



## ¿Qué zumo nos gusta más?

*La industrialización de la alimentación y la sociedad de consumo nos hacen la vida más cómoda y nos evitan esfuerzos (es más sencillo abrir un tetrabrik de zumo que exprimir naranjas); pero también tienen contrapartidas, entre otras, la pérdida de los sabores originales y la disminución de aportes vitamínicos que lleva consigo consumir productos industriales "con sabor a frutas".*

*Por otra parte, los productos envasados aumentan el impacto de nuestra alimentación en el medio ambiente.*

### OBJETIVO

- Fomentar hábitos de consumo más saludables, así como el uso adecuado y el ahorro de los recursos.

### MATERIALES

- ◆ Vasos, cuchillos, exprimidores manuales, coladores, servilletas, trapos, estropajos, detergente, jarras, bolsas de basura.
- ◆ Naranjas, refrescos en polvo, zumos y néctares comerciales, pañuelos para tapar los ojos.



### Desarrollo de la actividad

1. Con ayuda del profesorado o por su cuenta, harán zumo natural de naranja y una jarra de refresco en polvo. Después de probar cada uno de ellos, se les preguntará cuál les gusta más y por qué. Apuntaremos los resultados en la pizarra.
2. Colaremos el zumo de naranja y después les taparemos los ojos de uno en uno. Les preguntaremos cuál les gusta más y cuál de ellos creen que es el natural. (Se puede repetir la prueba tantas veces como se quiera).

Apuntaremos los resultados en el encerado.

Esta prueba la podemos realizar también comparando zumo natural con zumos o néctares comerciales.

3. Para finalizar, podemos hacer un corro y comentar los resultados registrados (cuál les ha gustado más, cuál tiene el color más bonito, qué tipo de zumo toman habitualmente en casa, qué otros zumos, además del de naranja, suelen tomar, etc).

En caso de disponer de una licuadora, podemos ampliar la actividad haciendo zumos de distintas frutas.