

Немного о МОЛОКЕ

Молоко – любимый многими с детства продукт, без которого не обходится ни одна европейская национальная кухня. REDMOND.Club с удовольствием поделится информацией о полезных свойствах молока, особенностях его производства и подскажет, как выбрать лучший товар на магазинном прилавке.

ЭКСКУРС В ИСТОРИЮ

Главная пища ребенка в первые годы жизни – молоко; это правило заложено природой. Молоко является источником кальция, белка и витаминов, необходимых растущему организму. У животных потребность в молоке пропадает по мере взросления, и в природе взрослые особи молоко не пьют.

Однако, человеческий организм отлично усваивает молоко и для людей оно остается полезной и необходимой пищей независимо от возраста. Ученые выяснили, что выработка в организме взрослого человека фермента, помогающего усваивать содержащийся в молоке сахар, стала результатом генной мутации среди представителей северных народов Европы. В эпоху неолита, приблизительно 10.000 лет назад, многие народы перешли от собирательства к земледелию и занялись разведением крупного рогатого скота. Обнаружив, что молоко коров вкусно, люди начали употреблять его в пищу. Несмотря на то, что в организме взрослых молоко усваивалось плохо, некоторые представители древних племен продолжали его пить, так как замечали положительный эффект от его потребления. Такие люди, а вместе с ними и их потомство, получали больше шансов на выживание, поэтому в ходе эволюции ген, позволяющий взрослым употреблять молоко, закрепился в геноме некоторых народов.

Первые упоминания о молочном животноводстве на Руси датируются IX веком. В пищу употреблялось, главным образом, коровье и козье

молоко, причем первое ценилось выше из-за более приятного вкуса и отсутствия специфического запаха. Корова являлась главным богатством крестьянской семьи, к ней относились уважительно и ласково называли ее кормилицей. Надой с одной буренки составлял в среднем 15-20 литров в день, что позволяло обеспечить молоком и молочными продуктами семью из нескольких человек

Содержание коровы требовало от крестьян немалых усилий: необходимо было заниматься выпасом скота, строить хлев и поддерживать в нем чистоту, заготавливать сено на зиму. В деревенских личных подсобных хозяйствах и по сей день содержат дойных животных, хотя в настоящее время большинство людей приобретает молоко, прошедшее заводскую обработку.

Основы развития молочного хозяйства в России были заложены в конце XVIII – начале XIX века выходцем из дворянской семьи Николаем Николаевичем Муравьевым. Уйдя в отставку с военной службы, Муравьев посвятил свою жизнь молочному делу. Он занимался не только теоретическими вопросами животноводства, но и организовал в 1807 году на территории своего имения первый в России молокозавод.

Вдохновленные примером Муравьева, его ученики и последователи также стали открывать молочные фермы и маслодельные заводы. Другой заметной фигурой, внесшей неоценимый вклад в развитие молочной промышленности в России, стал автор рецепта «Вологодского» масла Николай Васильевич Верещагин. Он активно занимался вопросами создания и развития маслодельных и сыродельных артелей, внедрял в производство опыт европейских фермеров, а в 1871 году создал первую в России школу молочного хозяйства с передовой исследовательской лабораторией. Благодаря Верещагину и его последователям, по объему производства молока и молочных продуктов Россия в начале XX века заняла лидирующую позицию в мире, а доходы от продажи масла превысили доходы золотодобывающей отрасли.

Во времена существования СССР проводилась политика индустриализации (роста крупных промышленных производств) и

коллективизации (объединения частных фермерских хозяйств в большие коллективные хозяйства), что способствовало созданию огромных молочных комбинатов. Автоматизация процессов производства в молочной промышленности существенно видоизменила облик ферм и фабрик: на смену ручному способу доения коров пришли доильные аппараты; молоко хранилось и обрабатывалось в специальных резервуарах большого объема; цеха оборудовались разливочными автоматами, фасовочными аппаратами и конвейерными лентами; совершенствовались технологии хранения готовой продукции и расширялся ассортимент.

Несмотря на существенные технические и технологические усовершенствования, сегодня, как и сотни лет назад, отправной точкой для производства вкусного и полезного продукта является получение качественного молока.

МОЛОКО В ЦИФРАХ

Увеличение численности населения Земли с одной стороны и развитие технологий в области молочной промышленности с другой, стали причиной стремительного роста объемов производства в данной отрасли. Безусловным лидером по количеству произведенного молока остаются европейские страны, жители которых много тысяч лет назад первыми включили этот продукт в свой рацион – суммарный объем производства стран ЕС превышает 163 млн т./год; вторую и третью строчку рейтинга занимают США (около 92 млн т/год.) и Индия (свыше 67 млн т/год.). На текущий день мировой объем производства превысил 820 млн т/год, при этом доля коровьего молока составляет порядка 85%. Не удивительно, что самыми большими любителями молочной продукции оказались европейцы, среди которых лидируют финны – каждый житель Страны тысячи озер в среднем потребляет 385 л молока в год. Для сравнения, данный показатель в России составляет 260 л в год, что в 2,5 раза превышает среднемировой уровень.

Уже сегодня жители России могут насладиться пастеризованным и ультрапастеризованным молоком Valio как естественной жирности (3,5 – 4,5 %), так и с содержанием жира – 0 %, 1,5 %, 2,5 % и 3,2 %. Молоко Valio соответствует не только требованиям технического регламента Таможенного союза, но и европейским стандартам качества ISO 9001 и FSSC 22000, которые значительно выше российских.

ЧТО ТАКОЕ МОЛОКО И С ЧЕМ ЕГО ЕДЯТ

Молоко состоит из воды (на 85-90 %,) макро и микроэлементов. Основными полезными компонентами являются кальций, магний и фосфор. Также молоко богато витаминами группы А, В и D.

В 100 г молока 2,5 % жирности содержится:

Белки – 2,8 г;

Жиры – 2,5 г;

Углеводы – 4,7 г;

Калорийность 52 ккал

Коровье молоко является самостоятельным продуктом и может употребляться в сыром виде, но делать это лучше за несколько часов до основного приема пищи. Оно нормализует пищеварение и улучшает память, но крайне не рекомендуется совмещать в одном приеме пищи молоко и мясо, рыбу, овощи и сыры.

Молоко используется при приготовлении огромного количества блюд: его добавляют в тесто для блинов и для выпечки, на нем готовят каши и супы, делают соусы, добавляют в кофе или чай.

<https://redmondclub.com/projects/form/produkt-nedeli/moloko/>