

# Мука

A large sack of white flour is shown on the left, with the flour spilling out onto a surface. In the foreground, a wooden scoop is filled with flour. To the right, there is a pile of brown flour. The background is dark and textured.

Булица  
Елена  
С-КМ-17

**Мука́** — продукт питания, получаемый в результате перемалывания зерен различных культур.

Мука может изготавливаться из таких сортов хлебных зерновых культур как пшеница, полба, рожь, гречка, овес, ячмень, просо, кукуруза, рис.

Основную массу муки вырабатывают из пшеницы.



- Мука является необходимой составляющей при изготовлении хлеба. Пшеничную хлебопекарную муку подразделяют на сорта: крупчатку, высший, первый, второй, обойную.
- Из муки более крупного помола, хлеб и хлебобулочные изделия выпекаются гораздо лучше, мука же тонкого помола требует больше дрожжей на единицу массы, быстрее слеживается, впитывает влагу, а следовательно, скорее портится.



# Влияние пшеницы на организм человека, полезные вещества

Клетчатка, содержащаяся в зернах пшеницы, стимулирует двигательную функцию кишечника и препятствует превращению сахаров и углеводов в жир. Пектины, входящие в состав пшеницы, впитывают вредные вещества, находящиеся в кишечнике, уменьшая, тем самым, гнилостные процессы, и способствуют заживлению слизистой оболочки кишечника.

Магний и его соли, активизирует ферменты углеводного обмена, участвует в образовании костной ткани, нормализует возбудимость нервной системы. Калий необходим для нормальной жизнедеятельности мышц, в частности, сердечной мышцы.



- Содержание витаминов и минералов в 100 г муки (процент от суточной нормы):  
витамины В1 — 28 %; витамин В3 — 18 %;  
витамины В6 — 30 % ; витамин Е — 23 % ;  
витамины РР — 40 %; марганец — 120 %;  
фосфор — 40 %; медь — 40 %; железо — 25 %;  
магний — 25%; цинк — 18 %; клетчатка — 32 %.

## Ассортимент муки





# ЭТО НАДО ЗНАТЬ



Муку рекомендуется просеивать перед использованием для подсушивания, разрыхления и обогащения воздухом, необходимым для хорошего брожения.

# Хранение муки

Муку хранят в темном, сухом месте, где нет сильных посторонних запахов, так как мука быстро их впитывает. Муку можно хранить в мешочках из ткани или в бумажных кульках. Резкие колебания температуры вызывают отпотевание, а, следовательно, и порчу продукта. Для защиты от насекомых-вредителей в мешочек или кулек с мукой кладут 1—2 зубка неочищенного чеснока; выделяемые чесноком фитонциды отпугивают насекомых. Иногда используется способ хранения, при котором матерчатый или бумажный мешок с мукой помещают в мешок большего размера, выстланный высушенными цветками календулы.



# Таблица мер и весов для муки

1 чайная ложка	5 грамм
1 столовая ложка	15 грамм
1 стакан	160 грамм

# Основное назначение муки

— для выпечки хлеба. Кроме того, она применяется для выпечки блинов, пирогов, при изготовлении пельменей, хлебобулочных, кондитерских (торты, кексы, печенья, вафли, пряники) и макаронных изделий, комбикормов, для приготовления клеястера и соусов. Также мука используется для панировки, например, рыбы или котлет.



Хлебобулочные



Макаронные



# Ржаная мука

Рожь — типичная хлебная зерновая культура. Из зерна изготавливают ржаной квас, производят муку, идущую преимущественно на хлеб, получают крахмал.

**Мука ржаная** вырабатывается трех сортов: сеяная, обдирная и обойная. Используется для выпекания ржаного хлеба.



# Наиболее распространенные виды муки



ржана

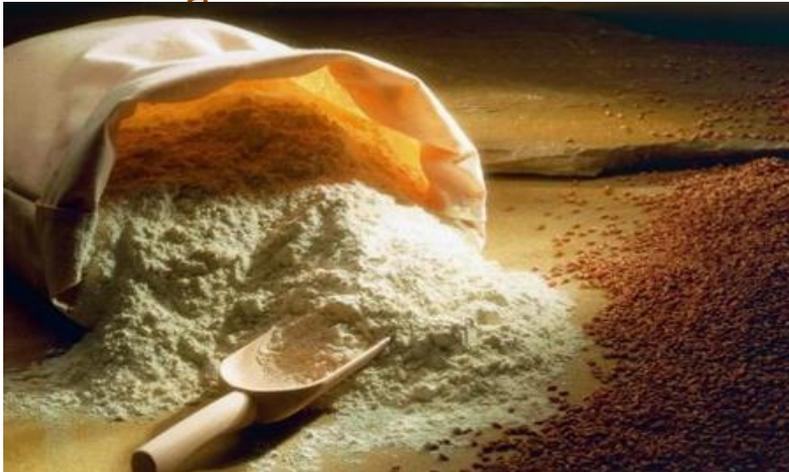


<http://tm-mendian.satu.kz>

пшенична  
я



кукурузна  
я



гречнева  
я



[www.ati.com.ua](http://www.ati.com.ua)

рисова  
я

# Интересные факты о муке пшеничной

## *Корка в хлебе самая полезная*

Немецкие исследователи выяснили, что хлебная корка является богатым источником антиоксидантов и гораздо полезнее, чем остальная часть хлеба.

## *На Руси хлеб использовали как посуду*

На Руси белый хлеб был доступен только богатым людям, они использовали его, как посуду. Из запеченной буханки вынималась сердцевина и мякиш, и туда накладывали еду. После трапезы эти «тарелки» раздавали нищим.



# Используемые источники

<http://olmologistic.com/muka>

[http://dic.academic.ru/dic.nsf/brokgauz\\_efron/69808/%D0%9C%D1%83%D0%BA%D0%B0](http://dic.academic.ru/dic.nsf/brokgauz_efron/69808/%D0%9C%D1%83%D0%BA%D0%B0)

<https://yandex.ru/images/search?text=мука>

<http://kulinarika.ru/ru/p/40/muka-pshienichnaia>

<http://kirovmill.ru/novosti/muka-vchera-segodnya-zavtra/istoriya-muki/>

[http://diamart.su/index.php?option=com\\_content&task=view&id=42](http://diamart.su/index.php?option=com_content&task=view&id=42)

**Спасибо за внимание!!!**