

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ МУКИ ИЗ ПРОРОЩЕННОГО ЦЕЛЬНОСМОЛОТОГО ЗЕРНА

Алексеев И.О.

Научный руководитель – Урбанчик Е.Н., к.т.н., доцент
Могилевский государственный университет продовольствия
г. Могилев, Республика Беларусь

Пищевая ценность – это комплекс свойств пищевых продуктов, обеспечивающих физиологические потребности человека в энергии и основных питательных веществах.

Пищевая ценность продуктов питания определяется составом и соотношением химических веществ, усвояемостью, энергетической и биологической ценностью (содержанием в определенном соотношении незаменимых аминокислот, витаминов, минеральных веществ, полиненасыщенных жирных кислот).

Пищевая ценность муки характеризуется ее калорийностью, усвояемостью и полноценностью получаемых из нее продуктов питания.

Мука из пророщенного цельносмолотого зерна получена из пророщенного сухого зерна пшеницы, тритикале и ржи, высушенного инфракрасной сушкой, в результате его измельчения. Инфракрасная сушка пищевых продуктов относится к одному из самых современных и эффективных способов получения высококачественных и конкурентоспособных продуктов питания.

По сравнению с традиционными видами муки новый продукт имеет повышенное содержание витаминов группы В, С и Е, фолиевой кислоты и пищевых волокон. Белок отличается сбалансированным аминокислотным составом. Мука из цельносмолотого пророщенного зерна характеризуется низкой калорийностью, по сравнению с традиционными видами муки, имеет приятный запах.

Данные пищевой и энергетической ценности муки из пророщенного зерна злаковых культур приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Пищевая и энергетическая ценность, г в 100 г муки из пророщенного зерна

Наименование продукта	Белок, %	Жир, %	Углеводы, %	Энергетическая ценность, Ккал
Мука из пророщенного зерна пшеницы	11,0±2,1	1,4±0,2	47,5±2,1	246,6±6,7
Мука из пророщенного зерна тритикале	10,7±2,4	1,3±0,1	46,5±2,4	240,5±6,3
Мука из пророщенного зерна ржи	6,8±1,3	1,3±0,1	44,2±4,1	215,7±7,2

Мука из пророщенного цельносмолотого зерна предназначена для производства хлебобулочных, мучных кондитерских, макаронных, мясных, молочных, кулинарных изделий и пищевых концентратов. Мука может быть также использована в качестве натуральной добавки, повышающей биологическую ценность и усвояемость различных пищевых продуктов. Изделия из муки служат полноценными продуктами питания, так как содержат полный комплекс всех компонентов пищи, необходимых человеку, и хорошо усваиваются. Особая роль при этом отведена природным витаминам, минеральным и другим веществам, находящимся в зерне и муке.