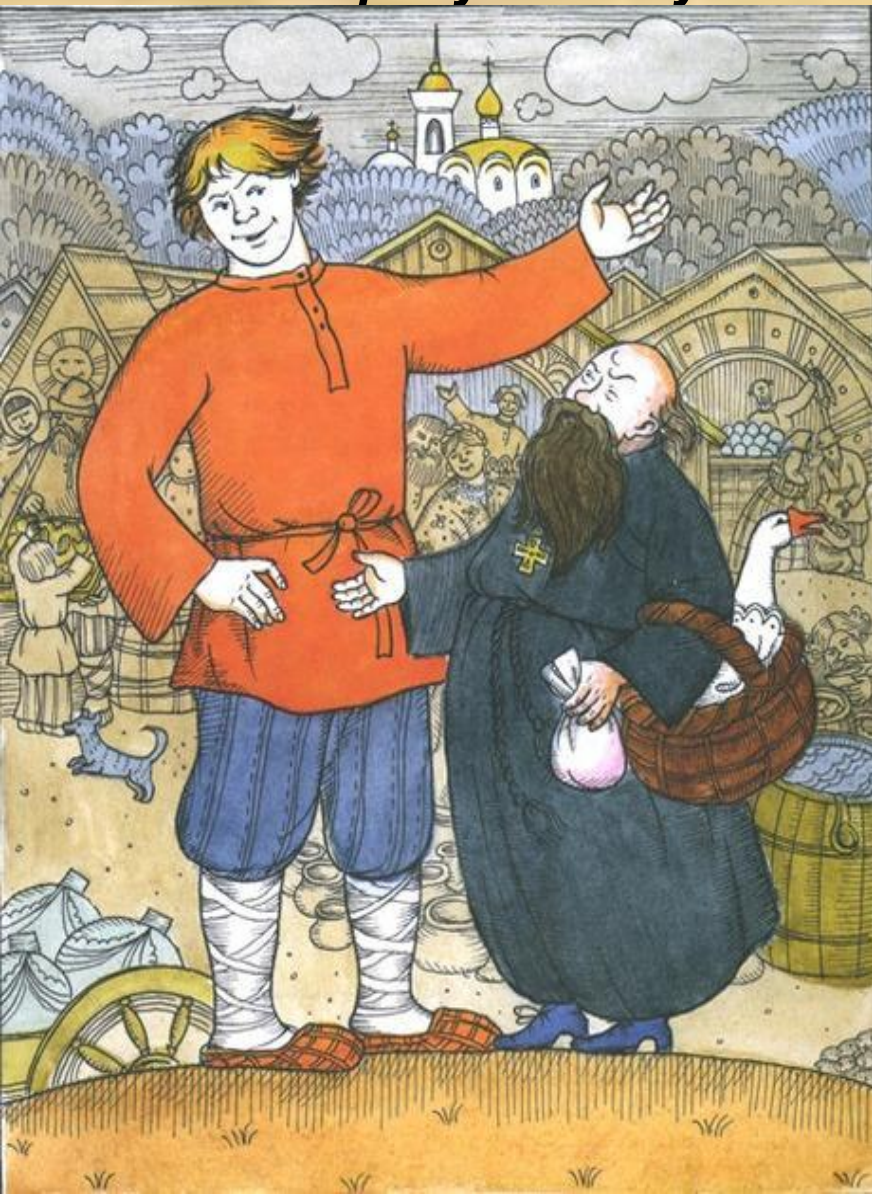


# Что такое полба?

Работу выполнил ученик 4 класса  
Колесников Вячеслав  
Руководитель Александрова С.Г

***"Буду служить тебе славно, усердно и очень исправно,  
в год за три щелка тебе по лбу, есть же мне давай  
вареную полбу..."***



**«Поди-ка сюда,  
Верный мой работник Балда.  
Слушай: платить обязались черти  
Мне оброк по самой моей смерти;  
Лучшего б не надобно дохода,  
Да есть на них недоимки за три года.  
Как наешься ты своей полбы,  
Собери-ка с чертей оброк мне  
полный».**

**А.С. Пушкин  
"Сказка о попе и его работнике Балде"**

# Цели моей работы:

- Узнать что такое полба?
- Что делают из полбы?
- Можно ли сейчас встретить полбу?

