

## OVOCIE

**Ovocie a ovocné výrobky** sú dôležité potraviny a významné suroviny pre cukrársku výrobu. Ovocie sa stalo obľúbenou potravinou nielen pre príjemnú a osviežujúcu chuť, ale aj pre biologickú hodnotu.

Ovocím rozumieme plody rôznych kríkov, stromov a rastlín, ktoré používame hlavne v surovom stave, sú aj surovinou pokrmov, príloh k jedlám a konzumujeme ho aj v nápojoch.

### Zloženie ovocia:

- **Voda:** 60 – 90 %
- **Sacharidy:** jednoduché (glukóza a fruktóza), disacharidy (sacharóza) a polysacharidy (škrob a celulóza), pektíny
- **Bielkoviny:** neplnohodnotné a v malom množstve
- **Tuky:** len v škrupinovom ovocí
- **Vitamíny:** C, karotény a skupina B, v malom množstve E, K
- **Minerálne látky:** draslík, železo, vápnik, horčík, fosfor
- **Organické kyseliny:** citrónová, jablčná, vinná, šťaveľová
- **Farbivá:** chlorofyl, karotény a flavónové farbivá
- **Enzýmy:** podporujú zrenie a rast ovocia
- **Vláknina:** podporuje peristaltiku čriev
- **Pektínové látky:** sú príčinou rôsolovania ovocia

### Rozdelenie a druhy ovocia:

- **Jadrové:** jablká, hrušky, dule, mišpule
- **Kôstkové:** slivky, čerešne, višne, marhule, broskyne, trnky
- **Bobuľové:** ríbezle, egreše, jahody, maliny, čučoriedky, černice, hrozno, šípky
- **Škrupinové:** vlašské orechy, lieskové orechy, arašidy, pistácie, mandle, gaštany, kešu, kokosové orechy
- **Citrusové:** citróny, pomaranče, grapefruity, mandarínky
- **Ostatné južné ovocie:** banány, ananásy, kivi, datle, figy, granátové jablko, mango, avokádo

### Konzervovanie ovocia:

- ovocie je určené hlavne na priamu spotrebu
- niektoré druhy ovocia sú málo trvanlivé, preto na dlhší čas ho uchováваме konzervovaním

### Spôsoby konzervovania:

**1. konzervovanie čerstvého ovocia chladom** – zabraňuje rýchlej rozkladnej činnosti mikroorganizmov, rozlišujeme 2 spôsoby:

a/ pri teplote 0 až 4°C v chladiarňach

b/ pri teplote -18°C zmrazovaním v mraziarňach

- pri oboch spôsoboch sa konzervuje ovocie najlepšej kvality, bez plesnivého a nahnitého ovocia
- ovocie si takto udržiava svoju biologickú hodnotu ako čerstvé ovocie

**2. konzervovanie ovocia teplom** – rozlišujeme tieto spôsoby:

**a/ sušenie ovocia** – ovocie sa zbaví 80 až 90%, tým sa odstráni podmienka pre činnosť mikroorganizmov, ovocie musí byť čisté a kvalitné, nesmie byť narušené hnilobou, začiatková teplota je 30 až 40°C, konečná teplota môže byť podľa druhu až 95°C.

**b / zaváranie ovocia – sterilizácia** – s cukrom alebo bez cukru získame kompóty

**c / rozváranie ovocia** – s cukrom alebo bez cukru získame džemy, marmelády, pretlaky, lekvár

**d / presladzovanie ovocia** – ovocie sa nasýti na vyšší obsah cukru v dužine, cukor ovocie konzervuje a vzniká kandizované ovocie

3. **výroba ovocných štiav a sirupov** – dochádza k spracovaniu ovocia a získame ovocné šťavy /sú čisté konzervované s menším množstvom cukru a sterilizáciou – džúsy/, mušty / upravené filtráciou a sterilizáciou/, sirupy / šťavy zahustené cukrom, ktorý pôsobí ako konzervačný prostriedok/
4. **výroba kvasných produktov z ovocia** – pri spracovaní ovocia kvasnými procesmi sa využíva schopnosť rozličných druhov kvasiniek meniť cukor na etanol, získajú sa **ovocné vína** /12 až 15% etanolu/, **ovocné destiláty** – nepoužíva sa čistý mušt, ale rozdrvené a celé ovocie /40 až 65% etanolu/, **ovocné likéry** /25 až 35% etanolu/, **ovocné octy** sa získavajú octovým kvasením slabých alkoholických roztokov

Ako surovina pre cukrársku výrobu má ovocie význam : - **pri zdobení výrobkov**

- **pri príprave ovocných náplní**
- **pri príprave ovocných zmrzlín**
- **Carvingfruit**