

Галицький фаховий коледж імені В'ячеслава Чорновола
Відділення сфери послуг

Циклова комісія дисциплін готельно-ресторанної справи та туризму

КУРСОВА РОБОТА
з дисципліни «Технологія продукції ресторанного
господарства»

на тему: «Технології стародавніх українських солодких страв, рекомендації з
їхнього використання у сучасних умовах»

Виконав (ла): ст. гр. ГР-11б
Фітяк Роксолана

Науковий керівник:
к.е.н., викладач Муха Роксолана
Андріївна

Кількість балів _____
Національна шкала _____
ECTS _____

Члени комісії _____	_____	_____
	(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____	_____
	(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____	_____
	(підпис)	(прізвище та ініціали)

ТЕРНОПІЛЬ 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНОЛОГІЇ ПРИГОТУВАННЯ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СОЛОДКИХ СТРАВ.....	6
1.1. Стародавні українські солодкі страви: сутність, різновиди та харчова цінність.....	6
1.2. Аналіз рецептурного складу, технології приготування та рекомендацій використання стародавніх українських солодких страв.....	10
1.3. Визначення основних шляхів удосконалення процесу виробництва стародавніх українських солодких страв.....	12
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СОЛОДКИХ СТРАВ.....	17
2.1. Об'єкт, предмет і матеріали дослідження.....	17
2.2. Методи та загальна схема дослідження.....	18
РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА НОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ УДОСКОНАЛЕННЯ ЯКОСТІ РЕЦЕПТУРНОГО СКЛАДУ ТА ТЕХНОЛОГІЧНОГО ПРОЦЕСУ ПРИГОТУВАННЯ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СОЛОДКИХ СТРАВ.....	22
3.1. Обґрунтування вибору сировини, необхідної для приготування удосконаленої кулінарної страви.....	22
3.2. Проведення технологічних досліджень удосконалених рецептурного складу стародавніх українських солодких страв....	29
3.3. Розроблення схеми технологічного процесу та проекту нормативної документації на нові види продукції.....	34
ВИСНОВКИ.....	38
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	41
ДОДАТКИ.....	44

ВСТУП

Актуальність теми дослідження упродовж багатовікової історії українського народу склалася багата й різноманітна гастрономічна культура, значну частину якої становлять традиційні солодкі страви, що передавалися з покоління в покоління, зберігаючи притаманні їм рецептурні особливості, технологічні прийоми та символічне значення у контексті звичаїв, свят і повсякденного життя.

Серед найдавніших українських солодких страв особливе місце посідають куліш, кутя, узвар, вареники з солодкою начинкою, млинці, печені яблука з медом, шулики, бабка, які не лише відображають кулінарну спадщину народу, а й виконують функцію своєрідного етнокультурного маркера, що ідентифікує українську гастрономічну ідентичність.

Ретельне дослідження автентичних технологій приготування таких страв дозволяє простежити не лише специфіку використання сировини, зокрема натуральних підсолоджувачів на зразок меду, фруктів і ягід, а й способів термічної обробки та оформлення, притаманних відповідному історичному періоду.

Оскільки сучасні кулінарні практики дедалі більше тяжіють до використання локальних продуктів, екологічно чистої сировини та збереження кулінарної спадщини, інтеграція елементів стародавніх українських солодких страв у меню закладів ресторанного господарства виглядає надзвичайно перспективною.

Такий підхід є важливим кроком у напрямку формування української гастрономічної політики, що базується на поєднанні традиції й інновації. Водночас, популяризація традиційних солодких страв може бути ефективним інструментом культурної дипломатії, спрямованої на формування позитивного іміджу України у світі. При цьому, відродження стародавніх технологій приготування дозволяє краще зрозуміти умови життя, раціон і світогляд наших предків, адже це виступає цінним джерелом для

міждисциплінарних наукових досліджень. Урахування історико-культурних, соціальних та економічних чинників при вивченні та впровадженні традиційних солодких страв забезпечує цілісність і наукову обґрунтованість дослідження.

У підсумку, слід підкреслити, що проведення дослідження, присвяченого вивченню технологій стародавніх українських солодких страв та можливостей їхнього застосування у сучасних умовах, є надзвичайно актуальним і необхідним з огляду на зростаючий інтерес до національної гастрономічної спадщини, потребу в її збереженні та потенціал подальшого розвитку у контексті сучасного ресторанного господарства.

Метою даного дослідження є всебічне вивчення технологій приготування стародавніх українських солодких страв, виявлення їх кулінарних особливостей, рецептурних характеристик та потенціалу адаптації до сучасних умов функціонування підприємств ресторанного господарства з урахуванням тенденцій здорового харчування, інновацій у технологічних процесах та підвищеного інтересу до національної гастрономічної спадщини.

Виходячи із актуальності теми та мети дослідження **завданнями написання даної курсової роботи** є вивчення таких питань:

- дослідити сутність, різновиди та харчова цінність стародавніх українських солодких страв;
- здійснити аналіз рецептурного складу, технології приготування та рекомендацій використання стародавніх українських солодких страв;
- визначити основні шляхи удосконалення процесу виробництва стародавніх українських солодких страв;
- розглянути специфіку та особливості організація експериментальних досліджень підвищення якості стародавніх українських солодких страв;
- обґрунтувати вибір сировини, необхідної для приготування удосконаленої кулінарної страви;
- представити особливості проведення технологічних досліджень удосконалених рецептурного складу стародавніх українських солодких страв;

– розроблення схеми технологічного процесу та проекту нормативної документації на нові види продукції.

Об’єктом дослідження є процес формування й трансформації національних кулінарних традицій у сфері солодких страв української кухні в контексті історичного розвитку та сучасного ресторанного обслуговування.

Предметом дослідження виступають технологічні особливості приготування стародавніх українських солодких страв, їхній склад, способи обробки сировини, варіанти подачі, а також можливості впровадження цих страв у сучасне меню підприємств ресторанного господарства.

Інформаційною базою дослідження слугують наукові праці з етнології, історії української кухні, праці з технології приготування їжі, фахові кулінарні видання, архівні джерела, збірники традиційних рецептів, результати польових етнографічних досліджень, інтерв’ю з носіями кулінарних традицій, а також сучасні нормативні документи, котрі регулюють технологічні процеси у сфері громадського харчування.

Структура роботи. Курсова робота складається з вступу, трьох розділів основної частини, висновків, списку використаної літератури, який налічує 27 джерел.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТЕХНОЛОГІЇ ПРИГОТУВАННЯ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СОЛОДКИХ СТРАВ

1.1. Стародавні українські солодкі страви: сутність, різновиди та харчова цінність

Стародавні українські солодкі страви становлять невід'ємну частину гастрономічної спадщини народу, відображаючи специфіку етнічної кулінарної культури, її зв'язок із традиційними сільськогосподарськими продуктами, обрядами та сезонністю харчування. Вони формувалися протягом століть під впливом природних умов, соціально-економічних обставин та релігійних традицій, що зумовлювало багатство рецептур, варіативність інгредієнтів і технологій приготування.

Солодкі страви, як складова обрядового харчування, мали не лише смакову й поживну функцію, але й символічне значення – вони використовувалися під час свят, родинних урочистостей, ритуалів переходу, передаючи з покоління в покоління сакральні уявлення про добробут, здоров'я, єдність роду й громади. При цьому, застосування натуральних компонентів - меду, фруктів, ягід, маку, зернових - зумовлювало високу харчову та біологічну цінність страв, що забезпечувало енергетичну підтримку організму в умовах аграрного способу життя, особливо в періоди посту або сезонного дефіциту свіжих продуктів [22].

Однією з найдавніших і найпоширеніших солодких страв є кутя (рис. 1.1) – обрядова страва з вареної пшениці або ячменю з додаванням меду, маку та родзинок, яка традиційно готувалася до Різдва і характеризується високим вмістом складних вуглеводів, харчових волокон і мікроелементів.

Іншою поширеною стравою була узвар - напій з сушених фруктів (яблук, груш, слив), підсолоджений медом, який вирізняється не лише приємним смаком, а й високою біологічною цінністю завдяки вмісту органічних кислот, вітамінів групи В, калію та пектинових речовин.



Рисунок 1.1. Стародавня українська солодка страва «Кутя» [5]

До числа солодких борошняних страв належали налисники з маком або сиром, які готувалися на основі прісного тіста з додаванням кисломолочних продуктів і споживалися здебільшого у святкові дні, забезпечуючи організм білками, кальцієм і вуглеводами.

Коржі з медом і житнім борошном (рис. 1.2), які випікали в печі, відзначалися тривалим терміном зберігання, високою енергетичною цінністю та наявністю біологічно активних речовин із меду.



Рисунок 1.2. Коржі з медом і житнім борошном [26]

Також побутували солодкі каші на основі пшона чи гречки з додаванням вершків, меду або варення, які виконували функцію як щоденної, так і обрядової їжі та мали збалансований амінокислотний склад. Особливою обрядовістю відзначалися яблука, печені з медом або горіхами (рис. 1.3), які подавалися на Спаса й містили антиоксиданти, вітамін С, клітковину та мононенасичені жири. Важливе місце займали медові пряники, виготовлені на основі меду, борошна, яєць і прянощів (кориці, гвоздики), які вирізнялися ароматичними властивостями та наявністю біологічно активних компонентів.



Рисунок 1.3. Яблука, печені з медом або горіхами [14]

До повсякденного раціону входили також киселі - желеподібні солодкі страви, які готувалися з вівса, ягід чи фруктів, підсолоджувалися медом і мали пробіотичні властивості та позитивно впливали на травну систему. У піст вживали сухофрукти з медом або варенням, які не потребували термічної обробки, зберігали природні вітаміни та мінерали. Серед десертних страв були поширені виварені груші або сливи у сиропі, які подавалися охолодженими та сприяли кращому травленню завдяки вмісту харчових кислот. У літній період споживали ягідні кулеші з чорниці, малини чи журавлини, кулеші із солодким сиром (рис. 1.4), зварені з борошном або крупами, які насичували організм антиоксидантами, глюкозою й клітковиною [4, с.119].

