

ΜΕΤΑΠΟΙΗΣΗ ΦΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΙΟΝΤΩΝ

ΚΥΡΙΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΑΛΕΥΡΩΝ

Η αναλογία των συστατικών εξαρτάται από:

- τη χημική σύσταση του καρπού
- το βαθμό άλεσης
- τη διαδικασία άλεσης

Τα συστατικά των διαφόρων κατηγοριών αλεύρου που προέρχονται από το ίδιο σιτάρι διαφέρει γιατί :

διαφορετικά ποσά τμημάτων του καρπού συμμετέχουν σε κάθε τύπο αλεύρου.

Συστατικά

Υδατάνθρακες

Άμυλο 70% Δεν παίζει ρόλο στην ποιότητα του αλεύρου.
μικρότερα ποσοστά (γλυκόζη, φρουκτόζη, κυτταρίνες κ.ά.)

Πρωτεΐνες

Γλουτένη σχετίζεται με το σχηματισμό ζυμαριού και τη διόγκωσή του.

Ποσοστό πρωτεϊνών 8-16%.

Μεγαλύτερο ποσοστό έχουν τα άλευρα ολικής άλεσης

Είναι αδιάλυτη στο νερό αλλά απορροφά νερό στο διπλάσιο του βάρους της και διογκώνεται.

Περιέχουν γλουτένη :

• Σιτάρι, Κριθάρι, Σίκαλη, Βρώμη*, άλευρα ή / και προϊόντα από άλευρα αυτών όπως : ψωμί, ζυμαρικά, φρυγανιές, παξιμάδια, δημητριακά πρωινού, μούσλι, κέικ, μπισκότα, κουλουράκια

- | | |
|-------------------|---|
| • Καρούι | • Αλεύρι από μονόκοκκο σιτάρι (Einkorn) |
| • Σιμιγδάλι | • Αλεύρι από δίκοκκο σιτάρι (Zέα / Emmer) |
| • Κουσκούς | • Αλεύρι Ντίνκελ (Dinkel / Spelt) |
| • Πλιγούρι | • Αλεύρι ολικής άλεσης τύπου Graham |
| • Βύνη (πχ μπύρα) | • Αλεύρι τύπου Φαρίνα |

* λόγω επιμόλυνσης με γλουτένη κατά το στάδιο της συγκομιδής, μεταφοράς, αποθήκευσης ή / και της μεταποίησης

Δεν περιέχουν γλουτένη :

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| • Ρύζι | • Ταπιόκα |
| • Πατάτα | • Αμάρανθος |
| • Καλαμπόκι (αραβόσιτος) | • Teff (είδος σιταριού) |
| • Χαρούπι | • Σπόροι λιναριού |
| • Σόργος | • Σόγια |
| • Φαγόπυρο | • Κινόα |
| • Κεχρί | • Κάστανο |
| • Σουσάμι | • Ρεβίθι |

Είναι το συστατικό που επηρεάζει περισσότερο από κάθε άλλο τις αρτοποιητικές ιδιότητες του

αλευριού.

Υστερεί ως προς τη θρεπτική αξία συγκριτικά με τις ζωικές πρωτεΐνες γιατί έχει ελάχιστες ποσότητες των βασικών αμινοξέων.

Ανόργανα συστατικά

τα συναντάμε στο πίτυρο

Όσο αυξάνεται ο βαθμός άλεσης αυξάνεται και το ποσοστό των ανόργανων συστατικών, των ενζύμων και των βιταμινών.

Βιταμίνες και ένζυμα

Τα μεγαλύτερα ποσοστά βιταμινών υπάρχουν στο φύτρο και στα πίτυρα.

Οι βιταμίνες που περιέχονται είναι της ομάδας Β.

Τα ένζυμα είναι κυρίως στο φύτρο.

Υγρασία

Δεν πρέπει να ξεπερνά το 15% γιατί αναπτύσσεται μούχλα και προσελκύονται έντομα.

