

DIVERTE-TE E APRENDE - Edição Ciência!



Ingredientes para fazer pão delicioso!

FARINHA

Diferentes tipos de farinha produzem diferentes tipos de pão. O pão branco usa farinha branca, o pão castanho usa farinha de trigo integral ou multicereais. Mas também há muitas outras farinhas para descobrir!

ÁGUA

A água é importante para fazer com que a massa tenha a textura certa – homogênea e suave.



LEVEDURA

A levedura é um ser quase invisível, chamado microrganismo, que está vivo! A levedura ajuda a fermentar as tuas massas, fazendo com que borbulhem e cresçam!

AÇÚCAR

O açúcar serve como alimento para o fermento.

SAL

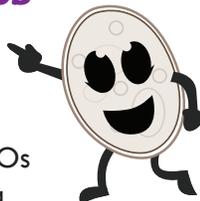
O sal torna a tua massa saborosa e forte.

TEMPERATURA DO AR

Para a massa subir, a temperatura não deve estar demasiado quente nem excessivamente fria. As massas gostam da temperatura ambiente.

Alimentos Fermentados

Os alimentos fermentados são criados quando seres praticamente invisíveis (microrganismos) são misturados com outros ingredientes. Os alimentos fermentados fazem bem à barriga! Sabes quais dos alimentos abaixo são fermentados?



- | | |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Pão | <input type="checkbox"/> Massa de pizza |
| <input type="checkbox"/> Iogurte | <input type="checkbox"/> Salsichas |
| <input type="checkbox"/> Queijo | <input type="checkbox"/> Caramelos |
| <input type="checkbox"/> Mousse de chocolate | |

Soluções: pão, iogurte, queijo, massa de pizza

Sabias que...?

- Podes saber se o pão já está pronto pelo som que faz. Bate com os nós dos dedos no fundo do pão e, se fizer um som oco, já terminou de cozer!
- Há certos tipos de pão que não contêm levedura, nomeadamente, pães achatados, como as tortilhas mexicanas ou os chapattis indianos.





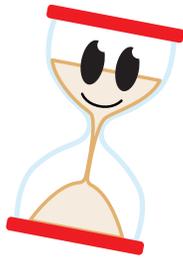
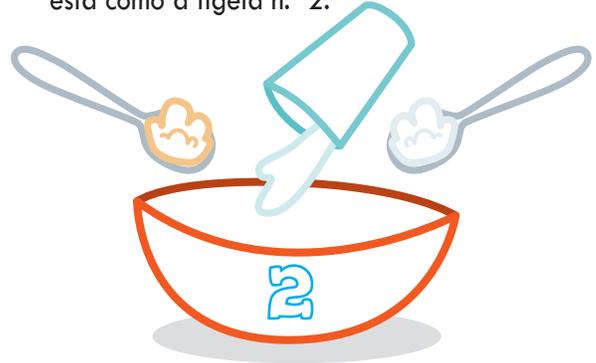
Hora de experimentar - A magia da levedura

Com a ajuda dos teus pais, faz esta experiência divertida! Recomendamos esta atividade para crianças a partir dos 6 anos.

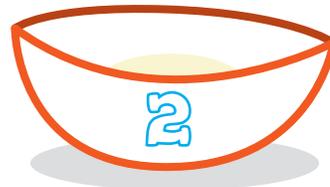
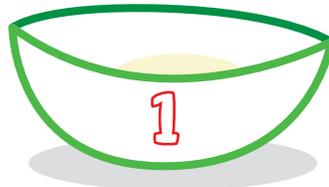
- 1** Pega em duas tigelas. Na primeira, mistura 2 colheres de sopa de levedura instantânea seca com 220 g de água morna. Rotula esta como a tigela n.º 1.



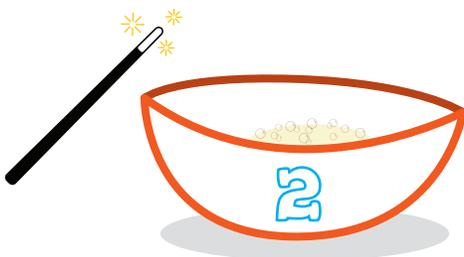
- 2** Numa segunda tigela, mistura 2 colheres de sopa de levedura instantânea seca com 220 g de água morna e 1 colher de sopa de açúcar. Rotula esta como a tigela n.º 2.



- 3** Deixa as duas tigelas a repousar durante 10 minutos.



- 4** Após 10 minutos, observa ambas as tigelas – o que vês? Reparaste que uma tigela tem bolhas? Esta tigela tinha açúcar e a levedura estava a comê-lo, criando fermentação.



- 5** Lentamente, adiciona 400 g de farinha à mistura de levedura com bolhas e mistura com as mãos. Reparaste como a massa fica diferente quando adicionas mais farinha?

