Thư viện GK Ghi chép tri thức

Phân loại thực phẩm theo mức chế biến chứ không theo dinh dưỡng: Phân loại thực phẩm Nova (Nova Food Classification)

Địa chỉ bài viết

https://www.gklibrarykor.com/vi/article/11559/

Xem trước bố cục PDF - chỉ có đoạn trích

Cùng là củ khoai tây, nhưng khoai luộc chín chỉ rắc muối và khoai thái mỏng, chiên dầu, phủ hương liệu và gia vị rồi đóng vào túi mang lại cảm giác rằng chúng không đi vào cơ thể ta như cùng một món ăn. Dù các con số trên bảng thành phần dinh dưỡng trông gần giống nhau, tính chất của thực phẩm vẫn khác đi tùy theo việc đã được can thiệp đến đâu và được thêm vào những gì. Đó là một trực giác. Đã có những người biến trực giác ấy thành một khung phân loại hoàn chỉnh. Khung đó chính là “Phân loại thực phẩm Nova (Nova Food Classification)”. Đây là hệ thống chia thực phẩm thành bốn nhóm không theo c