Цікавою особливістю багатьох страв є використання натуральних

підсолоджувачів, насамперед меду, при цьому забезпечує антисептичну дію, покращує смакові властивості страв і збагачує їх вітамінами.

Готування солодких страв вимагало дотримання сезонних традицій, оскільки більшість інгредієнтів - фрукти, ягоди, мед, горіхи - були доступні в обмежений період року, що формувало чіткий кулінарний календар.



Рисунок 1.4. Кулеша з солодким сиром [26]

Завдяки поєднанню простоти приготування, високої енергетичної та біологічної цінності, стародавні українські солодкі страви залишаються актуальними й сьогодні як джерело натурального харчування та національної ідентичності.

Отже, стародавні українські солодкі страви не лише мали важливе гастрономічне й культурне значення, а й відзначалися високою харчовою цінністю, натуральністю складників та обрядовою функцією. Більшість із них базувалися на продуктах місцевого походження, що забезпечувало їхню доступність та поживність у різні пори року. Розуміння особливостей їх приготування та споживання сприяє збереженню традиційної кулінарної спадщини та може стати підґрунтям для розвитку сучасної етно-гастрономії.

1.2. Аналіз рецептурного складу, технології приготування та рекомендацій використання стародавніх українських солодких страв

Стравою-аналог обрана кутя, яка є сакральною стравою української кулінарної традиції, яка має глибоке символічне та обрядове значення. Її приготування та споживання сягає тисячолітньої історії, впродовж якої вона зберігала свою значущість навіть у періоди соціально-економічних потрясінь, слугуючи чинником духовного єднання поколінь.

Кутя традиційно відкриває різдвяну вечерю, символізуючи початок святкового циклу та нерозривний зв'язок із національною ідентичністю. Навіть для осіб, які не мали попереднього досвіду приготування цієї страви, її включення до різдвяного столу є рекомендованим як з культурної, так і з гастрономічної точки зору. Вдале поєднання інгредієнтів - вареної зернової основи, маку, меду, горіхів і сухофруктів – забезпечує не лише високу харчову цінність, а й привабливі смакові характеристики, що зумовлює актуальність страви в сучасній кулінарній практиці. Склад інгредієнтів для приготування «Куті» (страва-аналог) представимо у табл. 1.1.

Таблиця 1.1

Склад інгредієнтів для приготування страви-аналогу «Куті» [21]

Найменування сировини	Витрати сировини в грамах		Технологічні вимоги до якості сировини
	Брутто	Нетто	
Пшениця	300	300	Цільне зерно твердих сортів, чисте, без плісняви, без сторонніх домішок, із характерним запахом, сухе.
Вода	4 склянки	50	Питна, прозора, без кольору й запаху, температурою відповідно до рецептури.
Вершкове масло	50	50	Натуральне, без рослинних домішок, з вмістом жиру не менше 82,5 %, свіже, із приємним вершковим запахом.
Соняшникова олія	2 ст. л.	20	Рафінована, дезодорована, без сторонніх запахів і присмаків, прозора.
Мак	2 ст. л.	20	Сухий, дозрілий, без гіркоти, із характерним запахом, без плісняви й домішок.
Лимон	1 шт.	20	Свіжий, соковитий, без механічних пошкоджень, із гладкою або злегка шорсткою шкіркою, з характерним цитрусовим запахом.
Корінь імбиру	1 шт.	20	Свіжий, твердий, без зморщення, з вираженим ароматом, без ознак псування чи гниття.
Всього		480	

Технологічний процес приготування страви «Кутя» включає кілька послідовних етапів, кожен з яких має на меті забезпечити належну органолептичну якість, харчову цінність та безпечність готового продукту згідно з кулінарно-технологічними вимогами.

На першому етапі здійснюється підготовка основного зернового компонента - пшениці: сировину ретельно перебирають з метою видалення сторонніх домішок, промивають у холодній проточній воді до повного очищення, після чого заливають питною водою у співвідношенні 1:3 або 1:4 залежно від сорту зерна, і піддають тривалій термічній обробці (варінню) до досягнення м'якості, що в середньому триває 2–3 години, після чого надлишкову рідину зливають.

Другим етапом є обробка маку, який перед використанням промивається, обдається окропом для видалення гіркоти та активізації ароматичних речовин, після чого перетирається у макітрі або подрібнюється за допомогою блендера до утворення густої білої емульсії - макового молочка, що слугує джерелом смакової насиченості та характерного запаху.

На наступному етапі готуються допоміжні компоненти, зокрема свіже лимонне плодове тіло та корінь імбиру, які після промивання подрібнюються: імбир натирається на дрібній тертці для кращого вивільнення ефірних олій, лимон нарізають дрібними кубиками або ж віджимають із нього сік; одночасно вершкове масло піддається тепловій обробці до повного розтоплення, а соняшникова олія використовується в готовому вигляді.

Об'єднання інгредієнтів передбачає змішування звареної пшениці з підготовленим маком, подрібненим імбиром, лимоном, вершковим маслом і соняшниковою олією в однорідну масу шляхом інтенсивного перемішування, що сприяє рівномірному розподілу ароматичних і смакових компонентів.

Заключним етапом є настоювання куті у прохолодному приміщенні впродовж кількох годин, при цьому забезпечує гармонізацію смаків, набуття в'язкої структури й аромату, характерного для традиційної української обрядової солодкої страви [21].

Дослідимо поживну цінність даної страви, результати дослідження представимо у табл. 1.2.

Таблиця 1.2

Поживна цінність готової страви «Кутя» [21]

Компонент	Кількість, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
Пшениця	300	36,0	3,0	198,0	1110
Вода	50	0,0	0,0	0,0	0
Вершкове масло	50	0,5	41,0	0,5	375
Соняшникова олія	20	0,0	20,0	0,0	180
Мак	20	3,2	9,8	6,4	120
Лимон	20	0,2	0,2	1,8	9
Корінь імбиру	20	0,3	0,1	4,2	20
Разом (на 480 г)		40,2	74,1	210,9	1814 ккал
На 100 г страви		8,4	15,4	43,9	378 ккал

Таким чином, страву «Кутя» на основі пшениці з додаванням маку, лимону, імбиру та жирів має високу поживну цінність, насамперед завдяки вмісту складних вуглеводів і жирів, вона виступає джерелом енергії, що особливо важливо в умовах зимового раціону. Поєднання натуральних інгредієнтів також збагачує страву вітамінами, клітковиною та біологічно активними речовинами.

1.3. Визначення основних шляхів удосконалення процесу виробництва стародавніх українських солодких страв

У сучасних умовах зростання інтересу до національної кулінарної спадщини актуальним є завдання не лише збереження, але й адаптації традиційних страв до потреб сучасного споживача. Серед таких страв особливе місце посідає кутя - сакральна обрядова страву, яка протягом століть була невід'ємним елементом українських різдвяних та поминальних традицій. Удосконалення рецептури страви «Кутя» дозволяє не лише розширити її смакові властивості, але й підвищити поживну цінність.

Удосконаленою стравою виступає «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками», в якій поєднання зернової основи з натуральними

підсолонджувачами та сухофруктами забезпечує більш насичений смак і покращене харчове наповнення. Такий підхід дозволяє зберегти автентичність традиційного рецепту, водночас відповідаючи вимогам раціонального харчування й кулінарним вподобанням сучасних споживачів.

Аналізуючи інгредієнтний склад удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» необхідно відзначити, що він є значно багатший, що представлено у табл.1.3.

Таблиця 1.3

Склад інгредієнтів для приготування удосконаленої страви
«Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» [15]

Найменування сировини	Витрати сировини в грамах		Технологічні вимоги до якості сировини
	Брутто	Нетто	
Пшениця	300	300	Цільне зерно твердих сортів, чисте, без плісняви, без сторонніх домішок, із характерним запахом, сухе.
Вода	4 склянки	50	Питна, прозора, без кольору й запаху, температурою відповідно до рецептури.
Вершкове масло	50	50	Натуральне, без рослинних домішок, з вмістом жиру не менше 82,5 %, свіже, із приємним вершковим запахом.
Соняшникова олія	2 ст. л.	20	Рафінована, дезодорована, без сторонніх запахів і присмаків, прозора.
Мак	2 ст. л.	20	Сухий, дозрілий, без гіркоти, із характерним запахом, без плісняви й домішок.
Мед	2 ст.л.	20	Натуральний, світлий або темний, без сторонніх домішок, із рівномірною консистенцією та приємним ароматом, не кристалізований.
Горіхи	50	50	Стиглі, очищені, без гіркоти, без залишків шкаралупи, без цвілі, із властивим запахом і смаком.
Курага	100	100	Висушена, м'яка, без сторонніх запахів, не пересушена, без ознак бродіння, однорідного кольору.
Родзинки	50	50	Сухі, еластичні, без плісняви та сторонніх включень, із природним ароматом.
Лимон	1 шт.	20	Свіжий, соковитий, без механічних пошкоджень, із гладкою або злегка шорсткою шкіркою, з характерним цитрусовим запахом.
Корінь імбиру	1 шт.	20	Свіжий, твердий, без зморщення, з вираженим ароматом, без ознак псування чи гниття.
Всього		700	

Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» відрізняється від традиційної куті більш багатим складом інгредієнтів, що

значно підвищує її харчову, енергетичну та біологічну цінність. Розширення рецептурного складу дозволяє поєднати різні групи поживних речовин, які сприятливо впливають на організм людини:

– пшениця залишається базовим компонентом страви, забезпечуючи складні вуглеводи, харчові волокна та вітаміни групи В, які необхідні для нормального функціонування нервової системи та обміну речовин;

– мед є природним заміником цукру, містить вітаміни, ферменти, антиоксиданти, мікроелементи (залізо, цинк, калій), а також має протизапальні та імуностимулювальні властивості;

– горіхи (зазвичай волоські) збагачують страву рослинними білками, корисними жирами (омега-3 і омега-6 жирні кислоти), вітамінами Е і В6, магнієм, що зміцнює серцево-судинну систему та покращує роботу мозку;

– курага і родзинки є джерелами легкозасвоюваних цукрів (фруктози й глюкози), клітковини, калію, заліза, антиоксидантів та бета-каротину, при цьому сприяє покращенню травлення, зору та профілактиці анемії;

– мак збагачує кутю кальцієм, залізом та магнієм, а також надає вираженого смаку і аромату;

– соняшникова та вершкове масло додають калорійності страві, сприяють засвоєнню жиророзчинних вітамінів, покращують смакові властивості та структуру;

– лимон та свіжий імбир не тільки надають страві освіжаючої кислоти та пряного аромату, але й виступають природними антиоксидантами, посилюють імунну відповідь організму, стимулюють травлення та покращують засвоєння інших компонентів.

