

Quais destes alimentos têm amido na sua composição?

A mudança de cor, da água iodada, de amarelo acastanhado para azul, indica a presença de amido. Com base nesta informação pesquisa a presença de amido nos seguintes alimentos.

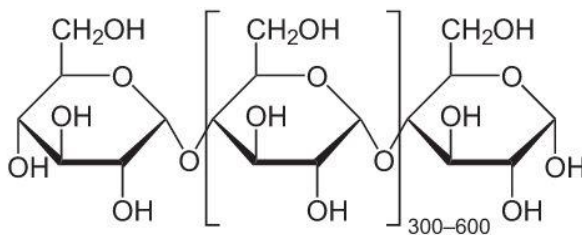


Figura 1. Molécula de amido

Material:

- Pão
- Arroz
- Alface
- Batata
- Açúcar
- Esparguete
- Cebola
- Cenoura
- Castanha
- Água iodada
- Conta gotas

Procedimento:

1. Coloca duas gotas de água iodada nos diferentes alimentos e aguarda um minuto.
2. Observa as alterações.

Conclusão:

Quais os alimentos que concluíste terem amido?

Alimento	Tem amido	Não tem amido
Pão		
Arroz		
Alface		
Batata		
Açúcar		
Esparguete		
Cebola		
Cenoura		
Castanha		

Importância do amido para o ser humano:

O amido é um hidrato de carbono que quando ingerido é facilmente transformado pelo nosso organismo em energia pronta a ser usada para as nossas atividades diárias e para o funcionamento do próprio corpo. Estima-se que cerca de 80% das calorias consumidas pelo ser humano provêm deste hidrato de carbono.