

Από την φάρμα στο τραπέζι μας

Τα φαγητά έχουν μια διαδικασία πριν έρθουν στο σπίτι μας. Αυτήν την διαδικασία θα την μάθουμε στο παρακάτω κείμενο.

Με το διατροφικό όρο φρούτα ή οπώρες ονομάζονται η πλειονότητα των εδώδιμων καρπών αγγειόσπερμων φυτών (όπως δέντρων (π.χ. μήλα, πορτοκάλια), θάμνων (π.χ. βατόμουρα) και πόων (π.χ. φράουλα)). Ένα φρούτο, όντας βοτανολογικά καρπός, είναι μια δομή (αγγείο) που φέρει σπόρους (σπέρματα) και που αναπτύσσεται από την ωοθήκη των ανθών του φυτού, ενώ τα λαχανικά (με εξαιρέσεις ορισμένων που είναι καρποί όπως το αγγούρι; βλέπε καρπώδη λαχανικά) είναι όλα τα υπόλοιπα βοτανολογικά μέρη του φυτού, όπως οι ρίζες, τα φύλλα και τα στελέχη.



Κρέας

Το κρέας είναι η σάρκα των ζώων.

Το ζωικό κρέας, που χρησιμοποιείται ως τροφή[1] από τον άνθρωπο περιλαμβάνει τους σκελετικούς μύς και το συναφές



λίπος. μπορεί όμως να περιγράψει επίσης άλλους βρώσιμους ιστούς, όπως τα όργανα και τα εντόσθια[1] ενός νεκρού ζώου. Στην αγγλική γλώσσα, η λέξη κρέας (meat) χρησιμοποιείται γενικά από τη βιομηχανία συσκευασίας κρέατος σε μια πιο περιοριστική έννοια, η σάρκα των θηλαστικών ειδών (χοίροι, βοοειδή, πρόβατα κλπ.) που τέθηκαν και προετοιμάζονται για κατανάλωση από τον άνθρωπο, για τον αποκλεισμό των ψαριών, των πουλερικών και άλλων ζώων. Η χρήση ποικίλλει σε όλο τον κόσμο από τον κάθε πολιτισμό, και ορισμένες χώρες όπως η Ινδία έχουν μεγάλους πληθυσμούς που αποφεύγουν την κατανάλωση όλων ή των περισσότερων ειδών κρέατος. Η κατανάλωση ανθρώπινου κρέατος αναφέρεται ως **κανιβαλισμός ή ανθρωποφαγία και αποτελεί σοβαρό ποινικό αδίκημα.**



Το Γάλα

Το γάλα είναι θρεπτικό, λευκό ή ελαφρώς κιτρινωπό υγρό, που αποτελεί βιολογικό έκκριμα των μαστών των θηλαστικών, συμπεριλαμβανομένου του ανθρώπινου είδους, που προορίζεται για τη διατροφή των νεογνών τους.

[Σημ. 1] Η δια του θηλασμού απ' ευθείας μεταφορά του γάλακτος από τους μαστούς στο πεπτικό σύστημα των νεογνών αποτελεί το μικρότερο κύκλωμα παραγωγής - κατανάλωσης που σημειώνεται στη Φύση.

Το γάλα δεν είναι ομοιογενές, αλλά μείγμα διάφορων οργανικών ουσιών και αποτελείται από νερό, λίπος, πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, ένζυμα, άλατα και βιταμίνες. Μερικά από τα συστατικά αυτά, όπως το λίπος, είναι δυνατό να

χωριστούν από το υπόλοιπο γάλα με μηχανικό τρόπο.[1]άλα



Ζυμαρικά

Τα μακαρόνια γίνονται με την ανάμιξη σιμιγδαλιού και νερού, χωρίς την προσθήκη οποιωνδήποτε συντηρητικών ή χρωστικών ουσιών. Το σιμιγδάλι είναι το αποτέλεσμα της άλεσης του σκληρού σιταριού. Το σιμιγδάλι αναμιγνύεται με νερό και ανακατεύεται μέχρι να γίνει ζύμη. Σε αυτό το στάδιο προστίθενται και τυχόν άλλα υλικά όπως γνήσιο αποξηραμένο αυγό, ντομάτα ή σπανάκι για είδη όπως τα τρικολόρε, τα λαζάνια ή ταλιατέλες. Η ζύμη ζυμώνεται σε κενό αέρος μέχρι να γίνει ομοιόμορφη και στη συνέχεια περνά με πίεση μέσα από τα διάφορα καλούπια, τα οποία καθορίζουν και το σχήμα των μακαρονιών.