Технологічний процес приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» представимо у додатку А.

Відповідно, удосконалена страву «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» (рис. 1.5) є не лише смачнішою та ароматнішою, а й функціонально ціннішою стравою, що відповідає сучасним уявленням про

збалансоване та корисне харчування, зокрема в період посту або святкових обрядів.



Рисунок 1.4. Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» [15]

Удосконалена страва також матиме значно кращі харчові та поживні якості, що відображено у табл. 1.4.

Таблиця 1.4

Поживна цінність готової страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» [15]

Назва показника	Значення	Одиниця виміру
Калорійність	390–420	ккал
Білки	15,0–16,5	г
Жири	20,0–32,0	г
Вуглеводи	55,0–65,0	г
Харчові волокна	3,5–5,0	г
Кальцій (Ca)	60–90	мг
Залізо (Fe)	1,5–2,5	мг
Магній (Mg)	35–50	мг
Калій (K)	250–300	мг
Вітамін E	1,5–2,5	мг
Вітамін B1 (тіамін)	0,15–0,25	мг
Вітамін B6	0,2–0,4	мг
Бета-каротин	0,3–0,6	мг
Антиоксиданти (загальна дія)	помірна	—

Проведене дослідження поживної цінності удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» свідчить про її високі енергетичні та біологічні показники. Завдяки включенню таких компонентів, як мед, горіхи, сухофрукти та імбир, страва збагачена білками, жирами, вуглеводами, харчовими волокнами, мінералами (кальцієм, залізом, магнієм, калієм) і вітамінами групи В, Е, а також природними антиоксидантами. Зазначене забезпечує не лише насичення організму енергією, а й сприяє підтриманню імунної системи та профілактиці дефіциту важливих мікроелементів.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СОЛОДКИХ СТРАВ

2.1. Об'єкт, предмет і матеріали дослідження

Метою даного дослідження є наукове обґрунтування та розробка удосконаленого рецептурного складу традиційної української обрядової страви - Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками», з урахуванням сучасних вимог до харчування, збагачення її поживної цінності та органолептичних характеристик шляхом введення до складу інгредієнтів меду, горіхів, кураги та родзинок. Основними завданнями проведення даного дослідження виступає [1, с.82]:

- аналіз технологічного процесу приготування традиційної куті та визначення його недоліків;
- вивчення властивостей додаткових інгредієнтів з точки зору їх впливу на поживну цінність та смакові якості готової страви;
- розробка оновленого рецептурного складу страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»;
- оцінка хімічного складу та енергетичної цінності удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»;
- проведення органолептичної оцінки готової продукції з метою визначення споживчих переваг.

Об'єктом дослідження виступає технологічний процес приготування традиційної української солодкої страви – куті.

Предметом дослідження є вплив зміненого складу інгредієнтів на якість, харчову та енергетичну цінність, а також органолептичні властивості удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками».

Матеріалами дослідження слугують зразки сировини (пшениця, мед, мак, горіхи, курага, родзинки, лимон, імбир, вершкове масло, соняшникова олія), традиційна рецептура куті, варіанти її модернізованого складу, результати

лабораторного аналізу хімічного складу та показники органолептичної оцінки, що дозволяють обґрунтувати ефективність удосконалення страви.

2.2. Методи та загальна схема дослідження

Здійснення дослідження передбачає використання основних методів його реалізації. Метод дослідження – це систематизований спосіб наукового пізнання, за допомогою якого здійснюється збирання, аналіз, інтерпретація та узагальнення емпіричних і теоретичних даних, що дають змогу глибше розкрити суть об'єкта і предмета дослідження. У рамках дослідження удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» застосовано такі методи, як органолептичний аналіз, лабораторна оцінка поживної цінності, порівняльний та аналітичний методи, а також метод узагальнення результатів. Детальну характеристику основних методів проведення дослідження представимо у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Основні методи дослідження [17, с.91-93]

№	Назва методу	Характеристика методів
1	Органолептичний метод	Передбачає оцінку якості готової страви за зовнішнім виглядом, кольором, консистенцією, смаком і запахом.
2	Лабораторний (хімічний) метод	Застосовується для визначення поживної цінності страви, зокрема вмісту білків, жирів, вуглеводів, вітамінів та мінералів.
3	Порівняльний метод	Полягає у зіставленні показників якості традиційної куті з удосконаленою рецептурою, що містить нові інгредієнти.
4	Аналітичний метод	Здійснюється аналіз зібраної інформації з наукових джерел щодо складу, властивостей і користі додаткових компонентів.
5	Метод узагальнення результатів	Передбачає систематизацію отриманих даних і формулювання обґрунтованих висновків щодо доцільності впровадження страви.

Застосування зазначених методів дозволить комплексно оцінити якість готової страви, виявити переваги удосконаленої рецептури та обґрунтувати її доцільність у практиці сучасного ресторанного господарства. Кожен із методів сприятиме отриманню достовірних результатів, що мають наукову та практичну значущість.

Для деталізації представленого дослідження представимо схему системного дослідження удосконалення рецептурного складу та технологічного процесу приготування стародавніх українських солодких страв (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Схема системних досліджень удосконалення рецептурного складу та технологічного процесу приготування стародавніх українських солодких страв [19, с.110]

Назва елемента системи	Характеристика
Об'єкт як система дослідження	Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками», виступає варіацією традиційної української солодкої страви.
Актуальність проблеми	В умовах зростання інтересу до традиційної кухні з елементами здорового харчування постає необхідність модернізації класичних рецептів з метою збереження культурної спадщини та підвищення поживної цінності.
Мета досліджень	Обґрунтувати доцільність удосконалення рецептурного складу традиційної куті шляхом введення додаткових інгредієнтів з високою біологічною цінністю.
Аналіз системи	Проведено оцінку традиційної рецептури куті, виявлено недоліки в харчовій цінності та розглянуто можливості збагачення новими компонентами.
Варіанти вирішення	Запропоновано декілька комбінацій нових інгредієнтів (мед, горіхи, сухофрукти) з метою підвищення смакових властивостей та корисності страви.
Оптимальне вирішення	Розроблена рецептура «Куті з медом, горіхами, курагою та родзинками» як оптимальний варіант з високими органолептичними та поживними показниками.
Алгоритм вирішення	Проведення порівняльного аналізу рецептур, розробка технологічної карти, приготування пробної партії страви, органолептична оцінка, аналіз поживної цінності, формулювання висновків.
Оцінка реалізації рішення	Удосконалена страва отримала позитивні відгуки за смаковими характеристиками та є перспективною для впровадження в меню закладів ресторанного господарства.

Загальна схема дослідження удосконалення страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» складається із декількох послідовних етапів, кожен з яких спрямований на досягнення високих стандартів якості та поживної цінності страви. Здійснимо дослідження особливостей реалізації кожного із етапів.

Перший етап полягає в аналізі існуючих рецептур і технологій приготування куті, при цьому проводиться дослідження традиційних варіантів страви з точки зору їх смакових та харчових характеристик, а також оцінюється їх технологічний процес приготування. Визначаються переваги та недоліки цих рецептур, що дозволяє сформулювати завдання для подальших удосконалень.

Другий етап передбачає обґрунтування вибору сировини для удосконаленої куті. На цьому етапі здійснюється вибір інгредієнтів, зокрема меду, горіхів, кураги та родзинок, із врахуванням їх харчової цінності, доступності та сумісності в рецептурі.

Усі інгредієнти мають бути свіжими та високоякісними, оскільки це не тільки підвищує смакові характеристики страви, а й збільшує її поживну цінність. Аналізується також вплив кожного інгредієнта на загальну якість страви, зокрема на вміст білків, жирів, вуглеводів, вітамінів та мінералів.

Третій етап полягає в проведенні технологічних досліджень удосконаленої рецептури. Після вибору сировини здійснюється експериментальне приготування куті з новими компонентами, а також оцінюються різні технології приготування, включаючи способи термічної обробки інгредієнтів і їх пропорції в рецептурі.

Тестуються органолептичні якості страви (смак, запах, текстура), а також визначається її енергетична та харчова цінність, що дає змогу отримати найкращі варіанти рецептури та технології приготування, які забезпечують високий рівень якості страви.

Органолептичний аналіз є важливим етапом при оцінці якості харчових продуктів, зокрема удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками», відповідно кожен із показників органолептичної оцінки має велике значення для визначення загальної якості продукції:

Зовнішній вигляд (з урахуванням кольору). Даний параметр є важливим, оскільки він створює перше враження про страву та дозволяє оцінити правильність її приготування. Колір може вказувати на відповідність технології виготовлення та виявляти можливі дефекти або недоліки в процесі приготування.

Консистенція. Оцінка консистенції страви дає можливість визначити її текстуру, яка повинна бути однорідною та без неприємних дефектів, таких як грудочки або надмірна жорсткість. Консистенція прямо впливає на сприйняття страви споживачем і є важливою складовою її споживчих властивостей.

Запах і смак. Зазначені параметри визначають сенсорні характеристики страви, які є найбільш значущими для споживача, зокрема запах страви має бути приємним, оскільки це відповідає її складовим, а смак - насиченим, гармонійним і відповідним до очікувань споживачів.

