

## Progetto MIDAS 2020

### Scheda per attività di laboratorio

#### Titolo

### DETECTIVE IN CUCINA

*I mattoni degli alimenti*

#### Abstract

L'attività proposta prevede l'estrazione e l'identificazione dei macronutrienti presenti in vari alimenti (carboidrati, proteine e grassi). Durante l'attività impareremo anche a leggere le etichette delle acque in bottiglia, e le confronteremo con quelle di acquedotto.

#### Descrizione e attività

Durante l'attività analizzeremo vari alimenti per identificare quali macronutrienti contengono. Scopriremo quali cibi sono ricchi di proteine, di grassi o di carboidrati, per capire come regolare la nostra alimentazione per una dieta sana e bilanciata.

La presenza di proteine, lipidi, carboidrati (semplici e complessi) verrà verificata a grado crescente di difficoltà: prima usando tecniche estrattive semplici, effettuabili in qualsiasi cucina, e poi con i specifici saggi di riconoscimento, che ci permettono di identificare i macronutrienti grazie a delle reazioni colorimetriche.

Successivamente ci dedicheremo all'analisi del nostro alimento fondamentale: l'acqua. Cosa significano i valori indicati nelle etichette delle acque commerciali? Quale apporto danno alla nostra dieta e al nostro benessere? Proveremo a rispondere a queste domande identificando i sali minerali in essa dissolti.

#### Docente

Alessia Giordana - Dipartimento di Chimica dell'Università di Torino

#### Riferimenti e contatti

email [alessia.giordana@unito.it](mailto:alessia.giordana@unito.it)

Un progetto realizzato da



Con il sostegno di



In collaborazione con

