إجابات أسئلة تقويم الدرس الأول

حفظ الزيتون

السؤال الأول:

أتحدث عن فوائد الزيتون لصحة الإنسان.

- الحفاظ على صحة القلب والشرايين.
- تقوية المناعة.
- تحسين مستوى الذاكرة.
- فقدان الوزن.
- السيطرة على الشهية.
- علاج فقر الدم.
- محاربة علامات الشيخوخة.
- تعزيز صحة البشرة والشعر.
- دعم الجهاز الهضمي.
- تقليل الالتهابات.

السؤال الثاني:

أسمى طرق حفظ الزيتون.

- المعالجة بالمحلول الملحي (حفظ الزيتون).
- التخليل.
- التجفيف بالملح فقط.
- التفريز.

السؤال الثالث:

أشرح مراحل عمل الزيتون المحفوظ.

- المرحلة الأولى: اختيار نوع الزيتون وتجهيزه للحفظ.
- المرحلة الثانية: دق الزيتون أو تكسيره.

- المرحلة الثالثة: تجهيز المحلول الملحي.
- المرحلة الرابعة: تحضير الزيتون المدقوق للحفظ.
- المرحلة الخامسة: الحفظ النهائي.