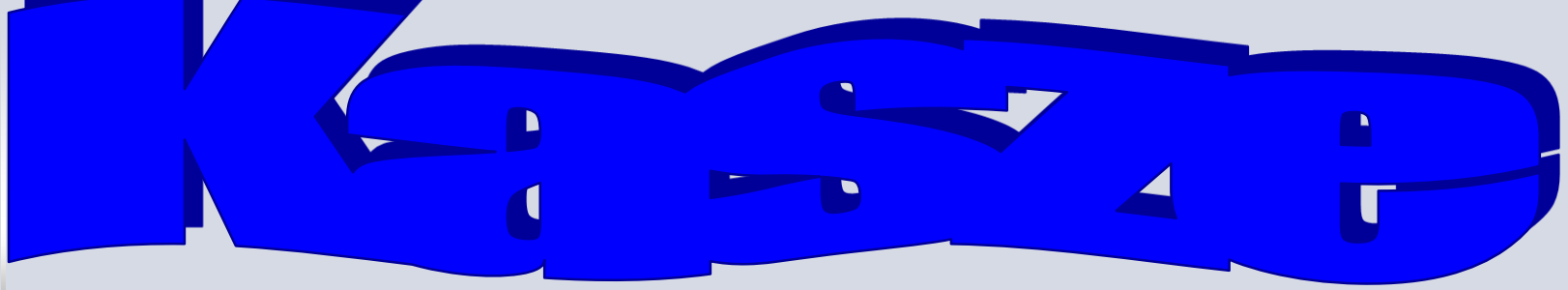


Temat: Charakterystyka zbóż – cd.

1. Zapoznaj się z prezentacją i tematem z podręcznika
2. W zeszycie zrób notatkę
3. Wiadomości zawarte w notatce są do nauczzenia – bardzo ważne wiadomości w slajdach zaznaczonych na czerwono
4. Zdjęcie z notatką w zeszycie proszę przesłać na adres atolwinska@op.pl (zdjęcie proszę robić tak, żeby 1 zdjęcie zawierało 2 strony zeszytu)
5. Na pracę czekam do 8 maja (piątek)

Kasza

- To produkty otrzymywane ze specjalnego przerobu ziarna zbóż.



ETAPY PRODUKCJI

- Obróbka wstępna
- Obłuskiwanie
- Sortowanie
- Obtaczanie
- Rozdrabnianie
- Polerowanie

Kasze

RODZAJE KASZ

- jęczmień
 - pęczak,
 - kasza mazurska (perłowa),
 - kasza wiejska (łamana)
- pszenica
 - kasza manna,
 - kuskus,
- proso
 - kasza jaglana
- gryka
 - kasza krakowska (łamana, drobna)

Pęczak

jęczmień



Kasza mazurska jęczmień



Kasza wiejska

jęczmień



Kasza manna

pszenica



Kasza kuskus

pszenica



Kasza jaglana

proso



pelki.pl

Kasza krakowska

gryka



Kasza gryczana

gryka



Kasza

PODZIAŁ RYŻU

- ze względu na kształt
 - Długoziarnisty, średnioziarnisty, krótkoziarnisty
- ze względu na stopień oczyszczenia
 - brązowy – usunięta tylko łuska
 - parboiled – poddany procesowi nawilżania pod ciśnieniem, w wyniku którego witaminy i składniki mineralne przenikają z okrywy do środka
 - biały

Kasza

- **Ryż krótkoziarnisty** – charakteryzuje się prawie okrągłymi ziarenkami o długości około 5 mm. Ryż ten bardzo łatwo wchłania wodę, ziarna po ugotowaniu są miękkie, tracą swój kształt i sklejają się. Cechy tego ryżu wykorzystywane są w takich potrawach jak: sushi, risotto, czy paelii. Bardzo popularny ryż w Azji.
- **Ryż średnioziarnisty** – długość ziaren wynosi około 6 mm. Sprawdza się do deserów i risotto.
- **Ryż długoziarnisty** – ziarna tego ryżu są podłużne, mają ponad 7 mm długości, zawierają mniej skrobi, są zatem bardziej sypkie niż ryż krótkoziarnisty. Po ugotowaniu ryż ten nie skleja się. Idealny do zup i sałatek.



Kasza

- **Czerwony** - to odmiana chińskiego ryżu, która powstaje w wyniku fermentacji nasion ryżu przez niektóre szczepy leczniczych drożdży. Badania wskazują na działanie przeciwnowotworowe i redukcję ryzyka chorób serca.
- **Czarny** - ma łagodny, orzechowy smak. Uprawiany jest najczęściej w Indonezji i Tajlandii. Nazywany był „zakazanym ryżem”, ponieważ początkowo w Chinach był on przeznaczony tylko dla cesarza i nikomu innemu nie wolno było go jeść. Ma 18 aminokwasów, żelazo, cynk, miedź, karoten oraz kilka ważnych witamin. Ma więcej błonnika i witaminy E niż ziarno ryżu białego.