Вигляд на розрізі. Оцінка вигляду на розрізі дозволяє дослідити структуру страви та оцінити рівномірність розподілу складових інгредієнтів. Важливо, щоб розріз не виявляв дефектів чи недоліків, таких як нерівномірний розподіл меду, горіхів чи родзинок, що можуть знижувати загальне сприйняття якості страви.

Представлені критерії органолептичного аналізу допомагають забезпечити високу якість удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками», оскільки даний аспект гарантує її приємний смак, текстуру та естетичний вигляд. Шкалу органолептичної оцінки удосконаленої страви представимо у додатку Б.

Четвертий етап включає розробку детальної схеми технологічного процесу та нормативної документації для удосконаленої куті. Створюється технологічна карта, що включає усі етапи виробництва – від підготовки інгредієнтів до готового продукту.

Розробляються також стандарти на сировину, рецептури, вимоги до якості страви та методи її контролю. Зазначений етап є необхідним для забезпечення стабільної якості страви під час її приготування на підприємствах ресторанного бізнесу та її подальшого впровадження у виробництво [23, с.128].

Зазначені етапи є основними для досягнення мети дослідження та удосконалення страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками», забезпечуючи при цьому її високу поживну цінність, смакові характеристики та відповідність сучасним вимогам до здорового харчування.

РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА НОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ УДОСКОНАЛЕННЯ ЯКОСТІ РЕЦЕПТУРНОГО СКЛАДУ ТА ТЕХНОЛОГІЧНОГО ПРОЦЕСУ ПРИГОТУВАННЯ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СОЛОДКИХ СТРАВ

3.1. Обґрунтування вибору сировини, необхідної для приготування удосконаленої кулінарної страви

Обґрунтування вибору сировини в контексті приготування удосконаленої страви є важливим етапом у процесі удосконалення кулінарних страв, оскільки від якості та властивостей інгредієнтів залежить не лише смакові характеристики страви, а й її харчова цінність. Для приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» необхідно вибрати продукти, які мають високу харчову цінність, доступність та сумісність між собою.

Важливою умовою є використання натуральних, свіжих інгредієнтів, які забезпечують не тільки високі смакові якості, але й максимальну користь для здоров'я споживачів. Кожен компонент страви має специфічні властивості, які впливають на загальний ефект при її споживанні, зокрема мед, горіхи, курага та родзинки, при цьому оцінка вибору сировини здійснюється з урахуванням її доступності, якості та здатності забезпечити оптимальний результат у готовому виробі.

Нами визначено, що основними інгредієнтами при приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» стали: пшениця, вершкове масло, соняшникова олія, мак, мед, горіхи, курага, родзинки, лимон, корінь імбиру. Здійснимо дослідження загальної характеристики, особливостей та корисності використання, харчової і біологічної цінності кожного із досліджуваних структурних складових страви.

Пшениця (рис. 3.1) виступає головним структурним елементом куті. Вона містить складні вуглеводи, білки з високим вмістом глютену, харчові волокна,

вітаміни групи В (В1 – тіамін, В2 – рибофлавін, В6 – піридоксин) та мінерали, зокрема фосфор, залізо і магній.



Рисунок 3.1. Пшениця для приготування куті [2]

Завдяки високій енергетичній цінності забезпечує відчуття ситості та є добрим джерелом повільних вуглеводів. Варене зерно має приємну текстуру, зберігає форму та добре поєднується з іншими компонентами страви, при цьому його включення до рецептури підтримує традиційну автентичність страви [16].

Вершкове масло (рис. 3.2) є джерелом тваринних жирів та жиророзчинних вітамінів – А, D, Е та К.



Рисунок 3.2. Загальний вигляд вершкового масла ТМ «Молокія»

Воно покращує смакові характеристики страви, додає ніжності й аромату, сприяє засвоєнню деяких біоактивних компонентів інших інгредієнтів. Харчова цінність зумовлена високим вмістом насичених жирних кислот, холестерину, що у помірних кількостях необхідні для організму. В кулінарному аспекті використовується як збагачувач смаку та пом'якшувач текстури.

Соняшникова олія (рис. 3.3) виступає рослинним джерелом ненасичених жирних кислот (особливо омега-6), токоферолу (вітамін Е) та фітостеролів. Вона не лише сприяє засвоєнню жиророзчинних вітамінів, але й покращує стан шкіри, серцево-судинної системи, чинить антиоксидантний вплив. У рецептурі кулі додається для збагачення жирового складу страви, покращення її консистенції та поживності.



Рисунок 3.3. Соняшникова олія ТМ «Чумак»

Мак (рис. 3.4) – це джерело рослинного білка, поліненасичених жирних кислот, кальцію, магнію, фосфору, заліза та вітамінів групи В. Завдяки високому вмісту кальцію позитивно впливає на кісткову систему, а наявність алкалоїдів обумовлює легку заспокійливу дію. У кулі виконує не лише смакову функцію, але й надає характерного аромату та кольору, що є ознакою

автентичної рецептури.



Рисунок 3.4. Мак

Мед (рис. 3.5) містить прості вуглеводи (глюкоза і фруктоза), ферменти, органічні кислоти, антиоксиданти, мінерали (калій, залізо, магній) та вітаміни (особливо С, В2, В6).



Рисунок 3.5. Натуральний мед

Завдяки своїм антимікробним і імуномодулюючим властивостям мед є функціональним продуктом харчування, при цьому він покращує смакові

властивості страви, виступає натуральним підсолоджувачем та забезпечує ароматичну гармонію.

Волоські горіхи (рис. 3.6) – джерело високоякісних рослинних білків, ненасичених жирних кислот (особливо омега-3), вітаміну Е, фолієвої кислоти, магнію, цинку та антиоксидантів, а їх споживання сприяє зміцненню серцево-судинної системи, покращенню когнітивної функції та підвищенню життєвого тону. У складі куті вони додають хрустку текстуру, багатий смак і збагачують страву цінними нутрієнтами.



Рисунок 3.6. Ядро волоського горіху [3]

Курага (рис. 3.7) є натуральним джерелом калію, заліза, бета-каротину (провітамін А), харчових волокон і натуральних цукрів, відповідно сприяє поліпшенню роботи серцево-судинної системи, покращує перистальтику кишечника та підтримує зорову функцію.



Рисунок 3.7. Курага [7]

У складі кураги у великій кількості міститься такий компонент, як калій, що сприяє регуляції в організмі водно-сольового балансу. Це сприяє не тільки підтримці роботи серцево-судинної системи, а й підтримці нормального тону м'язів. Рекомендується включати цей продукт у щоденний раціон харчування тих людей, які схильні до утворення тромбів, для гіпертоніків і діабетиків. З її допомогою можна привести рівень холестерину та інсуліну в повну норму.

У куті курага додає м'якість, легку кислинку, помаранчевий колір і фруктовий аромат, збагачуючи страву вітамінами та мінералами.

Родзинки (рис. 3.8) містять фруктозу, глюкозу, вітаміни В-комплексу, антиоксиданти (поліфеноли), залізо та клітковину. Вони позитивно впливають на рівень енергії, мають м'яку послаблюючу дію, покращують стан крові. У складі страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» забезпечують солодкість, м'яку текстуру і гармонійне поєднання з іншими компонентами.



Рисунок 3.8. Різновиди родзинок

Лимон (рис. 3.9) використовується у вигляді соку або цедри, він містить високий вміст вітаміну С, органічних кислот (цитринова, яблучна), ефірних олій та флавоноїдів. Завдяки своїм кислотним властивостям покращує засвоєння заліза з інших інгредієнтів, а також підсилює смак страви, надаючи свіжість та легку кислинку.



Рисунок 3.9. Лимон [11]

Імбир (рис. 3.10) багатий ефірними оліями, гінгеролом, вітамінами В6 і С, мінералами (магній, калій) та біологічно активними сполуками з протизапальними властивостями [9]. Він покращує травлення, стимулює обмін речовин, а також надає пікантної пряності й аромату страві, дозволяючи при цьому створити оригінальний смаковий акцент в оновленій рецептурі.



Рисунок 3.10. Імбир [6]

В узагальненні необхідно відзначити досить багатий та поживний склад страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками», при цьому забезпечує її високу харчову та біологічну цінність. Поєднання злакової основи, натуральних підсолоджувачів, рослинних і тваринних жирів, а також сухофруктів і прянощів створює збалансований за складом продукт, багатий на вітаміни, мінерали, амінокислоти, клітковину та антиоксиданти. Така

страва не лише задовольняє смакові потреби споживачів, а й сприяє зміцненню імунної системи, покращенню травлення та підвищенню енергетичного потенціалу організму.

Завдяки традиційній рецептурі з сучасними акцентами на здорове харчування, удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» набуває функціональних властивостей, які відповідають вимогам раціонального та збалансованого харчування. Її включення до раціону є доцільним як з точки зору кулінарної культури, так і з огляду на профілактику дефіциту важливих нутрієнтів.

3.2. Проведення технологічних досліджень удосконалених рецептурного складу стародавніх українських солодких страв

Проведення технологічних досліджень удосконаленого рецептурного складу стародавніх українських солодких страв є важливим етапом у збереженні національних кулінарних традицій із одночасною адаптацією до сучасних вимог харчування. Такий підхід дає змогу не лише відтворити історичні страви, але й удосконалити їхній склад з урахуванням новітніх знань про поживну цінність продуктів, кулінарні технології та споживчі вподобання. Вивчення традиційних компонентів у поєднанні з сучасними методами обробки та підбору інгредієнтів дозволяє оптимізувати як смакові, так і функціональні характеристики готових виробів.

Особливу увагу в процесі дослідження приділяють органолептичним показникам, поживній цінності, способам підготовки сировини та технологічним параметрам приготування. Результати таких досліджень можуть стати основою для створення оновленого асортименту автентичних солодких страв у ресторанному господарстві [17, с.157].

