

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя школа №5 г. Лысково

Исследовательский проект

Хлеб-кормилец

Номинация «Планета знаний – магия вкуса»



Выполнила ученица 3 «Г» класса
школы №5 г.ЛЫСКОВО
Солина Ксения
Руководитель: Порозова Е. М.

г. ЛЫСКОВО
2019 г.

Вам и расскажут, и в книгах прочтёте:
Хлеб наш насущный всегда был в почёте.
Низкий поклон мастерам урожаев,
Тем, кто зерно в закромах умножает,
И хлебопекам-умельцам искусным,
Всем, кто нас радует хлебушком вкусным.





Цель проекта: *выяснить:*

- *какой хлеб вкуснее- купленный в магазине или домашний,*
- *сравнить сроки его хранения.*

Задачи проекта:

- ❖ изучить историю возникновения хлеба
- ❖ узнать информацию о дрожжах
- ❖ узнать информацию о домашней закваске
- ❖ испечь самому хлеб на домашней закваске

Предмет исследования:

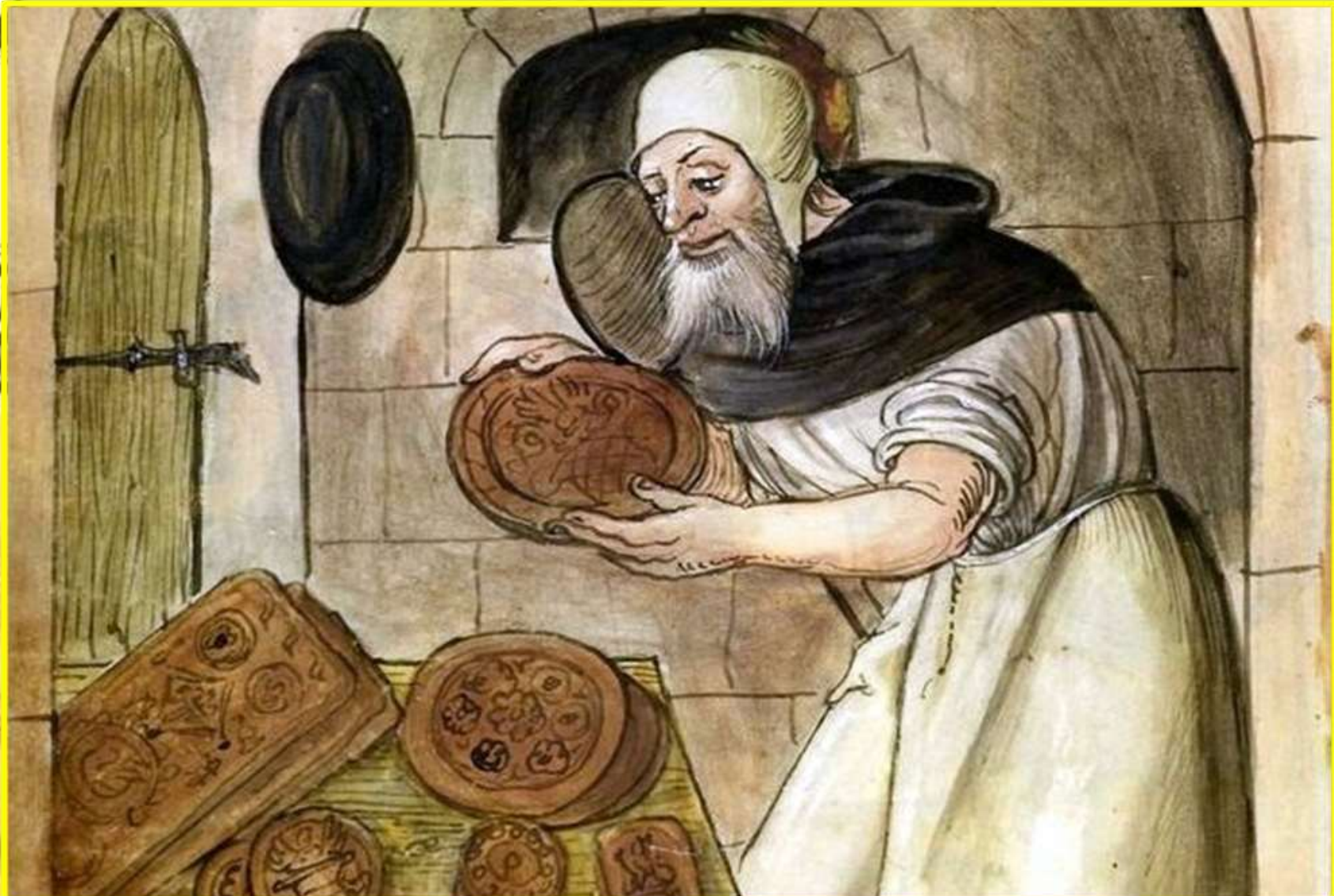
Хлеб, купленный в магазине, и хлеб, испеченный дома.



