

## **Polotovary a pokrmy z klíčených luštěnin**

Houška<sup>1</sup> M., Novotná<sup>1</sup> P., Pečenková<sup>2</sup> N., Ošťádalová<sup>3</sup> I., Dostálová<sup>4</sup> J.

<sup>1</sup> Výzkumný ústav potravinářský Praha, v. v. i.

<sup>2</sup> Česká zemědělská univerzita v Praze

<sup>3</sup> Kalma k. s., Sviadnov

<sup>4</sup> FPBT VŠCHT v Praze

Nízká spotřeba luštěnin v České republice je způsobena tím, že luštěniny obecně obsahují kromě kvalitních druhů bílkovin i vyšší sacharidy, tzv. oligosacharidy. Ty jsou v lidském trávicím traktu nestavitelné a v tlustém střevě nastává jejich odbourávání mikroflórou za vzniku plynu, který způsobuje nadýmání. Odbourání oligosacharidů však lze docílit naklíčením luštěnin. Takový výchozí materiál umožňuje připravit pokrmy, které nadýmání nezpůsobí a které lze využít jako surovinu pro řadu různých druhů pokrmů nebo jejich polotovarů. Firma Kalma k. s. připravuje ve spolupráci s výzkumnými organizacemi zahájit poloproduční výrobu polotovarů z klíčeného hrachu a čočky. Po klíčení budou luštěniny rozvařeny na neochucenou kaši, která bude naplněna do plastových vaků optimální velikosti, v nichž bude obsah ještě pasterován, aby se prodloužila jejich udržitelnost v chlazeném stavu. Školní jídelny nebo jiný zákazník si pak obsah vaků umístí do výrobního zařízení, obsah ochutí a připraví buď polévku, nebo kaši, podle vlastního uvážení. Obecně lze klíčené luštěniny využít k přípravě velkého množství druhů pokrmů včetně pečiva, viz nedávno publikovaný článek a jeho příloha v časopise *Výživa a potraviny* č. 5/2018 s. 132-133. Zde byly prezentovány receptury polévek, hlavních jídel, salátů a pomazánek a sladkých pokrmů.