У відповідності до шкали органолептичного оцінювання представленої у додатку Б, проведемо експертне дослідження шляхом порівняльного аналізу двох страв (страви-аналог та удосконаленої страви), результати дослідження представимо у табл. 3.1.

Таблиця 3.1

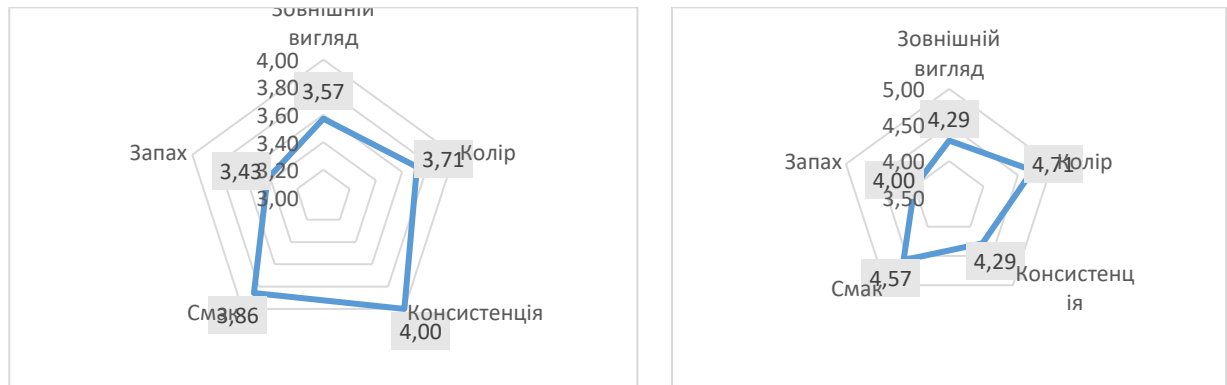
Результати експертного оцінювання двох страв (страви-аналог та
удосконаленої страви) [складено автором]

Критерій оцінювання	Експертна група							Середній показник
	1	2	3	4	5	6	7	
Страва – аналог «Кутя»								
Зовнішній вигляд	4	3	4	3	3	4	4	3,57
Колір	3	4	4	5	4	3	3	3,71
Консистенція	4	5	4	4	4	3	4	4,00
Смак	4	3	3	4	4	5	4	3,86
Запах	3	4	4	3	3	3	4	3,43
Бальна оцінка (середній показник) страви-аналогу								3,71
Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»								
Зовнішній вигляд	4	5	5	4	4	4	4	4,29
Колір	4	5	5	5	4	5	5	4,71
Консистенція	4	4	4	4	5	5	4	4,29
Смак	4	5	5	4	5	5	4	4,57
Запах	4	3	4	4	4	5	4	4,00
Бальна оцінка (середній показник) удосконаленої страви								4,37

У результаті проведеного органолептичного оцінювання було здійснено детальний порівняльний аналіз за п'ятьма ключовими критеріями – зовнішній вигляд, колір, консистенція, смак і запах – між традиційною стравою-аналогом «Кутя» та удосконаленою стравою «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками».

За показником зовнішнього вигляду удосконалена страва отримала середній бал 4,29, тоді як страва-аналог – 3,57, що свідчить про значне поліпшення естетичної привабливості продукту, яке було досягнуто завдяки більш гармонійному поєднанню кольорів інгредієнтів і їх структурованому розміщенню, що створює приємне візуальне враження для споживача.

Щодо кольору, удосконалена страва демонструє ще вищу перевагу з показником 4,71 бали порівняно з 3,71 бали (рис. 3.11) у страві-аналогу, що зумовлено введенням яскравих і природно забарвлених інгредієнтів, таких як курага, родзинки, ядра волоських горіхів і мед, які надали страві більш насиченого, апетитного вигляду та візуальної свіжості.



а) страва – аналог «Кутя»

б) Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»

Рисунок 3.11. Пелюсткова діаграма результатів експертної оцінки страви-аналогу «Кутя» та удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» [складено автором]

У контексті консистенції удосконалена страва також перевершила аналог, отримавши середню оцінку 4,29 бали проти 4 бали, при цьому свідчить про вдалішу комбінацію інгредієнтів та оптимально підібрані технологічні параметри (зволоження, термічна обробка, співвідношення складових), які забезпечили однорідну, ніжну, в'язку текстуру страви без грудкуватості чи надмірної щільності.

Особливо вагомим є показник смаку, за яким удосконалена кутя досягла 4,57 бали, на відміну від 3,86 бали у традиційної страви. Таке покращення обумовлено розширенням смакового профілю завдяки збалансованому поєднанню меду, сухофруктів, горіхів та натертого імбиру, які забезпечують як багатство смакових відтінків, так і приємну післясмакову нотку з натуральною солодкістю.

Щодо запаху, хоча різниця була менш вираженою (4 бали проти 3,43 бали), удосконалена страва має приємний, натуральний аромат, який формується за рахунок свіжого маку, меду та цитрусових нот лимонного соку й натертого імбиру, які додають страві виразної ароматики й покращують її сприйняття на рівні нюхового аналізу.

Отже, результати детального органолептичного аналізу дозволяють стверджувати, що удосконалена страва за всіма дослідженими критеріями має кращі сенсорні характеристики, що свідчить про доцільність впровадження нової рецептури у виробничу практику закладів ресторанного господарства з метою підвищення якості асортименту, задоволення споживчих очікувань та популяризації традиційних українських солодких страв у сучасній інтерпретації.

Узагальнення результатів дегустаційної оцінки страви-аналогу «Кутя» та удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» представимо у табл. 3.2.

Таблиця 3.2

Узагальнення результатів дегустаційної оцінки страви-аналогу «Кутя» та удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»

Критерій оцінювання	Страва-аналог «Кутя»	Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»
1	2	3
Зовнішній вигляд	Зовнішній вигляд традиційної куті має стриманий вигляд з переважанням сіро-коричневих відтінків, менш привабливий та однорідний.	Завдяки додаванню кураги, родзинок, горіхів та меду страва виглядає більш естетично привабливою, кольорово контрастною і виразною, покращуючи загальне візуальне враження.
Колір	Колір традиційної страви є однотонним, з невираженою гамою, переважають темні відтінки, характерні для вареної пшениці та маку.	Удосконалена страва має насичений, яскравий колір завдяки наявності золотистого меду, жовто-оранжевої кураги, бурштинових родзинок та світлих ядер горіхів, при цьому створює візуальну привабливість.
Консистенція	Консистенція традиційної куті є дещо щільною, з помітними зернами пшениці та маку, інколи сухувата або надто волога.	Удосконалена версія характеризується більш збалансованою, м'якою та ніжною консистенцією завдяки присутності меду, олії, вершкового масла та фруктових інгредієнтів, які забезпечують однорідність і пластичність маси.

продовження табл. 3.2

1	2	3
Смак	Смак класичної страви має переважно солодкий маково-пшеничний характер, але недостатньо багатий, з обмеженим смаковим діапазоном.	Смак удосконаленої куті є більш насиченим, гармонійно поєднує солодкі, кисло-солодкі та горіхові ноти, має виражений післясмак, зазначене значно покращує загальне смакове сприйняття.
Запах	Аромат страви-аналог є слабо вираженим, з типовими зерновими і маковими нотками, які швидко зникають.	Удосконалена страва має виразний аромат, у якому домінують медово-фруктові відтінки, а також легкі цитрусові нотки лимона та пряний аромат імбиру, що підвищує органолептичну привабливість.

Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» за всіма органолептичними критеріями перевершує традиційну страву-аналог. Її переваги проявляються у більш привабливому зовнішньому вигляді, багатшій кольоровій палітрі, м'якшій і гармонійній консистенції, вираженому смаку та ароматі, засвідчуючи її підвищену кулінарну цінність та споживчу привабливість.

Також слід констатувати більшу поживну цінність удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Порівняльна оцінка поживної цінності страви-аналогу «Кутя» та удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»

Показник	Страва-аналог «Кутя»	Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»
Калорійність, ккал	215	290
Білки, г/100 г	5,4	6,2
Жири, г/100 г	3,1	9,8
Вуглеводи, г/100 г	42,6	49,3
Харчові волокна, г/100 г	2,9	4,2
Вітамін С, мг	0,0	2,5
Вітамін Е, мг	0,6	1,8
Вітаміни групи В (В1, В2, В6), мг	0,2	0,4
Калій, мг	150	260
Кальцій, мг	21	40
Магній, мг	28	52
Залізо, мг	1,1	2,3

Удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» має вищу калорійність за рахунок підвищеного вмісту жирів та вуглеводів, що обумовлено додаванням меду, горіхів та сухофруктів. Водночас, вона також містить більше харчових волокон, вітамінів та мінералів, що суттєво покращує її біологічну цінність та здатність задовольняти добові потреби організму в основних поживних речовинах.

Таким чином, удосконалена страва «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» не лише смачніша, а й має кращі оздоровчі та профілактичні властивості і може бути запропонована у меню ресторанних підприємств, які шанують українські традиції та готують дані українські солодкі страви.

3.3. Розроблення схеми технологічного процесу та проекту нормативної документації на нові види продукції

Технологічний процес приготування кулінарної страви є невід'ємною складовою раціональної організації виробництва харчової продукції, що забезпечує досягнення високих показників якості, безпечності та споживчої цінності готового продукту. Він являє собою сукупність взаємопов'язаних стадій, які включають ретельний добір і підготовку сировини, дотримання нормативних параметрів обробки (механічної, термічної або комбінованої), регулювання температурних і часових режимів, а також правильну організацію технологічного циклу від моменту надходження продуктів до завершального етапу подачі готової страви споживачеві.

Кожен етап даного процесу має відповідне технологічне обґрунтування й виконує чітко визначену функцію, що сприяє збереженню органолептичних, харчових та біологічно активних властивостей страви.

