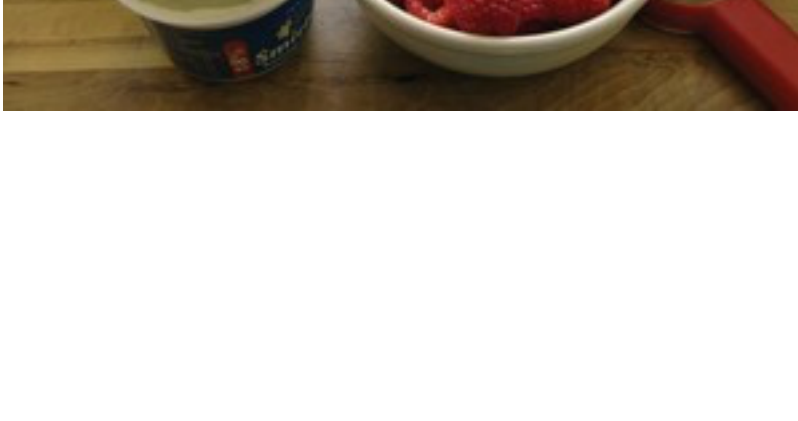


## Śmietana i śmietanka

Joanna Górska

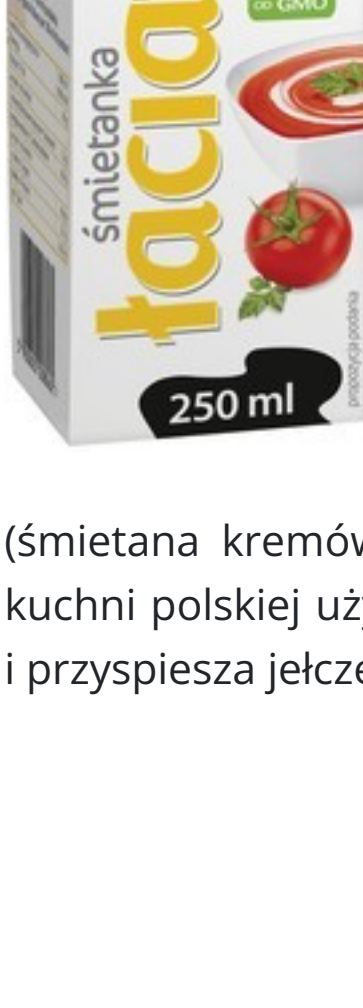
Forum Mleczarskie Handel 3/2019 (94)

Śmietanka i śmietana to dwa tradycyjne produkty na rynku mleczarskim. Wiele pań domu oraz wybitnych kucharzy nie wyobraża sobie gotowania bez tych produktów, dlatego mimo oferowanych na rynku zamienników produkty te nadal cieszą się zainteresowaniem konsumentów. Produkty te różnią się procesem produkcji oraz cechami organoleptycznymi i właściwościami kulinarnymi.



### Śmietanka kontra śmietana

Śmietanka to tradycyjny produkt mleczny zbierany z górnych warstw odwirowanego pełnotłustego mleka. Innymi słowy śmietanka to najwyższa warstwa surowego mleka, zebrana z powierzchni wraz z całym tłuszczem. Najczęściej ma ona lekko żółte zabarwienie, wynikające z wysokiej koncentracji lipidów.



