

# Matens hållbarhet – om konservering av livsmedel

## Filmens innehåll

Konserveringsmedel används i många av de livsmedel vi köper och konsumerar dagligen.

Vissa konserveringstekniker har praktiserats i tusentals år, såsom saltning, torkning och rökning. Andra metoder har möjliggjorts i kommersiell skala av 1900-talets tekniska framsteg, såsom frysning och pastörisering.

Denna film tar en titt på varför man bevarar livsmedel och vilka fördelar det innebär för oss konsumenter att lagra mat under lång tid. Vi utforskar orsakerna till att mat förstörs och skillnaderna mellan naturliga och konstgjorda konserveringsmedel i livsmedel.

### Programmet är indelat i kapitel:

- Varför konserverar man mat?
- Varför förstörs mat?
- Konserveringsmedel: Naturliga och kemiska
- Temperaturbaserade konserveringsmetoder
- Konserveringsmetoder: Avlägsnande av vatten och syre

### Undervisningen ska behandla följande centrala innehåll i grundskolan

#### Hem- och konsumentkunskap:

- Hygien och rengöring vid hantering, tillagning och förvaring av livsmedel.

#### Kemi:

- Matens innehåll och näringsämnenas betydelse för hälsan. Historiska och nutida metoder för att förlänga matens hållbarhet.



### Filmfakta

**Ämne:** Hem- och konsumentkunskap, Kemi

**Ålder:** Från 13 år (H, Gy)

**Speltid:** 13 minuter

**Svenskt tal**

**Produktion:** Classroom Video/VEA, Storbritannien

### Inlärningsmål:

- Att lära sig om hur mat idag är hanterad för att hålla längre.
- Att diskutera kring olika konserveringstekniker.

# Matens hållbarhet

## – om konservering av livsmedel

### Diskussionsfrågor

Det är viktigt att läraren/ledaren förbereder övningarna kring filmen och funderar igenom hur diskussioner och svar ska hanteras. Dela gärna upp gruppen i mindre grupper och låt deltagarna först skriva ned sina svar. Anpassa gärna materialet och fördela eventuellt frågorna bland grupperna.

Följande frågor är indelade i kapitelordning.

#### Innan filmen

- Vad känner du till om konserverad mat? Har du själv konserverat något?
- Varför konserverar man mat?
- Kan du räkna upp minst fyra åtgärder som får mat att hålla längre.
- Vad är huvudskälen till att man konserverar mat?

#### Varför förstörs mat?

- Vad är det egentligen som förstör maten?
- Förklara varför det är så farligt med rått kycklingkött.
- Vad kan hända när livsmedel utsätts för syre? Ge fler exempel.
- Hur kan du ta reda på var i kylan den känsligaste maten ska förvaras?
- Vad är oxidationsenzym?

#### Konserveringsmedel: Naturliga och kemiska

- Nämn minst tre naturliga konserveringsmedel. Beskriv hur två av metoderna fungerar.
- Hur vet man om ett livsmedel innehåller kemiska konserveringsmedel och hur får de maten att hålla längre?
- Ge några exempel på kemiska konserveringsmedel.

#### Temperaturbaserade konserveringsmetoder

- Vilken mat passar bra att frysa in?
- Jämför för- och nackdelar mellan värmekonservering och frysning.
- Beskriv hur mjölk konserveras.
- Vad betyder bäst före på en livsmedelsförpackning och vilken enkel insats kan du göra för att minska matsvinnet?

#### Konserveringsmetoder: Avlägsnande av vatten och syre

- Vad är ett sviskon?
- Beskriv hur frystorkning går till. Ge några exempel på då frystorkad mat är bra att ha.
- Vad kallas metoden då man avlägsnar syre och vilka livsmedel passar den för?

#### Övrigt/efter filmen

- Vad lärde du dig för något nytt av att titta på filmen?
- Vad tycker du var viktigast med filmen?



### Uppgifter

- Gör ett grupparbete där ni väljer en eller flera konserveringsmetoder, t.ex. rökning eller tillsats av kemiska konserveringsmedel, och ta reda på så många fakta ni kan. Beskriv metoden och vilka livsmedel den lämpar sig för, ta fram för- och nackdelar och jämför metoderna om ni valt att arbeta med flera. Tänk också på matsvinn-aspekten.

Leta fakta i böcker, tidskrifter och på Internet. Redovisa för övriga grupper på stora blädderblock, som blogg, webbsida, bok, film eller som en vägg/serietidning.

- Gör ett arbete om ett konserverat livsmedel, arbeta ensam eller två och två. Välj ut ett livsmedel som du brukar äta eller något som du vill lära dig mer om. Gör en liten tidning eller en presentation i datorn om ditt livsmedel. Ta med t.ex. ursprungsland, hur det odlats, konserverats, paketerats och hur det ska förvaras.

Leta information på Internet, i tidskrifter och på matförpackningen. Skapa faktarutor, rita eller skriv ut/klipp ut bilder som du klistrar in i din tidning eller presentation.