

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.