

Хлеб насущный

Хлеб – продукт человеческого труда, это символ благополучия и достатка.

Хлеб - всему голова!



- Значение хлеба в жизни человека сложно переоценить. Хлеб помогал выжить во все века, особенно во время войн.



- Хлеб во время войны был самым главным продуктом питания. Он был мерилем жизни. Разным был хлеб: фронтовой, тыловой, блокадный, хлеб акупированных районов, хлеб концлагерей.



- Во время войны происходит переоценка всех ценностей. Хлеб стал дороже золота.



Рецепт блокадного хлеба

- Мука ржаная – 50%
- Целлюлоза – 15 % (20-25% иногда больше)
- Соевая мука, отруби и обойная пыль – 25 %

Состав блокадного хлеба:

- Пищевая целлюлоза – 10 %
- Хлопковый жмых – 10 %
- Обойная пыль – 10 %
- Вытряска из мешков – 2 %
- Кукурузная мука – 3 %
- Ржаная мука – 73 %



- Уже через 26 дней в стране вводятся карточки на продукты питания.



- Тяжёл был хлеб войны. В блокадном Ленинграде от голода погибло почти в 40 раз больше людей, чем от авиабомб и снарядов.



- А какую высокую цену заплатили защитники блокадного Ленинграда, когда доставляли хлеб через Ладогу осаждённому, умирающему, но не сдающемуся городу.



- Блокадный хлеб состоял из 10–12% — это мука ржаная обойная, остальное – жмых, сметки муки с оборудования и пола, выбойка из мешков, пищевая целлюлоза, хвоя. Ровно 125 г – дневная норма святого черного блокадного хлеба.



- Хлеб – гениальное изобретение человечества
- Как свидетельствуют археологические находки хлеб стали выпекать в колыбели цивилизации – долине между Тигром и Евфратом – пять тысяч лет назад.



- Хлеб – это самая древняя еда человека. Возможно, именно необходимость выращивать злаки заставили человека перейти к осёдлой жизни.

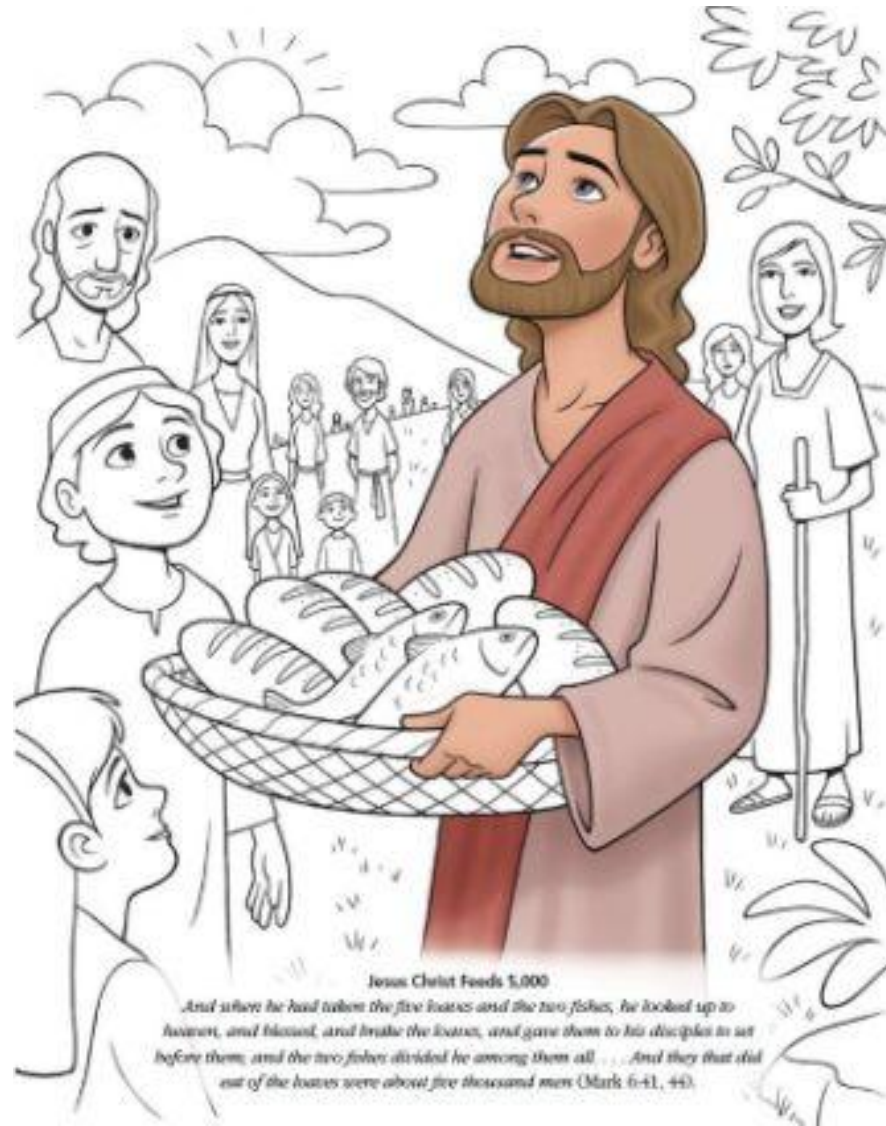


Не напрасно народ
С давних пор и поныне
Хлеб насущный зовёт
Самой первой святыней.
Золотые слова
Забывать мы не вправе:
"Хлеб всему голова" –
В поле, в доме, в дереве!

