**24пк 04.02.2022г. 3 ленты 6 час.**

**Тема : Изделия пониженной калорийности**

Изделия пониженной калорийности могут быть рекомендова­ны для рационального и диетического питания (диеты № 5, 7, 10, 11, 15).

В новом виде булочных и кондитерских изделий часть высокока­лорийного сырья (жира, сахара, муки) заменена менее энергоем­кими, но биологически полноценными продуктами — нежирным творогом, молочным пищевым белком, овощными вареными про­тертыми массами, овощными напитками, композициями, вклю­чающими молочно-белковые продукты и овощные массы, а также фруктовыми пастами и пюре.

Овощные пюре представляют собой протертые овощи, предва­рительно сваренные на пару или обычным способом. Нормы по­терь овощей при механической и тепловой обработках соответству­ют действующим нормативам «Сборника рецептур блюд и кули­нарных изделий для предприятий общественного питания». При протирании овощей на машине для тонкого измельчения вареных продуктов потери составляют 1%.

Пасты яблочная, айвовая, виноградная представляют собой одно­родную протертую массу без семян, косточек, остатков кожицы и других грубых частиц. Для пасты виноградной допускаются крис­таллы виноградного камня. В этом случае виноградную пасту про­тирают через сито с ячейками 1,5 мм, количество пасты в рецепту­ре увеличивают на 7%. В пасты яблочную и айвовую для улучшения вкуса добавляют лимонную кислоту. Массовая доля сухих веществ в настах соответственно 32, 20, 40%.

Мандариновая крупка представляет собой кусочки кожуры или отжимов зрелых мандаринов размером от 5 до 25 мм, сладкие на вкус, без посторонних примесей, цвет от желтого до оранжевого; допускается коричневый оттенок. Мандариновая крупка выпуска­ется с содержанием сухих веществ 73 и 83%.

Добавка пищевая для бисквита СОМ — сухое обезжиренное молоко.

Добавка пищевая для крема СМП — сухой молочный продукт.

СОМ может быть использован с яблочным соком. СМП может быть использован с соком виноградным концентрированным.

Полуфабрикаты для изделий пониженной калорийности

Предварительная активизация дрожжей. Предварительная акти­визация дрожжей является составной частью технологического про­цесса производства булочных изделий. Она обеспечивает высокие органолептические показатели качества нового вида изделий.

Предварительная активизация дрожжей состоит в том, что прес­сованные дрожжи выдерживают 30-40 мин в питательной смсси при температуре 35-40 °С.

Смесь готовят путем смешивания части ингредиентов, входя­щих в рецептуру (в %): муки 2-4, сахара 15-20, жидкости 40-50 рецептурного количества молочно-белковых продуктов вместе с овощными массами (протертыми вареными картофелем или мор­ковью или тыквенным напитком).

Для быстрого доведения температуры смсси до 35-40 °С в нее доливают горячую воду температурой 70-10О °С.

Присутствие в питательных смесях витаминов РР, В,, В2, С, аминного азота, минеральных веществ (Са, Mg, К, и др.) способ­ствует росту и размножению дрожжевых клеток, что ускоряет кислотонакопление, повышает газообразующую способность и сокра­щает процесс брожения на ЗС-40 мин.

Тесто становится эластичным, мякиш при выпечке приобретает мслкопористую структуру, яркий цвет корочки и более выражен­ный аромат выпеченного дрожжевого теста.

Помады

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Виноградная­ | Морковная­ | Свекольная­ | Тыквенная | Томатная | Яблочная­ |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Сахар-песок | 782 | 768 | 773 | 768 | 781 | 858 |
| Патока крахмальная | 117 | 115 | 115 | 115 | 115 | — |
| Эссенция | — | 2,7 | 2,7 | 2,7 | 2.7 | — |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Морковь отварная протертая­ | — | 200 | — | — | — | — |
| Свекла отварная протертая | — | — | 150 | — | — | — |
| Напиток тыквенный | — | — | — | 286 | 286 | — |
| Пюре яблочное | 27 | — | — | — | — | 200 |
| Паста виноградная | — | — | — | — | — | — |
| Сок томатный | — |  | — | — | — | — |
| Выход | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 |

Помада морковная Морковную массу, воду (соотношение 2:1) с сахарным песком доводят до кипения в открытом котле при помешивании, снимая образующуюся пену. Закрывают котел крышкой и уваривают сироп до температуры 108 °С, добавляют подогретую до 50 °С патоку и про­должают варить сироп до температуры 114-116 °С (проба на «сла­бый шарик»). Горячий сироп охлаждают до температуры 35-45 °С, добавляют эссенцию и взбивают в течение 15—20 мин.

