

ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ: ЖИРЫ

Выполнила: Бунякова К.гр. Т - 093

ПИЩЕВЫЕ ЖИРЫ

- Жиры - основной источник тепловой энергии, необходимой для жизнедеятельности человеческого организма. Так же, как белки и углеводы, они участвуют в построении тканей организма и являются одним из важнейших элементов питания.
- Жиры - органические соединения сложного химического состава, добываемые из молока или животных тканей животных (жиры животные) или из масличных растений (жиры или масла растительные). Все жиры состоят из глицерина и разнообразных жирных кислот. В зависимости от состава и свойств жирных кислот жиры могут быть твердыми или жидкими при комнатной температуре.
- По своей калорийности жиры почти в 2 раза превосходят углеводы.



Жиры должны использоваться в количествах, наиболее благоприятных для восполнения затраты энергии. Установлено, что ежедневная потребность взрослого человека в жире удовлетворяется 75-110г. Необходимо, однако, отметить, что количество жира в пищевом рационе определяется разными обстоятельствами, к которым относят интенсивность труда, климатические особенности, возраст человека. Человек, занятый интенсивным физическим трудом, нуждается в более калорийной пище, следовательно, и в большем количестве жиров. Климатические условия севера, требующие большой затраты тепловой энергии, также вызывают увеличение потребности в жирах. Чем больше расходуется энергия организма, тем большее количество жира нужно для ее восполнения.

- К жирам с низкой температурой плавления относят сливочное масло, свиное сало, гусиное сало, все виды маргаринов, а также жидкие жиры.
- Жиры с высокой температурой плавления усваиваются значительно хуже. В то время как сливочное масло усваивается организмом до 98,5%, бараний жир усваивается только на 80-90%, говяжий жир, в зависимости от его температуры плавления, на 80-94%.

- Животные жиры - говяжье и свиное сало - применяют для горячих мясных блюд и обжаривания некоторых видов мучных изделий. Баранье сало с успехом используют для приготовления многих блюд кавказской и среднеазиатской кухни.
- Жидкие жиры растительные масла - используют во всех тех случаях, когда согласно рецептуре требуется применение не застывающего жира.
- Применение того или иного жира для разных кушаний часто определяется температурой его плавления. Так, в блюда, которые подаются только горячими, можно использовать и тугоплавкие жиры. Для тех кушаний, которые подают к столу и горячими, и холодными, тугоплавкие жиры не годятся, так как они при застывании дают неприятный привкус, как говорят, "стынут на губах". Для этих кушаний целесообразно использовать растительное и коровье масло, маргарин, свиное сало. Несмотря на то, что маргарин и свиное сало при застывании становятся также плотными, они быстро плавятся во рту и не придают кушанию "сального" привкуса.

РАСТИТЕЛЬНЫЕ ЖИРЫ.

- Растительные жиры добывают из семян масличных растений путем прессования или экстрагирования.
- Сущность процессов прессования заключается в отжимании масла из измельченных семян, у которых предварительно удалена большая часть твердой оболочки (кожуры). В зависимости от способа ведения технологического процесса различают масло холодного и горячего прессования. При горячем прессовании измельченные семена предварительно подогревают в аппаратах- жаровнях.
- Экстрагирование состоит из ряда последовательно проводимых операции: очистки, сушки, удаления оболочки и измельчения семян, извлечения из них при помощи специальных растворителей масла и последующего удаления растворителя из масла.
- Растительное масло подвергают очистке либо фильтрованием, либо воздействием на него щелочей. В первом случае продукт называют нерафинированным, во втором рафинированным. Масло, полученное экстрагированием, пригодно в пищу только в рафинированном виде.
- Для обжаривания наиболее пригодно рафинированное растительное масло, так как частицы слизистых и белковых веществ и, оставшиеся в нерафинированном масле при подогревании жира до высокой температуры, быстро разлагаются и могут придать обжариваемому продукту привкус горечи и специфический неприятный ("чадный") запах.

ПОДСОЛНЕЧНОЕ МАСЛО

- Подсолнечное масло получают прессованием или экстрагированием семян подсолнечника. Масло, выработанное прессованием, и особенности горячим, обладает интенсивным золотисто-желтым цветом и ярко выраженным запахом поджаренных семян.
- В продажу подсолнечное масло поступает рафинированным и нерафинированным. Рафинированное и дезодорированное масло прозрачно и почти лишено специфического запаха.
- По своим товарным качествам нерафинированное подсолнечное масло подразделяется на три сорта (высший, 1-й и 2-й).



ОЛИВКОВОЕ МАСЛО.

