



ВРЕД И ПОЛЬЗА ЧИПСОВ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Создала презентацию:
Бушина Дарья Романовна

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ:

Цели:

- Выяснить вредны или полезны чипсы на организм человека.

Задачи:

- Узнать историю создания чипсов.
- Изучить состав чипсов.
- Изучить рецепт чипсов в домашних условиях.
- Выяснить вред и пользу чипсов на организм человека.
- Изучить виды чипсов.

ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ЧИПСОВ

Чипсы были изобретены совершенно случайно. В 1853 году американский бизнесмен Корнелиус Вандербильт решил отобедать в ресторане нью-йоркского отеля «Moon Lake House». Он заказал картофель фри, готовить который для важного гостя взялся шеф-повар Джордж Крам. Привередливый миллионер трижды отсылал на кухню официанта с уже готовыми порциями картофеля: по его мнению, корнеплод всякий раз был нарезан недостаточно тонко. И тогда Джордж Крам, не привыкший к тому, что клиенты жалуются на его стряпню, не выдержал и решил проучить капризного гостя. Повар нарезал картофель тончайшими пластинками и обжарил в масле до хрустящей корочки, посыпал солью и подал в зал. Крам был уверен, что клиент устроит скандал, однако новое блюдо очень понравилось Вандербильту, и миллионер стал часто наведываться в ресторан. Вскоре блюдо распробовали другие посетители и чипсы стали фирменным блюдом заведения.

В 1860 году Джордж Крам открыл ресторанный бизнес, где готовили и подавали чипсы, а затем это блюдо стало популярным во всех ресторанах Америки.

ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ЧИПСОВ



ВРЕД И ПОЛЬЗА ЧИПСОВ

Ни о каких полезных свойствах чипсов говорить не приходится, даже сделанных действительно из натурального цельного картофеля, так как в процессе жарки уничтожаются все витамины и полезные компоненты этого овоща, поэтому он теряет какую-либо пищевую ценность для здоровья нашего организма, если говорить о нём в виде чипсов. Можно выделить основные негативные последствия для нашего организма от регулярного употребления чипсов:

Развитие диабета;

Снижение уровня тестостерона и ухудшение репродукции организма;

Нарушение обмена веществ, приводящее к ожирению;

Повышение уровня холестерина в крови, что увеличивает риски образования холестериновых бляшек в сосудах, нарушает кровообращение, ухудшает работу сердца и притупляет мозговую активность;

Провоцирование развития раковых опухолей;

Появление гастрита, язвы и многих других проблем в функционировании желудочно-кишечного тракта.

СОСТАВ ЧИПСОВ

По показателям БЖУ готовые изделия имеют довольно скудную энергетическую ценность (на 100 г):

Белки – 5,5 г;

Жиры – 30,0 г;

Углеводы – 53,0 г.

Калорийность составляет около 520 ккал на 100 г. Пищевая ценность поддерживается наличием нутриентов, среди которых присутствуют витамины: С, Е, К, РР, группы В, а также необходимые минералы:

Макроэлементы (мг/100 г):

Магний – 67;

Калий – 1275;

Натрий – 8;

Фосфор – 165;

Кальций – 24.

ВИДЫ ЧИПСОВ

Картофель хрустящий – клубни тонко нарезаются и обжариваются в небольшом количестве масла с добавлением одной только соли. Изделия наиболее приближены к классическому первоначальному рецепту и практически не включают консервантов

Чипсы и снеки картофельные – изготавливаются из картофеля специализированных сортов с большим количеством крахмала. Они имеют круглую или прямоугольную форму, иногда на них наносится рифление.

Чипсы формованные – делаются в виде пластинок из прессованного картофельного пюре в сочетании с крахмалом из кукурузы или картофеля, муки и вкусовых усилителей. Также их называют картофельными вафлями или несладким печеньем.

