

Moliūgai miltinėje konditerijoje gali nustebinti



Kauno kolegija, siekdama gerinti užaugintos produkcijos perdirbimą daržininkystės ūkiuose, įgyvendina projektą „Beatliekių technologijų naudojimas, siekiant gerinti užaugintos produkcijos perdirbimą daržininkystės ūkiuose“, kuris finansuojamas Europos žemės ūkio fondo kaimo plėtrai (EZŪFKP) ir Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto lėšomis. Projekto metu demonstruojama, kaip maksimaliai perdirbti ūkininko ūkyje užauginamą produkciją ir gaminti išskirtinio skonio miltinės konditerijos gaminius, praturtintus maistinėmis skaidulomis, vitaminais, mineralinėmis medžiagomis, atitinkančiomis organizmo fiziologinius poreikius bei sveikos mitybos principus.

Moliūgai kepinuose

Moliūgai – viena iš tinkamiausių žaliavų miltiniams gaminiams, praturtinanti juos beta-karotenu, vitaminais, mineralinėmis medžiagomis, maistinėmis skaidulomis ir kt. Moliūgai gali būti naudojami kaip alternatyva sintetiniams maisto priedams, kurie suteikia gaminiui intensyvesnę spalvą,

subtilias skonines savybes, daro įtaką vartojimo terminui.

Moliūgas laikomas vertinga daržove daugiausia dėl didelio karotenoidų kiekio, mažos energinės vertės, didelio kiekio angliavandenių ir mineralinių medžiagų. Moliūgų vaisius turi tik apie 25 kalorijas 100 gramų masės ir praturtina žmogaus organizmą vitaminais B, C, E ir provitaminu A, kalciu, kalciu,

magniu, seleno ir cinku, hormonu serotoninu.

Tinkamai paruošus, kaip pradinę žaliavą, galima naudoti ne tik minkštima, bet ir moliūgo žieveles bei sėklas.

Karotinas lemia geltoną ar oranžinę minkštimo ir žiedų spalvą. Pagal minkštimo spalvos intensyvumą galima spręsti apie karotino kiekį jame. Plačiai paplitusiose veislėse karotino randama 1,5 - 35,0 mg/100 g. Karotinas kepinams suteikia paplatusios veislės karotino randama 1,5 - 35,0 mg/100 g. Karotinas kepinams suteikia paplatusios veislės karotino randama 1,5 - 35,0 mg/100 g.

Sunokusiuose moliūgų vaisiuose susikaupia 1,5 - 14 proc. cukrų. Tinkamose sąlygose (3 - 10 °C temperatūra ir 60 - 75 proc. santykinė oro drėgmė) laikant moliūgus, jų skonis gerėja, nes laikymo

metu krakmolos pamažu virsta į cukrų. Yra tokių veislių, kurios sukaupia daugiau cukrų nei arbūzai. Tai sudaro sąlygas mažinti pridėtinio cukraus kiekį kepinuose, išlaikant vartotojams patrauklias skonines savybes, moliūgus įtraukus į receptūros sudėtį.

Moliūgų ląsteliena nepluoštinė ir gerai suverda, dėl to labai tinka tyrių gamybai, kurios gali būti naudojamos miltinės konditerijos ar duonos produktų gamyboje. Moliūgų masės patariama dėti ne daugiau kaip 30 proc., kad gaminiai būtų gerai iškilę.

Moliūgų žievelė gali būti liofilizuojama ir kepinuose naudojama pa-

gerinti gaminio spalvą, suteikti malonesnį skonį, padidinti produkto maistinę vertę.

Maisto produktų vertė – kaip ją galime didinti

Pastaruoju laikotarpiu biologinės maisto produktų vertės gerinimas – viena iš svarbiausių mokslo sričių, kurios kuriami rezultatai aktualūs ir gamintojams, ir vartotojams. Kaip daugelio šalių, taip ir lietuvių mityboje miltiniai gaminiai yra vienas iš svarbiausių ir plačiausiai vartojamų maisto produktų.

Projekto metu, gaminant brioche kepinus, panaudojus įvairias moliūgų dalis, bus siekia-

ma sumažinti cukraus kiekį, suintensyvinti produkto spalvą bei skonį, tešlos ruošimo metu eliminuoti pridėtinius skysčius, suintensyvinti produkto aromatą, išgaunant tinkamą tekstūrą bei prailginant produkto galiojimo laiką.