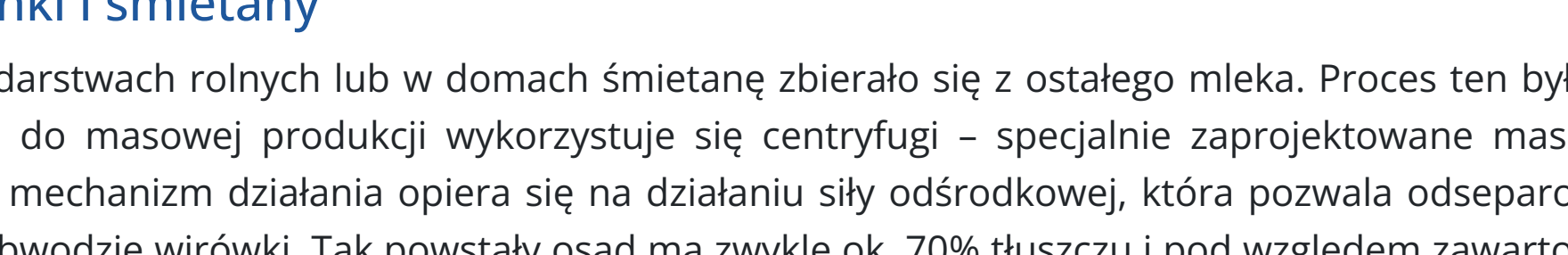
Śmietanka sprzedawana jest w postaci nieprzetworzonej lub przetworzonej metodą UHT. Śmietanki o zawartości 9-12% tłuszczu, potocznie nazywanej słodką śmietanką, używa się do kawy. Śmietanki o zawartości 30-36% tłuszczu, potocznie zwanej kremówką, używa się do deserów i sporządzania bitej śmietany.

W 2017 r. śmietana została poddana wnikliwej analizie Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej, który jednoznacznie stwierdził, iż termin „śmietana” zarezerwowany jest wyłącznie dla przetworów mleka przetworzonego.

Śmietana zwana także śmietaną kwaśną lub ukwaszoną to spożywczy produkt nabiałowy, otrzymywany ze śmietanki (śmietany słodkiej), która pochodzi z warstwy górnej odwirowanego mleka pełnego i poddawany ukwaszeniu.

Śmietana powinna mieć jednorodną, aksamitną strukturę bez grudek i delikatnie kwaśny smak. Im bardziej tłusta chcemy uzyskać, tym intensywniej przebiega proces wirowania. Śmietana przypomina swoim składem chemicznym masło, z tym że poszczególne składniki występują w innych proporcjach.

Jej charakterystyczną cechą jest istotnie wyższy niż w mleku udział tłuszczu, wynoszący średnio 12-18% lub więcej (śmietana kremówka nawet ponad 30% tłuszczu). Śmietana zawiera także 2,5-2,8% białka, 3,5-3,8% węglowodanów. W tradycyjnej kuchni polskiej używana jest jako uniwersalny dodatek do potraw. Śmietany należy chronić przed światłem, gdyż niszczy ono witaminy i przyspiesza jejłeczenie tłuszczu.



### Produkcja śmietanki i śmietany

W przeszłości w gospodarstwach rolnych lub w domach śmietanę zbierało się z ostalego mleka. Proces ten był jednak mało efektywny i długotrwały. Obecnie do masowej produkcji wykorzystuje się centryfugi – specjalnie zaprojektowane maszyny, które intensywnie odwirowują mleko. Ich mechanizm działania opiera się na działaniu siły odśrodkowej, która pozwala odseparować cząsteczki tłuszczu, które osadzają się na obwodzie wirówki. Tak powstały osad ma zwykle ok. 70% tłuszczu i pod względem zawartości tłuszczu jest zbliżony do masła.

#### Ciekawy produkt

Śmietana bez laktozy nie jest czymś powszechnie spotykanym na półce, zupełnie jakby ta grupa odbiorców była dla niektórych detalistów mało istotna. A to błąd – kilkanaście procent Polaków ma z tym problem. Kilkanaście procent unika nabiału dopatrując się w nim dżemu swojego problemu. Śmietana bez laktozy nie odbiera zatem klientów tradycyjnej śmietanie tylko powiększa grupę konsumentów.

Producent: Grupa Mlekowita.



Śmietanę i śmietankę otrzymuje się przez odwirowanie mleka pełnego do znormalizowanej zawartości tłuszczu oraz poddanie jej pasteryzacji i homogenizacji. Pasteryzacja śmietanki przeprowadzana jest w temperaturze 93-95°C (momentalna) lub przez kilkanaście sekund w temperaturze 85°C. Podstawowym produktem otrzymywanym z mleka jest śmietanka. Dopiero z niej, poprzez poddanie jej procesowi ukwaszania przy udziale bakterii kwasu mlekowego, powstaje śmietana.

