

Продукты питания из сои



Когда-то амурскую сою у нас использовали в основном в производстве кормов для животноводства, но сейчас царица амурских полей окончательно перебралась и на наши столы в виде мяса, молока и даже сыра.

Наряду с давно привычными нам соевым соусом и соевым мясом можно запросто найти в продаже масло, молоко, фарш и многое-многое другое, изготовленное из высокопитательного белка.

Кстати, сегодня соевые продукты выбирают приверженцы ЗОЖ. Поэтому в специализированных магазинах ассортимент соевой продукции довольно широк



Соя — один из богатейших белком растительных продуктов. Это свойство позволяет использовать сою для приготовления и обогащения разных блюд, а также в качестве основы растительных заменителей продуктов животного происхождения. Из неё производятся многочисленные соевые продукты.

Главной особенностью сои и соевых продуктов является то, что в них присутствует высокая концентрация белка и лецитина, которые действуют следующим образом:

Регенерируют нервные ткани и клетки мозга;

Улучшают концентрацию внимания, мышление;

Предотвращают заболевания головного мозга;

Нормализуют содержание в крови холестерина;

Предупреждают развитие сахарного диабета, болезней печени и желчного пузыря.



В целом, соевые продукты содержат 40% белка, 20% жиров, 20% — углеводов, 10% -воды, 5% — грубой клетчатки, а также в них есть микроэлементы и витамины.

Из сои изготавливают соевые продукты: соевое молоко, сыр тофу, соевое мясо, муку, соевый творог, соус, соевое масло, юбу и т.д.



Соевая мука

изготавливается из шрота или соевых семян. Чаще всего эти добавки представляют собой соевую муку и изолят соевого белка.

В ней практически отсутствует крахмал, зато другие полезные вещества преобладают в ней в большей степени, чем в других видах муки;

Соевая мука содержит существенно большее количество белка, чем мука пшеничная и мука из других злаков.

Поэтому в чистом виде её



Соевое молоко

это напиток белого цвета, по виду напоминающий молоко. Он производится из соевых семян.

В соевом молоке нет холестерина и есть полный комплекс полиненасыщенных жирных кислот, а значит, оно незаменимо для тех, кто склонен к сердечно-сосудистым заболеваниям.

По количеству кальция соевое молоко существенно уступает коровьему. Соевое молоко можно употреблять так же, как и молоко животных – пить в чистом виде, варить на нем каши, делать из него молочные коктейли с фруктами и ягодами, пудинги, добавлять в кофе или чай.

Очень хороши кисломолочные соевые продукты – йогурт, кефир. Они усваиваются намного лучше, чем молоко.



Тофу

это соевый сыр. Изготавливают из соевого молока. Технология производства напоминает изготовление обычного сыра. Его консистенция зависит от его разновидности. Тофу может быть, как совсем мягким, так и твердым. Этот продукт прессуется в блоки. При замораживании он приобретает желтоватый оттенок.

Тофу снижает уровень холестерина в крови. Потребление тофу препятствует образованию раковых клеток, быстро восстанавливает костные и мышечные ткани, укрепляют их.

Тофу лучше всего сочетать с овощами, зеленью, водорослями.



Юбу

Представляет собой подсушенную пенку, которая снимается с поверхности соевого молока. Ее можно использовать, как в сыром, так и в сухом и замороженном виде.

По составу юбу похожа на тофу, но имеет немного другую структуру.

Белок молочного соевого напитка отстаивается и отцеживается, образуя сгусток. Этот сгусток варится (или находится при температуре 90 градусов) длительное время, в течение которого он уплотняется, после чего из него формируют «косички» спаржи-юбу.

Перед приготовлением блюд ее разрезают на кусочки с добавлением различных специй.



Соевое мясо

готовится из обезжиренной соевой муки. По виду и структуре оно напоминает обычное мясо.

В соевом мясе присутствуют все восемь незаменимых аминокислот.

Оно содержит рекордное количество железа по сравнению с другими продуктами растительного происхождения.

К тому же железо в сое находится в такой форме и в таком сочетании с другими минеральными веществами, что позволяет ему усваиваться нашим организмом на 80%!

Особенно хорошо соевое мясо сочетается с овощами.



Соевый соус

Традиционная технология его приготовления – это ферментация (брожение) соевых бобов: они превращаются в жидкую массу и – за счёт деятельности микроорганизмов – обогащаются некоторыми биологически активными веществами.

Получившийся тёмный жидкий соус богат микроэлементами, витаминами и многими другими полезными веществами.

Рецептура приготовления соевого соуса подразумевает использование обычной поваренной или (чаще) пищевой морской соли.

Заправляя пищу не поваренной солью, а соевым соусом, вы получаете блюда с более богатым вкусом и меньшим количеством соли.



Соевое масло

Соевое масло представляет собой растительное масло из семян сои. Его достаточно часто используют для жарки.

Соевое масло используется в соусах, пастах, пирожных и хорошо прожаренной еде в виде имитатора дорогого, настоящего жира, чтобы создать видимость высокого качества.



Мясная продукция

В наше время в изготовлении мясной продукции очень часто используют соевый белок.



Заводы по переработке сои в Амурской области

В г. Белогорске Амурской области запущен завод по глубокой переработке сои. «Продукция отгружалась нашим клиентам: шрот в основной массе отправлен на Урал и в Западно-сибирский регион; масло — в КНР. Переработка сои производится с целью получения белого соевого лепестка и соевого масла, а также шрота кормового, являющегося основным источником белка для производства кормов в животноводческой отрасли и п





Компания Соям в Благовещенске



ООО «АМУР-ХЭ» Юр. адрес: 675000, Амурская обл., г. Благовещенск, ул. Текстильная д. 116
Адрес производства: 675027, Амурская обл., п. Плодопитомник, ул. Дорожников д. 21А,
база «Амур». Тел: 8-800-234-17-18. www.soyam.ru

ГОД ЭКОЛОГИИ В РОССИИ ГОД ЭКОЛОГИИ В РОССИИ ГОД ЭКОЛОГИИ В РОССИИ

Продукт соевый
“Тофу”



Состав: соя, вода, лимонная кислота.
Пищевая ценность: в 100г продукта содержится: белки - 9г, жиры - 4г, углеводы - 3г.
Энергетическая ценность: 95 ккал/397 кДж.
Срок годности: при t=0 - 6 С - не более 72 часов, при t= -18С - не более 30 суток.
Масса нетто: см. на упаковке.
Дата изготовления: см. на упаковке.
Продукт готов к употреблению. Без ГМО. 7676459-2014



тофу классический

Состав: соя, вода, лимонная кислота.

Пищевая ценность: в 100г продукта содержится: белки - 12г, жиры - 4г, углеводы - 3г

Энергетическая ценность: 90 ккал/376 кДж.

Срок годности: при t=0 - 6 С - не более 72 часов, при t= -18С - не более 30 суток.

Масса нетто: см. на упаковке.

Дата изготовления: см. на упаковке.

Продукт готов к употреблению. Без ГМО.



**Спасибо за
внимание**

