

câu chuyện phía sau

# Bánh Mì

Elizabeth Raum



NHÀ XUẤT BẢN TRẺ



**CÙNG ĐỌC, CÙNG CHIA SẺ**

**Thông tin sách**

*Tên sách:* **Câu chuyện phía sau Bánh mì**

*Nguyên tác:* **The story behind Bread**

*Tác giả:* **Elizabeth Raum**

*Người dịch:* **Hà Xuyên**

*Nhà xuất bản:* **NXB Trẻ**

*Khối lượng:* **200g**

*Kích thước:* **19 x 26 cm**

*Ngày phát hành:* **05/2013**

*Số trang:* **32**

*Giá bìa :* **32.000đ**

*Thể loại:* **Kiến thức Khoa học**

**Thông tin ebook**

Nguồn: <http://tve-4u.org>

Type+Làm ebook: thanhbt

Ngày hoàn thành: 05/09/2016

Dự án ebook #236 thuộc Tủ sách BOOKBT



Ebook miễn phí tại : [www.Sachvui.Com](http://www.Sachvui.Com)

### *Giới thiệu*

- Vì sao chiếc bánh vòng lại có lỗ ở giữa?
- Vì sao người ta lại ăn bánh mì làm từ rom, đất sét và vỏ cây?
- Nền văn minh nào đã từng sử dụng bánh mì làm tiền tệ?

Để tìm kiếm câu trả lời thú vị cho những câu hỏi trên và biết thêm những điều thú vị khác, bạn hãy đón xem quyển sách ***Câu chuyện phía sau Bánh mì*** trong bộ sách ***Câu chuyện phía sau***.

# Thế giới bánh mì



*Con người đã ăn bánh mì nở được 6000 năm.*

Bạn ăn bánh mì thường xuyên như thế nào? Bạn có ăn sáng với bánh mì nướng không? Bạn có ăn sandwich vào bữa trưa không? Bạn có từng ăn pizza cho bữa tối không? Nếu có, thì bạn đang ăn bánh mì đấy.

Bánh mì là nguồn **lượng thực** chính yếu. Nó có nghĩa là một thực phẩm cơ bản và cần thiết. Nó có thể được làm từ các loại **ngũ cốc** khác nhau, như hạt lúa mì hay hạt lúa mạch chẳng hạn. Thóc được xay thành bột và hòa với nước để tạo thành khối **bột nhào**. Khi bột nhào được nướng lên, nó trở thành bánh mì.

## Tiền bạc

Một số người gọi công việc của họ là “bơ và bánh mì”, ý chỉ tiền mà họ kiếm được để duy trì cuộc sống. Ngày nay, những từ *bánh mì* và *bột nhào* ở nhiều nơi được dùng chỉ tiền bạc.

## **Bánh mì nở**

Đa số bánh mì ở châu Âu và Hợp chủng quốc Hoa Kỳ là bánh mì nở. Những thợ nướng bánh cho thêm men vào bột nhào. Men là thực vật rất nhỏ và không màu có khả năng giúp khối bột nhào nở (phồng lên). Người ta làm ra những ổ bánh mì dài kiểu Pháp hoặc Ý. Họ nướng những ổ bánh mì trắng dạng tròn hoặc những ổ bánh mì nguyên hạt dạng tròn và những ổ bánh mì lúa mạch đen hình vuông.

## **Bánh mì dẹt**

Ở những nơi khác trên thế giới, người ta lại ưa chuộng bánh mì dẹt hơn. Ở Trung Đông, từ Ai Cập đến Afghanistan, người ta thích bánh mì dẹt mềm. Ở Ai Cập họ gọi loại bánh mì đó là aesh. Ở Syria, Lebanon, và Yemen nó được gọi là khoubz (*Khoubz* có nghĩa là “bánh mì” trong tiếng Ả Rập). Ở Ấn Độ người ta ăn loại bánh mì dẹt gọi là naan. Tortillas và tacos là những loại bánh mì dẹt ở Nam và Trung Mỹ.



*Người phụ nữ Thổ Nhĩ Kỳ này nướng bánh mì dẹt trong một lò nướng ngoài trời.*

**Trồng ngũ cốc**

Bánh mì được làm từ các loại thóc lúa như lúa mì, lúa mạch, ngô, hay yến mạch. Quy trình gieo trồng và **thu hoạch** các loại thóc này rất giống nhau.