Śmietankę przeznaczoną do produkcji śmietany poddaje się pasteryzacji momentalnej w temperaturze 95°C. Proces ten przeprowadzany jest po to, by przedłużyć jej trwałość, w tym zahamować utlenianie tłuszczów.

Śmietanę cechuje świeży, neutralny smak i zapach mleczny. Dlatego, aby uzyskać takie wymagania odseparowaną w wirówce kremową śmietanę poddaje się odgazowaniu, które usuwa nieprzyjemne zapachy, oraz pasteryzacji. W dalszym etapie schłodzoną śmietanę często się homogenizuje, aby poprawić jej konsystencję i rozrzedza do pożądanej gęstości oraz zawartości tłuszczowej.

### Techniki utrwalania śmietany

W sklepach najczęściej kupujemy produkt pasteryzowany, przeznaczony do przechowywania w lodówce przez krótki okres. Na rynku dostępna jest jednak także sterylizowana metodą UHT wersja śmietany, która ma okres trwałości nawet do 6 miesięcy.

Śmietana pasteryzowana jest podgrzewana przez kilka sekund w temperaturze 90°C, a potem schładzana. Ten proces wydłuża okres przydatności do spożycia, ale wysoka temperatura zabija naturalną florę bakteryjną i śmietana pozostaje niezakwaszona, a produkt jest rzadki i płynny. W celu przywróceniu gęstości mleczarze dodają bakterie, które wytwarzają kwas mlekowy. W lodówce można ją przechowywać 15-30 dni, ale po otwarciu opakowania należy ją spożyć w ciągu 48 godzin.

#### Znany produkt

Łaciata śmietana ze świetnie widocznymi czarnymi łaciłami na białym tle na którym widzimy zielony akcent i hasło „naturalna”. Dobrze przemysłowa wizualizacja, godna zaufania marka i wysoka dostępność – walory linii śmietan Łaciatach są znaczące. W silnie konkurencyjnym świecie, gdzie trwa nieustanny pojedynek na jakości i na metody wabienia konsumentów, warto przypominać, to co wciąż jest dobre.

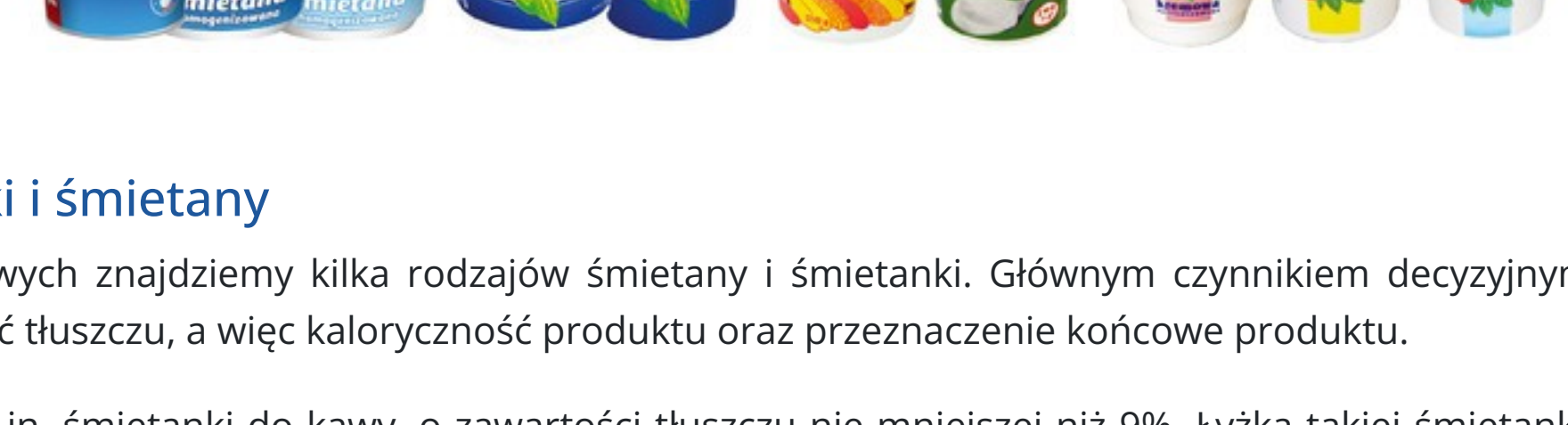
Producent: Mlepol (SM).



