

ALEKSANDRA SWULIŃSKA-KATULSKA

ZAWARTOŚĆ CHLORKU SODU I TŁUSZCZU W PASZTECIE, KASZANCE I FARSZU KIEŁBASY WIEJSKIEJ, KONSERWOWANYCH W WARUNKACH DOMOWYCH

Streszczenie

Niniejsza praca stanowi fragment badań prowadzonych od wielu lat w Studium Wiejskiego Gospodarstwa Domowego, dotyczących problemów żywienia rodziny wiejskiej.

Celem pracy była ocena wybranych domowych przetworów spożywanych w rodzinach wiejskich. Badano przetwory z 400 gospodarstw. Były to: pasztety wieprzowe pasteryzowane, kaszanki konserwowane w słojach i farsz kiełbasy wiejskiej. W wymienionych przetworach badano zawartość soli kuchennej, tłuszczu oraz zawartość nadtlenków (liczba Lea).

Wstęp

W wiejskich gospodarstwach rodzinnych model żywienia oparty jest w dużej mierze o własne produkty, które są przetwarzane w warunkach domowych. Często panuje przekonanie, że taka właśnie żywność jest zdrowa i najsmaczniejsza. Opinia ta nie jest jednak potwierdzona obiektywnymi badaniami. Stosunkowo duże spożycie przetworów mięsnych potwierdzone zostało wywiadami i ankietami. Z obserwacji wynika, że w ostatnich latach, mimo zmiany trybu życia, wzrasta spożycie własnych przetworów mięsnych i to właśnie w środowisku wiejskim.

Zachowania ludzi wobec problemów żywienia, takich jak wybór produktów, częstotliwość ich spożycia, sposób przyrządzania i zestawienia w posiłkach wynikają bardzo często z tradycji przekazywanej z pokolenia na pokolenie. Jednocześnie należy zaznaczyć, że przekazywane upodobania nie zawsze są zgodne z zaleceniami racjonalnego żywienia.

Przy dość ograniczonej wiedzy o żywieniu ludności wiejskiej i dużym regionalnym zróżnicowaniu postanowiono w niniejszej pracy przeanalizować w jakim stopniu

przetwory sporządzone w wiejskich gospodarstwach domowych odbiegają swym składem od ogólnie przyjętych norm żywieniowych.

W niniejszych badaniach oznaczono zawartość soli, tłuszczu oraz stopień jego utlenienia w pasztecie, kaszance i farszu kiełbasy wiejskiej konserwowanych w warunkach domowych.

Material i metody

Materiał badawczy stanowiły domowe przetwory mięsne, pochodzące z 400 gospodarstw wiejskich województw: poznańskiego, kaliskiego, zielonogórskiego oraz toruńskiego. Wyprodukowano je w okresie od listopada 1992 roku do stycznia 1995 roku. Asortyment przetworów stanowiły: pasztet wieprzowy pasteryzowany, kaszanka i farsz kiełbasy wiejskiej konserwowane w słojach typu „twist”.

Badania przeprowadzono na: 394 próbach kaszanki, 673 pasztetu i 412 farszu kiełbasy wiejskiej.

W wybranych próbach oznaczono zawartość chlorku sodu metodą Mohra (AOAC, Official Methods of Analysis AOAC, Washington, DC) i zawartość tłuszczu metodą Soxhleta (AOAC, Official Methods of Analysis AOAC, Washington, DC) oraz zawartość nadtlenków wg metody podanej w PN - 84/A - 86918.

Wyniki

W tabeli 1 przedstawiono zawartość chlorku sodu w badanych przetworach. Zawartość soli kuchennej w pasztetach wynosiła średnio 4,4%, co jest wartością bardzo zawyżoną w porównaniu z pasztetami produkowanymi przemysłowo. Podobnie kształtowała się zawartość soli kuchennej w kaszance, średnio 3,1% (tab. 1). Jeszcze większą zawartość soli stwierdzono w farszu kiełbasy wiejskiej, średnio 4,8%.

Przedstawione w tab. 1 niskie współczynniki zmienności dla pasztetu 11,4 i dla farszu kiełbasy wiejskiej 18,8, wskazują na niewielkie zróżnicowanie ilości soli w badanych przetworach. Większe wahania zawartości soli stwierdzono jedynie w kaszance (współczynnik zmienności 35,5).

Zawartość tłuszczu w badanych przetworach przedstawiono w tab. 2. Średnia jego zawartość wynosi w pasztetach 39,9%, w kaszankach 25,3% i farszu kiełbasy wiejskiej 29,5%. Wartości te zarówno dla pasztetu, jak i kaszanki są wysokie, w odniesieniu do produkcji przemysłowej.

Jedynie średnie zawartości tłuszczu w farszu kiełbasy wiejskiej są niższe, lecz mimo to produkt ten jest z punktu widzenia żywienia bogatym nośnikiem tłuszczu zwierzęcego. Na uwagę zasługuje bardzo wyrównana zawartość tłuszczu w badanych przetworach, o czym świadczą współczynniki zmienności dla pasztetu 13,0; dla kaszanki 9,1 i dla farszu kiełbasy wiejskiej 20,7.

