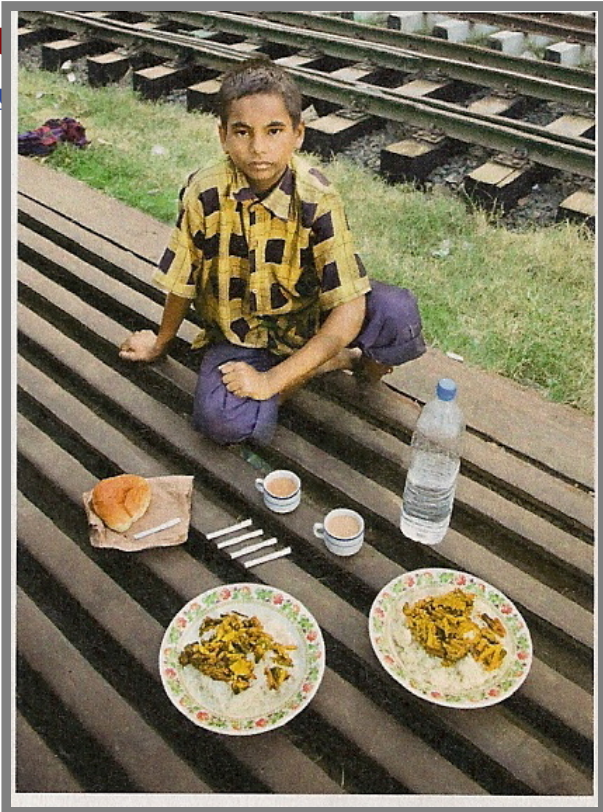


Τ
/ Ε



Έντεκα πατατάκια 120.Μια κουταλιά

μέλι:64.Είναι αδύνατον να βάλουμε μπουκιά στο στόμα μας χωρίς να σκεφτούμε τις θερμίδες που περιέχει.Και το οφείλουμε σε έναν άνθρωπο που πιθανότατα δεν γνωρίζετε καν: τον Αμερικανό χημικό Olin Atwater.

Στα τέλη του 19ου αιώνα ο Atwater “ποσοτικοποίησε”την ενέργεια που περιέχεται σε ένα γραμμάριο υδατάνθρακα,λίπους και πρωτεΐνης και χρησιμοποίησε αυτές τις τιμές-στην ουσία αυτές που χρησιμοποιούμε και σήμερα για να υπολογίσει τις συνολικές θερμίδες σε περισσότερες από χίλιες διαφορετικές τροφές.

Το αποτέλεσμα της καταμέτρησης του φιγουράρει ακόμη πάνω σε κάθε συσκευασμένο προϊόν,αν και δεν είναι απολύτως ακριβές.

Έτσι μαθαίνουμε πως ο Αλαμίν Χασάν ζει με 1 δολάριο και 1400 θερμίδες τη μέρα.Είναι 12 ετών,άστεγος αχθοφόρος από το Μπαγκλαντές. ([περισσότερα...](#))