Śmietana utrwalana metodą UHT poddawana jest sterylizacji w temperaturze 150°C i ma okres ważności do 4 miesięcy. Zamknięta może być przechowywana poza lodówką w temperaturze nie wyższej niż 25°C, otwarta nie dłużej niż 12 godzin. Zawsze powinna być przechowywana w lodówce.

### Niechlubne modyfikacje śmietany

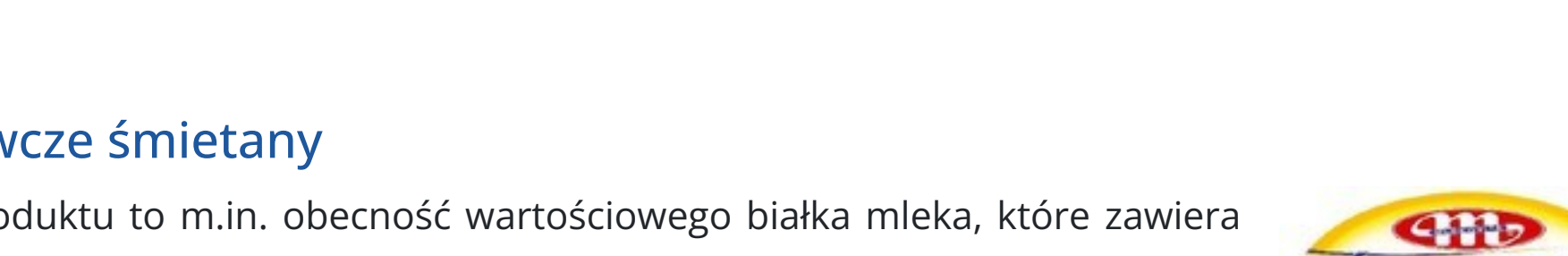
Obecnie umieszczanie składu śmietany na opakowaniach w wielu krajach UE jest w zasadzie dobrowolne. W naszym kraju stosowane jest tylko przez niektórych producentów. Jest to, zatem delikatne pole do popisu w drobnych modyfikacjach składu, mających na celu ustabilizowanie parametrów organoleptycznych produktu gotowego. Dlatego też czasami dostępne na naszym rynku śmietany mogą zawierać dodatkowe substancje zagęszczające jak żelatyna, guma guar, karagen, dodatki o kwaśnym smaku. Dlatego też chcąc „wyjść” naprzeciw wymaganiom konsumentów czasami do śmietany standardowo dodaje się substancje „ulepszające”: emulgatory, tłuszcze roślinne, skrobię modyfikowaną czy mączkę chleba świętojańskiego.



### Rodzaje śmietanki i śmietany

W placówkach handlowych znajdziemy kilka rodzajów śmietany i śmietanki. Głównym czynnikiem decyzyjnym o zakupie wybranego produktu jest zawartość tłuszczu, a więc kaloryczność produktu oraz przeznaczenie końcowe produktu.

Na rynku obecne są m.in. śmietanki do kawy, o zawartości tłuszczu nie mniejszej niż 9%. Łyżka takiej śmietanki to niewiele ponad 100 kalorii. Śmietana 12% to prawie 300 kalorii w jednej łyżce, a łyżka śmietany 18%, to nieco ponad 400 kalorii. W sklepach możemy znaleźć także śmietanę o zawartości tłuszczu około 22% i 30%. Najwięcej kalorii zawiera śmietanka kremowa 30%, w jednej łyżce jest prawie 700 kcal.