## Объект исследования

Полба

# **Задачи:**

- *Найти и изучить информацию о объекте исследования*
- *Оформить свои исследования*
- *Познакомить учеников с исследованиями*

## **Способы исследования**

- **Изучение литературы и интернет ресурсов,**
- **Анкетирование школьников ,**
- **Проведение анализа данных,**
- **Проведение исследования ассортимента круп в магазинах города.**

# Гипотеза:

Можно ли сейчас попробовать кашу, которую ел Балда в сказке А.С.Пушкина?

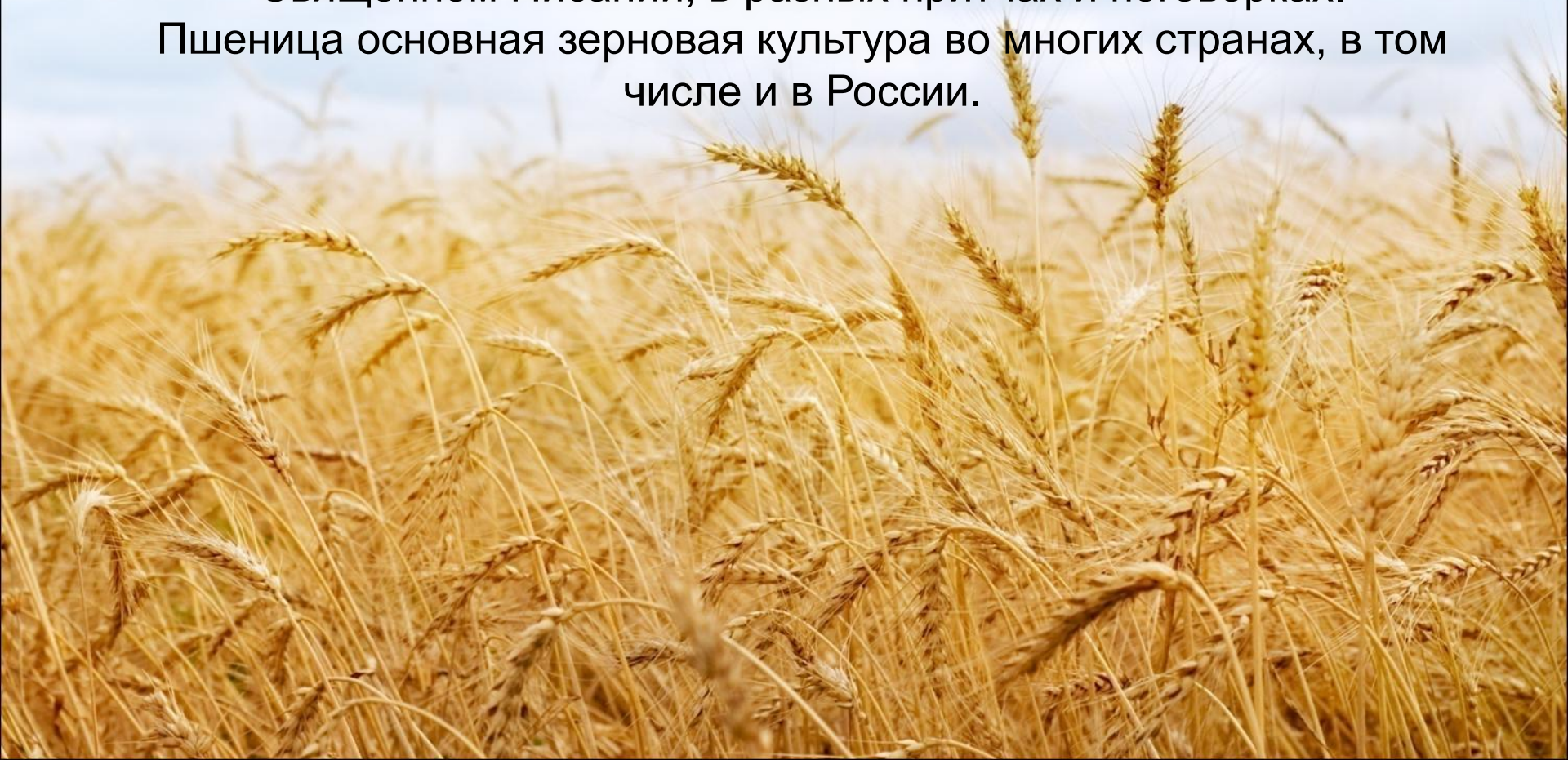


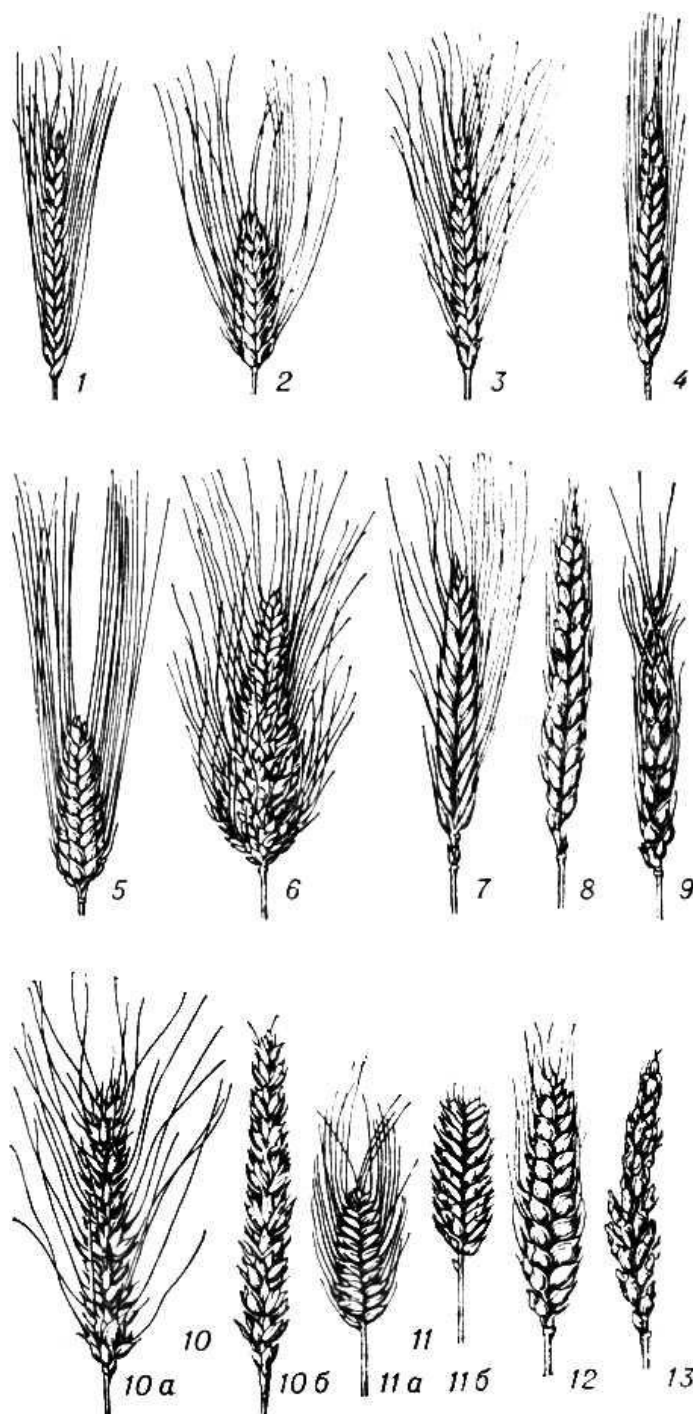
**Изучив литературу и интернет ресурсы, я узнал, что полба является самостоятельным сортом пшеницы. Точнее её прародительницей. На основе древней полбы были выведены все современные сорта пшеницы.**



**Пшеница** - род травянистых, в основном, однолетних растений семейства мятликовых,

Пшеницу выращивали все древние цивилизации. Еще за 4000 лет до нашей эры, пшеницу употребляли в пищу в древнем Египте и Китае. За 6-5 тыс. лет до н. э. пшеницу уже выращивали в древней Греции. Неоднократно, пшеница упоминается в Священном Писании, в разных притчах и поговорках. Пшеница основная зерновая культура во многих странах, в том числе и в России.





## В Большой Советской Энциклопедии встречаются следующие виды пшеницы:

Виды пшеницы:

1 — культурная однозернянка;

2 — Тимофеева;

**3 — полба (эммер);**

4 — персидская (дика);

5 — твердая;

6 — тургидум;

7 — польская;

8 — маха;

9 — спельта;

10 — мягкая;

10а — остистый колос; 10б —

безостый колос; 11 —

плотноколосная; 11а — остистый

колос; 11б — безостый колос; 12

— шарозерная; 13 — Вавилова

(ванская).



