

"XAVFSIZ KAKAO KUKUNI ISHLAB CHIQRISH VA INSON SALOMATLIGIGA TA'SIRI"

Akhmedova Fotima Bahtiyarovna
Ubaydullayeva Dilorom Dilmurod qizi
Toshkent Kimyo Texnologiya Instituti .

Annotatsiya: *Ushbu maqolada xavfsiz Kakao kukuni ishlab chiqarish va inson salomatligiga ta'siri haqida ma'lumot berilgan.*

Kalit so'zlar: *Kakao kukuni, ishlab chiqarish, you're, loviya urug'i.*

Kakao kukuni - bu kakao daraxti tomonidan ishlab chiqarilgan dukkaklardan (mevalardan) olingan kakao loviyalari (urug'lari) va fermentatsiya, qo'pol maydalash, tozalash va boshqa jarayonlar orqali olingan kakao loviya bo'laklari (odatda kakao keklari deb nomlanadi). Kukun kakao kukunidir. Yog 'tarkibiga ko'ra kakao kukuni yuqori, o'rta va kam yog'li kakao kukuniga bo'linadi; turli xil ishlov berish usullariga ko'ra, u tabiiy kukunga va gidroksidi kukunga bo'linadi. Kakao kukuni kuchli kakao aromasiga ega va yuqori navli shokolad, ichimliklar, sut, muzqaymoq, konfet, kek va boshqa kakao o'z ichiga olgan ovqatlarda ishlatilishi mumkin.

1. Oziq-ovqat sohasida kakao kukuni asosan ichimliklar, shokolad, konfet, qandolat, muzqaymoq ishlab chiqarish uchun ishlatiladi;

2. Sog'liqni saqlash mahsuloti sohasida u vazn yo'qotish uchun ishlatiladi;

3. Farmatsevtika sohasida yo'talga qarshi dori sifatida foydalanish mumkin.

KAKAO KUKUNING TASNIFI

1. Kakao kukuni kakao moyi tarkibiga ko'ra ko'p yog'li kakao kukuni, o'rtacha yog'li kakao kukuni va kam yog'li kakao kukuniga bo'linadi. Milliy standartda yuqori yog'li kakao kukuni tarkibidagi kakao moyi miqdori 20 dan katta yoki teng.0 foiz, o'rtacha yog'li kakao kukunidagi kakao moyi miqdori 14.{{ 11}} foiz {{1{13}}}.0 foiz (20.{{20}} foizdan tashqari) va kakao moyi miqdori past. -yog'li kakao kukuni 10.0 foiz -14.0 foiz (14,0 foizdan tashqari). Sanoatda yuqori yog'li kakao kukunining kakao moyi miqdori 20,0 foiz -24,0 foiz, o'rtacha yog'li kakao kukunida kakao moyi miqdori 10,0 foiz -12,0 foiz va kakao kam yog'li kakao kukunining sariyog 'miqdori 8 foizni tashkil qiladi.

2. Kakao kukuni alkalizatsiya jarayoniga ko'ra tabiiy kakao kukuni va gidroksidi kakao kukuniga bo'linadi. Ular orasida gidroksidi kakao kukuni engil gidroksidi kakao kukuni va og'ir gidroksidi kakao kukuniga bo'linadi.

3. Kakao kukuni rangiga ko'ra qora kakao kukuni, jigarrang kakao kukuni va qizil kakao kukuniga bo'linadi.

4. Kakao kukuni kelib chiqishiga ko'ra G'arbiy Afrika kakao kukuni, Indoneziya kakao kukuni va shunga o'xshashlarga bo'linadi.

Tabiiy Kakao Kukuni Va Hidroksidi Kakao Kukuni O'rtasidagi Farq

Tabiiy kakao kukuni - kakao loviyalarini kakao kukuniga qayta ishlash jarayonida hech qanday qo'shimchalar qo'shilmasdan ishlab chiqarilgan ochiq jigarrang kakao kukuni; ishqorlangan kakao kukuni esa pH moslashuviga erishish uchun kakao loviyalarini qayta ishlash jarayonida qutulish mumkin bo'lgan gidroksidi qo'shiladi. Shu bilan birga, kakao kukunining rangi ham chuqurlashadi va xushbo'yliги tabiiy kakao kukuniga qaraganda ancha kuchliroqdir. Bu qayta ishlash jarayonidan ajralib turadi va oddiy odamlar farq qila olmaydi. Keling, uni foydalanish va tashqi ko'rinish jihatlaridan taqqoslaylik.

