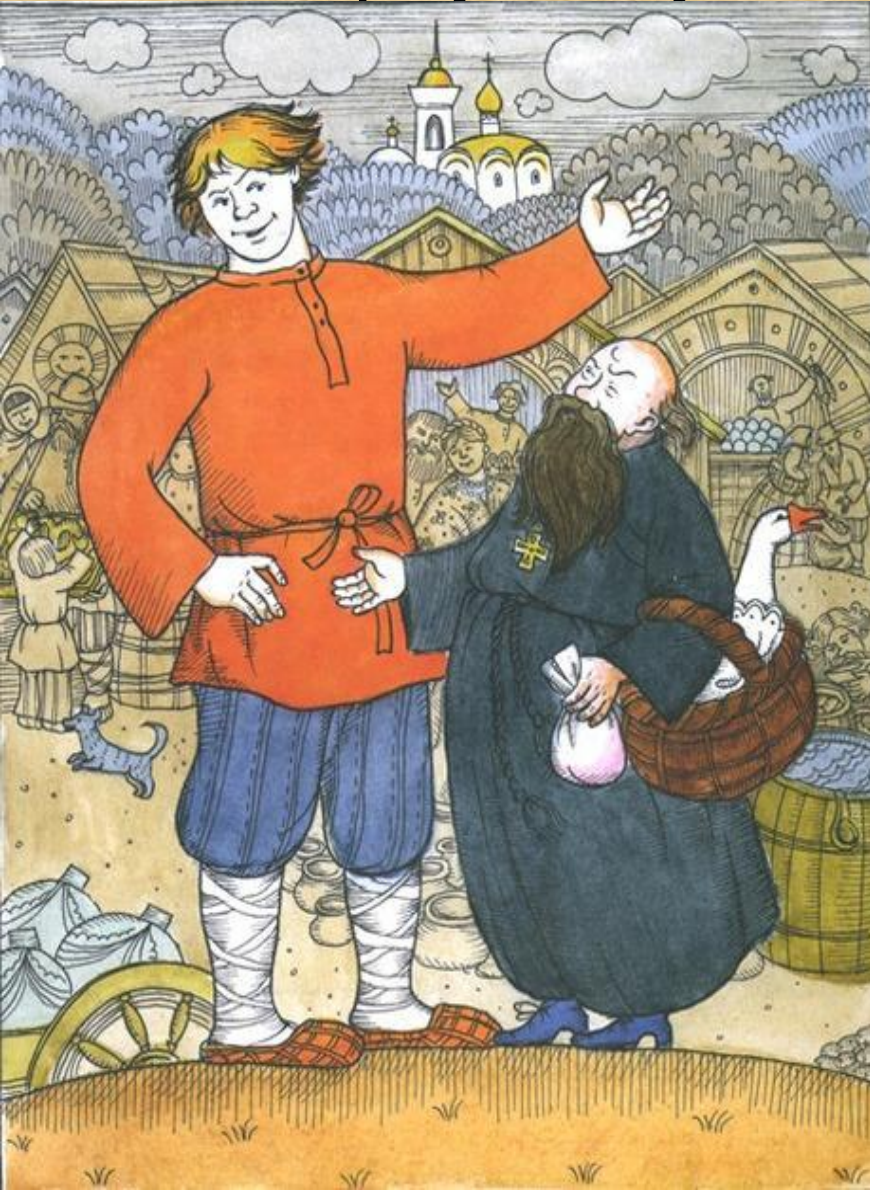


Что такое полба?



