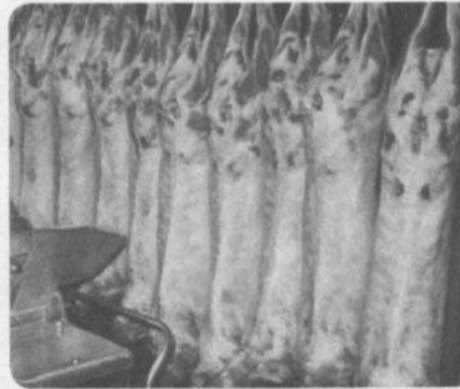


درس چهاردهم

از گذشته تا آینده نگه داری مواد غذایی





دانستنی های ۱۴:

روش نگهداری مواد غذایی در زمان گذشته

قدیمی ها که یخچال و فریزر نداشتند برای نگهداری مواد غذایی خود از روش های خاصی استفاده می کردند .

آویزان کردن مواد غذایی به دیوار یا سقف

در این روش گوشت را در سبدهای توری در جاهای خنک و سایه آویزان می کردند تا فاسد نشود. هم چنین میوه هایی مانند انگور یا انجیر را به نخ هایی وصل می کرده و از سقف یا دیوار آویزان می کردند و آن ها را نگه داری می کردند.

چال کردن مواد غذایی در خاک

در روستاها، گودال هایی در زمین حفر می کردند و میوه هایی مانند انار، سیب، گلابی و یا سبزی هایی مانند پیاز و سیب زمینی را در این گودال ها دفن می کردند و با این روش برای مدت طولانی، آن ها را نگهداری می کردند.

خشک کردن مواد غذایی

یکی از قدیمی ترین روش ها برای نگه داری سبزی ها و میوه ها روش خشک کردن است. در این روش مواد غذایی را در هوای آزاد و در آفتاب قرار می دهند. میوه هایی مانند انجیر، انگور، هلو، زردآلو، آلبالو، توت، خرما و سبزی هایی مانند شوید. نعنای را خشک می کنند و آن ها را ماه ها سالم نگه داری می کنند . امروزه به طور صنعتی از این روش در کارخانه ها برای تولید خشکبار استفاده می شود.





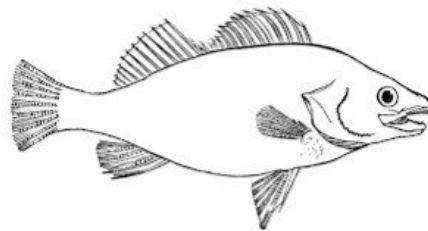
استفاده از نمک در نگه داری مواد غذایی

در گذشته برای نگهداری طولانی مدت مواد غذایی از نمک یا آب نمک استفاده می کردند. مانند نگه داری پنیر در آب نمک، ترشی گذاشتن، درست کردن خیارشور و زیتون شور و...

امروزه به طور صنعتی از ترشی گذاشتن و شور گذاشتن در کارخانه ها برای نگه داری مواد غذایی استفاده می شود. با این روش مواد غذایی را برای ماه ها و حتی سال ها نگه داری می کنند.



به کمک نمک زدن و دود دادن بعضی از گوشت ها مثل ماهی را می توان برای مدت های طولانی نگه داری کرد. هنوز هم از این روش در روستاها برای نگه داری گوشت و ماهی استفاده می شود.



استفاده از سرما در نگه داری مواد غذایی

یکی از قدیمی ترین روش ها برای نگه داری مواد غذایی گذاشتن غذا در جاهای سرد یا کنار یخ است. استفاده از سرما ابتدا از یخچال های طبیعی شروع شد. در مناطق روستایی در زمستان یخ و برف را در گودالی زیر خاک دفن می کردند و در بهار و تابستان برای نگهداری مواد غذایی از آن استفاده می کردند. سپس از صندوق های یخدان با یخ طبیعی استفاده کردند و بعد از آن یخچال های امروزی اختراع شد.



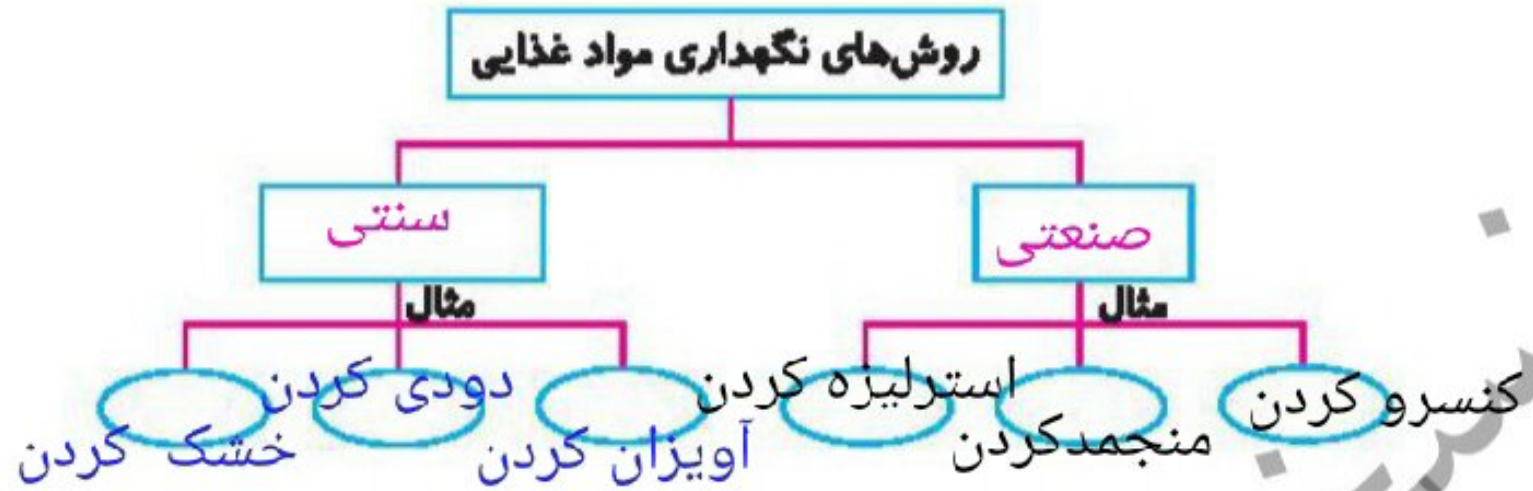
امروزه بهترین روش برای نگهداری گوشت و ماهی سرد کردن است.

گرما دادن و پختن مواد

برای تهیه ی کمپوت، رب، مربا، میوه ها یا سبزی ها را با استفاده از حرارت می پزند و با این روش آن ها را برای مدتی طولانی نگهداری می کنند. امروزه این روش به طور صنعتی در کارخانه ها انجام می شود.



۱ نمودار مفهومی زیر را کامل کن.



۲ دو تفاوت روش سنتی و صنعتی نگهداری مواد غذایی را بنویس.

در روش سنتی با استفاده گرمای طبیعی (نور خورشید) انجام میشود، زمان بر است. عطر و طعم و کیفیت مواد غذایی، حفظ میشود اما خطر آلودگی دارد.

در روش صنعتی کار با دستگاه‌های مخصوص انجام میشود، گرما مصنوعی، زمان کم و سرعت بالا است، مواد نگهدارنده افزوده میشود، همچنین امکان از بین رفتن ویتامین‌های مواد غذایی هم وجود دارد.