеева, И. А. Мальцева // Использование современных технологий в сельском хозяйстве и пищевой промышленности : Международная научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых ученых. 26-27 апреля 2018 г. - пос. Персиановский : ДонГАУ, 2018. – С. 49-51.

## **DEVELOPMENT OF PASTA RECIPES BASED ON RAW MATERIALS**

*Kazarova I.G.*

**Key words:** *peanuts, eggplant, recipe, energy value, minerals, organoleptic indicators.*

*This article discusses the characteristics of the introduced components for the enrichment of food products. Much attention is paid to the study of vegetables and peanuts in the manufacture of vegetable-based pastes.*