



Nombre del alumno: Albores Alfaro Francisco Eduardo

Nombre de la profesora: Cervantes Monroy luz Elena

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Biotecnología De Los Alimentos

Grado: 3°

Grupo: NUTRICIÓN

Frutas y hortalizas

En los últimos años, se han desarrollado técnicas de conservación de frutas y hortalizas que permiten prolongar su vida de anaquel, manteniendo sus características físicas, químicas y nutricionales lo más parecidas al estado fresco, ya que actualmente, los consumidores están más interesados en ese tipo de productos que en los altamente procesados o adicionados con conservadores. Los alimentos salados fermentados es cuando los alimentos pasan por una serie de procesos en cual intervienen microorganismos y bacterias aptas para el consumo humano y que aparte de ser un método de conservación muy práctico también es muy eficaz y económico, de igual forma algunos tipos de fermentación son fermentación láctica y fermentación alcohólica.

Por lo que se refiere a la producción de mermeladas, jaleas, almíbares, zumos y néctares son otros tipos de conservación de los alimentos, en donde las mermeladas son los métodos más usados y consiste en mezclar del azúcar de la fruta y el azúcar agregada con la pectina presente o adicionada, para formar un gel, que le otorga al producto una naturaleza especial, las jaleas se basan en la cocción de zumos de frutas clarificados y azúcares hasta conseguir una consistencia de gel y se tiene que tomar en cuenta ciertas características para elaborarlas como cocción y la adición de azúcar, en los almibares que es uno de los más conocidos igual, no es nada más que la mezcla de agua y azúcar en presencia de un medio ácido y caliente para favorecer que se haga la solución a la que también se le conoce como jarabe, en el caso de los zumos se clasifica en zumo no procedente de concentrado que consiste en que el zumo se conserve lo mayor posible sus vitaminas y nutrientes para luego ser pasteurizado para mayor conservación, la otra clasificación es zumo procedente de concentrado que es aún más elaborado en donde el zumo puede calentarse para que el agua se evapore, o ser sometido a un proceso de ultrafiltración para después proceder a concentrar el zumo empleando la técnica de ósmosis inversa y el néctar es una mezcla líquida de pulpa de fruta natural o concentrada, azúcar y agua para una fórmula que, en donde se obtiene un producto de 15 °Brix, aproximadamente .

Simultáneamente la tecnología de los cereales comienza desde a producción, recolección y almacenamiento de materias primas y continúa con los procesos de elaboración, envasado, distribución, venta y preparación en el hogar por el consumidor hasta su ingesta, y en cada una de las fases tiene ciertas características para obtenerlos.

Está conserva de los alimentos y no permite que el bacterias nocivas se desarrollen, dentro la biotecnología se encuentran en el proceso de fermentación que incluye la mejora por cruza sexuales de diferentes variedades de plantas y animales en el paso de los cultivos crecen en primavera y recogían en verano y el otoño guardaba algunos por medio de la fermentación lactato para tener alimento todo el año y más en tiempos de escases la fermentación aumenta ampliamente a la conservación de los alimentos, se eliminan consumir alimentos

fermentados son múltiples habiendo algunas con ese beneficio que otras destacan los productos lácteos como. El yogur y el queso que contienen importantes beneficios nutricionales que crecen por la fermentación el vino es una bebida alcohólica es de las más sanas que existen al igual que la cerveza el café, el chocolate y otros cereales fermentados como cervezas y embutidos en este proceso aumenta los nutrientes de los alimentos estos alimentos contienen enzimas y vitaminas y minerales y fácil facilitan la alcalinidad de la sangre la tercera parte de la dieta mundial lo forman los productos fermentados existen diferentes procesos de fermentación y se enumeran de acuerdo el nombre de los productos final obtenidos por ejemplo, la fermentación láctica se originan en bacterias lácticas también en algunos protozoos y en él en el músculo esquelético la fermentación alcohólica se realizan en levaduras se obtiene alcohol etílico o etanol y óxido de carbono del lugar diferente de bebidas alcohólicas como la cerveza vino sidra, los productos fermentados dan muchos beneficios.