### Właściwości odżywcze śmietany

Wartość biologiczna produktu to m.in. obecność wartościowego białka mleka, które zawiera podstawowe aminokwasy, dalej laktozę i lekkostrawny tłuszcz oraz sole mineralne. Naturalna śmietana, niepoddawana pasteryzacji, zawiera witaminy, zwłaszcza B2, B12, A, E i PP.

Witamina A wpływa na prawidłowe funkcjonowanie zmysłu wzroku, a także rozrost tkanki nabłonkowej. Dzięki obecności w jej składzie naturalnych bakterii, w takiej formie jest bardzo łatwo przyswajalna przez organizm człowieka. Śmietana zawiera przyjazne szczepy bakterii, które ułatwiają trawienie białka, a także wzmacniają odporność organizmu, wpływając na odbudowę prawidłowej flory bakteryjnej jelit. Jej spożywanie zalecane jest w przypadku antybiotykoterapii.



Badania opublikowane przez European Journal of Nutrition dowodzą, że tłusty nabiał wcale nie wpływa na ryzyko otyłości. Tłumaczy to że obecnością w tych produktach kwasu rumenowego, środka wykorzystywanego obecnie w syntetycznych suplementach diety wspomagających odchudzanie. Warto pamiętać, że zawarty w śmietanie CLA poprawia funkcjonowanie układu immunologicznego oraz obniża poziom cukru we krwi.

#### Innowacyjny produkt

Zakrętka tej śmietanki posiada skrzydełka ze strzałkami. Dzięki temu można ją odkręcić jednym ruchem. Słyszalne kliknięcie gwarantuje, że produkt nie był wcześniej otwierany. Co bardzo ważne – membrana zabezpieczająca produkt pozostaje na nakrętce i nie przeszkadza w nalewaniu. Większa szyjka ułatwia nalewanie i daje pewność wykrzeszania produktu do ostatniej kropli.

Producent: Łowicz (OSM).



### Kulinarne wykorzystanie śmietany

W kuchni śmietana jest wykorzystywana od czasów starożytnych. Jest ona nośnikiem smaku i konsystencji. Słyszalne kliknięcie gwarantuje, że produkt nie był wcześniej otwierany. Co bardzo ważne – membrana zabezpieczająca produkt pozostaje na nakrętce i nie przeszkadza w nalewaniu. Większa szyjka ułatwia nalewanie i daje pewność wykrzeszania produktu do ostatniej kropli.

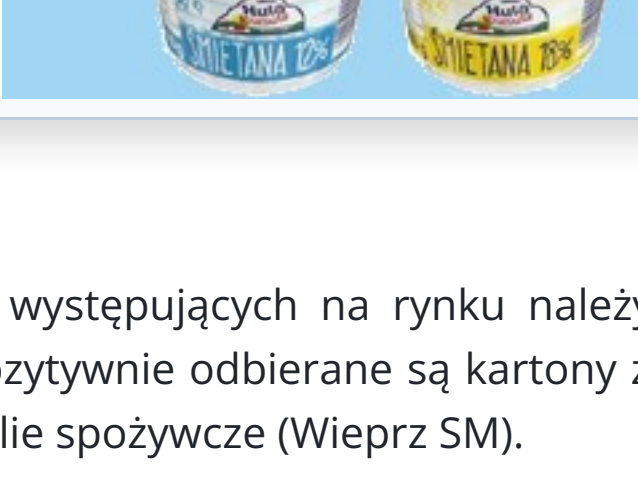


Śmietana wykorzystywana jest też do napojów i koktajli. Śmietanka słodka dodawana jest do kawy oraz czekolady.

