

Мороженое - польза или вред?



Исследовательская работа по химии:
Галсановой Евгении, уч **8**кл.

Руководитель :
Эрдынеева Елена Ринчиновна

Актуальность исследования

Известно, что мороженое любят многие, особенно дети.

Но часто можно услышать, что оно вредно для здоровья. Имеется в виду не только простуда от холодного лакомства, но и диетические противопоказания.

Поэтому я решила ознакомиться с этой проблемой и найти ответы на все вопросы.

Цель работы

Узнать как можно больше про мороженое.



Задачи ■

- **1. Познакомиться с историей появления мороженого**
- **2. Познакомиться с составом мороженого**

История мороженого



История мороженого

- Мороженое — очень древнее лакомство. Высказываются предположения, что история мороженого насчитывает более **4000** лет.
- Ещё за **2000** лет до нашей эры в Китае к столу подавались десерты, отдалённо напоминающие мороженое, — снег и лёд, смешанные с кусочками апельсинов, лимонов и зёрнышками гранатов

История мороженого

- В I в. до н.э. охлаждающие и подслащенные соки применялись при дворе римского императора Нерона.
- Снег для этого десерта доставляли с альпийских



История мороженого

- **Мороженым угощали Александра Македонского во время его походов Персию и Индию. Ягоды и воду замораживали снегом который добывали с гор.**



История мороженого

В Европу секрет ледяного лакомства доставил знаменитый путешественник Марко Поло, который попробовал мороженое на одном из пиров в честь покорителя Китая внука Чингисхана.

Произошло это в **14** веке.



Состав мороженого

- Мороженое — это замороженная сладкая масса из молочных продуктов с различными добавками.

Мороженое изготавливается обычно из:

- молока,
- сливок,
- масла,
- сахара,
- вкусовых и ароматических веществ,
- различных пищевых добавок,
обеспечивающих нужную консистенцию,
срок хранения и т.д.

Основные виды мороженого

Молочное, жирность до 4%

Сливочное, жирность до 10%

Пломбир, жирность до 15%

Фруктово-ягодное, на основе фруктового сока, 0% жирность

Польза или вред???

ПЛЮСЫ

- В мороженом содержится около ста ценных для организма веществ: более 20 аминокислот белка, около 25 различных жирных кислот, 30 минеральных солей, важные для обмена веществ ферменты, а также более 20 различных витаминов, фосфор для костей и роста, магний, калий и железо.
- Состав мороженого способствует увеличению в организме гормона счастья серотонина. Он улучшает память, поднимает настроение и помогает нам справиться со стрессами.

МИНУСЫ

- Мороженое является высококалорийным продуктом
- Также вредно холодное мороженое при язвенной болезни желудка и хроническом гастрите.
- Врачи не рекомендуют мороженое лицам, которые часто болеют респираторными заболеваниями.
- Мороженое может вызывать головную боль. Причина боли в том, что при поедании мороженого происходит слишком быстрое снижение температуры тела, сужаются сосуды, снижается кровоток в головном мозге, что и вызывает боль.

Вывод:

В результате проделанной работы я пришла к выводу, что мороженое это все-таки полезный продукт и если следовать рекомендациям врачей, то для нашего организма оно не принесет никакого вреда, а только пользу и положительные эмоции

Приготовление мороженого в домашних условиях

- 1. Приготовить необходимые продукты согласно рецепту**
- 2. Молоко закипятить и охладить до комнатной температуры**

Приготовление мороженого в домашних условиях

- Желтки отделить от белков, добавить сахар взбить миксером



Приготовление мороженого в домашних условиях

- В молоко добавить ваниль и желтки взбитые с сахаром. Поставить это на водяную баню. Варить перемешивая. Смесь должна стать по консистенции как сгущенное молоко (слегка густовата).
- **Остудить и убрать морозильную камеру, чтобы чуть замёрзла**

Приготовление мороженого в домашних условиях

- Сливки взбить миксером до загустения.
- В холодные желтки добавить взбитые сливки, перемешать венчиком.

Приготовление мороженого в домашних условиях

- Поставить на **1** час в морозилку. Потом перемешать и поставить еще на **1** час. Повторять **3** раза.
- Разлить по формам и охладить до конца

Приятного аппетита!!!

