

# Manipulação de alimentos



## Conservação pelo Frio



1 - Substituição por gorduras saturadas: As gorduras insaturadas são muito mais propensas à oxidação do que as saturadas, portanto a indústria tenta evitar o uso da mesma, substituindo-a por gorduras saturadas, que embora façam o alimento durar mais são mais prejudiciais para a saúde.



2 - Conservação pelo Controle da Umidade: pode ser feita de duas formas: Secagem natural, que é feita normalmente pela exposição ao sol. Exemplos: frutas, legumes e alguns tipos de peixes; Desidratação ou secagem artificial. Exemplos: leite em pó, sopas e temperos em pó.



3 - Conservação pela Adição de Solutos: pode ser feita das seguintes formas: Adição de sal e a adição de açúcar.



4 - Conservação por Defumação: Consiste no processo de aplicação de fumaça aos produtos alimentícios, produzida pela combustão incompleta de algumas madeiras previamente selecionadas.



5 - Conservação por Fermentação: É um processo que utiliza o crescimento controlado de microrganismos selecionados, capazes de modificar sua textura, sabor e aroma, como também suas propriedades nutricionais.



<https://www.youtube.com/watch?v=ddAonlgSWXQ>

Pesquise uma receita prática que utilize algum dos métodos de conservação acima citados. Comente também se o método utilizado interfere no sabor do alimento.