

تم تحميل الملف
من موقع حلول



حلول
الحلول اون لاين

hulul.online

حلول الكتب - اختبارات الكترونية . مراجعات وتدريبات
والمزيد من الملفات التعليمية للمناهج السعودية



حفظ الأطعمة

لماذا يتم حفظ هذه الأطعمة؟

المفاهيم الرئيسة:

- حفظ الأطعمة.
- المخلل.
- المربى.



أ- أمامك مجموعة من البطاقات تحوي تاريخ صلاحية لبعض الأطعمة، صلي كل منها بما يناسبه من الصور المطروحة:



تاريخ الإنتاج: ٧-٢

تاريخ الانتهاء: ٧-٩

تاريخ الإنتاج: ٧-٢

تاريخ الانتهاء: ٨-٢

تاريخ الإنتاج: ٧-٢-١٤٣٣هـ

تاريخ الانتهاء: ٧-٢-١٤٣٤هـ

ب- هاتي أمثلة لأطعمة يتم حفظها:

-يومياً:

-أسبوعياً:

-شهرياً:

العصائر الطازجة

-موسمياً:

الألبان

الأسماك واللحوم

البقوليات

طرائق حفظ الأطعمة

التبريد:



طريقة سريعة لحفظ الأطعمة مدة قصيرة من الزمن، وتعد الثلاجة المكان المثالي لحفظ الأطعمة سريعة التلف؛ لأن درجة الحرارة بداخلها منخفضة من (صفر إلى سبع درجات مئوية)، وهذه الدرجة تعطل نشاط هذه الأحياء الدقيقة المسببة لفساد الأطعمة لفترة محدودة.

أمامك مجموعة من الأطعمة، صليها بالمكان المناسب لحفظها داخل

الثلاجة، معللة ذلك شفهيًا:



معلومة
اثرانية

تتواجد الأحياء الدقيقة في كل مكان وتحتاج إلى حرارة ورطوبة مناسبة، حتى تنمو وتتكاثر.

التجميد:

حفظ الطعام تحت درجة حرارة منخفضة جدًا -أقل من الصفر المئوي-، مما يؤدي إلى إيقاف نمو ونشاط بعض الكائنات الحية الدقيقة.

التجميد والإذابة المتكررة تغير طعم المادة الغذائية ومظهرها، وتؤدي إلى فسادها.



تجميد الخضراوات:

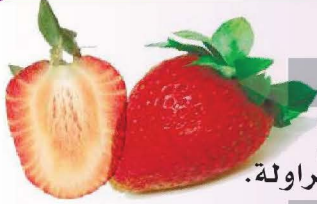


مثال: الفاصوليا.

- 1- تُغسل جيداً ثم تُقطع تمهيداً لحفظها.
- 2- تُسلق في ماء مغل من 2-5 دقائق.
- 3- تُرفع من ماء السلق وتُغسل بالماء البارد، ثم بالماء المثلج.
- 4- تُصفى من الماء وتُحفظ في أوعية خاصة (يُفضل البلاستيك)، ثم تُوضع في المجمد (الفريزر).

تجميد الفواكه:

مثال: الفراولة.



- 1- تُختار حبات الفاكهة الطازجة والسليمة، ثم تُغسل.
- 2- تُغمر في ماء مغل مدة نصف دقيقة، ثم في ماء بارد.
- 3- يُرش عليها مقدار من سكر البودرة حتى يتجانس السكر مع الفراولة.
- 4- تُوضع وحدات أو حبات الفراولة في أكياس مُغلقة جيداً، ثم تُحفظ في المجمد (الفريزر).



فكري: لماذا توضع الأطعمة في المجمد على دفعات عند الرغبة في تجميدها؟

تجنبي تجميد الأطعمة التي تتضرر بالتجميد، مثل: المايونيز والموز والجلي.

وضع الأطعمة على دفعات وبكميات صغيرة في المجمد لتجميدها بسرعة وليكون مقدارها مناسب لاستعمالها في كل طبخة



أحدثت المخترعات الحديثة تغيراً كبيراً في المعيشة عن السابق، اكتب أكبر عدد ممكن من الحقائق التي أحدثتها التغييرات في مجال حفظ الأطعمة لكل اختراع مما يأتي:

الفرن

تسخين وتجفيف المواد الغذائية

الثلاجة

تجميد وتبريد المواد الغذائية
للمحافظة عليها

التجفيف:



التخلص من معظم الرطوبة (الماء) الموجود بالأطعمة تحت ظروف معينة، وبذلك يقل تعرضها للفساد، وهي طريقة قديمة وشائعة لحفظ كثير من الأطعمة. ويتم التجفيف عن طريق تعريض المادة الغذائية للحرارة الطبيعية (الشمس) أو الصناعية (الأفران) وتصل مدة صلاحية الأطعمة المحفوظة بهذه الطريقة إلى عدة شهور.

مثال: النعناع، الكزبرة، الملوخية.

تجفيف الخضراوات الورقية

(بالطريقة الطبيعية):



- 1- تُزال الأجزاء التالفة من أعواد الخضراوات، ثم تُقطف أوراقها السليمة.
- 2- تُغسل جيداً وتُجهز وتُنشر على صواني عليها شرف نظيف، وتُغطى بقطعة خفيفة من الشاش، ويتم ذلك في مكان مُتجدد الهواء مع تعريضها للشمس، وتقلبيها من فترة لأخرى حتى يتم جفافها.
- 3- تُفرك الخضراوات الورقية وتُحفظ في أواني نظيفة.

