

COMPOSIÇÃO DO OVO

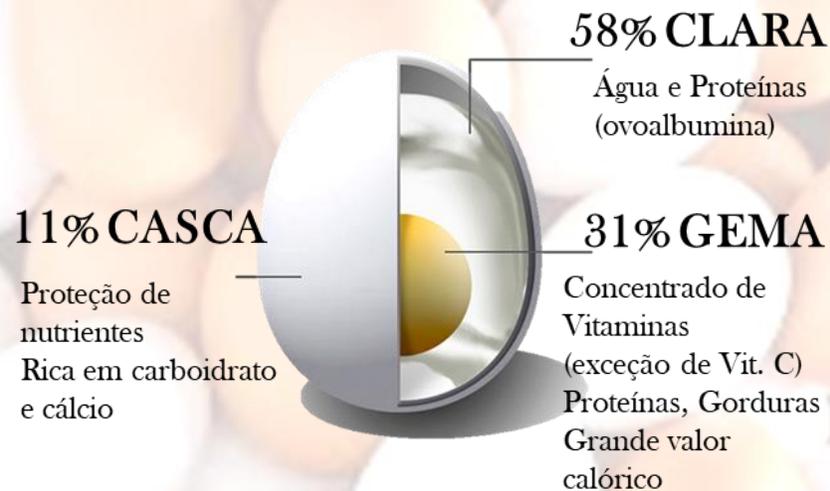


Foto: http://https://www.avisite.com.br/noticias/img/2016/20160129_foto_2g.jpg

Apresenta clara transparente, branca e levemente amarelada, gema circular com cor intensa e posição central. O odor dos ovos é praticamente neutro.

VALOR NUTRICIONAL

O ovo é um alimento com alto valor nutricional e rico em proteínas, ácidos graxos saturados e insaturados, sendo também fonte de cálcio, ferro, zinco, magnésio, potássio, selênio e vitaminas A, D e do complexo B.

VOCE ? SABIA

 <p>OVOS BRANCOS</p> <p>O que difere os ovos brancos e vermelhos é a raça das galinhas, porém os valores nutricionais dos ovos são os mesmos.</p>	 <p>OVOS VERMELHOS</p>
 <p>OVOS DE GRANJA</p> <p>Produzidos por galinhas criadas fechadas, alimentadas à base de insumos.</p>	 <p>OVOS CAIPIRAS</p> <p>Produzidos por galinhas criadas parte do tempo em aviários e outra parte soltas, alimentadas com ração à base de vegetais, sem pigmentações artificiais.</p>
 <p>OVOS ORGÂNICOS</p> <p>Galinhas criadas mais soltas. Não podem receber medicamentos que alterem suas características. Alimentação livre de agrotóxicos ou ingredientes transgênicos.</p>	 <p>OVOS DE CODORNA</p> <p>Sabor equivalente aos ovos de galinha, com maior concentração de nutrientes, mais utilizado em saladas e conservas.</p>

<https://br.pinterest.com/pin/612067405592101654/>

Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU
TPOA

6º. Semestre Vespertino
Prof. André Luís Assi

Carla Aletto Dell' Antonia	RA: 2117225
Fernanda Alves Calado	RA: 8637730
Giulia Fernandes Cometti	RA: 2416360
Jennifer da Silva Oliveira	RA: 2576673
Patricia Fabiola Vargas Lisboa	RA: 2292732

OVOS

Tudo o que você
precisa saber
sobre esse
alimento

VOCÊ SABE COMO ESCOLHER OS OVOS?

Para levar um produto de qualidade fique atento à casca do ovo, ela deve estar intacta e limpa.

Para saber se o ovo está fresco, fique atento a porosidade da casca e se ela está seca. Os ovos velhos possuem a casca mais lisa, fina, brilhante e com linhas cinzas.

TESTE DO OVO

FRESCO



NÃO FRESCO



VELHO



https://ideianutri.files.wordpress.com/2012/12/enfimcasada_ovo.jpg

Coloque o ovo em um copo com água, se o ovo estiver fresco ele afundará no copo, pois há maior quantidade de água dentro dele. Ovos mais velhos tem mais gás dentro fazendo com que boiem.

COMO FAZER A MANUPULAÇÃO CORRETA:



Para evitar possíveis contaminações, principalmente em época de COVID19, é importante que faça a higienização das mãos antes de tocar no alimento, depois coloque os ovos em um recipiente limpo e com tampa. Descarte a embalagem.



Não lave os ovos antes de guardá-los na geladeira, pois durante o processo de embalagem os ovos passam por um processo de lavagem e higienização.

Se achar necessário lavá-los, faça apenas nos casos de consumo imediato, pois evitará que micro-organismos penetrem na casca e contaminem o ovo.



COMO ARMAZENAR OS OVOS

Onde colocar os ovos na geladeira:

Na porta da geladeira precisamos ter cautela, devido ao movimento de abrir e fechar da porta, causando oscilações de temperatura, facilitando a proliferação bacteriana.



O ideal é que os ovos sejam armazenados nas prateleiras do meio da geladeira, pois a temperatura é mais baixa e mais estável, fazendo com que os ovos tenham maior durabilidade.



O armazenamento de forma errônea dos ovos poderá causar a proliferação da bactéria Salmonella, causando forte intoxicação alimentar, levando a diarreias, febre e até desidratação.