Lúa mì là loại hạt **ngũ cốc** được gieo trồng rộng rãi khắp thế giới. Những cánh đồng lúa mì bao phủ những khu vực rộng lớn của Mỹ, Nga, Trung Quốc và châu Âu. Lúa mì thông thường (còn được biết đến là loại để làm bánh mì) được sử dụng để làm ra bánh mì, cốm ngũ cốc, và bánh ngọt. Nó sinh trưởng ở những nơi có khí hậu ấm áp và lượng mưa thấp hơn 76 cm mỗi năm. Các loại lúa mì khác như lúa mì cứng được dùng để làm mì ống, có thể sinh trưởng ở những nơi có khí hậu lạnh hơn.



*Nông dân ở Nigeria, châu Phi, chuẩn bị thu hoạch những cánh đồng lúa mì của họ.*

### **Vì sao lại ăn bánh mì?**

Bánh mì cung cấp các **chất dinh dưỡng** mà cơ thể người cần để hoạt động và duy trì sự sống. Bánh mì chứa **carbohydrate**, chất cung cấp năng lượng cho cơ thể. Theo các chuyên gia thực phẩm, người trưởng thành nên có phân nửa lượng carbohydrate cần thiết từ các sản phẩm nguyên hạt. Trẻ em cũng cần có carbohydrate. Lượng cần thiết nhiều hay ít tùy thuộc vào trọng lượng cơ thể và độ tuổi của mỗi người.

Bánh mì còn chứa các **protein** giúp cơ thể khỏe mạnh.

Các **vitamin** nhóm B cũng được tìm thấy trong bánh mì. Chúng giúp phá hủy các protein và carbohydrate để cơ thể có thể hấp thu. Bánh mì cung cấp



**canxi.** Canxi giúp răng và xương chắc khỏe. Chất xơ là một thành phần có trong lúa mì cũng giúp cơ thể tiêu hóa và đào thải tốt.

## **Bánh mì trong các ngôn ngữ khác nhau**

Từ bánh mì (bread) xuất phát từ tiếng Anh cổ. Người Đức gọi nó là *brot*. Người Hà Lan gọi là *brood*. Những người ở Đan Mạch lại gọi bánh mì là *brød*.

QUỐC GIA	SẢN LƯỢNG LÚA MÌ (đơn vị: ngàn tấn)
Liên minh châu Âu*	119.646
Trung Quốc	106.000
Ấn Độ	75.810
Mỹ	56.247
Nga	49.400
Pakistan	23.000
Canada	20.050
Kazakhstan	16.600
Argentina	15.500
Iran	15.000
Sản lượng thế giới	604.961

\*Liên minh Châu Âu gồm 27 quốc gia Châu Âu

*Bảng thống kê cho thấy sản lượng lúa mì trong năm 2007-2008.*

# Từ cánh đồng đến bàn ăn

Ebook miễn phí tại : [www.Sachvui.Com](http://www.Sachvui.Com)



