

Актуальность

Куриное мясо – одна из важных составляющих здорового питания. Источник высококачественных, легкоусвояемых белков, витаминов, аминокислот, минералов, незаменимый материал для роста и функционирования любого организма, основа профилактики ряда заболеваний плюс ко всему прекрасный вкус – это далеко не полный список функций куриного мяса в нашем рационе.

Цель

Смоделировать рецептуры горячих блюд из птицы с использованием разнообразных продуктов хвойных растений.

Задача

Изучить влияние вводимого растительного сырья на вкусовые показатели кулинарных изделий на примере «Филе куриное Sous – Vide»

Органолептическая оценка

Показатели	Контроль	Опыт № 1 Шишка сосновая (молодая)	Опыт №2 Ягоды можжевельника	Опыт № 3 Жмых кедрового ореха
Запах	5	3	5	5
Вкус	5	3	5	5
Цвет	5	5	5	5
Консистенция	5	5	5	5
Внешний вид	5	5	5	5
Итого	25	21	25	25

Объекты исследования

Филе куриное
Sous-Vide

Продукт хвойных
растений

Мясо кур – это качественный богатый белками и витаминами продукт. Массовая доля белка мяса кур - 22-25%. Богато витаминами группы В: В1, В3, В6, В12.



Жмых кедрового ореха
Содержит витамины группы В, витамин С и D, необходимые для полноценной работы нервной и эндокринной

Сосновая шишка молочная
Содержат борнеол, лимонен, пинен, борнилацетат, кадинен и другие вещества; смолистые кислоты; фитонциды; дубильные вещества; ряд витаминов (группа В, А, К, Р, С); крахмал; смолы; минеральные соли.

Ягода можжевельника
Содержат эфирное масло, смолы, сахара, органические кислоты.

Ценность продукта на, 15 г. (100%)

Наименование сырья	Кол-во, %	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, Ккал
Шишка сосновая (молочная)	100 % (15 гр)	22,9	2,4	-	111,2
Ягоды можжевельника	100 % (15 гр)	-	-	31,0	124,0
Жмых кедрового ореха	100 % (15 гр)	27,9	8,4	-	187,2



Выводы

1. Пищевая ценность функциональных кулинарных блюд на примере «Филе куриное Sous – Vide» с использованием продуктов хвойных растений повышается за счет обогащения Са, Fe, витамином В6, витамином В2, незаменимыми жирными кислотами и другими важными для организма веществами.
2. Целесообразно внедрение продуктов хвойных растений при приготовлении горячих блюд из птицы, т.к. посредством употребления в пищу этих блюд организм насыщается важными для жизнедеятельности веществами, что немаловажно в диетическом питании.
«От хвойных растений человеку так много удовольствия и выгоды, что их не мешало бы больше разводить и лучше предохранять от врагов»