

Власова Елена Александровна
Воспитатель
МАДОУ д\с «Алёнушка»
г. Жуковка

Мороженое

Мороженое – очень древнее лакомство. О нем говорят очень много, особенно летом. В честь него организовываются конкурсы и праздники. Его любят и взрослые и дети. Его называют зимней сказкой, молочной радостью, охлажденным счастьем, ведь для счастья его действительно нужно совсем немного – один стаканчик.

Трудно представить свои дни без холодной сладости уникального десерта – **мороженого**. Ванильное и шоколадное, с джемом и изюмом, в вафельном стаканчике и на палочке – разнообразие вкусов и форм только манит. Никакой ребенок не может пройти спокойно мимо магазина с мороженым. Мы любим мороженое, но очень часто мало о нем знаем – почему эскимо называют эскимо, и чем отличается пломбир от других видов мороженого. На данный момент производители мороженого предлагают такой огромный выбор продукции, что даже самый заядлый сладкоежка может потеряться. Какое же мороженое выбрать рядовому потребителю? Какое мороженое самое полезное и полезно ли оно вообще? Можно ли детям давать мороженое? И тогда мы решили узнать правда ли это, что мороженое приносит вред или пользу организму? Постараемся разобраться и ответить на эти вопросы.

Всем всегда хотелось узнать про то, что такое мороженое, историю и виды мороженого. Познакомиться с правилами употребления мороженого. Конечно не каждый знает о том, что от чрезмерного употребление мороженого могут возникнуть головные боли, можно заболеть ангиной. А еще , что мороженое не только вредно, но и полезно. В мороженом содержится кальций, который полезен для роста костей и зубов. А также содержатся витамины А и В. Вы знали, что мороженое - это охлажденная взбитая эмульсия из смеси молока, что мороженое из Европы завез в Россию Марко Поло. За разглашение про то, как готовят мороженое, раньше казнили людей, но вскоре про рецепт приготовления узнала вся страна. Мороженое – это охлажденная взбитая эмульсия из смеси молока, возможно – сливок, сахара, иногда – яиц, часто – фруктовых соков, различных фруктов или овощей (в Японии – даже из рыбы и морепродуктов) плюс ароматизаторы и различные добавки типа орехов или кусочков карамели. Мороженое – это не только десерт, как многие считают, а полноценный продукт питания, объясняет ведущий научный сотрудник отдела экспертизы пищевых продуктов Института экогигиены и токсикологии им. Л. И. Медведя Т. В. Воробьева. – Оно содержит молоко, легкоусвояемые жиры, молочный белок, витамины, кальций, а мороженое с фруктовыми наполнителями – еще и пектины.

В зависимости от способа производства мороженое бывает закаленным, мягким и домашним. Мягкое, температурой 5–7° С, делают в ресторанах и кафе на специальном оборудовании. Есть его нужно сразу, впрок такие десерты не заготавливают. По виду оно напоминает крем. Закаленное мороженое – промышленное. Оно делится на несколько групп – по типу основного продукта и наполнителя и по расфасовке. Основные представители «молочной» группы – молочное, сливочное и пломбир – отличаются друг от друга своей жирностью. Другие группы – плодово-ягодное или фруктовое и ароматическое. Есть еще и так называемые любительские, или домашние, виды – на молочной основе, фруктовое, молочно-фруктовое, многослойное, с яичным белком и даже с кондитерским жиром.

Самое жирное мороженое – пломбир, его жирность в среднем 12–15%. Оно названо в честь французского города Пломбьер, где якобы его изобрели. Якобы – потому что во Франции пломбир делают из английского миндального крема с добавлением взбитых сливок и засахаренных фруктов, настоянных на вишневой водке. У нас, конечно, пломбир попроще, но все равно – самое жирное и калорийное мороженое. Далее – сливочное, с содержанием жира 8–10%. Потом – молочное, в котором жира еще меньше, всего 2,8–3,5%. В плодово-ягодном мороженом и фруктовом льде молочных жиров нет, ведь их делают из свежих и замороженных фруктов и ягод, из пюре, натуральных соков, повидла и джемов.

А еще мы узнали, что давным-давно в богатых домах Китая к столу подавались десерты, отдаленно напоминающие мороженое – богатые китайцы лакомились снегом и льдом, смешанным с кусочками фруктов. Во времена Александра Македонского придумали замораживать в снегу ягоды. Кажется, это так просто, но где взять снег или лед в жарких странах? Ведь о холодильниках тогда и речи не было.

Изобретали мороженое в тех краях, где жара соседствует с холодом. То есть в южных странах, где есть горы. Туда за снегом посылали рабов. А чтобы он не таял, устраивали специальные эстафеты, кто быстрее добежит и больше принесет мороза ко двору императора. Так однажды удалось доставить целый караван верблюдов, груженных горным снегом.

Его хранили в ледяных погребках, поток, стены и пол которых покрывали толстым слоем смеси. В нее входили яичные белки, песок, глина, козья шерсть, зола, известь. Когда эта смесь высыхала, она становилась прочной, не пропускала тепло и воду.

Отношение к мороженому разное, особенно у специалистов по питанию. Кто-то считает, что есть его можно чуть ли не каждый день, а кто-то не рекомендует более двух раз в неделю. Вредно ли мороженое для здоровья или полезно, однозначно сказать нельзя. Скорее всего, верным дет известное утверждение, которое касается практически любого продукта питания – во всём нужна мера.