***"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?

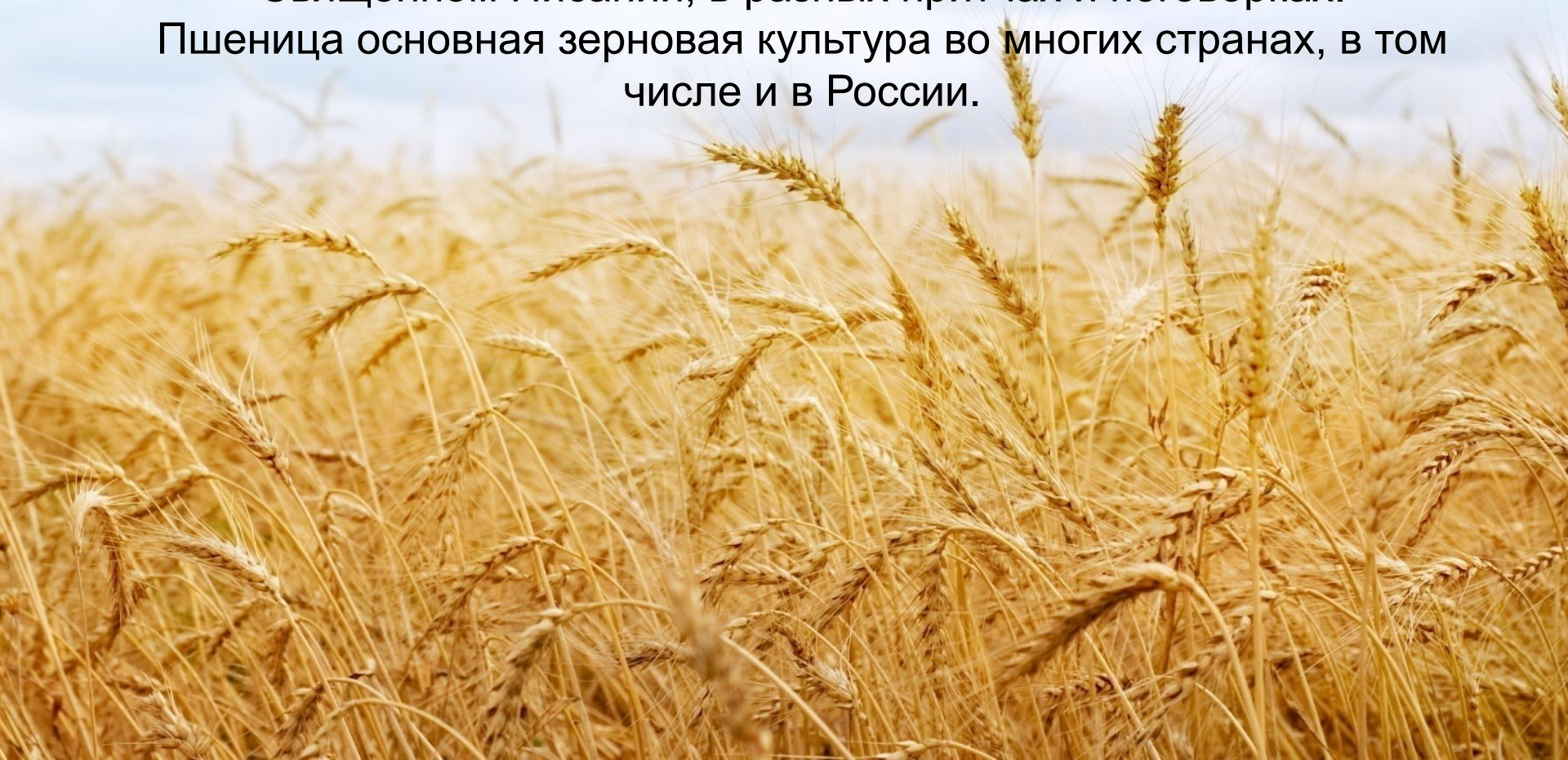


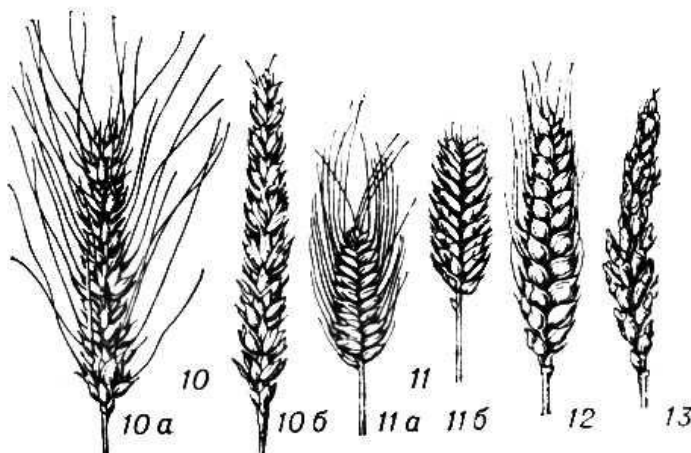
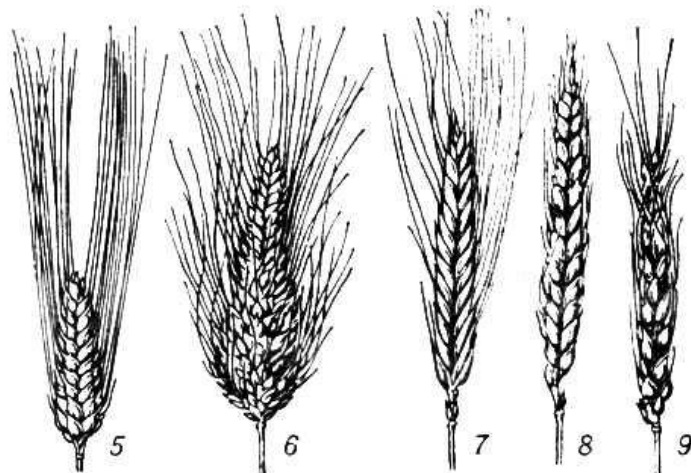
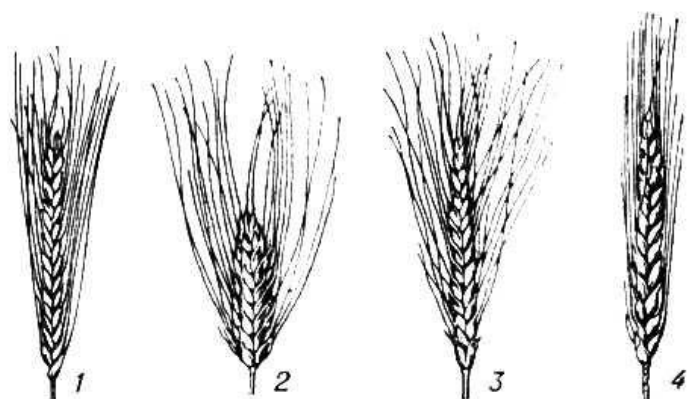
Изучив литературу и интернет ресурсы, я узнал, что полба является самостоятельным сортом пшеницы. Точнее её прародительницей. На основе древней полбы были выведены все современные сорта пшеницы.



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).



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.