LAY'S



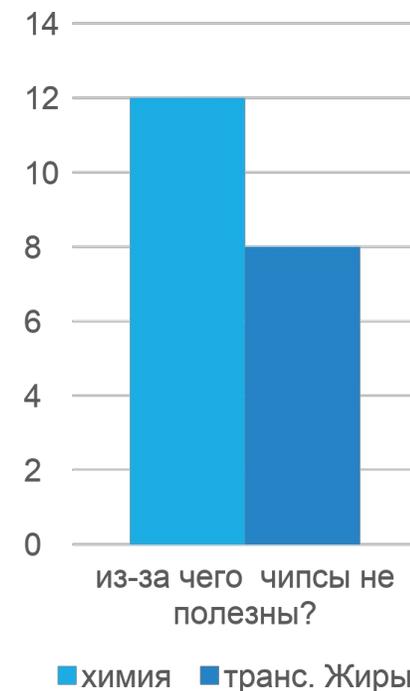
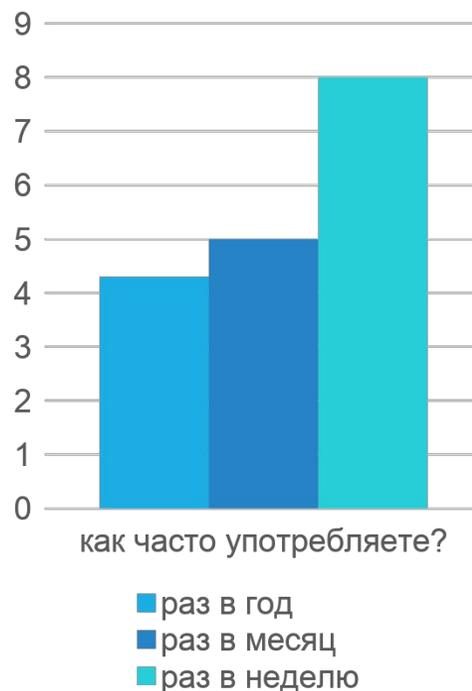
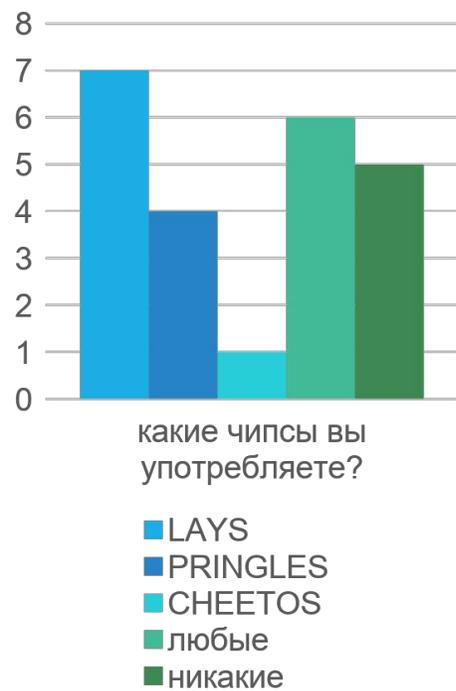
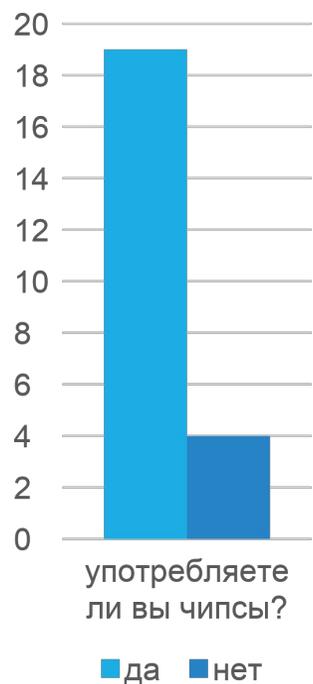
ХРУСТЯЩИЙ КАРТОФЕЛЬ



ПРИНГЛС



АНКЕТИРОВАНИЕ



ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЧИПСОВ В ДОМ. УСЛОВИЯХ



ПРИГОВЛЕНИЕ ЧИПСОВ В ДОМ. УСЛОВИЯХ



РЕЦЕПТ ЧИПСОВ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

1. 250 граммов картофеля чистим, моем и нарезаем пластинками, толщиной 1,5 миллиметра. Вручную это сделать практически невозможно, поэтому воспользуемся шинковкой.
2. Нарезанный картофель кладем в миску и промываем два-три раза холодной водой или промываем холодной проточной водой.
3. Откидываем на дуршлаг, выкладываем на бумажное полотенце и хорошо обсушиваем. Это очень важный момент, картофель нужно хорошо обсушить.
4. В 4 литровую кастрюлю наливаем 1 литр растительного масла, разогреваем до температуры 180-190 градусов Цельсия. Закладываем подготовленный картофель и жарим, время от времени перемешивая, до золотистого цвета.
5. Картофель должен получиться очень хрустящим и слегка зарумяненным.
6. Готовые чипсы выкладываем на бумажное полотенце, чтобы впитался лишний жир, слегка присаливаем и подаем очень вкусные, хрустящие и красивые чипсы к столу.
7. Картофельные чипсы подают к столу как самостоятельную закуску, используют в приготовлении разнообразных салатов и подают к пиву.

ВЫВОД

Таким образом, на основе данного исследования я сделала вывод, что чипсы вредны для человеческого организма. При употреблении чипсов в больших количествах могут развиваться: диабет, ожирение, раковые опухоли и многие другие заболевания. Следовательно, в результате исследования я сделала вывод, что не буду употреблять чипсы в больших количествах.

ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

<https://www.povarenok.ru/recipes/dishes/starter/?searchid=317>

<https://clubhistory.ru/eda/istoriya-chipsov.html>

<https://polzavred-edi.ru/chipsy-polza-i-vred-dlja-zdorovja-organizma/>