

3.3. Cestoviny

Cestoviny sú potraviny vyrábané tvarovaním nekysnutého a chemicky nekyprného cesta, pripraveného najmä z pšeničnej múky a z vody s možným prídavkom iných zložiek, ktoré ovplyvňujú ich chuť, vzhľad, konzistenciu alebo zvyšujú ich výživnú hodnotu.

Vyrábajú sa:

- **lisovaním** (pretláčaním) pripraveného cesta cez tvarovaciu matricu, **odrezaním** na požadovanú dĺžku a **sušením**,
- **valcovaním, vypichovaním** alebo **rezaním** cesta a **sušením**.

Podľa použitej suroviny sa cestoviny rozdeľujú:

- **pšeničné**,
- **semolinové** – vyrábané len z múky pšenice tvrdej (semoliny),
- **celozrnné** – podiel celozrnej múky je najmenej 50 %,
- **grahamové**,
- **ryžové**,
- **bezlepkové**.

Podľa obsahu vajec sa delia na **vaječné** a **bezvaječné**. V označení vaječných cestovín sa musí uvádzať množstvo použitej vaječnej hmoty v prepočte na celé vajcia a na 1 kg múky.

Podľa tvaru a dĺžky sú **dlhé** (200 až 500 mm) – špagety, makaróny, **stredné** (20 až 100 mm) – rezance, makaróny, **krátke** (do 20 mm) – fličky, mušle, kolienka, **zvitky** (nífovky vlasové, široké).

Podľa obsahu vody a spôsobu prípravy môžu byť:

- **sušené** – po vytvarovaní a vysušení môžu obsahovať najviac 13 % vody,
- **nesušené** – obsahujú 20 až 30 % vody.

Ďalej sa vyrábajú cestoviny:

- **s prísadami** – s prídavkom zložiek, ktoré im dajú charakteristickú chuť, farbu: zelenina, korenie a pod.
- **obohatené** napríklad vitamínmi, bielkovinami (sójovou múkou, mliekom),
- **plnené** – napríklad mäsom, údeninou, mliečnymi výrobkami, lekvárom, zeleninou a pod.,
- **so zvýšeným podielom vlákniny** (o 20 % ako v ostatných cestovinách),
- **mrazené**.

Cestoviny sa posudzujú v surovom stave i po uvarení. V surovom stave musia spĺňať tieto požiadavky:

- **tvar** nedeformovaný, zodpovedajúci druhu cestoviny, nesmie obsahovať prímеси iných tvarov a druhov cestovín,
- **farba** svetlá, pri vaječných svetložltá, pri semolinových jantárová,
- **povrch** hladký, kompaktný, bez trhlín,
- **lom** sklovitý, pri valcovaných môže byť slabo múčny.

Cestoviny uvarené podľa návodu musia mať príjemnú vôňu a chuť bez cudzích pachov a príchutí. Nesmú sa rozvádzať, nesmú byť lepkavé a musia si zachovať svoj tvar. Ak ide o cestoviny s prísadami, musia mať po uvarení vôňu a chuť po použitej surovine a pridanej zložke.

Vieme, že...

Cestoviny sú neodmysliteľnou súčasťou talianskej kuchyne, kde sa podávajú v najrozličnejších úpravách.

Najznámejšie sú makaróny, špagety a ravioly (taštičky z rezancového cesta s rozličnou náplňou).