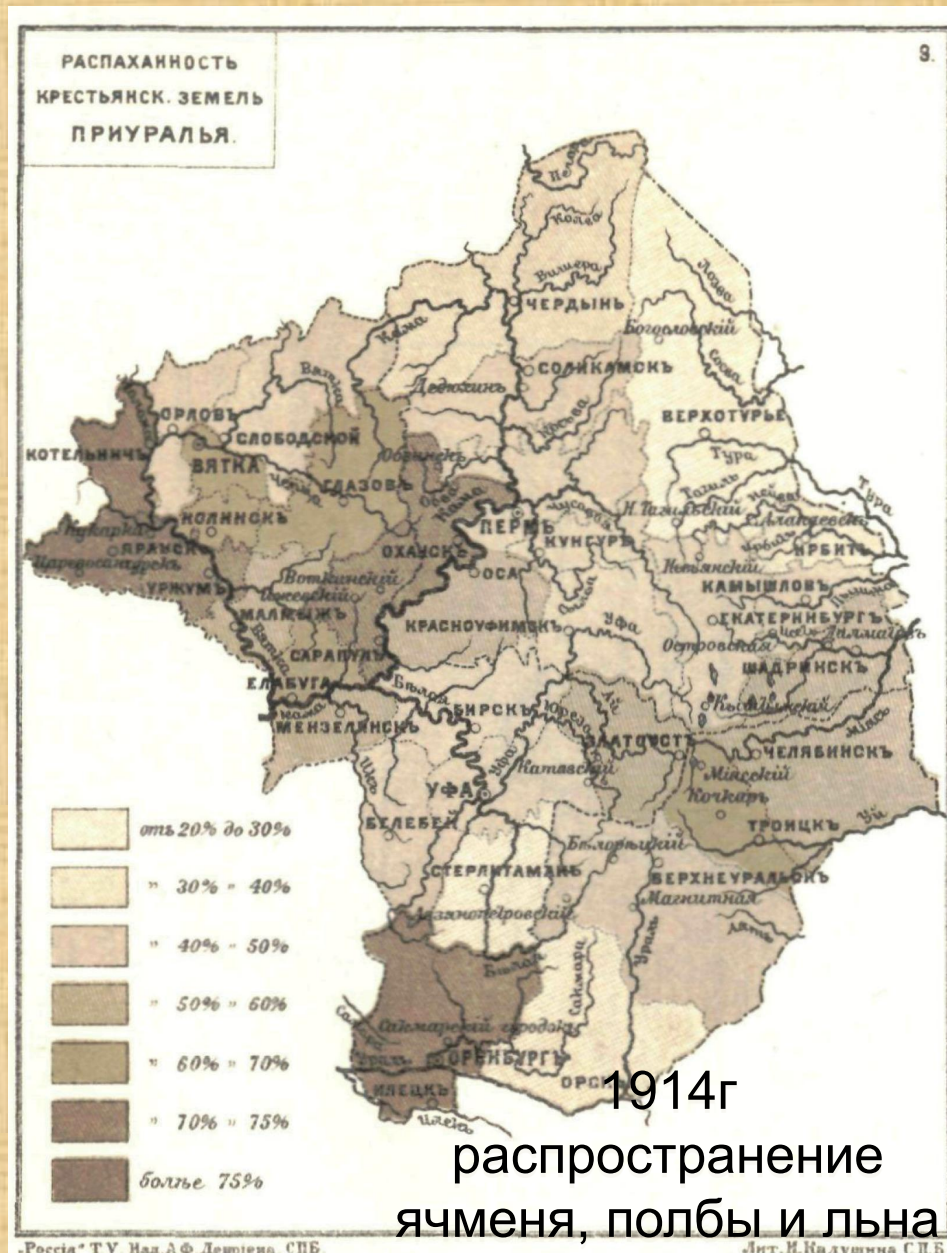
Полба- древняя спутница человека.



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.