# Пшеница

Мягкая пшеница

Твердая пшеница

Полба

Пшеница  
плотноколосая

Пшеница  
спельта



# Что такое полба?



**Полба** - это полудикий сорт пшеницы, точнее группа видов пшеницы с ломким колосом и плёнчатым зерном. Она обладает многими полезными и даже лечебными свойствами. Интересна структура этого золотого колоса. В нём каждые 2—3 зёрнышка укутаны чешуйкой несъедобной мякины. Эта «броня», доставшаяся в наследство от предков-сорняков, как нельзя лучше защищает зерно от вредителей, от внешних загрязнений, от потери влаги — почти от всех напастей.

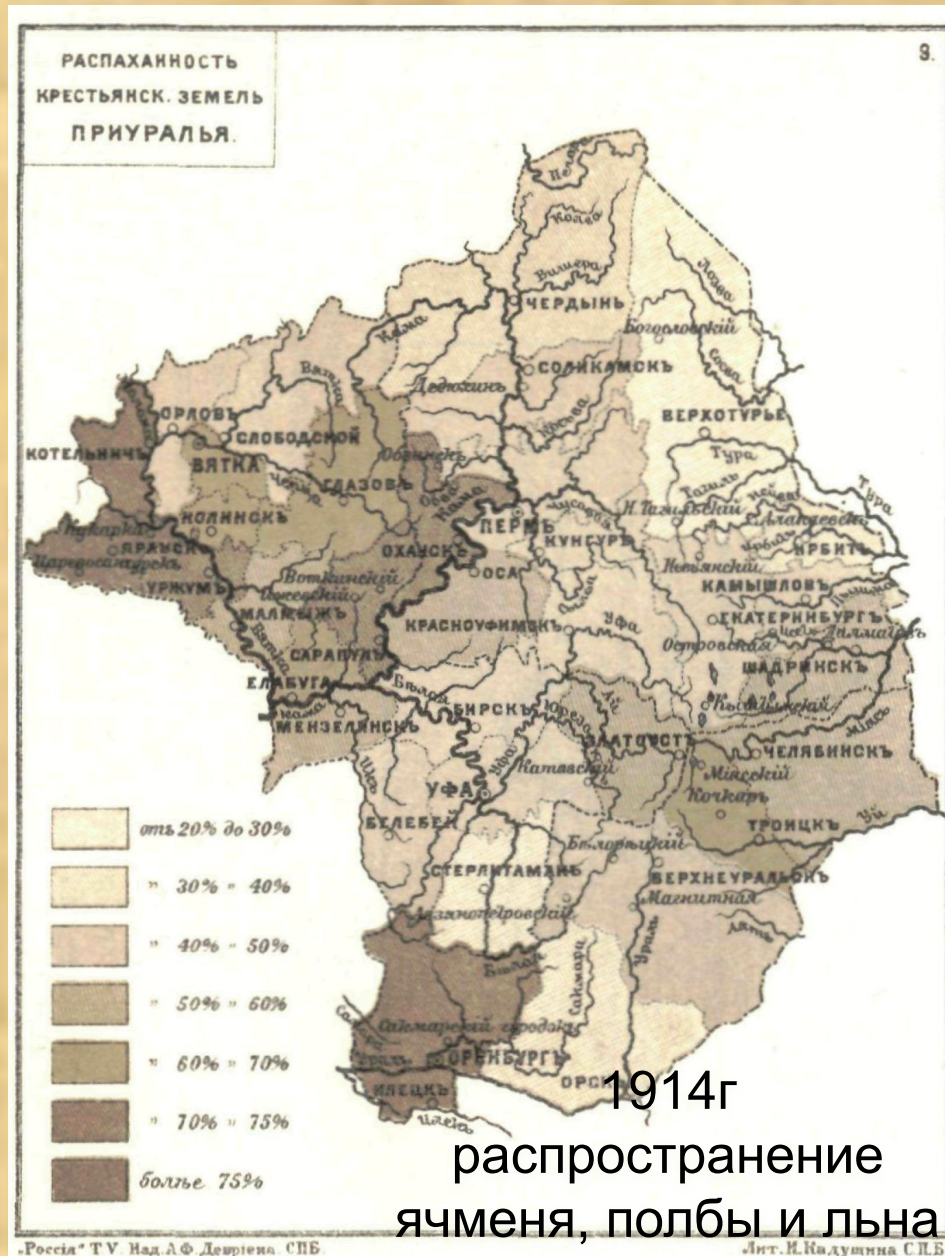
# Полба- древняя спутница человека.



