

Yoghurt en melk

Om yoghurt te maken worden melkzuurbacteriën aan melk toegevoegd. Deze bacteriën breken koolhydraten in de melk af, waarbij melkzuur ontstaat. Melkzuur laat eiwitten in de melk klonteren. De melk wordt dan dikker en zo ontstaat yoghurt.

In de tabellen hieronder zie je de voedingswaarden van de melk die gebruikt is voor het maken van yoghurt en de voedingswaarden van de yoghurt.

melk voedingswaarden per 100 mL		yoghurt voedingswaarden per 100 mL	
energie	295 kJ	energie	230 kJ
eiwitten	4,00 g	eiwitten	3,00 g
koolhydraten (suikers)	5,00 g	koolhydraten (suikers)	3,00 g
vetten	3,80 g	vetten	3,40 g
voedingsvezels	0,00 g	voedingsvezels	0,00 g
natrium	0,04 g	natrium	0,04 g
calcium	0,12 g	calcium	0,12 g

- 2p **10** Hoeveel procent van de koolhydraten uit de melk is door de melkzuurbacteriën afgebroken? Leg je antwoord uit met een berekening.
- 2p **11** Melk en yoghurt bevatten vetten. Om vetten goed te kunnen verteren, is gal nodig.
Op de **uitwerkbijlage** staat een tabel.
→ Noteer in de tabel de naam van het orgaan dat gal maakt.
Noteer ook de naam van het stukje dunne darm waar gal aan het voedsel toegevoegd wordt.