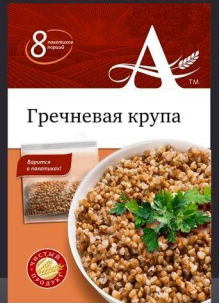
Армянский плов из полбы



Хлеб из полбяной муки

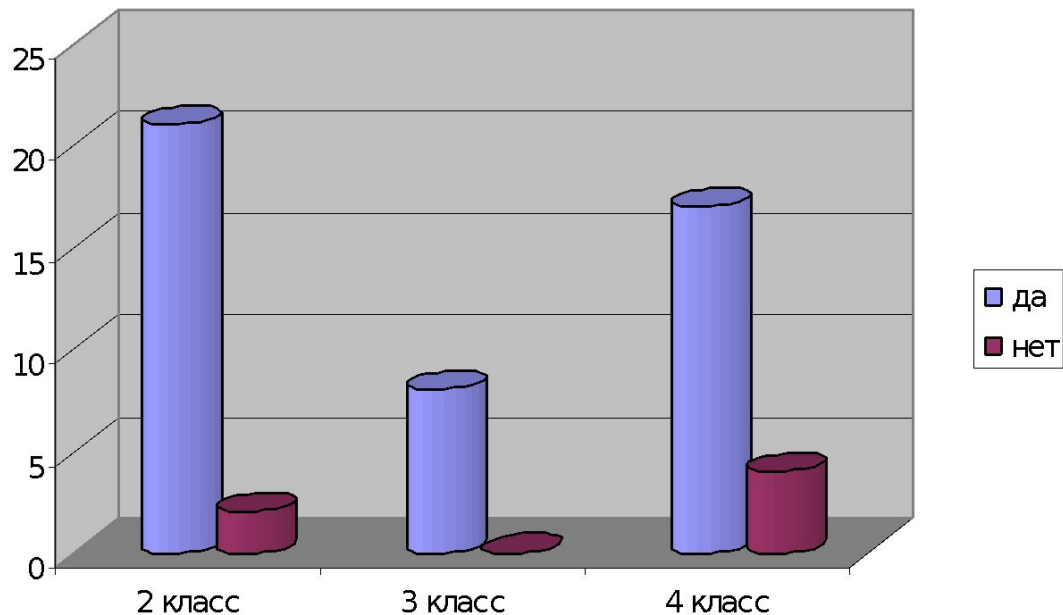
Мои исследования

Изучив ассортимент в магазине
можем видеть, что полба отс