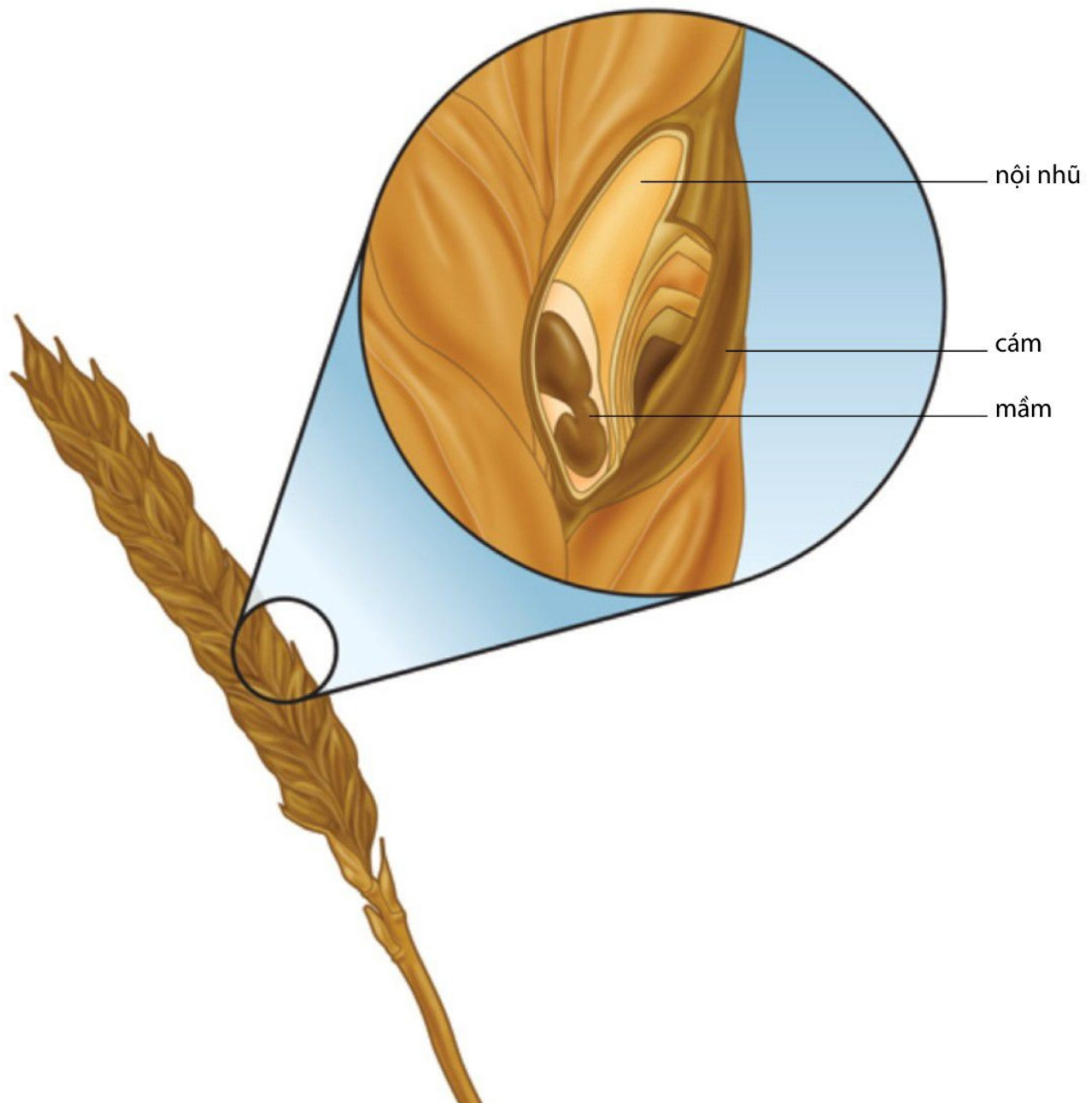
*Trên những nông trường lúa mì rộng lớn, các cỗ máy gọi là máy gặt liên hợp, thu hoạch lúa mì.*

Những người nông dân cày (lật) đất, gieo hạt, rồi đợi cho lúa mì phát triển. Ngay trước khi lúa mì hoàn toàn chín, những người nông dân **thu hoạch** chúng. Đầu tiên họ cắt thân lúa. Sau đó họ tách **hạt** ra khỏi những cọng rơm (xem hình). Công đoạn đó gọi là **đập lúa**. **Máy gặt liên hợp** làm công việc này trên những nông trường lớn (xem hình trên). Ở những cánh đồng nhỏ hơn, công đoạn đập lúa có thể làm bằng tay.

Sau khi lúa mì được thu hoạch, nó được sàng và **thóc** được chất lên các xe tải. Đôi khi nó được trữ trong những tòa tháp khổng lồ gọi là **kho trữ thóc** cho đến khi tàu hỏa hoặc xe tải mang chúng đến nhà máy xay bột.