**Полба** использовалась людьми в пищу еще в эпоху древних цивилизаций. В Вавилоне и в Древнем Египте полба была главным культивируемым злаком используемым в ежедневном питании. Она упоминается в поэмах Гомера, в трудах Геродота.

# Распространение полбы

Распространена наиболее в Средневолжском крае, Татарии, Башкирии, Горьковском крае и на Урале. В настоящее время коллекция образцов полбы изучается в ряде селекционных учреждений России. Производственные посевы её возобновлены в Дагестане, а также имеются вблизи г.Черкесска, Карачаево-Черкесской республики. Предпочитает умеренно сухие почвы, легко мирится с сыростью, заморозками, устойчива против головни и полегания.



# Польза полбы

В полбе много белка, от 27% до 37%, а глютена (белок -клей, клейковина) мало, поэтому люди, страдающие аллергией на клейковину, могут спокойно есть эту кашу . Полба богаче железом и витаминами группы В, чем обычная пшеница, и имеет приятный ореховый привкус. Содержит 18 незаменимых для организма аминокислот, которые не могут быть получены с животной пищей.



- **Каша из полбы** вплоть до XVIII-XIX веков была очень распространенным кушаньем в центральных и северных губерниях России, Поволжья и Сибири. Жившие там крестьяне высоко ценили полбу за простоту выращивания и неприхотливость.



Колосья полбы не осыпались при созревании, стебли не полегли даже при сильных ветрах и дождях, само растение не болело и не портилось вредителями. Недостаток был один — полба давала мало зерна и плохо чистилась, но это с лихвой компенсировалось тем, что и на уход за ней нужно было затрачивать минимум сил.



После Второй мировой войны о полбе почти забыли. Так продолжалось до 80-х годов прошлого века. О полбе снова вспомнили и заговорили о ее пользе. Повара, помимо каши, супа или хлеба, стали делать из нее воздушные кремы, готовить как гарнир.



