

Tvaroh

Charakteristika

Tvaroh je mléčná bílkovina kasein, získaná ze sraženého mléka.

Kasein se nachází v mléce ve formě koloidního roztoku a sražením mléka se vyloučí v pevné formě (tvarohovina).

Tvaroh je bílá až krémová hmota, která může mít vláčnou nebo tvrdou konzistenci. Chuť je sladká nebo mírně mléčně nakyslá, bez cizích vůní a příchutí.

Druhy

Podle způsobu výroby

- Měkký tvaroh
- Tvrdý tvaroh

Podle obsahu tuku v sušině

- **Tučný tvaroh** (min. 38 % t. v s.)
- **Polotučný tvaroh** (min. 15 % t. v s.)
- **Nízkotučný (jemný) tvaroh** (min. 5 % t. v s.)
- **Odtučněný tvaroh** (méně než 5 % t. v s.)

Další druhy tvarohu

- Tvrdý tvaroh na strouhání
- Tvaroh pro pekaře
- Tvarohové krémy
- Šlehaný tvaroh
- Tvarohové dezerty (Termix, Bobík, Pribináček, Lipánek ...)

Výroba

Tvrdý tvaroh

Vyrábí se z pasterovaného mléka zkysaného buď samovolně, nebo přidáním bakterií mléčného kvašení.

1. Při **teplotě 20°C** se mléčný cukr mění na kyselinu mléčnou.
2. Po dosažení požadované kyselosti se mléko zahřeje na **35°C**.
3. Kyselina mléčná vysráží kasein na chuchvalce tvarohu.
4. Oddělí se syrovátka a tvaroh se lisuje na obsah sušiny **32 %**.
5. Balí se do spotřebitelských obalů.

Měkký tvaroh

Vyrábí se z pasterovaného mléka s přídavkem smetanového zákysu a syřidla.

- **Syřidlo** obsahuje enzym **chymosin**, který sráží mléčnou bílkovinu bez zkysání mléka.

Výrobní metody:

- **Klasická metoda** – po vysrážení se tvarohovina vypouští do pytlů a lisuje se na sušinu **25 %**.
- **Moderní metoda** – syrovátka se odděluje filtrací nebo odstředěním na sušinu **17–23 %**.

Poté se tvaroh vychladí, tvaruje a balí.

Použití v cukrářské výrobě

- **Tvrdý tvaroh** – výroba moučníků (lívance, bavorské vdolečky ...).
- **Měkký tvaroh** – tvarohové pomazánky, těsta, náplně do kynutých výrobků a tvarohových řezů.

Výživová hodnota

Tvaroh je bohatý na:

- Lehce stravitelné bílkoviny
- Vápenaté soli
- Fosforečné soli
- Mléčný tuk

Tyto živiny podporují:

- Růst
- Nervovou soustavu