Правильне дотримання технологічної послідовності, контроль параметрів приготування та застосування раціональних методів кулінарної обробки є запорукою підвищення ефективності роботи харчового виробництва та задоволення потреб сучасного споживача.

Технологічний процес приготування удосконаленої страви «Кутя з

медом, горіхами, курагою та родзинками» є поетапним і базується на дотриманні послідовних технологічних операцій, які мають на меті забезпечення максимальної збереженості харчової, біологічної та органолептичної цінності інгредієнтів, які входять в удосконалену страву.

На першому етапі здійснюється підготовка основної сировини – пшениці: 250–300 г зерна ретельно промивається з метою видалення сторонніх домішок та пилу, після чого заливається чотири склянками води та піддається варінню на помірному вогні впродовж 30–40 хвилин до повної готовності. Такий температурний режим сприяє пом'якшенню структури зерен, що значно полегшує їхнє засвоєння організмом.

На другому етапі, в ще теплу зварену пшеницю, додають 50 г вершкового масла (у разі приготування скоромної версії) або дві столові ложки соняшникової олії (у пісному варіанті), забезпечуючи при цьому збалансованість смаку та покращення текстурних характеристик страви завдяки підвищенню жирності.

Третій етап передбачає підготовку кураги: 100 г сушених абрикосів попередньо миють, за потреби розпарюють для пом'якшення та нарізають дрібними кубиками, сприяючи рівномірному та повноцінному розподілу компонента у готовому продукті. До пшеничної основи додають подрібнену курагу та 50 г родзинок, які попередньо також промивають – цей етап збагачує кутю фруктовими нотами, підвищує вміст натуральних цукрів і клітковини.

У наступному етапі до страви додають дві столові ложки маку, який попередньо запарюють окропом або проварюють до м'якості, та натертий на дрібній тертці корінь імбиру, який забезпечує виражений ароматичний профіль і сприяє підвищенню загальної біологічної активності продукту.

Шостий етап включає додавання жмені крупно подрібнених волоських горіхів, які є джерелом рослинних жирів, білків, мінералів і антиоксидантів. Всі компоненти ретельно перемішуються для забезпечення однорідної текстури та рівномірного розподілу смакових домішок.

Сьомий етап передбачає обробку цитрусових: лимон миють, обсушують

та натирають цедру на дрібній тертці, яка додається до основної маси страви для надання свіжого аромату та легких кислуватих відтінків. Додатково додають 2–3 столові ложки натурального меду як природного підсолоджувача з високим вмістом біологічно активних речовин.

На завершальному етапі з лимона віджимають 1–2 столові ложки соку та додають у кутю, після чого страва ретельно перемішується та залишають настоюватися щонайменше на 2 години при кімнатній температурі для оптимального розкриття смако-ароматичного букету. Після настоювання кутю порційно викладають у посуд для сервірування та подають до святкового столу як традиційну обрядову страву з покращеним рецептурним складом.

Слід констатувати те, що успішне виконання технологічного процесу приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» гарантує не тільки смачність та привабливий зовнішній вигляд страви, але й безпеку для споживачів, оскільки важливо дотримуватися вимог щодо гігієни, зберігання продуктів та технологічних параметрів. Зазначений процес є ключовим у кулінарній сфері, де якість та смак страви залежать від правильного виконання технологічних вимог і рекомендацій. Схематичне відображення процесу приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» представлено у додатку В.

Поряд із технологічним процесом, що є основою приготування страви, досить важливе значення має розробка технологічної документації, яка виступає необхідним інструментом для забезпечення високої якості продукції, дотримання встановлених стандартів, ефективного управління виробничими процесами та збереження постійного контролю над всіма етапами приготування страви [1, с.119].

Технологічна документація включає в себе низку важливих елементів, зокрема технологічні картки та акти відпрацювання рецептур, що дозволяють систематизувати всі етапи приготування, описати точні пропорції та умови використання інгредієнтів, а також врахувати особливості приготування та зберігання страви.

Технологічні картки для приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» (додаток Г) містять повний опис інгредієнтів, їх кількість, порядок приготування, умови зберігання та подачі страви. Вони є важливим інструментом для кухарів, оскільки забезпечують точність виконання рецептури та дозволяють зберігати стабільність якості страви при масовому виробництві.

У технологічних картках зазначено точні пропорції інгредієнтів, рекомендації щодо температурних режимів та часового контролю на різних етапах приготування, що виступає ключовим для досягнення бажаного органолептичного ефекту. Для удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» враховуються також дієтичні та алергенні обмеження, які значно підвищують її доступність для різних категорій споживачів.

Акт відпрацювання рецептур (додаток Д) виступає достатньо важливим документом, який підтверджує ефективність та доцільність використання запропонованих змін у рецептурі та технологічному процесі. У ньому відображено результат проведених досліджень щодо адаптації класичних складових страви, таких як мед, горіхи, курага, родзинки, до сучасних вимог щодо смакових характеристик, харчової цінності та здоров'я споживачів.

Досліджуваний акт містить також дані про проведення дегустацій, експертних оцінок та аналіз органолептичних властивостей удосконаленої страви, що дозволяє зрозуміти, як зміни у рецептурі впливають на якість продукту. Важливою складовою акту є також розрахунок поживної цінності страви та її відповідність вимогам дієтичного харчування, що дозволяє обґрунтувати її переваги з точки зору здоров'я та збалансованості.

Таким чином, технологічна документація виступає важливим елементом управління якістю продукту, відповідно дозволяє забезпечити високий рівень задоволення споживачів і досягти стабільних результатів при приготуванні удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками».

ВИСНОВКИ

Узагальнюючи результати представленого дослідження необхідно відзначити наступні висновки до даної курсової роботи, зокрема:

1. Аналіз теоретичних основ технології приготування стародавніх українських солодких страв дозволив виявити їхню суттєву роль у гастрономічній спадщині України, що проявляється у поєднанні харчової цінності, символічного значення та культурної ідентичності. Встановлено, що ці страви, такі як кутя, узвар, коржі з медом та печені яблука, формувалися під впливом природних умов, соціально-економічних факторів і релігійних традицій, що зумовило використання місцевих продуктів (меду, фруктів, зернових) та їхню адаптацію до сезонності. Доведено, що високий вміст складних вуглеводів, біологічно активних речовин і мікроелементів у цих стравах забезпечував енергетичні потреби організму, особливо в періоди посту або дефіциту свіжих продуктів, що підкреслює їхнє функціональне значення в традиційному харчуванні.

2. Дослідження рецептурного складу та технології приготування куті як страви-аналогу виявило її складну багатокomпонентну структуру, яка включає пшеницю, мак, мед, жири та прянощі, що забезпечує високу поживну цінність (378 ккал на 100 г) та збалансований вміст білків (8,4 г), жирів (15,4 г) і вуглеводів (43,9 г).

3. Технологічний процес, який передбачає тривалу термічну обробку зерна, подрібнення маку та поєднання з іншими інгредієнтами, сприяє формуванню оптимальних органолептичних властивостей і максимальному засвоєнню поживних речовин. Отримані дані підтверджують, що кутя є не лише обрядовою стравою, а й важливим джерелом енергії, вітамінів і мінералів, що робить її актуальною для сучасного харчування.

4. Удосконалення традиційної рецептури куті шляхом додавання меду, горіхів, кураги та родзинок призвело до значного підвищення її харчової та біологічної цінності, що підтверджується зростанням вмісту білків (15,0–16,5

г), жирів (20,0–32,0 г), вуглеводів (55,0–65,0 г) та мікроелементів (кальцію, заліза, магнію). Включення цих компонентів не лише розширило смаковий профіль страви, але й надало їй функціональних властивостей, таких як антиоксидантна дія, імуномодулюючий ефект та покращення травлення.

Таким чином, запропоновані зміни у рецептурі дозволяють адаптувати традиційну страву до сучасних вимог здорового харчування, зберігаючи при цьому її культурну та історичну значущість.

5. Обґрунтування вибору сировини для удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» підтвердило, що кожен інгредієнт має визначену харчову та біологічну цінність, що в сукупності забезпечує високу якість готового продукту. Використання натуральних компонентів, таких як пшениця (джерело складних вуглеводів і вітамінів групи В), мед (природний антиоксидант і імуномодулятор), горіхи (багаті на омега-3 жирні кислоти), курага та родзинки (джерело мінералів і клітковини), а також прянощів (лимон, імбир) дозволило створити збалансовану страву з покращеними смаковими та функціональними властивостями. Вибір сировини базувався на її доступності, сумісності та здатності забезпечити оптимальний органолептичний ефект, що відповідає сучасним вимогам здорового харчування.

6. Проведення технологічних досліджень удосконаленої рецептури показало, що введення додаткових інгредієнтів (меду, горіхів, сухофруктів) суттєво покращило органолептичні показники страви порівняно з традиційним аналогом.

7. За результатами експертного оцінювання, удосконалена страву отримала вищі бали за зовнішній вигляд (4,29 проти 3,57), колір (4,71 проти 3,71), консистенцію (4,29 проти 4,00), смак (4,57 проти 3,86) та запах (4,00 проти 3,43). Також було встановлено, що нова рецептура має вищу поживну цінність: збільшений вміст білків (6,2 г/100 г проти 5,4 г/100 г), жирів (9,8 г/100 г проти 3,1 г/100 г), вуглеводів (49,3 г/100 г проти 42,6 г/100 г), а також вітамінів (С, Е, групи В) і мінералів (калій, кальцій, магній, залізо). Це свідчить

про те, що удосконалена страва не лише задовольняє смакові уподобання, але й має значні переваги з точки зору харчової цінності.

