Zapiši v zvezek, izpolni tabelo in odgovori! Tabelo in sliko iz učbenika imaš na koncu naloge.

BELJAKOVINE

1. POMEN:

* Sestavina vsake žive celice.
* Uravnavajo in vodijo življenjske procese.
* So nosilke življenja – dedni material.
* So gradivo in dajejo tudi energijo.

1g beljakovin daje 17kJ energije

1. ZGRADBA:

IZ AMINOKISLIN ( 20 RAZLIČNIH)

10 NUJNE ali 10 NENUJNE

NENADOMESTLJIVE ( SAM ORG. SESTAVI)

ESENCIALNE

1. NAHAJALIŠČE – VIRI BELJAKOVIN:

|  |  |
| --- | --- |
| ŽIVALSKE  MESO, JAJCA,  MLEKO, RIBE IN IZDELKI  To so BIOLOŠKO POLNOVREDNA ŽIVILA | RASTLINSKE  STROČNICE, ŽITA, |

Živalske in rastlinske beljakovine se med seboj razlikujejo zato imajo različno BIOLOŠKO VREDNOST. Najvišjo ima jajce – 97%

Izpolni tabelo! Podatke poišči v tabeli hranilna in energijska vrednost živil in v učbeniku – slika.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Živilo | Vsebnost beljakovin v % | Energijska vrednost  V kJ | Biološka vrednost  (v %) |
| Jajce |  |  | 97 |
| Meso |  |  |  |
| Mleko |  |  |  |
| Soja (zrnje) |  |  |  |
| Fižolovo zrnje |  |  |  |
| Pšenica (zrnje) |  |  |  |

1. LASTNOSTI BELJAKOVIN:
   * ZAKRKNJENJE ALI KOAGULACIJA (nepovratna)

TEMPERATURA KISLINE SOLI ENCIMI ALKO

(600C)

* TOPNOST V VODI:

TOPE V VODI NETOPNE V VODI – (VEČINA SO ŽIVALSKE) VEŽEJO IN NABREKNE

(VEČINA SO RASTLIN.)

5. Odgovori na vprašanja v učbeniku! (slika)