- Оливковое (прованское) масло добывают из мясистой части плода оливкового дерева и из ядра его твердой косточки. Лучший пищевой сорт оливкового масла получают способом холодного прессования.

Оливковое масло имеет нежный, мягкий вкус, и приятный аромат. Его применяют для приготовления заправок, обжаривания некоторых мясных, рыбных и овощных продуктов.

ХЛОПКОВОЕ МАСЛО.

- Из семян растения хлопчатника получают хлопковое масло. Для пищевых целей это масло обязательно рафинируют щелочью, так как нерафинированное масло содержит ядовитое вещество - госсиопол.
- Рафинированное и дезодорированное хлопковое масло обладает хорошим вкусом. Цвет этого масла соломенно-желтый.
- В кулинарии хлопковое масло применяется в тех же случаях и для тех же целей, что и подсол печное.

ЖИВОТНЫЕ ЖИРЫ

- Вид животного, его возраст, упитанность, корма, место отложения и глубина залегания жира в туше - все это факторы, влияющие на химический состав и свойств животных жиров, увеличивающие или уменьшающие пищевую ценность и продукта и определяющие наиболее правильное и целесообразное его использование для кулинарных целей.
- К широко применяемым в кулинарии животным жирам относятся говяжье, баранье и свиное сало. Нельзя также игнорировать и такой высококачественный продукт, каким является жир домашних птиц (гуся, утки, курицы).



ГОВЯЖИЙ ЖИР.

- Для получения высококачественного говяжьего сала экстра выделение жира проводят в два приема. Жир, полученный после первой вытопки, называют первым соком. Путем отделения части получают говяжий жир сорта экстра.
- Говяжий жир экстра применяется в кулинарии для обжаривания мясных изделий. У этого высококачественного жира низкая температура плавления (не выше 320). Жир имеет приятный вкус и запах. Благодаря хорошему вкусу его используют и в другие горячие кушанья и применяют для обжаривания продуктов в большом количестве жира (фритюре).
- Говяжий жир высшего сорта приготавливается из отборного, свежего внутреннего сала-сырца. Цвет жира светло-желтый или желтый. Консистенция при комнатной температуре твердая, в расплавленном виде этот жир прозрачен. Вкус говяжьего жира высшего сорта должен быть чистым, без постороннего привкуса и запаха.

БАРАНИЙ ЖИР.

- Этот жир выпускается трех сортов. Бараний жир высшего сорта вытапливается из отборного свежего сала-сырца внутренней и курдючной части туши. Цвет готового продукта белый или бледно-желтый; консистенция твердая, в расплавленном состоянии жир прозрачен. Вкус и запах этого жира, специфические с присущим баранине привкусом.
- Бараний жир 1-го и 4-го сортов готовится из доброкачественного сала-сырца. Этим продуктам свойственен слегка сероватый или зеленоватый оттенок и привкус поджаристой шквары. Жир 2-го сорта в расплавленном состоянии может быть слегка мутным.



root для forum.onliner.by

СВИНОЙ ЖИР.

- Этот жир выпускается четырех сортов. Свиной жир экстра готовится из отборного околопочечного сала свиных туш. Этот жир по своим кулинарным качествам, вкусу, запаху и по пищевой ценности заслуженно считается лучшим из всех животных жиров (кроме сливочного масла). Все сорта свиного жира, в особенности экстра, широко применяются в кулинарии для самых разнообразных блюд и изделий из теста. Жир сорта экстра имеет белый цвет, мягкий и нежный вкус, с чуть приятным сладковатым привкусом и едва различимым тонким запахом. При комнатной температуре консистенция свиного жира экстра мазеобразная. В расплавленном состоянии свиной жир экстра прозрачен.

Свиной жир высшего сорта вытоплен из свежего отборного сала-сырца, снятого с внутренней части туши. По запаху, цвету, вкусу и консистенции он мало отличается от жира сорта экстра.

- Свиной жир 1-го и 2-го сортов вытапливается из доброкачественного сала-сырца. Жир 1-го сорта изготавливается из внутреннего сала, а для 2-го сорта используются все виды свежего сала-сырца. Цвет жира белый с легким желтоватым оттенком; консистенция плотная или мазеобразная. В расплавленном состоянии жир 1-го сорта прозрачен, жир 2-го сорта может быть мутноватым. Обоим сортам присущ запах поджаристой шквары.

ЖИР ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ.

