

Los Alimentos

I. Lee atentamente el siguiente texto.

¿Dónde es el arroz más importante que el trigo?



Existen en la Tierra centenares de millones de personas que jamás han saboreado un trozo de pan y que, en cambio, no sabrían vivir sin su diaria ración de arroz. Son los pueblos del Extremo Oriente, de la India, de la China, del Japón y del archipiélago indonesio.

En las regiones húmedas tropicales, se obtienen dos cosechas anuales de arroz, circunstancia providencial dado que este cereal constituye el alimento principal de la mitad, al menos, de la población mundial. En China, se cultiva desde hace más de 4 000 años, mientras que en Europa lo introdujeron los árabes.

Los granos de arroz se desarrollan a partir de las flores y están envueltos en una cáscara constituida por unas láminas que se eliminan mediante la monda. Los pequeños granos de arroz son muy ricos en almidón, pero las sales minerales y las vitaminas, sustancias igualmente indispensables para la alimentación, se encuentran en la cáscara exterior y se pierden con la monda. De ahí que las poblaciones que se alimentan exclusivamente de arroz, como ocurre en muchas regiones asiáticas, sufran graves enfermedades debidas a la carencia de vitaminas.

Al arroz hervido, la cocina china le añade trozos de carne de cerdo, pollo, carnero y pescado, todo ello condimentado con la salsa de soja y jugos picantes; la cocina india, un polvo que se obtiene mezclando distintas especias (curry) y carne de pollo o cordero; y la japonesa, simplemente pescado frito o crudo (sushi) y también verduras.



Referencia bibliográfica: El libro del Dónde.

Comprensión de lectura

Responde:

1. ¿Qué pueblos no saben vivir sin su diaria ración de arroz?

2. ¿Dónde se obtienen dos cosechas anuales de arroz?

3. ¿Desde cuándo se cultiva el arroz en China?

4. ¿Quiénes introdujeron el arroz en Europa?

Completa: De acuerdo a la lectura coloca la palabra que corresponde en cada espacio.

1. Los granos de _____ se desarrollan a partir de las _____.

2. Están envueltos en una _____ constituida por unas _____ que se eliminan mediante la _____.

3. Los pequeños granos de _____ son muy ricos en _____.

4. Las _____ y las _____ se encuentran en la cáscara _____ y se pierden con la _____.

5. Muchas regiones _____ sufren graves _____ debido a la carencia de _____.