

# Agua y carbohidratos

## CONTENIDO DE AGUA Y SU IMPORTANCIA EN LOS ALIMENTOS:



EL AGUA NO SOLO ES UN BIEN NECESARIO PARA LA PRODUCCIÓN ALIMENTARIA. TAMBIÉN ES UN FACTOR DETERMINANTE PARA LA CONSERVACIÓN Y SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS.

---

## CARBOHIDRATOS

LOS CARBOHIDRATOS SON LA PRINCIPAL FUENTE DE ENERGÍA DEL CUERPO. EXISTEN DOS TIPOS PRINCIPALES DE CARBOHIDRATOS: LOS AZÚCARES (COMO LOS QUE ESTÁN EN LA LECHE, LAS FRUTAS, EL AZÚCAR DE MESA Y LOS CAMELOS) Y LOS ALMIDONES, QUE SE ENCUENTRAN EN LOS CEREALES, LOS PANES, LAS GALLETAS Y LAS PASTAS

---

## PROPIEDADES DEL CARBOHIDRATOS

SUS PROPIEDADES SON: SER INSOLUBLES EN EL AGUA, Y SI SE CALIENTA A MÁS DE 70 GRADOS FORMA UN GEL LLAMADO COMÚNMENTE ENGRUDO. CAMBIA DE SABOR CON EL CALOR, ESTA PROPIEDAD SIRVE EN COCINA PARA DAR SABOR A LAS SALSAS Y EN LA COCCIÓN EN EL HORNO PARA LA REPOSTERÍA.

## OBTENCION DE CARBOHIDRATOS

OBTENCIÓN DE CARBOHIDRATOS SE ENCUENTRAN LAS FRUTAS, MIEL, LECHE, CAÑA DE AZÚCAR, BETABEL, GRANOS DE CEREALES, RAÍCES COMESTIBLES, ENTRE OTROS. EXISTE UN GRAN NÚMERO DE CARBOHIDRATOS; LOS MÁS CONOCIDOS SON LA GLUCOSA, FRUCTOSA, SACAROSA, LACTOSA, ALMIDÓN Y CELULOSA.

## PROPIEDADES FUNCIONALES DE LOS CARBOHIDRATOS

LOS CARBOHIDRATOS PUEDEN DESEMPEÑAR FUNCIONES EN EL ORGANISMO EN TÉRMINOS DE DIGESTIBILIDAD, VALOR CALÓRICO, RESPUESTA GLICÉMICA O INFLUIR EN EL USO DE ALMACENAMIENTO DE GRASA O GLUCÓGENO.