**Máy gặt liên hợp**

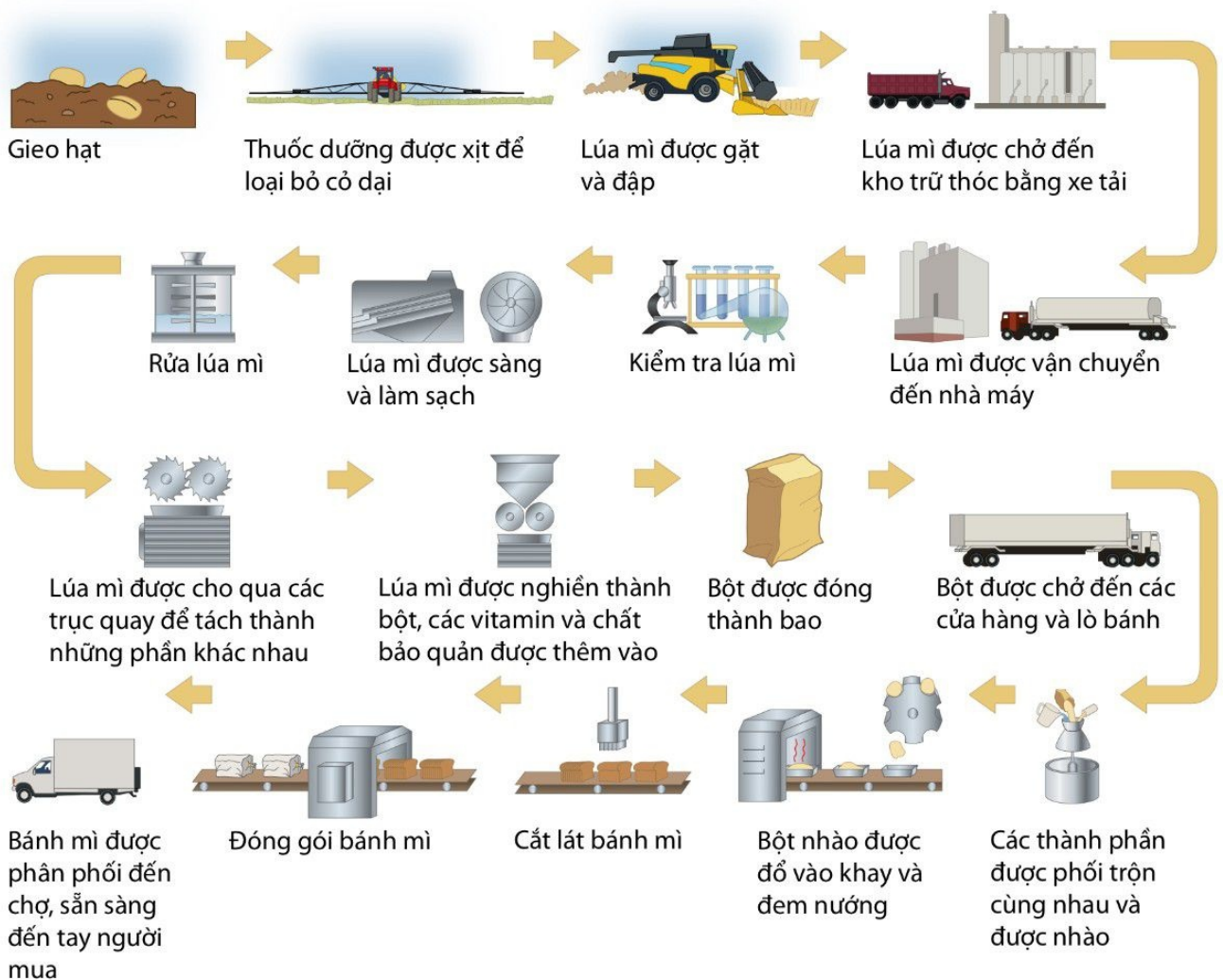
Máy gặt liên hợp là những cỗ máy không lồ gặt lúa mì và tách những hạt thóc ra khỏi rơm rạ. Chúng còn làm công việc sàng và chuyển thóc lên các xe tải. Nhà sáng chế người Mỹ, Samuel Lane đã thiết kế ra chiếc máy gặt liên hợp đầu tiên vào năm 1828. Năm 1890 mất khoảng 40 đến 50 giờ lao động để sản xuất ra 272 kg lúa mì. Đến năm 1975 chỉ còn mất 3,5 giờ để làm được việc tương tự, nhờ vào những chiếc máy gặt liên hợp đã được cải tiến.



*Bức hình cho thấy những phần của hạt thóc và cách chúng phát triển trên thân lúa như thế nào.*

### **Đến nhà máy xay bột**

Ở nhà máy xay bột hạt, lúa mì được kiểm tra để đảm bảo đạt chất lượng. Nó phải hoàn toàn khô ráo. Lúa mì ẩm sẽ bị mốc và thối rữa. Lúa mì đạt phẩm chất được trữ trong các bể ủ. Đó là những thùng chứa lớn có dạng hình trụ.



*Sơ đồ minh họa quy trình làm bánh mì, từ lúc gieo hạt cho đến khi phân phối những ổ bánh mì.*

Khi một người thợ xay (người làm việc trong nhà máy xay) chuẩn bị làm bột, hạt lúa mì sẽ được cho qua những chiếc sàng lớn bằng kim loại. Những chiếc sàng này sẽ loại bỏ những thứ như rơm rạ hay sạn. Sau đó hạt lúa mì được rửa qua nước ấm và sấy khô.