# Изделия пониженной калорийности

Эти изделия могут быть рекомендованы для диетического (диеты № 5, 7, 10, 11, 15) и рационального питания. Снижение калорийности достигается путем замены части жира, сахара и яиц овощными и фруктовыми пюре. Пюре можно вводить в тесто дрожжевое (густое и жидкое), бисквитное, песочное, заварное, а также в тесто для пельменей, домашней лапши. Пюре, добавленное в количестве 10—15% массы муки, не влияет на структурно-механические свойства теста, не ухудшает органолептических показателей, а повышает пищевую ценность изделий, сбалансированность по отдельным пищевым веществам, снижает общую калорийность.

**Изделия из дрожжевого теста***.*Дрожжевое тесто готовят опарным способом. Пюре из картофеля, моркови, свеклы, капусты вводят в виде эмульсии с маргарином при замесе теста. Далее изделия готовят как обычно. Из дрожжевого теста готовят следующий ассортимент изделий пониженной калорийности.

**Булочка "Розовая".** В тесто при замесе вводят отварную протертую свеклу. Влажность теста 40%. Изделия формуют в виде шариков (массой 58 г), оставляют для расстойки на 40— 50 мин. Перед выпечкой поверхность изделий смазывают яйцом. Выпекают при температуре 230—240°С в течение 10— 12 мин. Готовые изделия посыпают рафинадной пудрой.

**Булочка «Алтайская».**Готовят тесто и выпекают булочку "Алтайскую" так же, как булочку "Розовую", но вместо свекольного пюре добавляют отварную протертую морковь.

*Изделия из бисквитного теста.* Готовят полуфабрикат так же, как бисквит основной, но перед взбиванием меланжа с сахарным песком добавляют протертые вареные овощи.

**Пирог бисквитный "Солнечный".**В массу перед взбиванием вводят протертую морковь. Выпеченный и охлажденный бисквит прослаивают повидлом и посыпают рафинадной пудрой.

**Пирог бисквитный «Свежесть».***В*массу перед взбиванием вводят отварную протертую капусту. Выпеченный полуфабрикат прослаивают повидлом и посыпают рафинадной пудрой.

**Пирог бисквитный "Ночка".** В массу перед взбиванием вводят отварную протертую свеклу. Муку перед закладкой смешивают с какао-порошком. Выпеченный и охлажденный бисквит прослаивают сливочным кремом и посыпают рафинадной пудрой,

**Изделия из песочного теста.**Песочное тесто готовят традиционным способом. Овощную или фруктовую добавку предварительно взбивают с маргарином.

**Печенье "Золотистое".** Маргарин с сахаром и отварной протертой морковью взбивают до пышного состояния в течение 5—7 мин, добавляют яйца, гидрокарбонат натрия, соль, ванилин, перемешивают до однородной массы, соединяют с мукой и быстро замешивают тесто. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 4—5 мм. С помощью круглой выемки с зубчатыми краями вырезают из него изделия и выпекают при температуре 220—230°С с течение 10—12 мин.

**Изделия из заварного теста.**Заварное тесто готовят как обычно, но в воду одновременно с маслом и солью кладут овощное пюре. Нарезанные овощи можно сварить до мягкости в воде, а затем ввести масло, муку и проварить массу. Изделия в виде полосок, колец или шариков выпекают 15 мин при 220 С, затем 20 мин — при 190'С. Заполняют заварные полуфабрикаты кремами: масляным, белковым, творожным и др. Можно заполнить полуфабрикаты и бутербродными массами: печеночной, селедочной, сырной и др. В этом случае в воду при проваривании массы можно вводить растительное масло.

Задание : составить технологические схемы по изделиям.

Отправить на электронную почту elena\_leonova\_63@mail.ru