8. Розробка схеми технологічного процесу та нормативної документації для удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» дозволила систематизувати всі етапи її приготування, від підготовки сировини до фінального настоювання. Технологічні картки та акти відпрацювання рецептур забезпечили точність виконання рецептури, контроль якості та безпеку продукту. Важливим аспектом стало врахування дієтичних і алергенних обмежень, що робить страву доступною для широкого кола споживачів. Запропонована технологія дозволяє масштабувати виробництво, зберігаючи при цьому стабільність органолептичних і поживних властивостей страви. Таким чином, розроблена документація є необхідною основою для впровадження удосконаленої куті «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» у меню закладів ресторанного господарства, сприяючи популяризації традиційних українських страв у сучасному виконанні.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Архіпов В.В., Іванникова Т.В., Архіпова А.В. Ресторанна справа: Асортимент, технологія і управління якістю продукції в сучасному ресторані: Навчальний посібник. К.: Фірма «ІНКОС», Центр навчальної літератури, 2007. 382 с.
2. Варимо пшеницю для куті: покрокова інструкція та корисні поради. URL: https://ye.ua/gurman/52617_Varimo_pshenicyi_dlya_kuti__pokrokovaya_instrukciya_ta_korisni_poradi.html (дата звернення до ресурсу 5.05.2025)
3. Горіх волоський. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%85_%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9 (дата звернення до ресурсу 4.05.2025)
4. Доцяк В.С. Українська кухня. 4-те вид. К.: Ігнатекс – Україна, 2013. 568 с.
5. Зв'язок поколінь і символ незламності. кутя з пшениці від Євгена Клопотенка. URL: <https://klopotenko.com/kutya-z-pshenitsi/> (дата звернення до ресурсу 1.05.2025)
6. Імбир садовий. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D1%80_%D1%81%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%B9 (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)
7. Корисні властивості кураги для організму людини. URL: <https://fruit-time.ua/blog/korisni-vlastivosti-kuragi-dlya-organizmu-lyudini.html> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)
8. Користь волоського горіху: 5 корисних властивостей та протипоказань. URL: <https://www.unian.ua/health/voloskiy-gorih-korist-i-shkoda-protipokazannya-11882979.html> (дата звернення до ресурсу 5.05.2025)
9. Користь та шкода імбиру: все що потрібно знати про гостро-пекучу

пряність. URL: <https://klopotenko.com/koryst-ta-shkoda-imbyru-vse-shho-potribno-znaty-pro-gostro-pekuchu-pryanist/> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)

10. Кутя на узварі – смачний рецепт традиційної страви на Святвечір. URL: <https://shuba.life/videos/17735-kutia-na-uzvari-smachnyy-retsept-tradytsiynoyi-stravy-na-sviatvechir> (дата звернення до ресурсу 5.05.2025)

11. Лимон та його властивості. URL: <https://berry.in.ua/lymon-ta-yoho-vlastyvosti/> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)

12. Мед бджолиний, його корисні властивості. URL: <https://medova.poltava.ua/blog/med/2022-01-06-4> (дата звернення до ресурсу 4.05.2025)

13. Названо чотири переваги лимона для здоров'я. URL: <https://www.unian.ua/health/korist-limoniv-nazvano-chotiri-perevagi-limona-dlya-zdorov-ya-12500379.html> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)

14. найдешевший рецепт з усіх можливих: готуємо запечені яблука з медом і корицею за 30 хвилин. URL: https://glavred.net/recipes/desserts/various-sweets/samyu-deshevyu-recept-iz-vseh-vozmozhnyh-gotovim-zapechennye-yabloki-s-medom-i-koricey-za-30-minut-10504945.html#goog_rewarded (дата звернення до ресурсу 2.05.2025)

15. Найсмачніша кутя на Різдво: кращого рецепту ви не знайдете. URL: <https://www.unian.ua/recipes/holiday-menus/kutya-recept-na-rizdvo-yak-prigotuvati-kutyu-na-rizdvo-2021-11272229.html> (дата звернення до ресурсу 5.05.2025)

16. Опис та характеристика рослини пшениця м'яка. URL: <https://agrarii-razom.com.ua/plants/pshenicya-myaka> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)

17. Пересічний М. І. Технологія продукції ресторанного господарства: Лабораторний практикум. Київ : КНТЕУ, 2013. 216 с.




18. Пересічний М. І. Технологія харчових продуктів функціонального призначення. Київ : КНТЕУ, 2013. 144 с.


19. Сало Я.М. Технологія ресторанної справи: навч. практик. Посібник. Львів: Афіша, 2013. 560 с.
20. Смакуємо по-українськи: велика добірка страв якими маємо пишатися. URL: <https://shuba.life/articles/19038-smakuyemo-po-ukrayinsky-velyka-dobirka-unikalnykh-strav-iaкyму-mayemo-pyshatysia> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)
21. Справжня багата кутя на Різдво: покроковий рецепт. URL: <https://www.unian.ua/recipes/holiday-menus/bogataya-kutya-tradicionnyu-ukrainskiy-recept-12863115.html> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)
22. Стародавні українські страви на сніданок. URL: <https://shuba.life/articles/14210-davni-ukrayinski-stravi-vidrodzheni-recepti> (дата звернення до ресурсу 2.05.2025)
23. Стахмич Т. М., Пахолук О. М. Кулінарна справа. Технологія приготування їжі : підруч. для здобувач. проф. (проф.-тех.) освіти. Київ: Грамота, 2020. 280 с.
24. Страви гуцульської кухні. URL: <https://verkhovynskyi-park.in.ua/mandruy/de-poisty/> (дата звернення до ресурсу 2.05.2025)
25. Традиційна кутя з пшениці. URL : <https://klopotenko.com/tradycziyna-kutya-z-pshenydzi-recipe-kuti-z-rodzynkamy-ta-makom/> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)
26. Три рецепти медової випічки від галицьких господинь. URL: <https://zt.ridna.ua/2016/03/19/try-retsepty-medovoji-vypichky-vid-halytskykh-hospodyn/> (дата звернення до ресурсу 1.05.2025)
27. Ярова пшениця: посів, оброблення та врожайність. URL: <https://agrosep mash.ua/uk/yarova-pshenicya-posiv-viroshhuvannya-obroblennya-ta-vrozhajnist/> (дата звернення до ресурсу 6.05.2025)




ДОДАТКИ

Додаток А

Технологічний процес приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками» [21]

Етап	Характеристика	Фотозвіт
1	<p>Помийте 250-300 г пшениці й залийте 4 склянками води. Варіть на невеликому вогні 30-40 хвилин до готовності.</p>	
2	<p>Ще в теплу кашу додайте 50 г вершкового масла, якщо готуєте щедру кутю, або 2 ст. л. соняшникової олії, якщо пісну. Так смак буде більш насиченим і збалансованим.</p>	
3	<p>Наріжте 100 г помитої чи / та розпареної кураги невеликими кубиками.</p>	

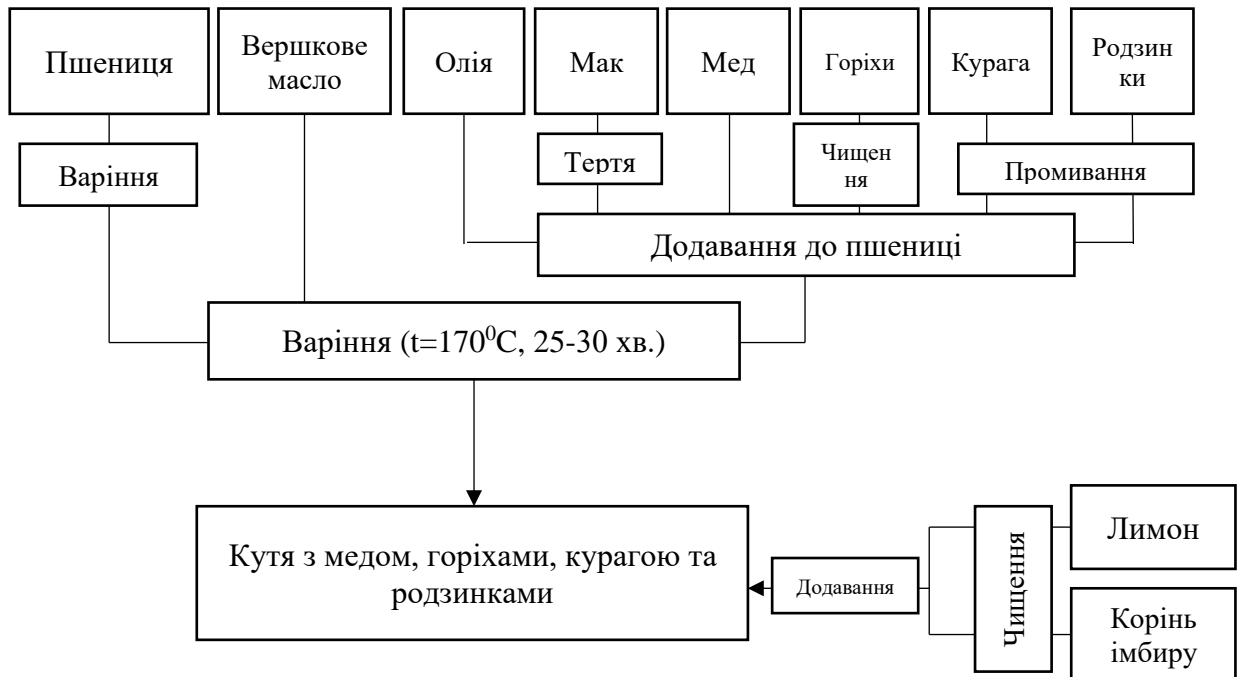
4	<p>Додайте в пшеницю з маслом чи олією подрібнену курагу і 50 г родзинок.</p>	 A close-up photograph showing a person's hand holding a small amount of dried apricots and raisins. Below the hand is a stainless steel pot containing cooked wheat porridge. A wooden spoon is visible in the pot. The background is a white surface. A watermark 'КЛОПОТЕНКО' is visible in the bottom right corner of the image.
5	<p>Потім всипте 2 ст. л маку та 1 см натертого на дрібній тертці кореня імбиру.</p>	 A photograph of a stainless steel pot on a stove. The pot contains wheat porridge with dried apricots and raisins. A silver spoon is being used to add a generous amount of poppy seeds to the mixture. A wooden spoon is also visible in the pot. A small plate with more ingredients is visible on the left. A watermark 'КЛОПОТЕНКО' is visible in the bottom right corner of the image.
6	<p>Додайте жменю крупно подрібнених волоських горіхів і перемішайте кутю, щоб всі компоненти рівномірно розподілилися.</p>	 A photograph of the same stainless steel pot on the stove. The mixture now includes finely chopped walnuts. A wooden spoon is being used to stir the ingredients together. A small plate with more walnuts is visible on the left. A watermark 'КЛОПОТЕНКО' is visible in the bottom right corner of the image.