#### Ciekawy produkt

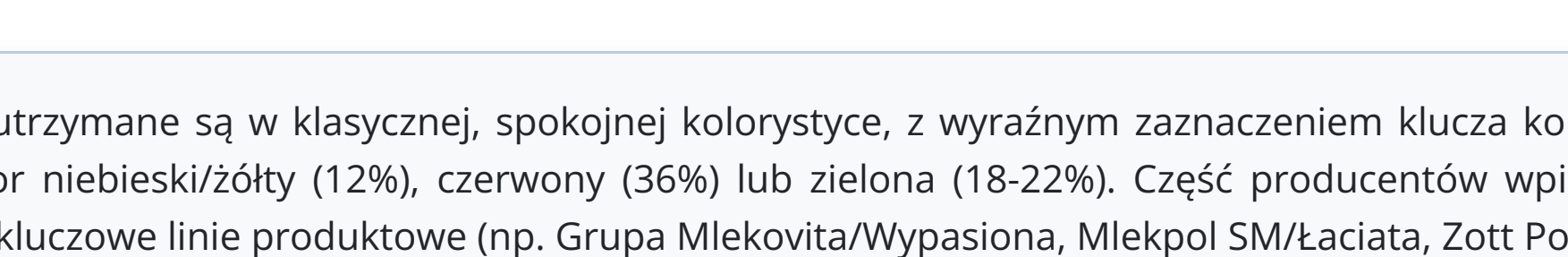
Zabawna grafika kubeczków, wysoka jakość wyrobów, solidny producent stojący za marką Hula Krasula – to istotne walory i dla konsumentów i dla handlowców. Produkty Hula Krasula wybijają się ponad przeciętność w odbiorze produktu na półce. Bardzo pozytywny odbiór marki przez konsumentów oraz produktów przez hurtowników i detalistów są spójne z wynikami sprzedaży.

Producent: Mlecz (ZPM) w Wolsztynie.



### Tradycja i komfort wygoda

Śmietany i śmietanki sprzedawane są w tradycyjnych opakowaniach. Spośród najczęściej występujących w sprzedaży należy wskazać różnego typu kubki oraz butelki PET (Włoszczowa OSM, Łask OSM). Pomału coraz bardziej pozytywnie odbierane są kartony z nakrętką (Grupa Mlekowita, Gostyń SM, Mlepol SM, Łowicz OSM). Najstarszym typem opakowania są folie spożywcze (Wieprz SM).



Opakowania utrzymywane są w klasycznej, spokojnej kolorystyce, z wyraźnym zaznaczeniem klucza kolorystycznego: śmietana kolor niebieski/żółty (12%), czerwony (36%) lub zielona (18-22%). Część producentów wpisuje śmietany i śmietanki w kluczowe linie produktowe (np. Grupa Mlekowita/Wypasiona, Mlepol SM/Łaciata, Zott Polska/Natur).

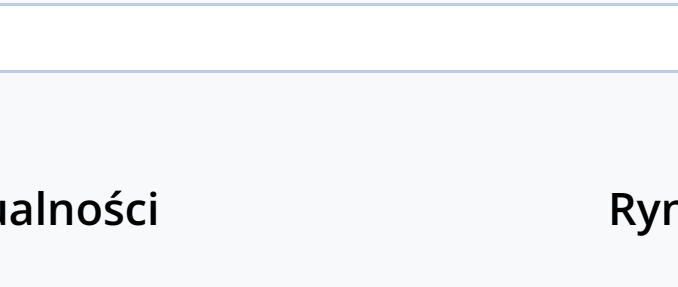
### Śmietany i śmietanki w portfolio polskich mleczarzy

Śmietany i śmietanki są popularnymi produktami w portfolio polskich mleczarni. Są one nadal poszukiwanymi produktami przez bardziej wybredne, tradycyjne panie domu. Śmietana jest w ofercie większości liczących się producentów nabiału w Polsce m.in. Grupy Mlekowita, Mlepol (SM), Maluta Nowy Dwór Gdański (OSM), Grupy Polmlek, Włoszczowa (OSM), Radomsko (OSM). Na rynku śmietany oferują też (z powodzeniem) firmy: Zott Polska oraz Lactalis Polska.