Tabiiy kakao kukuni ishqorlangan kakao kukuniga qaraganda engilroq rangga ega va kamroq xushbo'y. Foydalanish nuqtai nazaridan, gidroksidi kakao kukuni kengroq ilovalarga ega. Umuman olganda, tabiiy kakao kukuni suyuq mahsulotlar ishlab chiqarishda ishlatilmaydi, chunki eruvchanligi taxminan 30 foizni tashkil qiladi; gidroksidi kakao kukuni har qanday oziq-ovqat mahsulotlarini ishlab chiqarishda ishlatilishi mumkin, shuningdek, bevosita yutish mumkin. Alkalizatsiyalangan kakao kukunining narxi tabiiy kakao kukuniga qaraganda yuqori bo'lganligi sababli, umumiy oziq-ovqat ishlab chiqaruvchilari asosan qattiq mahsulotlarni ishlab chiqarish uchun tabiiy kakao kukunidan foydalanadilar; va ishqorlangan kakao kukuni suyuq sut va ichimliklar kabi suyuq mahsulotlar ishlab chiqarish uchun ishlatiladi. Bozordagi shokolad asosan tabiiy kakao kukuni bilan ishlab chiqariladi, shokoladli xushbo'y sutli choy esa gidroksidi kukun bilan ishlab chiqariladi.

Tabiiy kakao kukuni va gidroksidi kakao kukuni o'rtasida yana bir muhim farq bor va bu pH farqidir. Tabiiy kakao kukunining pH qiymati odatda 5.0 va 5.8 orasida; ishqorlangan kakao kukunining pH qiymati odatda 6,2 dan 7,5 gacha. Har bir insonning sevimli taomlari va ichimliklari bor. Kimdir bir narsani yaxshi ko'radi, kimdir boshqasini. Va, ehtimol, hamma bu ichimlikni yaxshi ko'radi. Biz bolalikdan hammaga ma'lum bo'lgan kakao haqida gapiramiz.

ICHIMLIKLAR

Ichimlik - bu ichish uchun maxsus tayyorlangan suyuqlik. Ularning retseptlari asrlar davomida yaratilgan. Tarkibi ko'pincha odamlarning yashash sharoitlariga bog'liq: Rossiyada kvas, Osiyoda ayran, Yaqin Sharqda sherbet. Ular ta'mga ko'ra bir-biriga o'xshamaydi, ularni ishlab chiqarishda turli xil xom

ashyolardan foydalaniladi, biroq ularning umumiy bir tomoni bor - ular chanqoqni qondirish uchun mo'ljallangan.

Turli xil ichimliklarga tabiiy sharbatlar, shakar, ziravorlar, rezavorlar, mevalar, sut, siroplar, muzqaymoq va boshqa mahsulotlar kiradi. Ular tanani ozuqa moddalari bilan tezda to'ydiradi va chanqoqni qondiradi.

Ular bu vazifani ham yaxshi bajarishadi. Qahva, choy, kakao barcha fasllarga mos keladigan universal ichimliklardir. Ularning organizm uchun foydalari bebahodir. Ushbu maqolada biz kakao ichish foydalimi yoki yo'qligini ko'rib chiqamiz.

Bu ta'mi bolalikdan deyarli har bir kishiga tanish bo'lgan oziq-ovqat mahsulotidir. O'zining boy shokolad ta'mi va aromatik, biroz yopishqoq mustahkamligi tufayli kakao qadim zamonlardan beri xudolarning ichimligi hisoblangan.

O'rta asrlarda Evropada bir chashka issiq shokolad yaxshi ta'm va boylik belgisi edi. Foyda

Kakao ichimligining qanday foydalari bor? Bu savolga javob berish uchun keling, undan foydalanishning xususiyatlariga yana qaraylik.

Bu juda qimmatli mahsulot. U tonik ta'sirga ega va bir qator shifobaxsh xususiyatlarga ega. Ko'p miqdordagi vitaminlar va antioksidantlar miyani kislorod bilan ta'minlashga foydali ta'sir ko'rsatadi va sklerozdan himoya qiladi.

Kakaoni iste'mol qilish shamollashdan keyin kuchni tiklashga yordam beradi.

Kakao kukunining yana bir afzalligi shundaki, u deyarli yog'ni o'z ichiga olmaydi, shuning uchun shokoladdan farqli o'laroq, u ortiqcha vaznga hissa qo'shmaydi.

Kakao ichimligi odatda sut bilan tayyorlanadi, shuning uchun u juda yuqori kaloriya hisoblanadi. U organizmni foydali moddalar bilan tezda boyitishga qodir. Shuning uchun siz uni ko'p icholmaysiz, chunki to'yinganlik tezda keladi. Bu semirish xavfi yo'qligini anglatadi.

Shuningdek, u kosmetologlar tomonidan tasdiqlangan, chunki u terining ohangini yaxshilaydi, uni elastik qiladi, shuningdek, stressga yordam beradi.

REFERENCES:

1. <https://srcyrl.xjcistanche.com/news/natural-com>.
2. george.deng@wecistanche.com / WhatsApp:86 13632399501】