Методы исследования:

- 1) изучение литературы;
- 2) эксперимент;
- 3) социологический опрос.









www.lyskovo.info



Лысковский
ХЛЕБ

История завода начинается
с 1 октября 1938 года



Способы приготовления теста:

на закваске



на дрожжах



«Болезнь» хлеба



Состав хлеба

- *Мука* – главная составляющая часть хлеба.
- В качестве жидкости для приготовления теста обычно выступает *вода*, но может использоваться и *молоко*.
- *Закваска*.



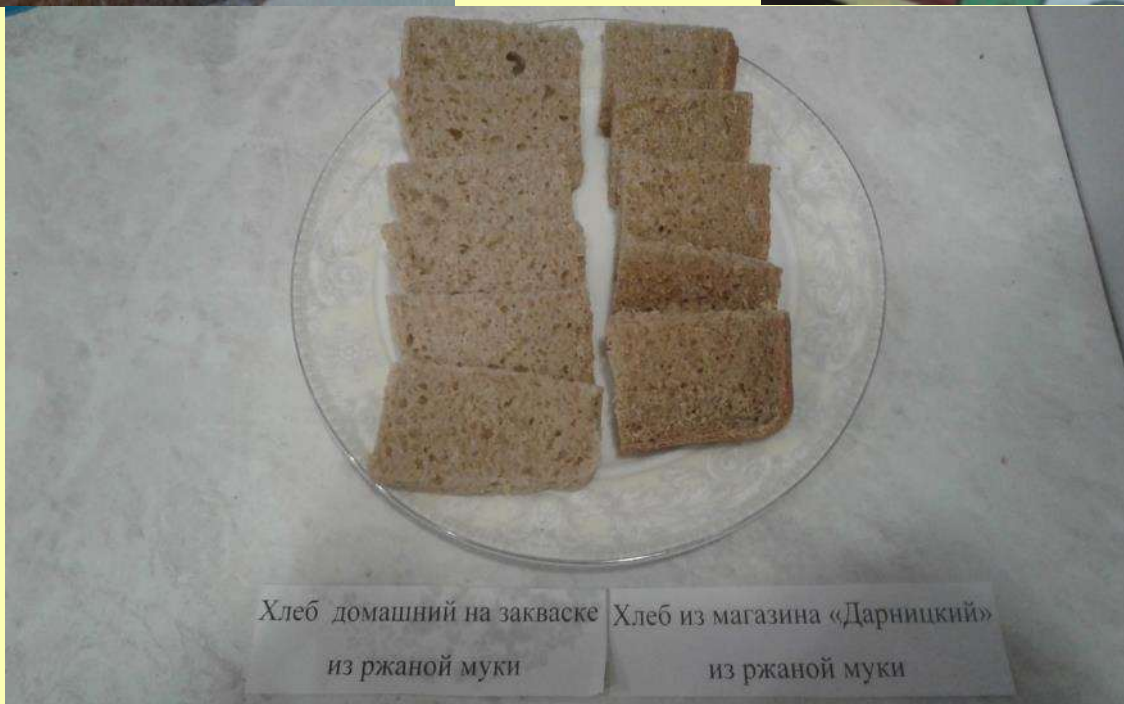
Рецепт приготовления хлеба

- Мука ржаная 1,5 стакана
- Мука пшеничная 2,5 стакана
- Соль 0,5 ч. л.
- Закваска 0,5 стакана
- Вода 2 стакана





