**Modulo conservación y manipulación de alimentos**

**Unidad 3 Actividad 2**

**Clase de conservantes**

**Jose Orlando Vargas Gómez**

**Estudiante**

**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA SAN MATEO**

**PROGRAMA DE GASTRONOMIA VIRTUAL**

1. analizar el artículo: **Conservar los alimentos con azúcar: Ventajas e inconvenientes,**de la revista Eroski Consumer.

* ¿Qué ventajas e inconvenientes tiene el proceso de conservación con azúcar?
* ¿Por qué se deben consumir con moderación las conservas en azúcar?

Al momento de conservar alimentos por medio de azúcar nos ayuda a mantener intacto la estructura del alimento en cuanto a sabor, textura y aporte nutricional, realzando sus colores, ayudando a que el crecimiento de microorganismos o bacterias sea mucho más lento que en su estado natural, esto debido a la capacidad que tiene de retener agua, dándole mayor vida útil al alimento

Las desventajas de conservar alimentos en azúcar son las enfermedades que nos pueden llegar a producir por el consumo constante y de forma abundante del azúcar por su alto nivel de calorías, generando sobrepeso, caries y no aportando muchos nutrientes.

Como todo en la vida los excesos son malo se pueden consumir este tipo de alimentos pero no abusar de ellos evitando así que nuestra salud se altere, como se mencionaba en el artículo se puede evidenciar que estos alimentos o frutas en almíbar contienen en la mayoría de veces muchos más valores nutricionales que en su estado natural.

2.

**ARTICULO SELECCIONADO**: <https://www.enbuenasmanos.com/conservantes-naturales-alimentarios>

**Análisis**

Debido a la agricultura los conservantes naturales fueron cogiendo fuerza en la industria alimentaria con el fin de prolongar la vida útil de los alimentos, evitando que en momentos de cosecha los alimentos se dañaran y generar pérdidas.

Una de las primeras técnicas de conservación de alimentos fue el secado, donde el alimento en especial las frutas se dejan en lugares ventilados y a la sombra; salado en donde se optó por adicionarle una abundante capa de sal a carnes y pescado evitando el crecimiento de microorganismos; frio donde hace mucho tiempo se guardaban los alimentos en agujeros y se tapaban con hielo o nieve donde los alimentos duraban así por mucho más tiempo.

El uso de hierbas y especias fueron ingresando a la lista de conservantes naturales aportándole sabor, entre ellos se destacan la canela, mostaza, clavo, pimienta, cúrcuma, jengibre, orégano, tomillo, ajo, salvia, romero

A medida que iba pasando el tiempo se fueron creando otros métodos como el de fermentación para darle más vida útil y aumentar sus beneficios nutricionales, en este momento se creó, cerveza, vino; dándole paso a la creación del vinagre el cual es utilizado para la conserva de verduras en encurtidos