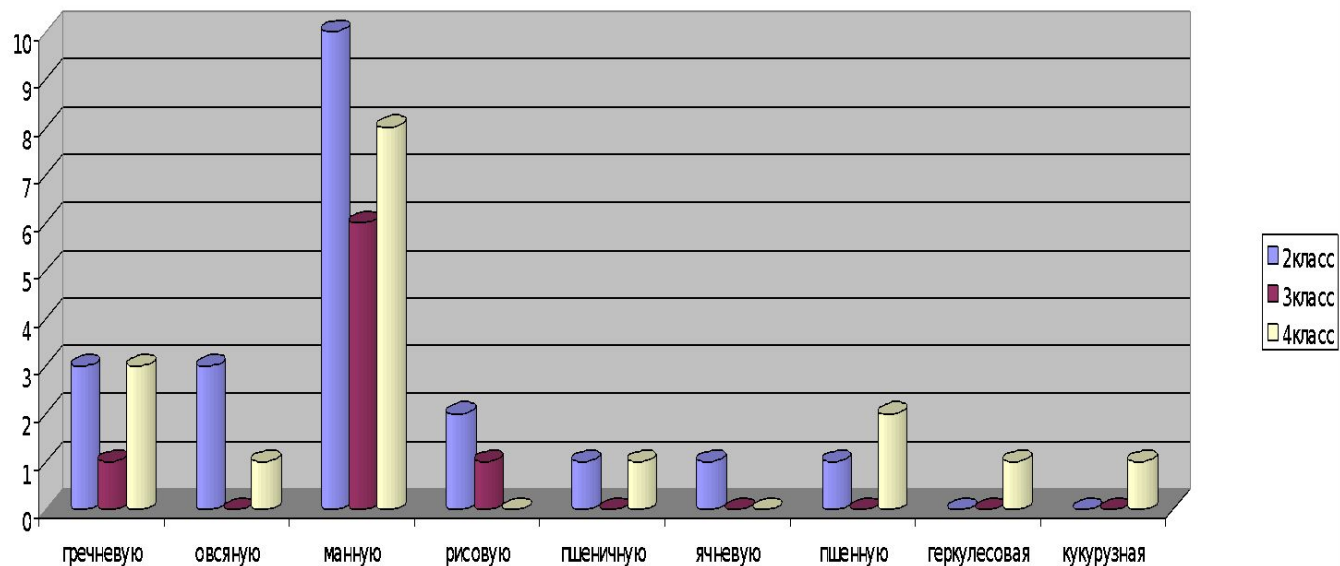


Анкетирование

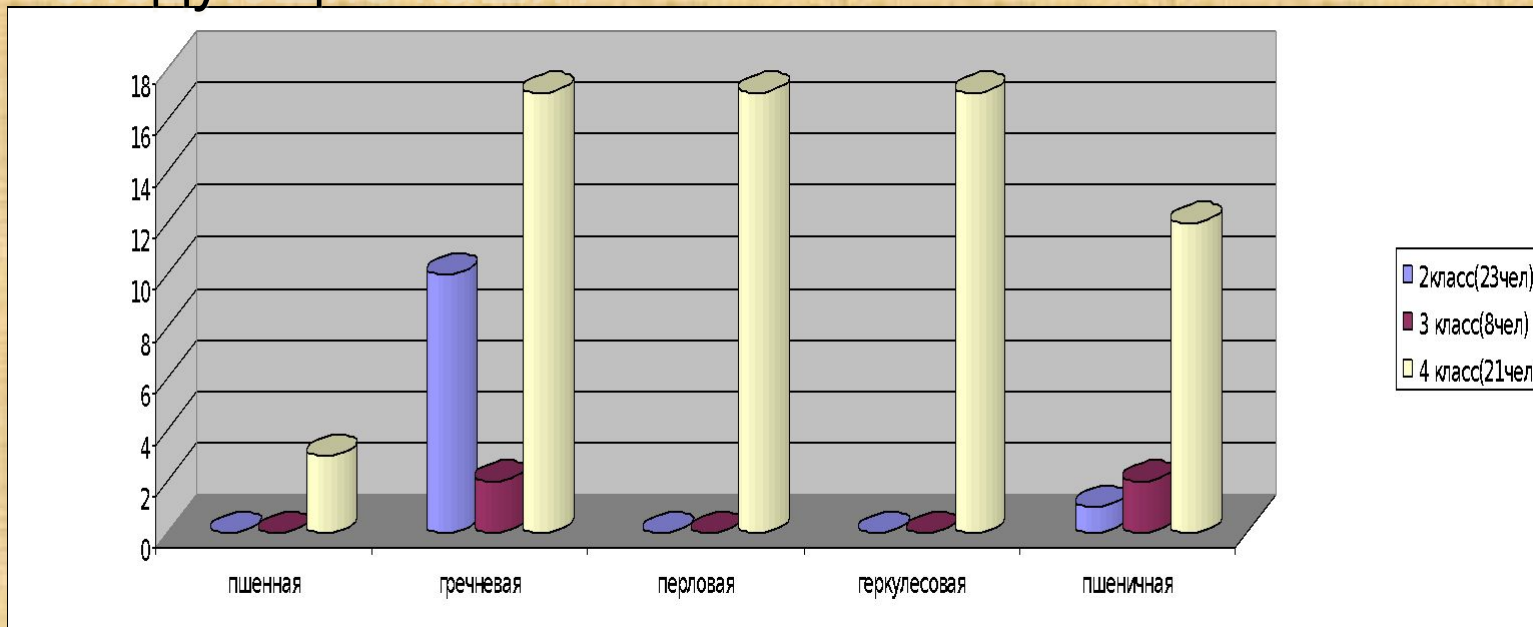
Любишь ли ты каши?



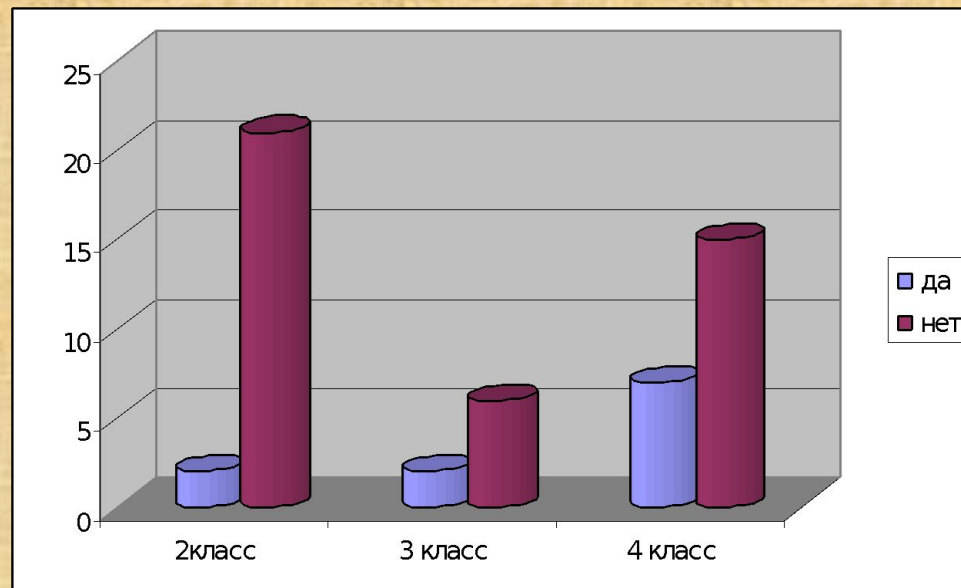
Какие каши ты любишь?



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.