Tabela 1

Zawartość chlorku sodu w badanych wiejskich przetworach domowych (%)
The salt content in the home-made meat preserves

Przetwory Preserves	Średnia Mean X	Odchylenie standardowe Standard deviation S	Współczynnik zmienności Variation coefficient V	Wartość najwyższa Max	Wartość najniższa Min
Pasztet Pâté n = 673	4,4	0,5	11,4	5,2	3,4
Kaszanka Blood sausage n = 394	3,1	1,1	35,5	4,8	1,5
Farsz kielbasy wiejskiej Sausage stuffing n = 412	4,8	0,9	18,7	5,7	3,5

Tabela 2

Zawartość tłuszczu w badanych wiejskich przetworach domowych (%)
The fat content in the home-made meat preserves

Przetwory Preserves	Średnia Mean X	Odchylenie standardowe Standard deviation S	Współczynnik zmienności Variation coefficient V	Wartość najwyższa Max	Wartość naj- niższa Min
Pasztet Pâté n = 673	39,9	5,2	13,0	49,4	31,2
Kaszanka Blood sausage n = 394	25,3	2,3	9,1	30,2	21,1
Farsz kielbasy wiejskiej Sausage stuffing n = 412	29,5	6,1	20,7	34,1	25,2

W tłuszczu wyekstrahowanym z badanych przetworów domowych, przechowywanych przez trzy miesiące, oznaczono liczbę nadtlenkową. Średnia wartość liczby nadtlenkowej w badanych tłuszczach waha się w granicach 3,7 do 4,6 (tab. 3), co wskazuje na podobny stopień ich utlenienia.

Tabela 3

Liczba nadtlenkowa tłuszczu w badanych różnych wiejskich przetworach domowych (%)
The Lee value of fat from the home-made meat preserves

Przetwory Preserves	Średnia Mean X	Odchylenie standardowe Standard deviation S	Współczynnik zmienności Variation coefficient V	Wartość najwyższa Max	Wartość najniższa Min
Pasztet Pâté n = 214	4,6	0,6	13,0	7,2	2,2
Kaszanka Blood sausage n = 122	3,9	0,4	10,3	4,8	3,1
Farsz kiełbasy wiejskiej Sausage stuffing n = 174	3,7	0,9	24,3	5,8	2,6

Dyskusja

Wszystkie badane przetwory domowe wykazywały dużą zawartość soli. Średnio wynosiła ona w paszcie 4,4% i 4,8% w kiełbasie, co przy spożyciu choć jednego z tych produktów w ilości 100 g pokrywa niemal dzienną normę. Zalecane spożycie soli kuchennej nie powinno przekraczać 5 g na dobę [2].

Badane konserwy domowe zawierają ponad 25% tłuszczu, a najbogatszy w ten składnik jest pasztet, bo zawiera go aż 39,9% (tab. 2). Tłuszcz w dziennej diecie powinien pokrywać nie więcej jak 25% do 30% zapotrzebowania energetycznego i nie powinien to być tłuszcz wyłącznie pochodzenia zwierzęcego [8]. Spożycie dzienne przetworów domowych w ilości 200 g pokrywa te potrzeby całkowicie, co dla zdrowia wcale nie jest korzystne i może być czynnikiem ryzyka w chorobach miażdżycowych [6, 7].

Wyraźna aprobata tych słonych i tłustych konserw domowych wskazuje na powszechną tendencję do wysokiego, nieuzasadnionego fizjologicznie ich spożycia [5]. Przyczyny takich zachowań nie zostały dotąd jednoznacznie wyjaśnione.

Podsumowanie

Domowe przetwory produkowane w gospodarstwach wiejskich (pasztet, kaszanka, farsz kiełbasy) charakteryzują się wysoką zawartością soli i tłuszczu.

Należy prowadzić szczególnie w środowisku wiejskim, wszechstronną edukację w zakresie wiedzy o żywieniu człowieka.

LITERATURA

- [1] AOAC, Official Methods of Analysis AOAC wyd. 10, 11, 12, Washington DC. 1965,1970,1975.
- [2] Baryłko-Pikielna N., Jawor-Kulesza M.: Sód w żywności oraz możliwości i kierunki jego ograniczenia. Prace IŻŻ 62, Warszawa 1993.
- [3] Baryłko-Pikielna N., Jawor-Kulesza M.: Mniej soli - a smacznie i zdrowo. PTNŻ, Warszawa 1991.
- [4] Piłat K.: Oznaczanie zawartości nadtlenków. Biuletyn PKNM: J. 10, poz. 93, IPMiT, Warszawa 1986.
- [5] Swulińska-Katulska A.: Workshop: Social changes in east and west. The Public of women - women s research - women s policies. Wurzburg, Germany, 4-10 July 1993.
- [6] Szostak W.B., Cybulska B.: Cholesterol. Narodowy Program Ochrony Serca, Instytut Kardiologii, Warszawa 1993.
- [7] Szostak W.B., Cybulska B.: Racjonalne żywienie. Narodowy Program Ochrony Serca, Instytut Kardiologii, Warszawa 1993.
- [8] Ziemiański Ś., Budzyńska-Topolowska J.: Tłuszcze pożywienia i lipidy ustrojowe. PWN, Warszawa 1991.

THE CONTENT OF SALT AND FAT IN HOME-MADE MEAT PRESERVES

S u m m a r y

This paper presents a fragment of greater project on the issues of rural family nutrition carried out by the Department of Rural Household.

The aim of this study was evaluation of some home-made products occurring in the diet of rural families. The products included: pasturized pork pâté, blood sausage preserved in jars and village sausage stuffing. Salt, fat and peroxide (Lea value) content in the products were examined 