

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ РАССОЛЬНЫХ СЫРОВ: СУЛУГУНИ, ЧЕДДЕР, МОЦАРЕЛЛА

В.В. Крысина, магистрант

Научный руководитель – **В.В. Шумак**, профессор, д.сх.н., доцент

Полесский государственный университет

Введение. Ассортимент сыров и их определений весьма разнообразен, так как, является историческим продуктом и многие народы имеют свой традиционный вид сыра. Разновидности сыров отличаются технологией производства, вкусовыми качествами, а также пищевыми свойствами.

Сыр – молочный продукт или молочный составной продукт, произведенный из молока, молочных продуктов и (или) побочных продуктов переработки молока с использованием или без использования специальных заквасок, технологий, обеспечивающих коагуляцию молочного белка с помощью молокосвертывающих ферментов, или кислотным, или термокислотным способом с последующим отделением сырной массы от сыворотки, ее формованием, прессованием, с посолкой или без посолки, созреванием или без созревания с добавлением или без добавления немолочных компонентов, вводимых не в целях замены составных частей молока [1, с. 23].

Также в технологии производства сыров широко используются добавки растительного и животного происхождения, за счет чего удастся получить уникальные вкусовые сочетания и сыры с обогащённой пищевой ценностью.

Цель работы: исследовать пищевую ценность сыров и установить оптимальный вид сыра для производства сыров с морепродуктами.

Объект исследования: сыр сулугуни, сыр чеддер, сыр моцарелла.

Предмет исследования: пищевая ценность сыров.

Сыры сулугуни, чеддер и моцарелла относятся к группе сычужных рассольных сыров и имеют схожую технологию производства. Отличие в изготовлении заключается во внесении разных видов заквасок и ферментов, а также разных температурах второго нагревания (сулугуни – 40 °С, чеддер – 41 °С, моцарелла – 39 °С), за счет этого вкусовые качества сыров отличаются и они имеют разную пищевую ценность, данные представлены в таблице [2, с. 60].

Таблица – Пищевая ценность рассольных сыров

Пищевая ценность	Чеддер	Сулугуни	Моцарелла
Калорийность	402 ккал	300 ккал	280 ккал
Белки	25 г	22 г	28 г
Жиры	33 г	22 г	17 г
Углеводы	1 г	0 г	3 г
Витамин В ₁₂	1,2 мкг	0,8 мкг	0,6 мкг
Витамин А	900 МЕ	500 МЕ	200 МЕ
Кальций	721 мг	600 мг	505 мг

Результаты и их обсуждение. Из трех сыров самым калорийным является чеддер, промежуточную позицию занимает сулугуни и по своей пользе лидирует моцарелла. Моцарелла имеет наименьшую калорийность и наибольшее содержание белка из трех сравниваемых сыров, это можно объяснить особенностями в технологии производства, так как сыр моцарелла имеет самую низкую температуру второго нагрева, а также закваска и фермент, используемые в ее производстве, обеспечивают меньшее время активизации и свертывания, то есть сыр вариться быстрее, а белок лучше сохраняется.

Все три сыра являются хорошими источниками кальция, что важно для здоровья костей. Чеддер выделяется высоким содержанием витамина А, который полезен для зрения и иммунной системы. Моцарелла содержит меньше витамина А, но обеспечивает значительное количество белка.

Из полученных данных можно сделать вывод о том, что наиболее подходящим сыром для комбинирования его с морепродуктами является моцарелла, так как он имеет наименьшую калорийность и богат белком, то при добавлении в технологию производства морепродуктов, будет получен продукт не только уникальный по вкусовым качествам, но богатый белком и микроэлементами, и с низкой калорийностью.

В дальнейшем запланирована исследовательская работа по определению благоприятного гастрономического сочетания для производства сыра моцарелла с добавлением морепродуктов, имеющего уникальные вкусовые свойства готового изделия, а также, продолжится разработка технологических, физико-химических, микробиологических и других его показателей для повышения качества готового продукта.

Список использованных источников

1. О безопасности молока и молочной продукции : ТР ТС 033/2013 : принят 09.10.2012 : вступ. в силу 01.05.2014 / Евраз. экон. комис. – Минск : Госстандарт, 2013. – 192 с.
2. Химический состав пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002. – 236 с.