Trong những nhà máy xay lớn, hai trục quay lớn kẹp vỡ các hạt lúa mì. Các cỗ máy sẽ phân tách các phần khác nhau của hạt lúa mì. Những phần khác nhau sẽ làm ra những loại bột khác nhau. Bột mì được làm từ nội nhũ của hạt thóc. Đa số bánh mì được làm từ bột mì. Những trục quay kim loại lớn sẽ nghiền hạt lúa mì thành bột. Các chất hóa học khác và các **vitamin** được thêm vào. Sau đó, bột được đóng thành bao để phân phối đến các cửa hàng và lò bánh.

## Đến lò bánh mì

Để làm ra những chiếc bánh mì đơn giản nhất, người thợ thêm nước và muối vào trong bột. Với những chiếc bánh mì nở, họ còn cho thêm men vào. Công thức chế biến cho những loại bánh mì phức tạp hơn có thể bao gồm trứng, bơ, đường, và sữa. Các thành phần được phối trộn với nhau và được đổ vào khay. Sau khi bánh mì được nướng trong lò, nó được làm mát và cắt thành những miếng mỏng.

## **Ngoài lề**

Những thợ làm bánh cho thêm nhiều thành phần khác vào bánh mì. Các loại hạt và trái cây rất phổ biến. Các thành phần như quế, thì là hay tỏi cho bánh mì một hương vị khác biệt. Một số loại bánh mì lại có một ít thịt, ôliu, phô mai, hành hoặc tiêu.





*Men làm bánh mì nở. Nó có thể tươi hoặc có thể ở dạng khô, như trong hình.*

# Sơ lược về lịch sử bánh mì



*Loại hình nghệ thuật như tác phẩm điêu khắc này chỉ cho chúng ta biết cách thức làm bánh mì của người Ai Cập cổ.*

Con người thuở ban đầu săn bắn và bắt cá để làm thức ăn. Khi họ di chuyển từ nơi này sang nơi khác, họ thu lượm cây trái sinh trưởng ở những nơi đó. Những người này có thể đã ăn các loại hạt như lúa mạch, yến mạch, lúa mì, hoặc lúa mạch đen mà họ tìm thấy mọc dọc theo bờ sông. Ban đầu họ ăn thóc sống. Về sau họ nấu chín hoặc rang thóc để ăn.

### **Những cánh đồng đầu tiên**

Vào khoảng năm 7000 trước Công nguyên (cách đây khoảng 9.000 năm), những người ở vùng đất mà ngày nay là Iran và Syria bắt đầu canh tác ngũ cốc. Qua thời gian, họ biết được cách làm bánh mì. Những chiếc bánh mì đầu tiên có lẽ là bánh mì dẹt được làm chín trên những hòn đá được đun nóng.

Ở Ai Cập, những người phụ nữ lấy nước từ con sông Nile phát hiện ra rằng bánh mì của họ có thể phồng lên. Nước từ sông Nile có chứa **men**, thứ khiến cho bánh mì nở. Không ai biết chính xác nó đã xảy ra khi nào. Nhưng người Ai Cập cổ đại đã vẽ hình những ổ bánh mì nở trên các ngôi mộ cách đây khoảng 5.000 năm.

## **Hy Lạp và La Mã cổ đại**

Những người Hy Lạp cổ đại cũng ưa thích bánh mì. Cách đây khoảng 3.000 năm, những lò bánh ở Athen đã bán ra 72 loại bánh mì và bánh ngọt khác nhau. Người La Mã cổ đại học hỏi từ người Hy Lạp và nhanh chóng làm ra những ổ bánh tròn. Những đoàn quân La Mã đã đưa kỹ thuật làm bánh mì của họ ra toàn châu Âu và đến Anh quốc.

### **Trả công bằng bánh mì**

Những nô lệ xây dựng các kim tự tháp được ban cho bánh mì như tiền công. Tại La Mã, bánh mì đã được ban phát cho những người nghèo đói của thành phố. Đến năm 250 năm trước Công nguyên, những người La Mã đã phát bánh mì miễn phí cho 300.000 người.