7	<p>Добре помийте лимон, обсушіть. Натріть його цедру на дрібній тертці.</p>	 <p>КЛОПОТЕНКО</p>
8	<p>Додайте в нашу кутю з пшениці 2-3 ст. л. меду і натерту цедру лимона.</p>	 <p>КЛОПОТЕНКО</p>
9	<p>Видавіть 1-2 ст. л. лимонного соку, влийте його в кутю і знову перемішайте. Залиште страву мінімум на 2 години, щоб настоялася. А вже після цього можна її насипати у красиву миску і ставити у центр святкового стола.</p>	 <p>КЛОПОТЕНКО</p>

**Шкала органолептичної оцінки удосконаленої страви «Кутя з медом,
горіхами, курагою та родзинками» [складено автором]**

Критерії оцінювання	Бальна оцінка				
	5 – відмінно	4 – добре	3 – задовільно	2 – незадовільно	1 – погано
Зовнішній вигляд	Страва має привабливий, гармонійний зовнішній вигляд, однорідна текстура.	Легкі порушення однорідності, незначна втрата привабливості.	Деяка неоднорідність, недостатньо виразний вигляд.	Нерівномірна структура, неестетичний зовнішній вигляд.	Відсутність естетики, значні дефекти у зовнішньому вигляді.
Колір	Насичений, природний, типовий для інгредієнтів, рівномірний.	Ледь приглушений або трохи нерівномірний, проте прийнятний.	Слабкий, недостатньо типовий колір, місцями блідий.	Тьмянний, неприродний колір, відхилення від норми.	Визначено неприйнятний, штучний або темний колір.
Консистенція	Оптимально щільна, зерна добре зварені, компоненти гармонійно поєднані.	Невеликі відхилення у щільності чи розвареності окремих елементів.	Часткова неоднорідність, відчутна зайва м'якість чи твердість окремих частин.	Значна нерівномірність консистенції, погане поєднання компонентів.	Повна невідповідність вимогам – страва суха або надто рідка.
Смак	Смак збалансований, виразний, злагоджене поєднання всіх компонентів.	Майже збалансований, можливе незначне домінування окремого інгредієнта.	Смак дещо плоский або недостатньо виражений.	Відчутне порушення смакової гармонії.	Смак різко дисгармонійний, з наявністю сторонніх присмаків.
Запах	Аромат приємний, типовий для інгредієнтів, з медово-фруктовими нотами.	Запах достатньо приємний, легке послаблення вираженості.	Слабкий аромат або наявність ледь помітного стороннього запаху.	Відчутний сторонній або неприродний запах.	Запах неприємний, різкий або несвіжий.

Схематичне відображення технологічного процесу приготування
удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»



Технологічна картка для приготування удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»

«Погоджено»

Головний державний санітарний лікар

_____ (назва адміністративної території)

_____ (прізвище, ім'я та по батькові керівника)

М.П. _____ (підпис)

“ ____ ” _____ 2025 р.

«Затверджено»

Керівник

_____ (найменування суб'єкту господарювання у ресторанному господарстві)

_____ (прізвище, ім'я та по батькові керівника)

М.П. _____ (підпис)

“ ____ ” _____ 2025 р.

ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА № 16
удосконаленої страви «Кутя з медом, горіхами, курагою та родзинками»

_____ (найменування страви або кулінарного виробу)

Сировина для приготування страви

№ пп	Найменування сировини	Норма вмісту в готовій страві або виробі, г		Технологічні вимоги до якості сировини
		Брутто	Нетто	
1	Пшениця	300	300	Добірна, цільнозернова, без сторонніх домішок, з характерним запахом, попередньо очищена і промита, не пророщена, вологість не вище 14%.
2	Вода	4 склянки	50	Питна, прозора, без кольору та запаху, відповідає вимогам ДСанПіН 2.2.4-171-10.
3	Вершкове масло	50	50	Натуральне, не нижче 72,5% жирності, чисте, без сторонніх присмаків і запахів, однорідної консистенції, світло-жовтого кольору.
4	Соняшникова олія	2 ст. л.	20	Рафінована, дезодорована, без осаду, прозора, з легким характерним запахом.
5	Мак	2 ст. л.	20	Стиглий, чистий, сухий, без домішок, з характерним ароматом, не зіпсований, без цвілі.
6	Мед	2 ст.л.	20	Натуральний, рідкої або кристалізованої консистенції, світло-бурштинового або жовтого кольору, без сторонніх домішок, з виразним ароматом.

7	Горіхи	50	50	Волоські або інші, очищені, без плісняви, з характерним запахом, не пересушені, без сторонніх домішок.
8	Курага	100	100	Висушена натуральним способом, еластична, яскраво-помаранчевого або темно-жовтого кольору, без цукрового нальоту, сторонніх запахів та домішок.
9	Родзинки	50	50	Добірні, чисті, без кісточок, м'ясисті, з характерним солодким ароматом, не злипли, без сторонніх домішок.
10	Лимон	1 шт.	20	Свіжий, зрілий, з цілою неушкодженою шкіркою, без гнилі, соковитий, з яскраво вираженим цитрусовим ароматом.
11	Корінь імбиру	1 шт.	20	Свіжий, соковитий, без ушкоджень і плісняви, з виразним ароматом, світло-жовтого кольору в розрізі.
	Вихід н/ф		700	

Технологія приготування

Етап 1. Промити 250–300 г пшениці у холодній воді, залити 4 склянками питної води та варити на слабкому вогні протягом 30–40 хвилин до повної готовності зерна.

Етап 2. У ще теплу пшеничну кашу додати 50 г вершкового масла (для щедрої куті) або 2 ст. л. соняшникової олії (для пісного варіанту). Перемішати для рівномірного розподілу жиру, що сприяє гармонізації смакових властивостей.

Етап 3. Курагу в кількості 100 г ретельно промити, за потреби попередньо розпарити, після чого нарізати дрібними кубиками.

Етап 4. До пшеничної основи з доданим жиром ввести подрібнену курагу та 50 г родзинок, попередньо промитих.

Етап 5. Додати 2 ст. л. маку та 1 см очищеного і натертого на дрібній тертці свіжого кореня імбиру.

Етап 6. Всипати жменю попередньо очищених і крупно подрібнених волоських горіхів, після чого ретельно перемішати масу до рівномірного розподілу компонентів.

Етап 7. Лимон добре промити, обсушити. Натерти цедру на дрібній тертці, уникаючи білої частини шкірки.

Етап 8. Додати до куті 2–3 ст. л. натурального меду та підготовлену лимонну цедру. Перемішати для збагачення аромато-смакових властивостей.

Етап 9. Видавити 1–2 ст. л. свіжого лимонного соку, додати до страви та знову ретельно перемішати. Залишити настоюватися не менше ніж на 2 години у прохолодному місці. Після цього кутю можна викладати у сервірувальний посуд і подавати на святковий стіл.

Характеристика готової страви або виробу

Показники якості	Характеристика
Зовнішній вигляд	Однорідна маса з добре розподіленими компонентами: зерна пшениці, шматочки кураги, родзинки, мак, горіхи; компоненти зберігають форму, не злипаються.
Колір	Переважають золотисто-коричневі тони з яскравими вкрапленнями оранжево-жовтої кураги, темних родзинок і маку.
Консистенція	Помірно волога, розсипчаста, з ніжною, але щільною структурою зерен; інші інгредієнти м'які, але зберігають текстуру.
Смак	Гармонійно збалансований, солодкувато-кислуватий з медовими та фруктовими-горіховими нотами; без сторонніх присмаків.
Запах	Насичений, приємний, з ароматами меду, лимонної цедри, сухофруктів і легким пряним відтінком імбиру.

Показники страви

Фізико-хімічні і фізико-механічні показники

Найменування показника	Норма	Метод контролю
Масова частка вологи, %	35–45	Висушування до постійної маси при температурі 105 °С
Масова частка кухонної солі, %	0.2–0.5	Титриметричний метод з використанням нітрату срібла
Масова частка жиру, %	6–10	Екстракційний метод за Сокслетом або Рефлюкс-метод
Активна кислотність (рН)	5.2–6.0	Потенціометричний метод з використанням рН-метра
Температура подачі, °С	12–15 (кімнатна температура)	Контроль термометром безпосередньо перед подачею
Консистенція (структура)	Однорідна, зерниста, м'яка, не рідка	Органолептичний метод шляхом візуального та тактильного оцінювання
Зовнішній вигляд та форма	Масив однорідний, складники чітко видимі	Органолептична оцінка
Колір	Золотисто-коричневий, з яскравими вкрапленнями	Органолептичний метод

Автор фірмової страви або виробу _____
(прізвище, ім'я та по батькові)

Карту склав: _____
(посада) (підпис) (прізвище, ім'я та по батькові)

витрати, %										
Маса готового виробу у гарячому стані, г		580								
Витрати при тепловому оброблянні, г		100								
Витрати при тепловому оброблянні, %		17,2%								
Маса готового виробу у холодному стані, г		520								
Втрати при остиганні, г		60								
Втрати при остигання, %		11,5%								
Загальні втрати при тепловому оброблянні, %		34,34%								

Органолептична оцінка

Показник	Партія				
	1	2	3	4	5
Зовнішній вигляд	4	5	5	4	4
Колір	4	5	5	5	4
Консистенція	4	4	4	4	5
Смак	4	5	5	4	5
Запах	4	3	4	4	4

Виконавець _____
(підпис)