Дегустация и опрос

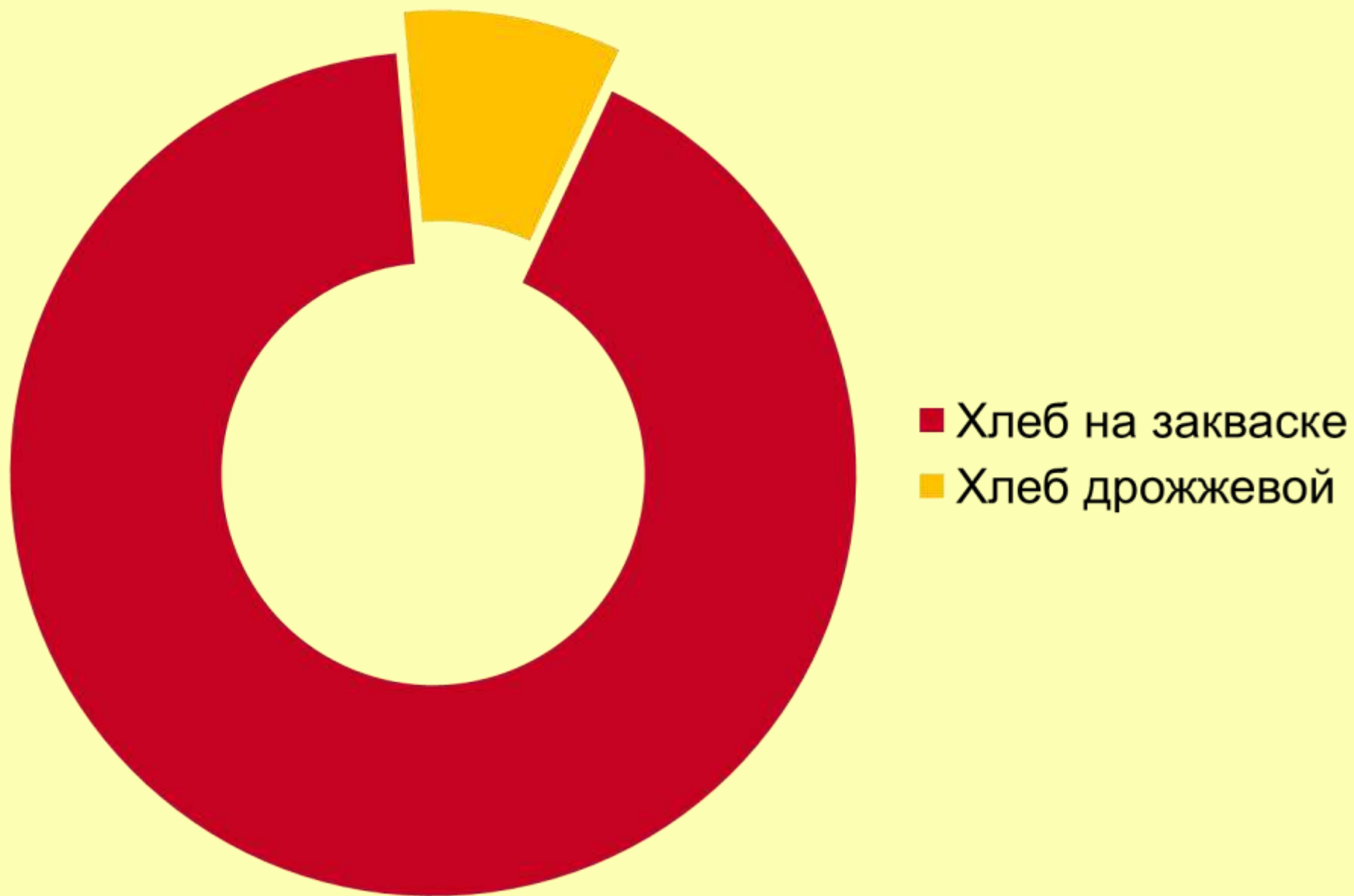


Хлеб домашний на закваске
из ржаной муки

Хлеб из магазина «Дарницкий»
из ржаной муки



Результат дегустации хлеба



Сроки хранения хлеба

магазинный

3 день



домашний

6 день



В результате сравнения дрожжевого хлеба из магазина и испеченного дома на закваске я заметила:

домашний хлеб менее крошится, вкуснее, на нем долго не развиваются бактерии, способствующие его заплесневению. Хлеб на живой закваске положительно влияет на процессы пищеварения в организме. Он легко ложится на желудок, приятно насыщает. Обладает ярко выраженным вкусом и ароматом. Значит, хлеб на закваске полезнее дрожжевого хлеба.

А вкус его ничем не уступает магазинному!

Я довольна результатами своей исследовательской деятельности.

Польза хлеба

Зёрна пшеницы, ржи и других злаков богаты углеводами, минералами и витаминами, которые долго сохраняют свою активность. Ржаной и пшеничный хлеб обеспечивает около 20% потребности человека в белках и 30-40% - в углеводах. Витамины группы В, содержащиеся в хлебе, участвуют в работе нервной системы и процессах тканевого дыхания. Недостаток витаминов В может привести к ухудшению зрения, старению кожи и замедлению роста у детей. Витамин Е отвечает за здоровье кожи, ногтей и волос. Никотиновая кислота (витамин РР) регулирует окислительные процессы в организме, а её недостаток приводит к быстрой утомляемости. Триптофан, содержащийся в хлебе, стимулирует выработку серотонина – гормона хорошего настроения. Соли кальция, калия, железа, фосфора и других микроэлементов необходимы для развития костей и мышц и поддержания организма в тонусе. Наиболее ценным считается цельнозерновой хлеб, хлеб из муки грубого помола и с высоким содержанием отрубей, так как витамины содержатся в основном в оболочках и зародышах зёрен. Польза хлеба

**Спасибо
за внимание!**