Армянский плов из полбы



Хлеб из полбяной муки



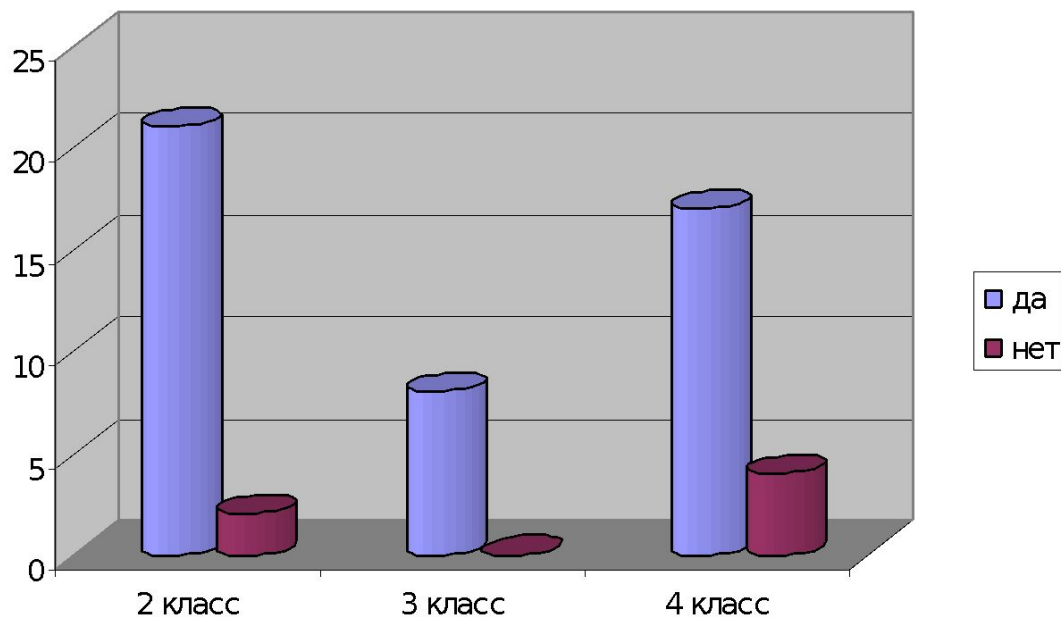
# Мои исследования

Изучив ассортимент в магазине  
можем видеть, что полба отс

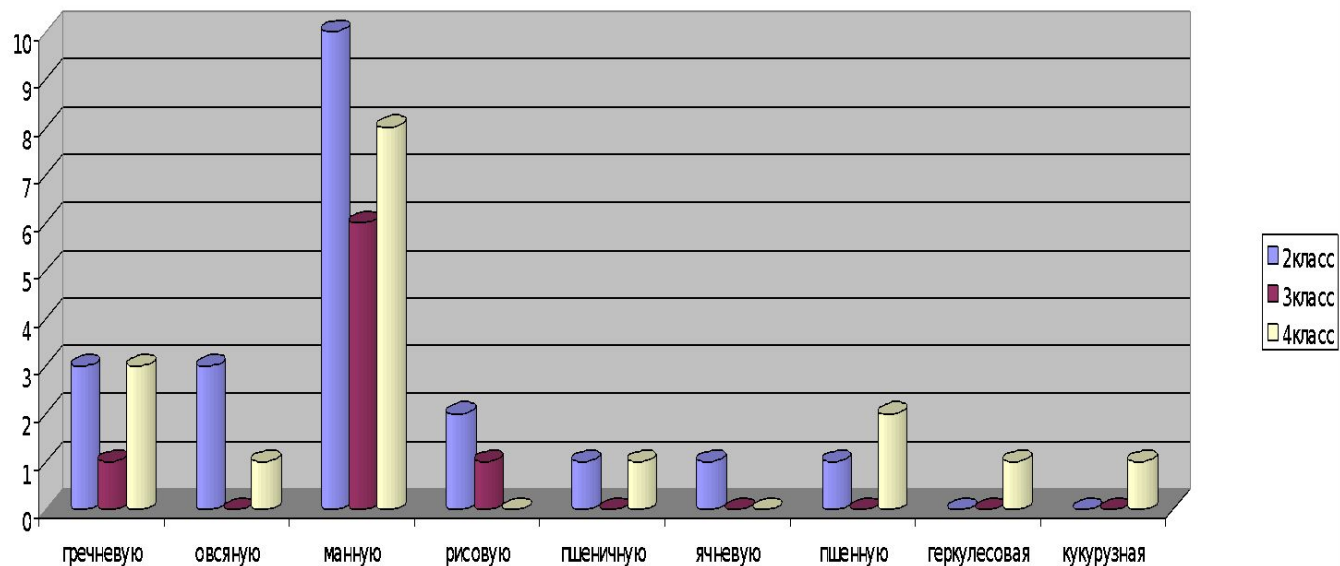


# Анкетирование

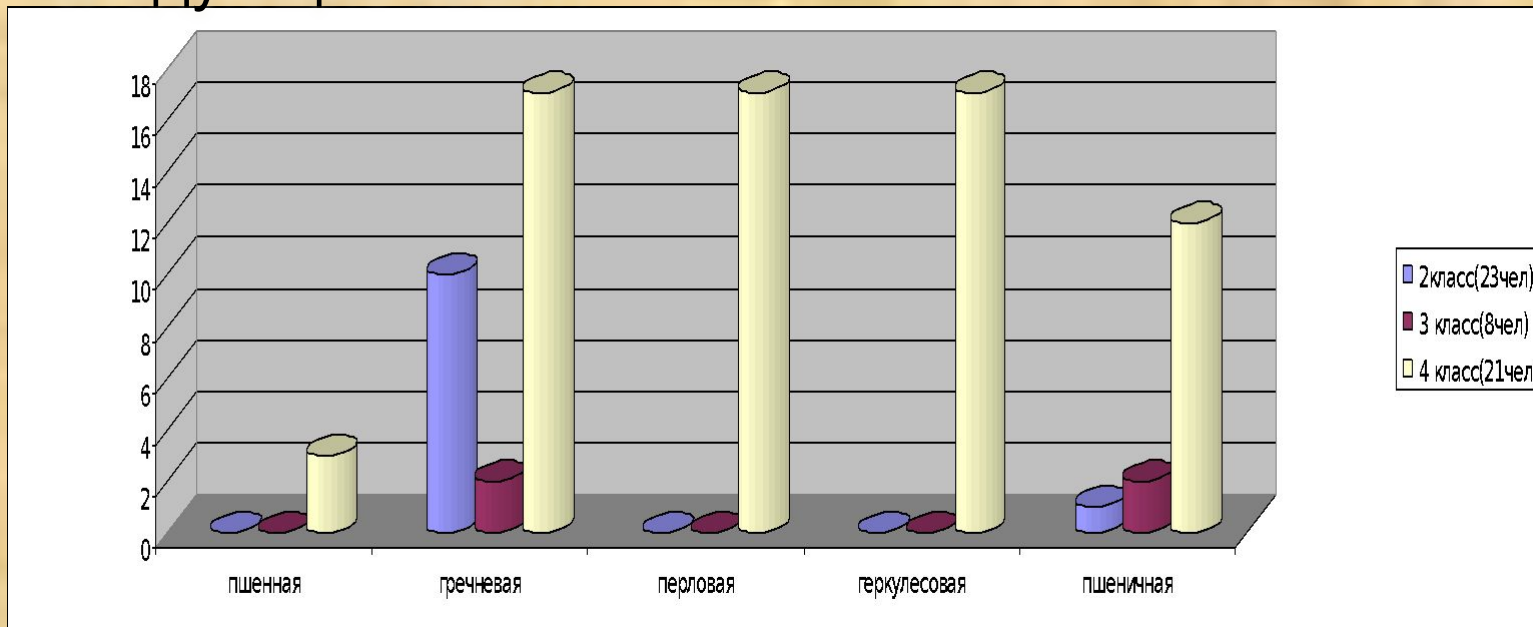
Любишь ли ты каши?