Kasza

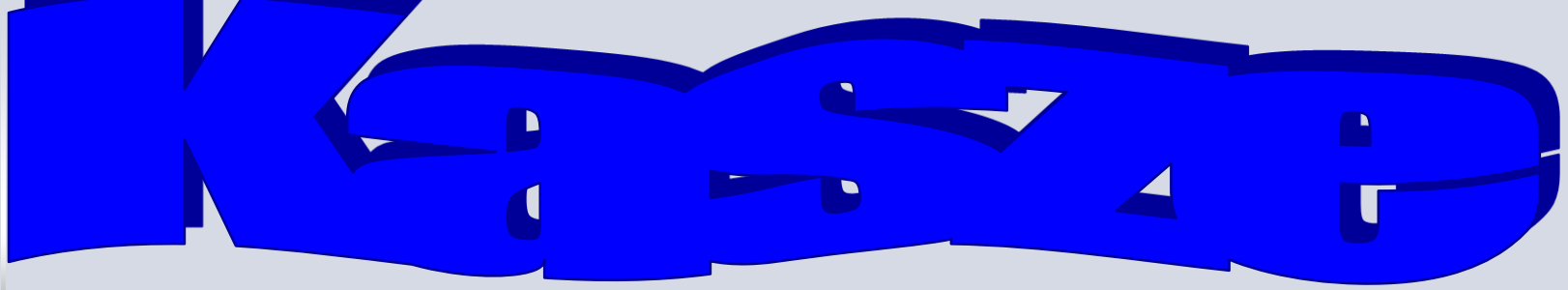
- **Brązowy (naturalny)** jest najmniej przetworzony, ziarenka są pokryte łuską. Dzięki temu zachowuje więcej witamin, składników mineralnych i błonnika niż ryż biały. Ma lekko brązowy kolor i orzechowy smak.
- **Biały (polerowany)** – bez łusek, szlifowany, lekko słodkawy i delikatniejszy w smaku od brązowego.
- **Parboiled** – to ryż preparowany termicznie. Przed młóceniem ziarna nawilża się parą wodną pod wysokim ciśnieniem, dzięki czemu wszystkie cenne składniki odżywcze z łuski przenikają do środka. Ma podobne właściwości odżywcze jak ryż brązowy, ziarenka twardsze niż biały, za to po ugotowaniu się nie klei.

Kasza

Basmati – ze względu na śnieżnobiałe, delikatne, smukłe ziarna i wyrazisty orzechowy aromat (basmati znaczy pachnący) nosi miano „księcia ryżu”. Rośnie w Indiach i Pakistanie u podnóża Himalajów. Podczas gotowania ziarna pęcznieją tylko wzdłuż, robią się niezwykle długie, cienkie i sypkie. Niezastąpiony do potraw hinduskich – pilawu, ryb, drobiu, mięsa.

• **Jaśminowy** jest specjalną odmianą najwyższej jakości ryżu długoziarnistego pochodzącego ze wzgórz Tajlandii. Ma śnieżnobiały kolor i delikatny jaśminowy aromat. Dawniej był uprawiany specjalnie na królewskie stoły, dziś stanowi podstawę kuchni tajskiej. Idealny do potraw mięsnych, warzywnych i dań z ryżem na słodko.

• **Dziki ryż** zwany owsem wodnym jest gatunkiem trawy rosnącej w Ameryce Północnej. Ma długie ciemne ziarna przypominające ryż, orzechowy smak i aromat, ale nie jest spokrewniony z ryżem. Dobry do drobiu, ryb, dziczyzny, sałatek. Świetnie komponuje się z innymi gatunkami ryżu, często sprzedawany w mieszankach.



WARTOŚĆ ODŻYWCZA

Zależy od rodzaju kasz

Kasze gruboziarniste mają większą wartość odżywczą

Kasze z owsa zawierają błonnik o wyższej wartości żywieniowej /zawierają frakcje rozpuszczalne w wodzie przez co łatwiej absorbują cholesterol/

Kasze

PRZECHOWYWANIE

- Temperatura 15°C
- Wilgotność 60%
- Czas
 - Kasza manna – 5 miesięcy
 - Kasza jęczmienna – 9-10 miesięcy
 - Kasza gryczana – 10 miesięcy
 - Płatki owsiane – 4-6 miesięcy

- Zakończyliśmy zboża
- We wtorek 12 maja napiszemy sprawdzian ze zbóŹ
- Szczegóły za tydzień