Τα μακαρόνια στη συνέχεια περνούν μέσα από συσκευές παστερίωσης σε θερμοκρασίες 80 - 90 βαθμών Κελσίου, όπου εξολοθρεύονται οιοδήποτε είδους μικρόβια και προχωρούν στα αυτόματα αποξηραντήρια, όπου αποξηραίνονται σταδιακά με ζεστό και υγρό αέρα για αρκετές

ώρες, ανάλογα με το σχήμα. Αφού αποξηρανθούν, τα μακαρόνια μπαίνουν στις αυτόματες μηχανές συσκευασίας όπου ζυγίζονται και συσκευάζονται σε πακέτα από υλικό κατάλληλο για τρόφιμα.

Η όλη διαδικασία από τη ζύμωση των πρώτων υλών μέχρι και τη συσκευασία του τελικού προϊόντος σε πακέτα γίνεται αυτόματα και χρειάζεται, ανάλογα με το σχήμα, από 6 έως και 24 ώρες για να συμπληρωθεί.



Φρούτα

Με το διατροφικό όρο φρούτα ή οπώρες ονομάζονται η πλειονότητα των εδώδιμων καρπών αγγειόσπερμων φυτών (όπως δέντρων (π.χ. μήλα, πορτοκάλια), θάμνων (π.χ. βατόμουρα) και πόων (π.χ. φράουλα)). Ένα φρούτο, όντας βοτανολογικά καρπός, είναι μια δομή (αγγείο) που φέρει σπόρους (σπέρματα) και που αναπτύσσεται από την ωοθήκη των ανθών του φυτού, ενώ τα λαχανικά (με εξαιρέσεις ορισμένων που είναι καρποί όπως το

αγγούρι; βλέπε καρπώδη λαχανικά) είναι όλα τα υπόλοιπα βοτανολογικά μέρη του φυτού, όπως οι ρίζες, τα φύλλα και τα στελέχη.

Μέλι

Οι μέλισσες συλλέγουν νέκταρ από τα λουλούδια ή φυσικούς χυμούς, το βάζουν στο δεύτερο στομάχι που διαθέτουν και στη συνέχεια το αποθέτουν στην κυψέλη τους. Εκεί χάνει υγρασία και φτάνει στη συνηθισμένη υγρασία του μελιού, από 14-18%.

Το μέλι περιέχει κατά 77-78% σάκχαρα (κυρίως φρουκτόζη και γλυκόζη) και λόγω της σχετικά χαμηλής του υγρασίας, δεν ευνοεί την ανάπτυξη μικροοργανισμών.

Είναι όξινης αντίδρασης, ρευστό στην αρχική μορφή του, αλλά μεταβάλλεται σε κρυσταλλικό όταν μείνει πολύ καιρό. Αποτελείται κυρίως από

δύο απλά σάκχαρα, τη δεξτρόζη και τη λεβουλόζη, με παρουσία κατά



περιπτώσεις πιο σύνθετων υδατανθράκων, με επικρατέστερη συνήθως τη λεβουλόζη και περιέχει πάντοτε μεταλλικές ουσίες, φυτικά χρωστικά υλικά, μερικά ένζυμα και κόκκους γύρεως.



Όσπρια

Όσπρια ονομάζονται τα φυτά και οι αποξηραμένοι σπόροι φυτών που ανήκουν στην οικογένεια των Κυαμοειδών (Fabaceae) – και σε παλαιότερες ταξινομήσεις στην οικογένεια των Ψυχανθών (Papilionoideae) ή Χεδρωπών (Leguminosae). Τα όσπρια χρησιμοποιούνται άμεσα για τη διατροφή του ανθρώπου, ενώ πολλά από αυτά χρησιμοποιούνται για τη διατροφή των ζώων.

Ανάμεσα στα όσπρια, που καταναλώνει άμεσα ο άνθρωπος, ανήκουν τα φασόλια, οι φακές, τα ρεβίθια, τα κουκιά, ο αρακάς, τα φιστίκια, η σόγια, η φάβα και άλλα. Στην κατηγορία των οσπρίων, που χρησιμοποιούνται για την παρασκευή διάφορων καταναλωτικών

προϊόντων, την πρώτη και βασική θέση κατέχει η σόγια. Από τη σόγια παρασκευάζονται σήμερα πάνω από 120 διαφορετικά καταναλώσιμα από τον άνθρωπο προϊόντα μεταξύ των οποίων υποκατάστατα κρέατος, τυριού και γάλακτος, σογιέλαιο, ζωοτροφές κλπ.



Αυτή ήταν η εργασία μας!

Ευχαριστούμε

Πολύ!

Κατερίνα και Ελένη Β2!!!<3