Lietuvoje prancūziški brioche gaminiai kol kas nėra labai paplitę, tačiau keičiantis žmonių įpročiams ir pradėjus vartoti įvairiais natūraliais priedais praturtintus duonos bei pyrago gaminius, lyginant su tradiciniais, nuspręsta plėsti ir brioche gaminių asortimentą.



EUROPOS ŽEMĖS ŪKIO FONDAS KAIMO PLĖTRAI:
EUROPA INVESTUOJA Į KAIMO VIETOVES



LIETUVOS RESPUBLIKOS
ŽEMĖS ŪKIO MINISTERIJA



KAUNO
KOLEGIJA

Penktadienį startuoja „Maisto banko“ akcija

Spalio 25 - 26 dienomis labdaros ir paramos fondas „Maisto bankas“ kviečia šalies gyventojus dalyvauti didžiausiame labdaros vajuje - „Maisto banko“ akcijoje, kuri Lietuvoje rengiama jau 28-ąjį kartą.

Nepasiturintiems nupirkti konservų, miltų, aliejaus, kruopų ar kitų ilgiau negendanciu maisto produktų, sutikdami prekybos centrų pirkėjus, prašys tūkstančiai „Maisto banko“ akcijos savanorių - visuomenininkų, mokslievių, socialiai atsakingo

verslo savanorių.

Skelbiama, kad Lietuvoje su skurdo rizika susiduria daugiau nei 22 proc. šalies gyventojų. Už šio skaičiaus slepiasi vaikai, senoliai, vienišos mamos, daugiavaikės šeimos, neįgalieji.

Pavasarinėje akcijoje geradariai paaukojo maisto produktų už daugiau nei 479 tūkst. eurų. Suaukoti maisto produktai 366 socialinių organizacijų dėka pernai pasiekė 61 tūkst. nepasiturinčiųjų stalus. Šilutės r. savivaldybėje surinkta 4573 vnt. maisto

produktų už 5321 eurą.

Daugiausiai „Maisto banko“ akcijos metu aukojama makaronų, kruopų ir aliejaus. Anot „Maisto banko“, nepasiturintieji labiausiai stokoja baltymais turtingo maisto, todėl šįkart dažniau bus prašoma aukoti mėsos, žuvies ar ankštinių konservų.

Šilutės r. savivaldybėje maistą rinks 6 organizacijos 6 parduotuvėse.

„Maisto banko“ akcija nuo spalio 25 d., 15 val. tęsis iki 21 val., o šeštadienį, spalio 26 d. nuo 10 iki 20 val.

Savaitgalį vėl suksime laikrodžių rodykles

Sekmadienį, spalio 27 dieną, 4 valandą nakties ir vėl persuksime laikrodžius valanda atgal. Taip Lietuva vėl pereis į žiemos laiką.

Europos Parlamentas (EP) pavasarį balsavo ir nusprendė, kad nuo 2021 metų laikrodžio galėsime nebesukti. Praėjusiais metais Europos Komisija (EK), reaguodama į kai kurių Europos Sąjungos (ES) valstybių narių prašymus, buvo paskelbusi viešą konsultaciją ir kvietė ES šalių piliečius užpildyti anketą apie vasaros ir žiemos laiko susitarimus. Netylant

diskusijoms dėl laiko keitimo dukart per metus ES šalyse ir per atviras EK konsultacijas sulaukus net 4,6 mln. europiečių nuomonės šiuo klausimu, buvo pasiūlyta atsisakyti sezoninės laiko kaitos nuo 2019 m. balandžio. EP Transporto ir turizmo komitetas kovo pradžioje balsavo dėl šio sprendimo. Posėdžio metu taip pat siūlyta, kad valstybės savarankiškai pasirinktų,

kurį laiką – vasaros ar žiemos – taikyti ateityje. Dėl galimai skuboto ir netinkamo šio sprendimo poveikio vertinimo posėdžio metu nubalsuota už šio sprendimo atidėjimą iki 2021 metų. Nuo tų metų laiko sukoti bus nebeprivalu, kiekviena šalis galės dėl to apsispręsti pati.

Bruselis kas 5 metai skelbia komunikatą, kuriame nurodomas tikslus vasaros laiko įvedimo ir atšaukimo grafikas.

Žiemos laikas tęsis iki kitų metų kovo pabaigos.