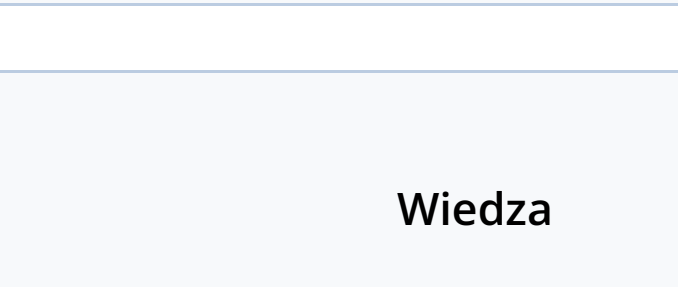
Wybrany asortyment śmietan i śmietanek			
Producent	Produkt	Zawartość tłuszczu	Opakowanie
Gostyń (SM)	Gostyńska śmietanka kremowa	12%, 18%, 30%	kartonik z nakrętką
Garwolin (OSM)	Śmietanka homogenizowana	30%	kubek
Głubczyno (OSM)	Śmietanka	30%	butelka
Grodzisk Mazowiecki (OSM)	Śmietanka Grodzka	30%	butelka
	Śmietana z waniliowym dżemem	18%, 30%	słoik
Jana (SSM)	Śmietanka	12%, 18%, 30%	kubek
	Śmietanka	30%	karton
Kniaź	Śmietana	12%, 18%	kubek
	Śmietana Bio	30%	kubek
Lactalis Polska	Śmietana Prezydent	30%	kubek
	Śmietanka Prezydent	31%	karton
Łask (OSM)	Śmietanka	30%	butelka
Łowicz (OSM)	Łowicka śmietana pasteryzowana	12%, 18%	kubek
	Łowicka śmietana ukwaszona UHT	15%	kartonik
Maluta Nowy Dwór Gdański (OSM)	Łowicka śmietana UHT	10%, 12%, 18%, 30%, 36%	kubek
	Śmietana	12%, 18%	kubek
Grupa Mlekowita	Śmietana	30%	kubek
	Śmietana Polska bez laktozy	18%	kubek
	Śmietana Polska	12%, 18%	kubek
	Śmietana Koscian ukwaszona	12%, 18%	kubek
	Śmietana z Tzibowanska	12%, 18%	kubek
	Śmietana z Tzibowanska	18%	folia
	Śmietanka Polska	30%	kubek
	Śmietanka Wypasiona	12%, 18%, 30%	kartonik z nakrętką
	Śmietanka Polska	12%, 18%, 30%, 36%	kartonik z nakrętką
	Śmietanka Kuchmistrz	18%, 34%	kartonik
Mlepol (SM)	Śmietanka Łaciata	12%, 18%, 30%, 36%	kartonik
	Polmlecz Łukaszowa śmietanka	36%	kartonik
	Śmietana Łaciata	12%, 18%, 22%	kubek
	Laciate	12%, 18%	kubek
	Śmietana Mazurski Smak	30%, 36%	kubek
	Somlek	12%, 18%	kubek
	Polmlecz	18%	kubek
	Polmlecz	18%	wypraska
Piaski (OSM)	Śmietana	9%, 18%, 22%, 30%	kubek
	Śmietanka kremowa	30%	butelka
Radomsko (OSM)	Hoj! śmietana	12%, 18%	kubek
Stalowa Wola (OSM)	Asi!	18%, 30%	butelka
	Śmietanka	30%	kubek
Siedlce (OSM)	Śmietanka kremowa	30%	folia
Wieprz (SM)	Śmietanka	30%	kubek
Wielun (OSM)	Śmietana	12%, 18%	kubek
Włoszczowa (OSM)	Śmietanka	30%	kubek
	Śmietana Familjna	18%	butelka
		22%	widelko

### Zobacz także



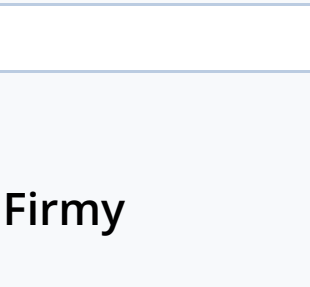
2023-06-30

Sery podpuszczkowe niedojrzewające – technologia i dodatki



2023-09-22

Dodatki hydrokoloidowe: Właściwości i zastosowanie dodatków hydrokoloidowych



2024-01-19

Wyroby wzbogacone: Wzbogacanie w preparaty witaminowe