

Натуральные чипсы «Куурту» Мордовской Айылхан

Актуальность. Одной из отличительных особенностей якутской кухни является практически полное отсутствие пищевых отходов при готовке. Якутские рецепты обычно довольно простые и незамысловатые, а блюда очень питательные и сытные. Молочные продукты имеют широкое распространение в якутской кухне. У тюркоязычных народностей очень интересное блюдо «хуурт» у бурятов, «гурт» у туркмен, «курт» у казахов и татар, «куурту» у якутов. Это сушеные «колобки» похожие на современный сыр. В наше время это питательное блюдо практически забыто. Поэтому мы решили приготовить чипсы из творога как современный и вкусный вариант «куурту».

Цель исследования: приготовление натуральных чипсы из кисломолочных изделий для сохранения традиции приготовления «куурту»

Задачи исследования:

Изучить литературу, ознакомиться с национальной якутской кухней
Ознакомиться с технологией приготовления куурту у тюркоязычных народностей

Ознакомиться с технологией приготовления чипсы из творога

Приготовить чипсы из творога с тремя различными ингредиентами

Провести сравнительный химический анализ чипсы

Сделать выводы

Объект исследования: чипсы из творога

Предмет исследования: приготовление и сравнительный анализ состава чипсы из творога

Гипотеза: если приготовить натуральных чипсы из кисломолочных изделий как современный вариант «куурту», то сохранить традиций приготовления этого вкусного питательного блюда

Методы исследования: эксперимент, химический анализ, сравнение

Новизна: впервые сделали попытку сохранения якутского блюда «куурту» в современном варианте.

Приготовление чипсы из творога

Чтобы приготовить наши чипсы мы взяли 300 г обезжиренного творога, добавили 2 яйца и размяли лопатой. Разложили по трем тарелкам. В первую добавили чеснок, во второй сухие зелени.



Полученную массу раскатали до тонкого листа и поставили на микроволновку на 6 минут.



Чипсы имеют вкус творога и добавленных вкусовых добавок.

Для изучения полезных свойств натуральных чипсов мы сделали сравнительный химический анализ с чипсами из магазина.



ПОЛУЧЕНИЕ ФИЛЬТРАТА ЧИПСОВ. ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ ВЫТЯЖКУ ИЗ ЧИПСОВ МЫ РАСКРОШИЛИ 1-3 ЧИПСОВ, ПОЛОЖИЛИ В ХИМИЧЕСКИЙ СТАКАН И ДОБАВИЛИ 20 МЛ ДИСТИЛЛИРОВАННОЙ ВОДЫ. НАГРЕЛИ В ПЛАМЕНИ СПИРТОВКИ. ОТФИЛЬТРОВАЛИ ОБРАЗОВАВШУЮСЯ СМЕСЬ.



ОПРЕДЕЛЕНИЕ КРАХМАЛА. ВЗЯЛИ ЧИПСЫ, РАСКРОШИЛИ И ПОЛОЖИЛИ В ПРОБИРКИ С ВОДОЙ, ЗАТЕМ ДОБАВИЛИ 3-4 КАПЛИ РАСТВОРА ЙОДА. В ПРОБИРКЕ С ЧИПСАМИ ИЗ МАГАЗИНА РАСТВОР ОКРАСИЛСЯ В ТЕМНО-СИНИЙ ЦВЕТ, ЧТО ДОКАЗЫВАЕТ НАЛИЧИЕ КРАХМАЛА.