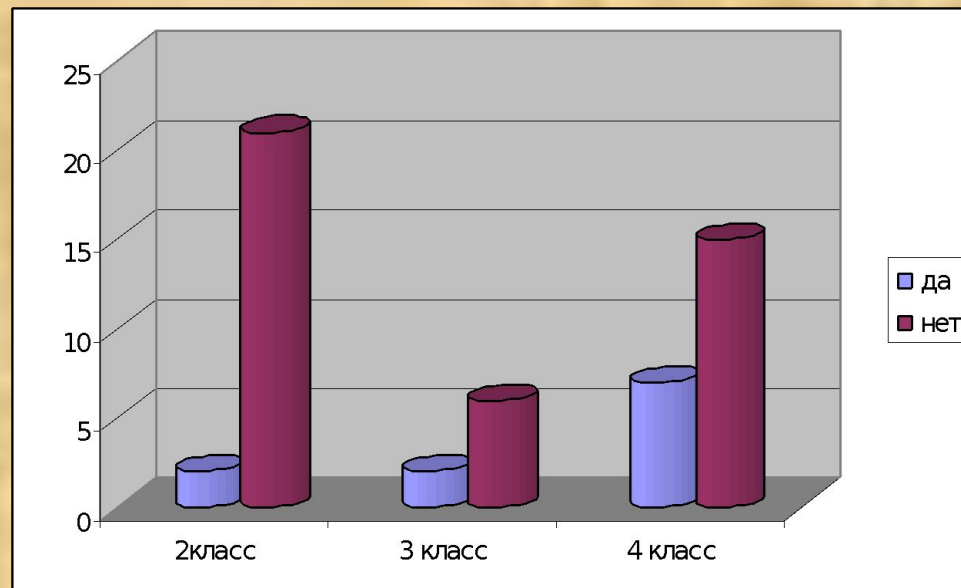
Какие каши ты любишь?



# Знаешь ли ты из какой крупы варят следующие каши?



## Знаешь ли ты что такое полба?



Мой папа заказал полбу в Москве. Нам привезли её . Дома мы с мамой приготовили из неё кашу.



Приготовили крупу.



Промыли

Поставили варить.



Постоянно помешивали



Время варки каши следили по часам



Каша оказалась с необычным вкусом

# Выводы

- Полба является прародительницей нашей современной пшеницы;
- В полбе содержится много белка, железа, витамина группы В.
- Полба полезна для людей страдающих аллергией;
- Полба используется не только как корм для скота, но и зерно её идет в пищу человеку. Из нее готовят каши, гарниры к мясу и рыбе, делают крем, пекут хлеб и хлебобулочные изделия,
- Полбу снова начинают выращивать, но в небольших количествах;
- В наше время тоже можно сварить кашу, которую ел Балда.