- Жир гусей, индеек, уток, кур - отличный продукт. Он легко усваивается, плавится при низкой температуре (гусиный жир, например, при 35-37°); запах и вкус его приятные. Этот жир хорошо использовать для приготовления многих блюд и закусок, прежде всего из мяса этих птиц.
- Особенно велика способность накапливать жир у гусей; откормленные экземпляры этой птицы могут содержать до 46% жира. Немало жира у первосортных индеек, уток, кур.
- Предприятия общественного питания должны снимать и вытапливать излишний жир из поступающей в тепловую обработку жирной домашней птицы. Этот жир необходимо отдельно учитывать и бережно использовать в соответствии с его кулинарным назначением.

КОСТНЫЙ ЖИР.

- К животным жирам также относят и постный жир. Постный жир выпаривается из чистых, свежих костей, освобожденных от остатков мяса, сухожилий и т. д. По внешнему виду этот продукт напоминает топленое коровье масло. Консистенция костного жира жидкая, мазеобразная или плотная. В расплавленном состоянии жир 1-го сорта прозрачный, 2-го-мутный. Вкус и запах приятные, с легким привкусом поджаренной шквары.

ЖИР МОРСКИХ ЖИВОТНЫХ И РЫБ.

- Этот жир непосредственно в кулинарии не применяется, так как обладает специфическим привкусом и запахом. Известно, что гидрогенизированный китовый жир отличается превосходными качествами, высокой питательностью и усвояемостью.
- За последние годы этот жир стал основным сырьем нашей маргариновой промышленности, что, несомненно, повысило качество некоторых сортов наших маргаринов, в состав которых входит гидрогенизированный жир китов.

МАРГАРИН

- Маргарин производят на заводах, оборудованных по последнему слову техники, при самом тщательном лабораторном и теххимическом контроле. Это настолько доброкачественный и полноценный продукт, что врачи считают возможным использовать маргарин для некоторых видов диетического питания. Основным сырьем для производства маргарина служат различные растительные и животные жиры. Из животных жиров наиболее широко применяется жир китов. Из растительных масел наша отечественная промышленность для производства маргарина использует в основном подсолнечное, хлопковое и соевое масла.
- Растительные масла и жиры морских животных для производства маргарина подвергают процессу гидрогенизации (т. е. их переводят из жидкого состояния в твердое) и дезодорации. Гидрогенизация жиров обеспечивает готовому продукту необходимую консистенцию, а дезодорация устраняет специфические привкус и запах, присущие жирам морских животных и некоторым растительным маслам.
- В зависимости от исходного сырья, способов его обработки, кулинарного назначения и вкуса маргарин подразделяется на столовый и кухонный.



СТОЛОВЫЙ МАРГАРИН.

- Столовый маргарин по внешнему виду трудно отличить от сливочного масла. Сходство это не только внешнее. Маргарин похож на сливочное масло и по составу, и по усвояемости его организмом, и по пищевой ценности. Он близок к сливочному маслу также по своим ароматическим, вкусовым свойствам.



Womens Talk.ru

КУХОННЫЙ МАРГАРИН.

- Если при изготовлении столовых сортов маргарина основным показателем качества продукта является максимальное приближение его по вкусовым, пищевым, кулинарным свойствам и внешнему виду к сливочному маслу, то при производстве кухонного маргарина главная задача заключается в подборе таких жировых смесей и такой обработки их, при которой готовый продукт наиболее полно воспроизводит бы все качества лучшего животного жира свиного сала.

МАЙОНЕЗ

- Майонез представляет собой сметанообразную мелкодисперсную эмульсию типа «масло в воде», приготовленную из рафинированных дезодорированных растительных масел с добавлением белковых и вкусовых компонентов и пряностей. Этот продукт предназначен для непосредственного употребления в пищу в качестве приправы, главным образом для холодных блюд.





ВЫВОД:

- Роль жиров в питании определяется их высокой калорийностью и участием совместно с белками в пластических процессах. Жир, входящий в состав клеточных структур, часто называют протоплазматическим или структурным в отличие от запасного, или резервного, который накапливается организмом в так называемых жировых депо.
- Помимо высокой калорийности, биологическая ценность жиров определяется наличием в них жирорастворимых витаминов (А, D, E) и жирных полиненасыщенных кислот. Витамины А и D содержатся в жирах животного происхождения. Особенно много их в печени рыб и морских животных; в растительных маслах преобладает витамин E.
- Полиненасыщенные жирные кислоты - линолевая и арахидоновая - являются незаменимыми, так как их синтез в организме крайне ограничен. Они выполняют важную роль в обмене веществ: недостаток их в питании отрицательно сказывается на жизнедеятельности организма человека.