- Приготовив первую лепёшку, наш предок, совершил акт творения. Приготовление теста и выпечка хлеба – процессы духовно и физически очищающие всякого, кто к ним причастен. В народе говорят «Когда хлеб пекут – бесы бегут».



- Изначально хлебопёки приравнивались к жрецам или шаманам. Позже когда появились монастыри, хлеб стали выпекать монахи.



Jesus Christ Feeds 5,000

And when he had taken the five loaves and the two fishes, he looked up to heaven, and blessed, and brake the loaves, and gave them to his disciples to set before them; and the two fishes divided he among them all . . . And they that did eat of the loaves were about five thousand men (Mark 6:41, 44).

- У хлебопёка должны быть сильные руки и отличное настроение, поскольку от его душевного состояния зависит качество хлеба.



- В каждой стране или даже области существуют уникальные рецепты и традиции связанные с хлебом и выпечкой.



Толкование понятия

Хлеб - это пищевой продукт, выпекаемый из муки разных сортов.

В этимологическом словаре указано, что слово **«хлеб»** образовано от слова **«жити»** (жить) при помощи суффикса - то.

На Руси хлеб называли **жито**.



О пользе хлеба

1. Хлеб - источник белков, углеводов и витаминов. Он даёт энергию для нашего тела и мозга.
2. В нём содержится клетчатка. Он играет важную роль в предотвращении таких заболеваний, как ожирение, диабет.
3. Видов хлеба много, выпекая его сами мы можем выбрать тот рецепт, который нам по душе.



- Витамин В, содержащийся в хлебе, участвуют в работе нервной системы. Недостаток витамина может привести к ухудшению зрения, старению кожи, замедлению роста у детей.



- Витамин Е отвечает за здоровье кожи, ногтей и волос.
- Соли кальция, калия, железа, фосфора необходимые для развития костей, мышц и поддержания организма в тонусе.



- Хлеб проделывает огромный путь, начиная с поля и заканчивая магазином. Люди многих профессий потрудились, чтобы у нас на столе лежал свежий хлеб

*-Хлеб – наше богатство.
-У кого хлеб рождается,
тот всегда веселится.
-Хлеб, соль кушай, а
добрых людей слушай.
-Без труда хлеб не
родится никогда.
-Без золота проживёшь,
а без хлеба – нет.
-Хлеб в пути не
тягость.*



ВИДЫ ХЛЕБА



Пшеничный хлеб



Ржаной хлеб



Булочки



Батон

Как использовать остатки хлеба?

- Покармливать птиц, бездомных собак;
- Сделать сухарики (их можно подавать к бульонам, супам, чаю);
- Сделать криспешки;
- Испечь торт, из молотых белых сухарей;
- Сделать паширочные сухари (в них обваливают котлеты, рыбу, мясо перед тем как жарить, а ещё присыпают пироги, запеканки, пудинги);
- Использовать хлеб как удобрение;
- Сделать квас, приготовленный на основе чёрных молотых сухарей.

Правила обращения с хлебом

- Бери хлеба столько, сколько съешь.
- Учись готовить из чёрствого хлеба различные блюда.
- Никогда не бери хлеб грязными руками.
- Не заворачивай хлеб в газету.
- Не клади хлеб в сумку с овощами, подвергая себя опасности заболеть.



Пословицы и поговорки про хлеб

Без соли, без хлеба — половина обеда.

Без соли и хлеб не естся.

Без хлеба всё приестся.

Без хлеба и мёдом сыт не будешь.

Без хлеба и у воды жить худо.

Без хлеба куска везде тоска.

Без хлеба — смерть, без соли — смех.

Без хлеба сыт не будешь.

Блюда хлеб на обед, а слово — на ответ.

Будет день — будет и хлеб.

Был бы хлеб, а зубы сыщутся.

Был бы хлеб, а каша будет.

Из одной муки хлеба не испечёшь.

Покуда есть хлеб да вода — всё не беда.

Пот по спине — так и хлеб на столе.

Ржаной хлебушко — калачу дедушка.

У кого хлебушко, у того и счастье

Хлеб в пути — не тягость.

Хлеб — батюшко, вода — матушка.



- Вопросы
- 1. Каким был хлеб войны?
- 2. Почему считают: «Не будь хлеба – не было бы Победы?»
- 3. Когда примерно появился хлеб?
- 4. Где появился хлеб ?
- 5. Какие питательные вещества есть в хлебе?
- 6. Как использовать хлеб вторично?
- 7. Назовите правила обращения с хлебом.
- 8. Нарисуйте плакат «Без хлеба не было бы Победы»

Хлеб - всему голова!

