

ΓΕΥΣΗ

Όταν τρώμε ένα φαγητό,
η γλώσσα μας λέει
στον εγκέφαλό μας
πώς γεύση έχει.

Όταν το φαγητό έχει
γλυκιά γεύση, όπως το
μέλι, συνήθως θέλουμε
να φάμε κι άλλο.



Μηλιαχ!!!

▲ Αν το φαγητό είναι
πικρό, δε θέλουμε
να το φάμε.

Μμμ!!!



Η γλώσσα μας

Η γλώσσα είναι το όργανο του σώματός μας με το οποίο γευόμαστε.

Καλύπτεται από μικροσκοπικούς γευστικούς κάλυκες.

Κάθε μέρος της γλώσσας μας αισθάνεται διαφορετική γεύση.



Τι γεύση είναι το παγωτό μου;
Αλμυρή, ξινή,
πικρή ή γλυκό;



Γνιασω και καταπίνω

Όταν ετοιμαζόμαστε να φάμε, το στόμα μας γεμίζει με ένα υγρό, που ονομάζεται σάλιο.

Μερικές φορές η μυρωδιά και μόνο ενός φαγητού κάνει το στόμα μας να γεμίζει σάλιο.

Το σάλιο μας διευκολύνει να καταπιούμε ένα φαγητό.

◀ Όταν μασάμε, το σάλιο ανακατεύεται με την τροφή.



Το σάλιο βοηθά να φτάσει η γεύση του φαγητού στους γευστικούς μας κάλυκες.

Δεν είναι πολύ νόστιμη τώρα.

Η τσίχλα παραμένει νόστιμη όση ώρα κι αν τη μασήσεις;

Για να γευτείς ένα γλειφιτζούρι πρέπει να το μασήσεις;



▲ Μάσησε ένα κομμάτι ψωμί για αρκετή ώρα. Η γεύση του παραμένει ίδια ή αλλάζει;



Η γεύση μας

Συνήθως διαλέγουμε ένα φαγητό,
επειδή μας αρέσει η γεύση του.

Ποιο είναι το αγαπημένο σου
φαγητό;

Ποιο είναι το φαγητό
που σου αρέσει
λιγότερο απ' όλα;

◀ Σου αρέσει
να δοκιμάζεις
τροφές που δεν
έχεις φάει ποτέ πριν;



Κάθε τροφή έχει τη δικιά της γεύση.

Όταν δοκιμάσουμε ένα φαγητό,

γνωρίζουμε τη γεύση του.

Εκείνος δοκιμάσει κάποιο

από αυτά τα τρόφιμα;

Τι γεύση έχει το καθένα;



πικάντικο



μήλο



καρότο



λεμόνι

Αναζήτησε τη νοστιμιά

Υπάρχουν τροφές
που δεν έχουν
δυνατή γεύση.
Δεν έχουν νοστιμιά.

Για να δώσουμε
περισσότερη γεύση
στο φαγητό,
συνήθως
προσθέτουμε
αλάτι και
πιπέρι.

Αυτό
χρειάζεται
πιπέρι.



Φρέσκο και νόστιμο



Το φρέσκο φαγητό μυρίζει
υπέροχα. Μας προκαλεί
να το φάμε!

Πάνω στις
συσκευασίες των
τροφών υπάρχει
μια ημερομηνία
που μας δείχνει
αν η τροφή είναι
κατάλληλη να τη φάμε.

Όταν περάσει αυτή
η ημερομηνία, η τροφή αρχίζει να μπαγιάτεύει ή
να χαλάει. Γι' αυτό δεν πρέπει να την τρώμε!



Το μπαγιάτικο φαγητό
μυρίζει απαίσια και
έχει απαίσια γεύση.

Όχι μόνο δεν είναι νόστιμο,
αλλά μπορεί να είναι κι
επικίνδυνο για την υγεία μας.

Η όψη, η μυρωδιά
και η γεύση
μάς προειδοποιούν
όταν η τροφή δεν
είναι φρέσκια!

► Οι μπαγιάτικες
τροφές μπορεί να
είναι χαλασμένες,
γι' αυτό δεν πρέπει
να τις τρώμε.



Γεύσεις και χρώματα

Το χρώμα μιας τροφής μάς βοηθάει να μαντέψουμε τι γεύση έχει.

Πόσες πράσινες τροφές μπορείς να σκεφτείς; Τι γεύση έχουν;



Οι πορτοκαλί τροφές μπορεί να έχουν τη γεύση των καρότων ή των πορτοκαλιών, αλλά όχι του λάχανου!



Μπανάνα

Θα ήθελες να φας αυτές τις τροφές;



λάχανο

Νέες γεύσεις

Υπάρχουν πολλές γεύσεις που μπορεί να μην τις έχεις δοκιμάσει ακόμα.



▲ Το ταΐλι και τα μπαχαρικά κάνουν το ρύζι καυτερό και νόστιμο.



Στα καταστήματα μπορούμε να βρούμε τροφές από όλο τον κόσμο.

Δοκίμασέ τις. Μπορεί να σου αρέσουν!

Εχεις φάει σούσι;



Εχεις φάει κυπριακές σεφταλιές;



Εχεις φάει τηγανητές μπανάνες;



Εχεις φάει τηγανητά φύκια της θάλασσας;



Εχεις φάει τσιπς γαρίδας;



Εχεις φάει μεξικάνικα ντάκος;



**Θυμήσου και πες μας αν
έχεις
φάει ένα περίεργο φαγητό**

Ζωγράφισε τις τροφές που σου αρέσουν