

כיצד להפחית מלח ומונוסודיום גלוטמט במילוי למאפי בצק מלוחים (בורקס)



אוממיקס הינו תמצית אומאמי עוצמתית וטבעית בתוספת מלח ים, המאפשרת ליצרניות מזון להפחית בצורה משמעותית את כמויות הנתרן מבלי להתפשר על הטעם.

האוממיקס מורכב ממלח ים מובחר ומיצוי ירקות עשיר באוממי - האוממי, המוכר כטעם החמישי, ידוע ביכולתו להדגיש ולהעצים טעמים וארומות של מוצרים מלוחים. בזכות זאת יכולים כעת יצרני מזון לספק לצרכנים מוצר עשיר וערב לחיך, לצד שמירה על רמות מלח נמוכות. אוממיקס הינו מוצר נוזלי מסיס במים, טבעי, כשר בהתאם לחוקי היהדות והאסלם, ואינו מכיל חומרים מלאכותיים או מונוסודיום גלוטמט.

בעזרת אוממיקס ניתן להפחית מלח ונתרן בצורה קלה ופשוטה, בהתאם למגמה הכלל עולמית המבקשת לצמצם את כמויות המלח הנצרכות ממזונות מעובדים שונים. בכדי להוריד את לחץ הדם ולצמצם את השפעתו על תפקוד הלב וכלי הדם. אוממיקס עונה בצורה מושלמת הן על דרישות הטעם של יצרני המזון והן על דרישות הבריאות.

מלח (נתרן כלורי) נמצא בשימוש נרחב במילוי למאפי בצק מלוחים, בעיקר משיקולי טעם. המילויים הנפוצים יותר מבוססים בדרך כלל על גבינה, פטריות, תפוחי אדמה וכו', ומכילים בממוצע 1.2-2.5%. הוספת מונוסודיום גלוטמט למילוי מאפי בצק מלוחים נועדה להעשיר את הטעם, אך הוא מקושר עם בעיות בריאות שונות (למשל "תסמונת המסעדה הסינית") ובימינו נוטים להשתמש בו פחות ופחות.

תוספת אוממיקס משפרת בצורה משמעותית את הטעם והמליחות ובכך מאפשרת הפחתה כוללת משמעותית של נתרן, מבלי לפגוע בטעם וללא טעמי לוואי.

בניסויים הבאים נדגים הפחתת נתרן משמעותית בעד 35% במילויים מלוחים למאפים.

הניסוי הבא מדגים הפחתה של 28.7-32% בכמות הנתרן של מילוי גבינה לבורקס.

מתכון:

רכיב	תכולה %		
	מקור / ביקורת	מלח* 28.7% מופחת	מלח** 32% מופחת
גבינה לבנה ללא תוספת מלח	50	50	50
מים	38.4	38.36	37.6
מלח	1.6	1.04	0.8
שמן צמחי	1	1	1
עמילן מעובד	2	2	2
שבבי תפוח אדמה	5	5	5
חלבון ביצה	2	2	2
אומאמיקס	0	0.6	1.6

הכנה:

1. לערבב את כל המרכיבים ביחד במערבל בצק.
2. להניח למנוחה של חצי שעה.
3. לרדד שכבת בצק דקה.
4. לזלף כמות רצויה של מילוי על שכבת הבצק בעזרת שק זילוף.
5. לקפל את שכבת הבצק ולסגור ליצירת מאפה בורקס משולש.
6. לאפות בתנור ב-200°C כשלושים דקות עד להזהבה.

*מאפי בורקס מכילים בערך 50% מילוי ו- 50% בצק.

תוצאות מבחני טעימה למילוי גבינה לבורקס:

*מבחני טעימה פנימיים מראים כי מילוי גבינה מופחת ב- 28.7% נתרן ובתוספת 0.6% אוממיקס הוא הקרוב ביותר לטעם מילוי הגבינה המקורי.

**מבחני טעימה פנימיים מראים כי מילוי גבינה מופחת ב- 32% נתרן בתוספת 1.6% אוממיקס טעים יותר ובעל אפקט אוממי מודגש יותר בהשוואה למילוי המקורי. מכאן נובע כי הטעם המתקבל עולה על המקורי.

המתכון הבא מדגים הפחתה של 30% בכמות הנתרן במילוי תפוח אדמה לבורקס.

מתכון:

רכיב	תכולה %	
	מקור / ביקורת	30% מופחת מלח
שבבי תפוח אדמה	20	20
מים	74.41	74.41
מלח	1.35	0.85
חלבון סויה (70%)	2.5	2.5
סוכר	0.15	0.15
פלפל שחור טחון	0.05	0.05
אבקת שום	0.04	0.04
שמן צמחי	1.5	1.5
אוממיקס	0	0.5

*מבחני טעימה פנימיים מראים כי מילוי תפוח אדמה מופחת ב-30% מלח בתוספת 0.5% אוממיקס הוא הקרוב ביותר לטעם מילוי תפוחי האדמה המקורי.

הכנה:

1. לערבב את כל המרכיבים ביחד במערבל בצק.
 2. להניח למנוחה של חצי שעה.
 3. לרדד שכבת בצק דקה.
 4. לזלף כמות רצויה של מילוי על שכבת הבצק בעזרת שק זילוף.
 5. לקפל את שכבת הבצק ולסגור ליצירת מאפה בורקס משולש.
 6. לאפות בתנור 200°C כשלושים דקות.
- *הערה: מאפי בורקס מכילים בערך 50% מילוי ו-50% בצק.

המתכון הבא מדגים הפחתה של 35% בכמות הנתרן והסרה של מונוסודיום גלוטמאט במילוי פטריות לבורקס.

מתכון:

רכיב	תכולה %	
	מקור / ביקורת	35% מופחת מלח
פטריות שמפיניון משומרות מסוננות	48	49.04
בצל מטוגן	35	35
מלח	0.85	1.225
עמילן מעובד	6	6
שבבי תפוח אדמה	6	6
חלבון ביצה	2	2
אבקת מרק עוף פרווה (50% מלח, 10% MSG)	2.15	0
אוממיקס	0	0.735

נתונים:

סה"כ תכולת מלח במוצר	1.925%	1.225%
סה"כ תכולת MSG במוצר	0.215%	0

*מבחני טעימה פנימיים מראים כי מילוי פטריות, מופחת ב-35% נתרן, ללא תוספת MSG, ובתוספת 0.735% אוממיקס הוא הקרוב ביותר לטעם מילוי הפטריות המקורי.

הכנה:

1. לערבב את כל המרכיבים ביחד במערבל בצק.
 2. להניח למנוחה של חצי שעה.
 3. לרדד שכבת בצק דקה.
 4. לזלף כמות רצויה של מילוי על שכבת הבצק בעזרת שק זילוף.
 5. לקפל את שכבת הבצק ולסגור ליצירת מאפה בורקס משולש.
 6. לאפות בתנור 200°C כשלושים דקות.
- *הערה: מאפי בורקס מכילים בערך 50% מילוי ו-50% בצק.