

Tartalmi kivonat

Sütemény alappor keverékek
vizsgálata

Janocskó Zsófia

Élelmiszermérnök

Budapest

2024

Napjainkban a kényelmi élelmiszerek virágkorukat élik. A rohanó világnak és a fejlett technológiának köszönhetően az élelmiszeripar mindent megtesz annak érdekében, hogy minél gyorsabban és egyszerűbben elkészíthessünk egy tápláló reggelit, egy meleg vacsorát vagy egy finom süteményt. Akinek nincs ideje hosszú órákig a konyhában tevékenykedni számos lehetősége van arra, hogy lerövidítse ezt az időt a különböző fagyasztott, félkész és készételekkel illetve élelmiszerporokkal, porkeverékekkel.

Az élelmiszerporok, porkeverékek és lisztkeverékek óriási választéka áll rendelkezésre a boltok polcain. Különösen népszerűek a különböző italporok és levesporok de már burgonyapürét, salátaöntetet, tésztaaszószokat is készíthetünk a megvásárolt étel alapporokból néhány hozzávaló hozzáadásával. Az édességek körében különösen nagy a választék kezdve a pudingporokkal a számos lisztkeverékig melyekből palacsintát, muffint, tortát, gofrit vagy browniet süthetünk vagy fagylaltot készíthetünk rengeteg időt és energiát spórolva.

Szakdolgozatomban brownie alapporkeverékeket vizsgáltam. A brownie egy népszerű, könnyen elkészíthető csokoládés sütemény amit világszerte szívesen fogyasztanak. Bár már rengeteg változata van, az egyszerű elkészítése ellenére talán ebből a süteményből készül a legtöbb és legkülönbözőbb alapporkeverék beleértve a gluténmentes, cukormentes vagy fehérjével dúsított változatokat.

A dolgozatomban célja volt, hogy megvizsgáljak és összehasonlítsak előre elkészített hagyományos és gluténmentes sütemény alapporkeverékeket, illetve egy vegán alternatívát is elkészítettem a leírás szerint. A vizsgálatok alapján a piacon jelenlévő porkeverékek alkalmasak arra, hogy érzékszervileg és állomány szempontjából is megfelelő édességet készítsünk belőlük de az összetételük nem beilleszthető egy egészséges étrendbe.

Mivel egyre népszerűbbek ezek a kényelmi termékek és egyre többen törekednek egészségtudatosabb életmódra valamint közbeszólnak az emésztőrendszeri betegségek és a táplálkozási irányzatok is, talán lenne igény egy olyan sütemény alapporkeverékre amely ízben és tápértékben is megfelelné a fogyasztóknak.

A dolgozatomban brownie alapporkeverékeket készítettem el a hagyományos, gluténmentes és vegán változatban is. Vizsgáltam a nyers tészták viszkozitását megfigyelve mennyire könnyen kezelhetők. Eltarthatóság szempontjából megmértem a kész sütemények vízaktivitását és nedvességtartalmát, valamint állományvizsgálatokat végeztem megfigyelve, hogy a minták keménysége és rugalmassága mennyire eltérő, majd összehasonlítottam a kapott eredményeket.

Az vizsgálataim mindhárom esetben igazolták, hogy egyszerűen és gyorsan készíthetünk otthon megfelelő állományú puha és omlós süteményeket melyek jó érzékszervi tulajdonságokkal rendelkeznek, azonban a piacon lévő alapporkeverékek összetétele közel sem mondható egészségesnek és táplálónak mivel a legnagyobb mennyiségben lévő összetevőjük általában a cukor illetve számos adalékanyagot is tartalmaznak.

Véleményem szerint érdemes lenne a továbbiakban olyan sütemény alapporkeveréket fejleszteni amely tápérték szempontjából is megfelelőbb lehet. Ez megvalósítható különböző pszeudocereáliák felhasználásával vagy a cukortartalom csökkentésével de technológiai nehézségeket okozhat. Az ilyen típusú porkeverékek sokösszetevősek ezért a gyártásuk és a keverésük nagy kihívást jelent az iparnak, azonban érdemes lenne a témával a továbbiakban foglalkozni és egy olyan receptúrát fejleszteni ami az édesség élvezetén túl támogatja az egészségünket is.