

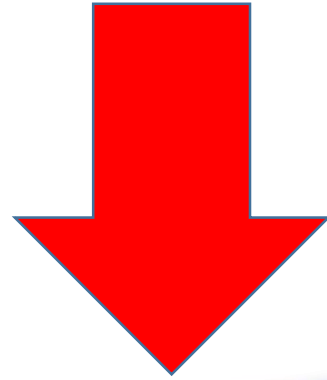
ගෘහ විද්‍යාව

11 ශ්‍රේණිය

ආහාර පරීර්ක්ෂණය

සකසුම – K.R.R.R කඩිගමුව

ආහාර පරීක්ෂණය යනු



අහ්‍යන්තර හා බාහිර බලපෑම් පාලනය කිරීමෙන්
ආහාර හරක් වීම වළක්වා ගැනීමයි

නිවසේ දී භාවිත කරන සරල පරීරක්ෂණ ක්‍රම

- විශ්ලිම- උදා :
කොස් / දෙල්
- ලුණු දැමීම - උදා :
දෙනි
- ටොෆි / චොසි සැදීම - උදා :
අල
- චට්නි සැදීම - උදා :
අඹ
- ඇඹුල් තියල් සැදීම - උදා :
මාළු
-

**උපක්‍රම යනු ආහාර නරක් වීම කෙරෙහි
බලපාන හේතු පාලනය කිරීම සඳහා යොදා
ගන්නා ශිල්පීය ක්‍රම වේ.**

ආහාර පරීක්ෂණය සඳහා යොදා ගන්නා උපක්‍රම

- සේදීම
- වියළීම
- තාපයට භාජනය කිරීම
- - ඉහල තාපයට
 - පහල තාපයට
- පරීක්ෂණ කාරක යෙදීම
- වාතයෙන් තොර කිරීම

ආහාර සඳහා පරීරක්ෂණ උපක්‍රම යෙදීමේ අරමුණු

- ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් ඉවත් කිරීම
- ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ගේ ක්‍රියාකාරීත්වය හා එන්සයිම ක්‍රියාකාරීත්වය මර්දනය කිරීම
- ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් හා ආහාරයේ අඩංගු එන්සයිම විනාශ කිරීම

ආහාර පරීක්ෂණය	උපක්‍රම	මූලධර්ම
වියළීම - උදාහරණ කොස් / දෙල්	සේදීම	ක්ෂුද්‍ර ජීවිත ඉවත් කිරීම
	තාපයට භාජනය කිරීම (බ්ලාන්ඩ් කිරීම)	තාපය නිසා එන්සයිම අක්‍රිය කිරීම හා සමහර ක්ෂුද්‍ර ජීවිත එන්සයිම විනාශ කිරීම
	සූර්ය තාපය මගින් වියළීම	ක්ෂුද්‍ර ජීවිත හා එන්සයිම ක්‍රියාත්මක වීමට අවශ්‍ය ජලීය උපස්ථරය (තෙතමනය) ඉවත් කිරීම

බාහිරාසුනිය යනු

**වැඩි ජල අණු සාන්ද්‍රණයක් සිට අඩු
ජල අණු සාන්ද්‍රණයක් දක්වා අර්ධ පාරගම්‍ය
පටලයක් හරහා ජල අණු
ගමන් කිරීමයි.**

විසරණය යනු සාන්ද්‍රණ වැඩි තැනක සිට සාන්ද්‍රණ අඩු තැනකට අංශු ගමන් කිරීමයි

**ජල සක්‍රියතාවය යනුවෙන් අදහස් වන්නේ ආහාරයක
අඩංගු ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ගේ වර්ධනය හා එන්සයිම
ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ජල
ප්‍රමාණය යි**

පහත සඳහන් ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සපයන්න

- 1 ආහාර පරීරක්ෂණ යන්ත්‍ර පැහැදිලි කරන්න**
- 2 ආහාර නරක් වීමට හේතු වන ප්‍රධාන කරුණු තුනක් නම් කරන්න**
- 3 ආහාර පරීරක්ෂණයේ වාසි තුනක් සඳහන් කරන්න**
- 4 නිවසේ නිතර භාවිත වන පරීරක්ෂණ කාරක දෙකක් නම් කරන්න**
- 5 කිරි වල වර්ධනය විය හැකි බැක්ටීරියා වර්ග දෙකක් නම් කරන්න**

6 පහත සඳහන් ආහාර වලට හුදු පිරික්සා කුම ලියන්න

ආහාරය	පිරික්සා කුම
කොස් /දෙල්	
අල	
දෙහි	
අඹ	
මාළු	

ආහාර පරීක්ෂණය කිරීම සඳහා යොදා ගන්නා උපක්‍රම වලට අදාළ මූලධර්ම මොනවාද?

උපක්‍රමය	මූලධර්මය
සේදීම	
තාපයට භාජනය කිරීම	
සිනි යෙදීම	
ලුණු යෙදීම	
විනාකිරි යෙදීම	
වාතය ඇතුළු නොවන සේ ඇසිරීම	

පහත සඳහන් ආහාර සෑදීමේ ක්‍රියාවලිය ගැලීමේ සටහන් මගින් ලියා දක්වන්න

- මාළු ඇඹුල්කියල්
- ලුණු දෙහි
- අල දෝසි