

Brânza - cel mai de preț produs lactat

Autor: Nazaria Natalia
Cons. lingv.: V. Cuciuc

Articolul prezent abordează valoarea nutritivă a brânzeturilor și procesul de producere a lor.

Brânza este un produs alimentar foarte prețios. Ea conține o mare cantitate de proteine cu valoare completă, ușor asimilabile, lipide, diferite săruri și vitamine. Pentru ca omul să-și satisfacă necesitatea în proteine de origine animală, este destul să consume pe zi 200g de brânză.

Pentru pregătirea brânzeturilor, în lapte se pune un chiag care brânzește și sedimentează proteinele. Această metodă era cunoscută încă la egipteni, fenicieni și la grecii antici. Conform legendei, cu peste 4000 de ani în urmă, un negustor arab cu numele de Canan a plecat dis-de-dimineață la drum printr-un loc pustiu. A luat cu el curmale uscate și lapte, pe care l-a turnat într-un stomac de oaie uscat (vas obișnuit pentru nomazi). Negustorul, grăbit fiind, toată ziua a mers fără să se oprească, mâncând din mers curmale uscate. Seara târziu Canan s-a oprit și a hotărât să bea lapte. Dar, în loc de lapte, din vasul său s-a scurs un lichid apos, iar înăuntru a rămas un coagul alb. Canan a mâncat o bucățică, era plăcută la gust. Astfel în meniul omului a apărut un produs nou – brânza [1].

Dintre toate produsele lactate, brânzeturile au cea mai largă arie de consum, datorită caracteristicilor gustative variabile, valorii nutritive ridicate, unele având și proprietăți dietetice. În cazurile bolilor de origine cardiacă, renală și hipertonică, brânza va trebui exclusă din rația alimentară. Oamenii ce suferă de hipertonie și de boli de inimă pot consuma numai brânza rusească, în care cantitatea de săruri este mai redusă.

Brânza se mai recomandă și în cazuri de anemie și boli de stomac, ce se caracterizează prin aciditatea scăzută. Brânzeturile,

mai ales cele picante, stimulează secreția gastrică și intestinală, provocând pofta de mâncare [2].

Brânza este cel mai de valoare produs lactat, care este, în același timp, ușor asimilabil.

Procesul de producere a brânzeturilor este compus din câteva etape. De felul cum se realizează ele depind particularitățile fiecărui fel de brânză, sau ale unui grup de brânzeturi. Principalele etape de producere a brânzeturilor naturale cu ajutorul labfermentului din cheag sunt: alegerea laptelui, pregătirea lui pentru prelucrare, închegarea laptelui, prelucrarea coagulului și a granulelor de brânză, formarea, sărarea, maturarea, pregătirea pentru realizare, păstrarea și transportarea brânzei.

Fiecare etapă a producerii brânzeturilor se bazează pe procese biochimice și fizico-chimice complicate, care decurg în părțile componente ale laptelui. Principalii agenți catalizatori ai acestor transformări sunt microorganismele labfermentului, ce prezintă în sine un praf, fabricat din cheagul vitelor și mieilor de lapte. Nu se recomandă folosirea cheagulului de la animalele mature, deoarece în stomacul lor se elaborează un alt ferment - pepsina. Pepsina se poate extrage și din unele plante; în Roma Antică sucurile acestor plante erau folosite uneori pentru punerea laptelui la prins. Brânzeturile pot fi preparate și în felul acesta, însă calitatea lor va fi inferioară [3].

Timp îndelungat prepararea brânzeturilor s-a realizat sub forma casnică-meșteșugărească, specifică micii producții artisanale. Datorită progreselor remarcabile ale științei și tehnicii, fabricarea brânzeturilor a depășit acest stadiu, devenind astăzi o adevărată industrie, în continuu progres.

Bibliografie:

1. Ivasura A., *Laptele și viața*, Chișinău, 1978.
2. Chintescu G., *Produse lactate tradiționale*, Chișinău, 1988.
3. Guzun V., *Industrializarea laptelui*, Chișinău, 2004.