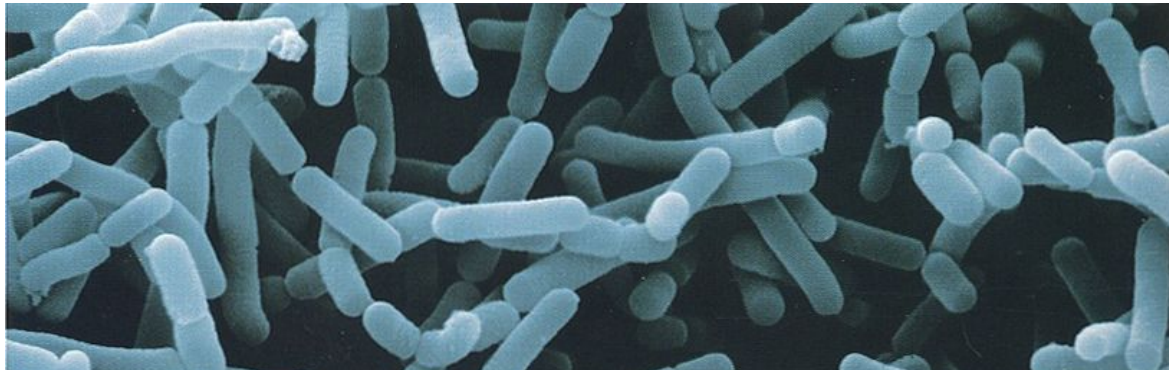


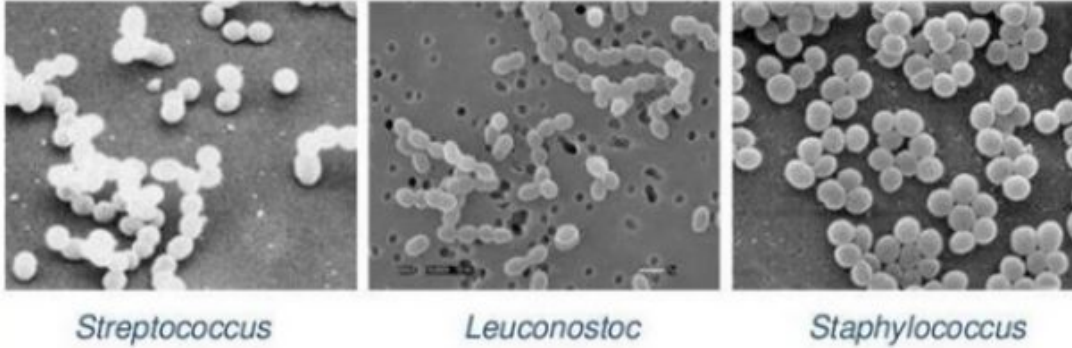
# Молочнокислые бактерии

Подготовил ученик 5д класса  
Швец Матвей

## Определение

Молочнокислые бактерии – группа микроорганизмов , сбраживающих углеводы с образованием молочной кислоты, как одного из основных продуктов.





Одним из наиболее распространенных видов молочнокислых бактерий является *Lactococcus lactis* [лактококкус лактис]

Наиболее благоприятная для их развития температура составляет +30...+35 °С. Молочнокислый лактококк постоянно встречается в произвольно скисшем молоке.

Под воздействием этой бактерии молоко обычно свертывается в течение первых 24 часов. Когда содержание молочной кислоты достигнет 6 -7 г на литр, сбраживание сахара прекращается, так как более высокая кислотность губительно воздействует на молочнокислый лактококк.

Продукты, содержащие  
молочнокислые  
бактерии:

Кефир

Ряженка

Сметана

Творог

Йогурт

Простокваша



# Влияние молочнокислых бактерий на организм человека

1. Подавление роста вредных микроорганизмов и стимуляция иммунитета
2. Выработка витаминов.
3. Восстановление биопленки, выстилающей слизистую желудочно-кишечного тракта.
4. Стимуляция нормальной микрофлоры, нейтрализация токсинов.
5. Снижение уровня холестерина в крови.