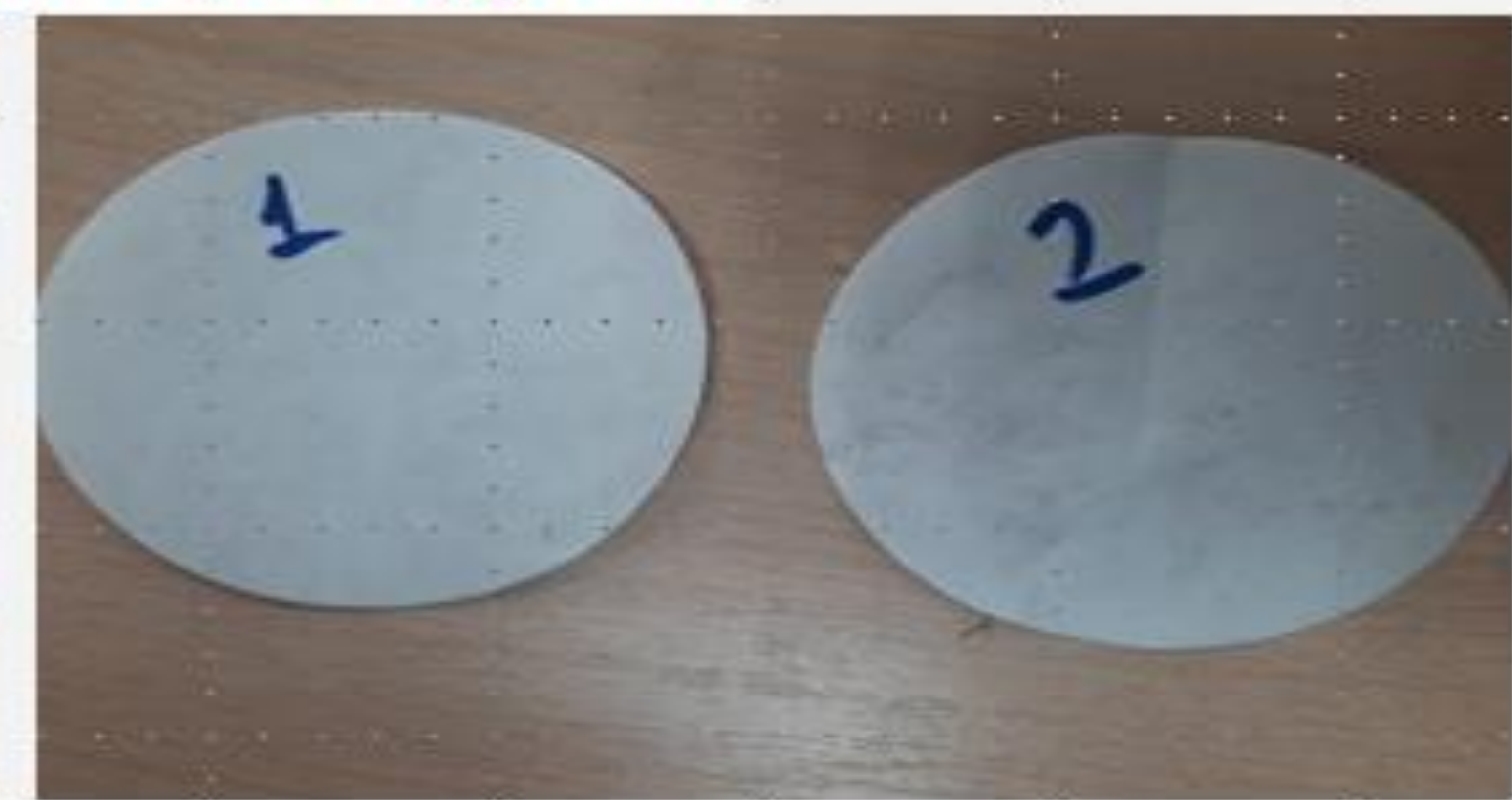
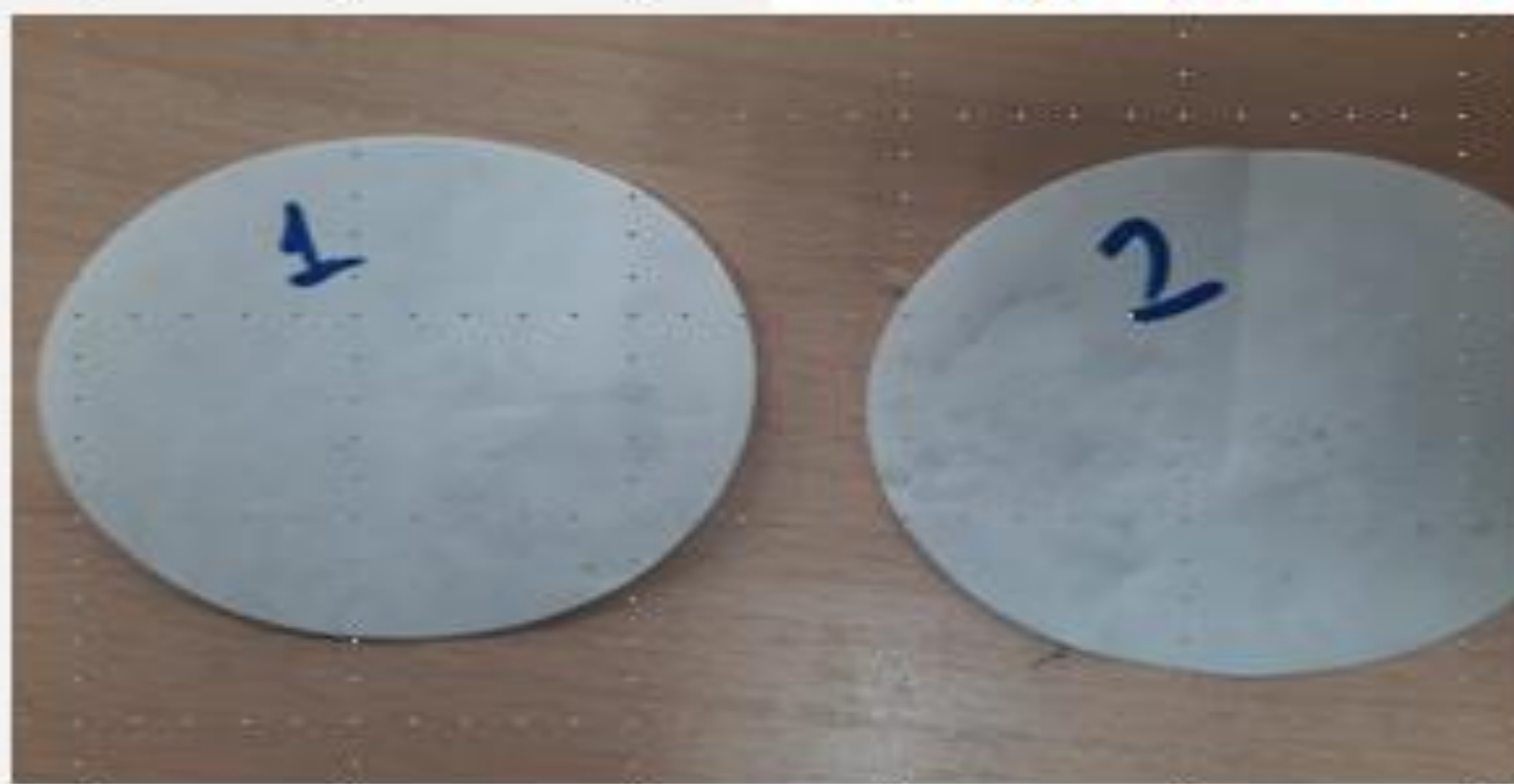
Определение соли в водной вытяжке чипсов.
Наличие солей мы проверили двумя способами



