

Porgandi ja kõrvitsa säilitamine ja töötlemine. Töö lühikokkuvõtte.

Maxim Bilovitskiy 112637KATB

Käesoleva töö eesmärgiks oli uurida kõrvitsa ja porgandi erinevaid säilitamise viise ja töötlemise meetodeid.

Porgand sisaldab palju vitamiine ja kasulikke aineid nagu falcarinol. Porgand säilib suure õhuniiskusega hoiuruumides temperatuuril 1-2°C kuni 6 kuud, kusjuures toiteväärtus alaneb minimaalselt. Porgandi kuivatamist on raskem teostada, sest kulub palju energiat, et niiskust porgandist eemaldada. Kuivatamisel väheneb porgandi mass niiskuse eraldumise tõttu märgatavalt. See võimaldab alandada transpordikulusid ja pikendada säilivusaega. Kuivatamisel suur osa vitamiine ja antioksüdante hävib kõrgete temperatuuride juures.

Porgandi töötlemisel kõrge rõhu all ja kõrge temperatuuri juures saadakse konservid, milles lühikese töötlemisaja tõttu säilib rohkem toitaineid.

Kõrvitsat on lihtsam säilitada kui porgandit, sest kõrvitsal on paks ja kõva koor. Säilivuse aeg on kõrvitsal pikem kui porgandil, kuid tuleb järgida säilitusnõudeid, eeskätt mitte ületada säilitustemperatuuride piire. Temperatuur alla 10°C põhjustab kõrvitsa kiiret riknemist ja üle 15°C on massikadu suur. Kõrvitsa töötlemisel kõige paremini säilivad karotenoidid, mida kõrvitsas on vitamiinidest kõige rohkem. Erinevad konservid kõrvitsast säilivad üsna pikka aega. Kuid nii konservide valmistamisel kui ka nende pikaajalisel säilitamisel esinevad vitamiinide kaod. Kõrvitsa kuivatamine on hea võimalus alandada tema kaalu ja vähendada transpordikulusid. Kuid kuivatatud kõrvitsa valmistamiseks on vaja kulutada palju energiat. Kuivatatud kõrvits säilib hästi.

Mõlemad köögiviljad on Eesti tarbijate seas väga levinud ja tänu oma headele maitseomadustele, tervislikkusele ja toiteväärtusele kasutatakse neid tihti igapäevaselt erinevate roogade (suppide, pajatoitude, salatite jne) valmistamiseks.