Como por ejemplo la leche que al pasar por este proceso hace más digestiva las enzimas se destruyen en la pasteurización pueden regenerar lo que permite digerir la lactosa algunos algunas propiedades de los productos fermentados son mejora de la digestión al hacerlo más rápido y natural por ejemplo cuando son intolerantes a la lactosa pueden consumir yogur quedan los beneficios de la lactosa en nuestro cuerpo las bacterias contienen nuestro cuerpo nos ayudan a apoyar a los sistemas por ejemplo del óseo, cular el digestivo el reproductor y por esta razón el buen consumo de los productos fermentados los alimentos que se fermentan genera una nueva gama de nutrientes compuestos y sustancias buenas para el cuerpo y el paso de los diversos cambios químicos naturales refuerzan las vitaminas minerales y antioxidantes o oligoelementos que necesita nuestro cuerpo también genera las moléculas ofrecen más beneficios a nuestro cuerpo son ideales para reforzar nuestro sistema inmune los fermentados se realizaban el agua y sal con hierbas y especies dejándolo a temperatura ambiente durante varios días dejando los envases cerrados herméticamente quedando almacenada en lugares oscuros por varios meses estos productos contienen probióticos es ideal para la flora intestinal hoy y existen instrumentos específicos de cultivos que contienen microflora sana y levaduras.

Que proporcionan una base rica de nutrientes para la fermentación sin necesidad de sal los alimentos fermentados ya no están tan presentes en nuestra dieta los encurtidos y chucrut moderno se hacen con vinagre y no con el método con el método tradicional de lacto fermentación con sal frutos secos que aportan energía en nuestro cuerpo y su principal nutriente son lípidos las proteínas y los minerales según el fruto de aportan buenas cantidades de vitaminas sobre todo el grupo B y de hidratos de carbono en el caso de las frutas destacadas las características generales de todos los frutos secos su composición, en general tiene menos del 50% de agua y se distinguen en dos grandes grupos los de cáscara dura como las almendras avellanas, nueces, y pistaches. Los blandos que provienen de frutas destacadas como las uvas, pasas ciruelas ciruelas, antiguamente se conservaban para los de secarlos y consumirlos después cuando ya no hay frutas secas y los frutos de cáscara dura son ricos en lípidos

como los ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados que ayudan a regular colesterol y favorecen la circulación sanguínea y también contienen las proteínas que no es igual del contenido de la carne calcio un elemento importante.

Ya que provienen los osteoporosis y refuerza el esqueleto cuando no se consume los productos lácteos se pueden sustituir por frutos secos por ejemplo las almendras tienen un gran contenido de calcio la fibra evita el estreñimiento y regula el tránsito intestinal vitaminas muy presentes las del grupo B son importantes para muchas funciones unas de ellas estabilizar el sistema nervioso las vitaminas y aportes antioxidantes minerales regulan el proceso metabólico los más importantes son fósforo potasio cobre hierro y selenio los frutos secos que no llevan cáscara son ricos en hidratos de carbonos los frutos se sacados concentran todos los sus azúcares en la pulpa en la piel ejemplo como higos táctiles las ciruelas y los orejones minerales de los relevantes tenemos al fósforo es necesario para el cerebro los refuerzos intelectuales y la actividad neuronal mermeladas es un producto elaborado a base de frutas azúcar fundamento fundamentales en algunos casos recomendable ajustar el pH de la mezcla agregada algún al edificante como el ácido cítrico en ocasiones puede dar agregar pectina a la mezcla para lograr un gel adecuado este Gen se forma cuando la mezcla alcanza los 65 grados brix o 65%.

Bibliografía:

UDS. (2020). Tecnología de Frutas y Hortalizas. Antología de Biotecnología de los Alimentos, 70 - 84