

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СУББОТИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ
ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА С.У.КРИВЕНКО**

**КРАЕВОЙ МОЛОДЁЖНЫЙ ФОРУМ
«НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ СИБИРИ»
НОМИНАЦИЯ «НАУЧНЫЙ КОНВЕНТ»**

Направление: естественные науки

«Изготовление йогурта в домашних условиях»



Жужман Ирина Андреевна
МБОУ Субботинская СОШ им. Героя
Советского Союза С.У. Кривенко, 10 класса
16.01.2006
8-906-974-12-69
Irinazuzman2@gmail.com
_____ / _____ /

Саранина, Александра, Александровна
МБОУ Субботинская СОШ им. Героя
Советского Союза С.У. Кривенко,
учитель химии
8-929-333-29-95
koshkasasa@mail.ru
_____ / _____ /

С условиями Конкурса ознакомлен(-а) и согласен(-а). Организатор конкурса оставляет за собой право использовать конкурсные работы в некоммерческих целях, без денежного вознаграждения автора (авторского коллектива) при проведении просветительских кампаний, а также полное или частичное использование в методических, информационных, учебных и иных целях в соответствии с действующим законодательством РФ.

Субботино, 2023

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

1. Учебный предмет, в рамках которого проводилась работа по проекту: биология.

2. Учебные дисциплины, близкие к теме проекта: анатомия, диетология.

3. Вид проекта: исследовательский.

4. Цель проекта: изготовить собственный йогурт в домашних условиях.

5. Задачи проекта:

- Изучить историю происхождения йогурта, легенду о йогурте;
- Узнать пользу и вред йогурта;
- Приготовить домашний йогурт ;

6. *Актуальность.* В наше время очень много различных йогуртов находится на прилавках магазина. Но не все они являются полезными и качественными продуктами питания. Поэтому, что бы обезопасить себя от плохих последствий мы решили изготовить свой собственный йогурт в домашних условиях.

7. *Проблема:* очень большое количество некачественного йогурта, с большим количеством опасных добавок на прилавках магазинов.

8. *Гипотеза:* домашний йогурт, будет полезнее, чем магазинный, но не факт, что вкуснее, т.к. в магазинных много вкусовых добавок и усилителей вкуса.

Введение

Наша исследовательская работа посвящена приготовлению йогурта в домашних условиях. Мы знаем, что йогурт, любят есть практически все люди. И в своей работе мы хотим узнать, правда ли все йогурты полезны, чем они могут быть опасны для людей. Так же изучим состав магазинных йогуртов.

Но, а главной целью нашей работы будет изготовить свой натуральный йогурт. И провести дегустацию домашнего йогурта в классе. И полученные знания применять на практике в повседневной жизни при выборе йогуртов в магазине.

I. История йогурта

Йогурт в Европе появился 1542 году. С помощью диковинного продукта император Франции сумел излечить желудочное расстройство. Именно с этого момента датируется история создания йогурта в Европе, поскольку его форма и способ употребления с того момента до сегодняшнего дня изменялся большое количество раз.

Домашний йогурт — это кисломолочный продукт, получают его из молока путем его сквашивания термофильными бактериями. Он представляет собой однородную, вязкую массу белого цвета, без посторонних запахов и приятно-сладкую на вкус.

В 1919 году йогурт стал выпускаться с конвейера. Этим проектом занималась всемирно известная компания Danone. Само же производство базировалось в Барселоне, в Испании и оттуда постепенно распространилось по всему миру.

Легенда о йогурте

Существует такая легенда, что йогурт появился во фляге с молоком у воинов кочевников. Это молоко им дали жители одного из села. Они думали, что молоко скиснет от жары и кочевникам нечем будет утолить свою жажду, и они погибнут. Тем самым перестанут осуществлять свой жестокий и изнурительные набеги на сёла.

II. Польза и вред йогурта

Польза:

- Источник ценных минералов и витаминов;
- насыщает организм белком;
- улучшает работу пищеварительной системы;
- укрепляет иммунитет;
- повышает прочность костной ткани;
- поддерживает здоровье сердечно-сосудистой системы;

- Способствует похудению.

Вред:

- Непереносимость лактозы;
- Аллергия;
- Непереносимость сахара.

III. Практическая часть

Способы приготовления йогурта в домашних условиях

1 способ.

- Для начало, я приготовила все продукты: молоко, закваска. После наливаю в емкость молоко, чтоб нагреть его до кипения.
- Столовые приборы обдала горячей водой.
- Нагрев молоко я остужаю его до 40 градусов .
- Сухую закваску растворяем в молоке и перемешиваем.
- Разливаем по стеклянным банкам накрыв пищевой пленкой, и укутала махровым полотенцем.

Оставила на сквашивание на 14 часов. После поставила в холодильник на 4 часа. И йогурт готов.



2 способ.

По второму рецепту делала таким образом.

- Нагреваю молоко и уже теплое молоко наливаю в баночки, добавляю в молоко сметану в пропорции на пол литра молока 2 ст.л сметаны.
- Хорошенько перемешать и накрыть крышкой.

Ставлю нашу кастрюлю в другую кастрюлю с горячей водой, укутываю полотенцем. И оставляю остывать. Через 8 часов убрала в холодильник.



Домашний йогурт 1,2 способом получился:

Внешний вид и консистенция - однородная

Вкус и запах – кисломолочный, без посторонних запахов.

Цвет – белый

В общем, у меня получился не плохой йогурт, родителям и мне понравился.

Вывод:

Наша исследовательская работа посвящена была приготовлению йогурта, и у нас это получилась сделать. Йогурт получился очень вкусный и полезный. Но нам для его приготовления потребовалось очень много времени и средств. Поэтому можно сделать вывод, что если у вас нет хронических заболеваний и аллергии на вещества, которые входят в состав магазинных йогуртов. То проще и быстрее будет купить йогурт из магазина. Будьте здоровы!

Литература:

1. <https://wikifood.online/food/polza-i-vred-jogurta.html>