ПЕРВЫЙ СПОСОБ. ВЗЯЛИ В ПРОБИРКИ 5 МЛ ФИЛЬТРАТА НАТУРАЛЬНЫХ ЧИПСОВ ИЗ ТВОРОГА И ИЗ МАГАЗИНА, ДОБАВИЛИ 5 КАПЕЛЬ НИТРАТА СЕРЕБРА. ОСАДОК ВЫПАЛ В ОБЕИХ ПРОБИРКАХ. В ПРОБИРКЕ С МАГАЗИНЫМИ ЧИПСАМИ ОСАДКА БОЛЬШЕ.

ВТОРОЙ СПОСОБ. КУСОК ЧИПСЫ ДЕРЖАЛИ НАД ПЛАМЕНЕМ ГОРЕЛКИ. И НАТУРАЛЬНЫЙ И ЧИПСЫ ИЗ ТВОРОГА НЕ ИЗМЕНИЛИ ОКРАСКУ ПЛАМЕНИ.

Определение жиров



Кусочки чипсов положили в фильтровальную бумагу, раздавили. По размеру жирного пятна видно, что количество жира больше в чипсах из магазина.

Определение калорийности



КАЛОРИЙНОСТЬ ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЫМ ПОКАЗАТЕЛЕМ ПРОДУКТА ОТМЕРИЛИ 10 МЛ ВОДЫ И НАЛИЛИ ЕЕ В ШИРОКУЮ ПРОБИРКУ. ИЗМЕРИЛИ ИСХОДНУЮ ТЕМПЕРАТУРУ ВОДЫ. ВЗВЕСИЛИ БОЛЬШОЙ ЧИПСЫ И ПОДОЖГЛИ ЕГО, ДЕРЖА ПОД ПРОБИРКОЙ. КАЛОРИЙНОСТЬ

ПРОДУКТА РАССЧИТАЛИ ПО СЛЕДУЮЩЕЙ ФОРМУЛЕ:

$$Q = (C(ВОДЫ) \times M(ВОДЫ)) + (C(СТЕКЛА) \times (T - T_0))$$

КАЛОРИЙНОСТЬ НАТУРАЛЬНЫХ ЧИПСОВ ИЗ ТВОРОГА МЕНЬШЕ ЧЕМ В ЧИПСАХ ИЗ МАГАЗИНА

262,5 ДЖ И 310,5 ДЖ СООТВЕТСТВЕННО.

Выводы:

1. ЯКУТСКИЕ РЕЦЕПТЫ ОБЫЧНО ДОВОЛЬНО ПРОСТЫЕ И НЕЗАМЫСЛОВАТЫЕ, А БЛЮДА ОЧЕНЬ ПИТАТЕЛЬНЫЕ И СЫТНЫЕ. ОДНОЙ ИЗ ОТЛИЧИТЕЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЯКУТСКОЙ КУХНИ ЯВЛЯЕТСЯ ПРАКТИЧЕСКИ ПОЛНОЕ ОТСУТСТВИЕ ПИЩЕВЫХ ОТХОДОВ ПРИ ГОТОВКЕ.
2. ТЕХНОЛОГИЕЙ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КУУРТУ У ТЮРКОЯЗЫЧНЫХ НАРОДНОСТЕЙ СХОЖА. ОБЫЧНО ЕГО ГОТОВЯТ ИЗ КИСЛОГО МОЛОКА, ТАКЖЕ КИПАЧЕНИЕМ, ОТДЕЛЕНИЕМ СЫВОРОТКИ И ОТЦЕЖИВАНИЕМ ОСТАТКОВ ВЛАГИ И ВЫСУШИВАНИЕМ НА СОЛНЦЕ.
3. ПРИГОТОВИЛИ ЧИПСЫ ИЗ ТВОРОГА С ТРЕМЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВКУСОВЫМИ ДОБАВКАМИ
4. ПРОВЕЛИ СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ХИМИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЧИПСЫ. ПО ИТОГАМ АНАЛИЗА ПРИШЛИ К ВЫВОДУ, ЧТО ЧИПСЫ ИЗ ТВОРОГА СОДЕРЖАТ МЕНЬШЕ СОЛИ, ЖИРА И КАЛОРИЙ. СОДЕРЖАТ МОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ, А ЗНАЧИТ БОЛЕЕ ПОЛЕЗНЫЕ.

ЛИТЕРАТУРА

1. Серошевский В.Л. Якуты. Опыт этнографического исследования. - 2-е изд., - М., 1993.
2. yakutskhistory.net>кухня-народов-якутии/якутские...
3. polzavred-edi.ru>Молочные продукты
4. prostokvashino.ru>Холодные>Хурууд (домашний бурятский сыр)