

O LEITE

Um pouco de história...



Apenas recentemente, há aproximadamente 10 000 anos, o Homem aprendeu a domesticar animais e a desenvolver práticas agrícolas. As primeiras referências históricas ao consumo do leite proveniente de animais domésticos encontram-se na Mesopotâmia, em Al-Ubaid, em várias pinturas em baixo relevo (3 200 a.C.)

Na antiguidade clássica o consumo de leite estava limitado à utilização de leite fresco em virtude deste ser um produto perecível. A dificuldade de conservação deste alimento era, portanto, um óbice ao seu consumo mais massivo.

A evolução tecnológica permitiu, no século XX, pasteurizar e ultrapasteurizar sem retirar benefícios ao leite o que permitiu facilitar o acesso e conduziu à massificação do seu consumo não só como alimento de validade curta, mas também de média ou longa duração. Actualmente ocupa um lugar absolutamente insubstituível na alimentação humana, em todas as faixas etárias. Tem uma riqueza nutricional e uma relação custo benefício ímpares.