مثال: المشمش، التين، العنب.

تجفيف الفاكهة:

(بالطريقة الصناعية):



بوضعها في أفران خاصة تُصدر هواءً ساخناً متحركاً، عن طريق تشغيل مراوح للإسراع في عملية التجفيف. ويمكن تجفيفها طبيعياً، ولكنه يحتاج إلى وقت طويل.

ملاحظة: يُفضل اختيار الفاكهة التي بدأت تجف على الأغصان قبل قطفها.

احرصي على تناول الفاكهة المجففة فهي غنية بعنصر الحديد.



إضافة المواد الحافظة :

حفظ الأطعمة مدة طويلة بإضافة مواد حافظة كيميائية، مثل: (بنزوات الصوديوم) أو طبيعية، مثل: (الملح أو السكر).

مثال : المربى.

الحفظ بالسكر:



يُستعمل السكر كمادة حافظة للفاكهة عند عمل المربى أو الفاكهة المسكرة، كما يُضاف للعصير عند عمل الشراب المركز؛ لإيقاف نمو الأحياء الدقيقة ونشاط الأنزيمات التي تعمل على فساد الفاكهة.

عمل المربى

(مربى التفاح):

المقادير: كيلو تفاح أخضر - كيلو سكر - ملعقة عصير ليمون -
ملعقة من بشر الليمون - مقدار من الماء.
الطريقة:



- 1- يُغسل التفاح ويُقطع من 6-8 قطع وتُزال البذور.
- 2- تُوضع قطع التفاح في ماء بارد وعصير ليمون؛ منعاً لاسودادها.
- 3- يُوضع في إناء مقدار من الماء بارتفاع (1 سم) ويُغلى، ثم تُضاف له قطع التفاح وتُترك حتى تلين قليلاً.
- 4- يُضاف له السكر وعصير الليمون وبشره.
- 5- يُترك على نار هادئة مع التقليب من حين لآخر كل خمس دقائق حتى ينضج.
- 6- تُعبأ الأوعية المعقمة بالمربى وهو ساخن.
- 7- يُحكم إغلاقها، وتُخزن في مكان بارد جاف ومُتجدد الهواء.

مثال: المخلل.

الحفظ بالملح:



- أ- إضافة الملح الجاف إلى الأطعمة المراد حفظها؛ لتخفيض نسبة الرطوبة فيها، وتستهمل في اللحوم والأسماك.
- ب- إضافة محلول ملحي تتركز فيه كمية الملح والخل لحفظ الخضراوات عند عمل أنواع المخللات.

مخلل خضراوات مشكلة:



- المقادير :- نصف كجم قرنبيط (زهرة) - نصف كجم جزر - نصف كجم خيار - ٣ حبات فلفل أخضر حار - ٣ فصوص ثوم - محلول ملحي مكون من (ملعقة ملح + ٣ ملاعق خل لكل كوب من الماء المغلي) - زيت زيتون للتغطية.
- الطريقة:

- ١- تُغسل الخضراوات جيداً ثم تقطع إلى وحدات متساوية.
- ٢- تُرص القطع في علبة زجاجية وتُغمر بالمحلول الملحي.
- ٣- تُغطى الزجاجاة بزيت الزيتون (لماذا؟) ويُحكم غلقها، وقد تُضاف ملعقة صغيرة من السكر؛ للإسراع في نضج المخلل.

الجلول اون لاين
hulul.online

تذكري

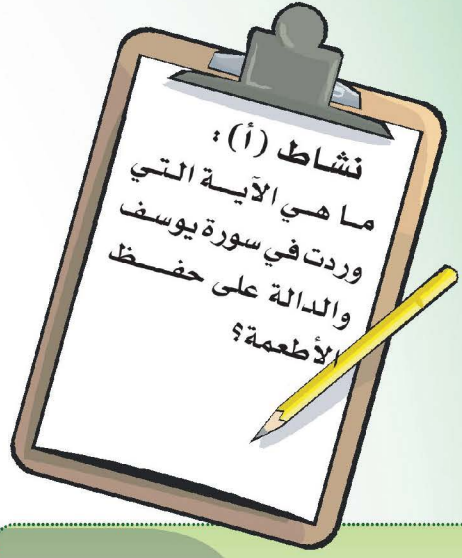
يجب تعقيم الزجاجات قبل استعمالها، وذلك بغليها في الماء، أو بوضعها بعد تنظيفها في فرن ساخن غير مشتعل.



نشاط (ب):

يعد التجفيف من أقدم الطرق المستخدمة لحفظ الأطعمة مثل الفواكة والخضروات والحبوب والأسماك واللحوم وذلك ب:

- التجفيف بتعريضها للهواء
- التجفيف بتعريضها لبخار الماء على درجات حرارة عالية
- التجفيف بضغطها جيداً لمنع دخول الهواء
- التجفيف بتعرضها مباشرة لحرارة الشمس



نشاط (أ):

" قال تزرعون سبع سنين دأباً فما حصدتم فذروه في سنينه إلا قليلاً مما تأكلون (٤٧) ثم يأتي من بعد ذلك سبع شداد يأكلن ما قدمتم لهن إلا قليلاً مما تحصلون (٤٨) "