*Những lò nướng như thế này có nguồn gốc từ thành phố cổ Pompeii, Italy, được sử dụng trên toàn châu Âu.*

### **Cối xay nước và cối xay gió**

Cối xay nước đã tồn tại ở Trung Quốc cách đây 1.000 năm. Nhưng nhiều năm sau đó, nó mới đến được với châu Âu. Những chiếc cối xay gió đầu tiên ở châu Âu được tạo nên ở phía bắc nước Pháp cách đây khoảng 1.000 năm. Chẳng mấy chốc, các cối xay gió được xây dựng ở Đức, Hà Lan, và Anh. Cả cối xay nước và cối xay gió đều được sử dụng để xay thóc làm bánh mì.



*Trong hàng trăm năm, những chiếc cối xay gió như thế này đã được sử dụng để xay thóc.*

## **Giàu và nghèo**

Bánh mì trắng được làm từ loại bột xay tốt nhất. Trong suốt thời Trung cổ (từ năm 500 -1450), chỉ những người rất giàu có mới có thể mua được bánh mì trắng. Bánh mì Pháp bắt đầu nổi tiếng toàn châu Âu, nơi mà người ta dần yêu thích bánh mì trắng.



*Hiệp hội ngăn chặn những lò bánh mì Pháp như thế này tăng giá quá cao.*

## Các hiệp hội

Trong giai đoạn sau của thời kì Trung cổ, những người thợ làm bánh lập nên các **hiệp hội** (các đoàn thể). Trước khi có các hiệp hội, chỉ có những địa chủ giàu sở hữu các lò nướng. Hiệp hội cho phép những người thợ bánh có chiếc lò của riêng mình. Hiệp hội còn đưa ra các quy tắc về việc làm bánh và kiểm soát giá bánh mì.

Trong suốt những năm 1500, những cuộc chiến tranh, các trận **dịch bệnh** (những căn bệnh truyền nhiễm), và **nạn đói** (những khoảng thời gian khi thức ăn khan hiếm) đã khiến đời sống đặc biệt khổ khó. Trong những năm tháng tồi tệ đó, chỉ có người giàu mới ăn bánh mì làm từ lúa mì. Người nghèo ăn bánh mì làm từ rom rạ, đất sét, và vỏ cây nghiền. Họ làm bánh từ

hạt sồi và rễ cây nghiến. Nhiều người đã chết đói.

## **Những chiếc mâm**

Trong thời Trung cổ, những người giàu đã dùng bánh mì làm mâm ăn. Chiếc mâm ăn là một hình thức của đĩa đựng thịt. Nước ngọt từ thịt thấm vào trong bánh mì. Khi họ kết thúc bữa ăn, họ thường ném bánh mì cho những người đầy tớ ăn.





*Bức ảnh này có từ năm 1926 cho thấy các công nhân đang sử dụng máy cắt bánh mì.*

## **Cuộc cách mạng công nghiệp**

Đến giữa những năm 1700, các phương thức trồng trọt và các máy móc tân tiến đã đem đến thời kì sung túc. Nạn đói và bệnh dịch không còn là vấn đề.

Đời sống bắt đầu thay đổi. Động cơ mới chạy bằng hơi nước đã cung cấp năng lượng cho các máy móc khác. Những cỗ máy này đã đảm đương nhiều công việc mà trước đây con người phải làm bằng tay. Sự chuyển đổi trong cách sống và làm việc của con người này được gọi là cuộc Cách mạng Công nghiệp.

Các nông trường sử dụng máy kéo và **máy gặt liên hợp** cần ít nhân công hơn. Nhiều người chuyển từ nông thôn lên thành thị. Họ làm việc trong các nhà máy. Cuộc sống ở các thành phố rất khó khăn. Không có nông trại hay vườn tược, những công nhân thành thị không còn có được các loại thực phẩm tươi. Họ phải mua bánh mì cho mình.

**Otto Frederick Rohwedder**

Phải mất nhiều năm để nhà sáng chế người Mỹ Otto Rohwedder phát minh ra một cỗ máy xắt bánh mì. ông bắt đầu làm việc với nó từ năm 1912. Đến năm 1928, cỗ máy của ông bắt đầu hoạt động cắt và đóng gói bánh mì để giữ cho nó được thơm ngon.

## Những chiếc lò công nghiệp

Lúc đầu, đa số bánh mì được làm ở những lò bánh nhỏ. Thời gian trôi qua, các lò bánh lớn hơn mua những chiếc lò tốt hơn để nướng bánh nhanh và dễ dàng hơn. Do không thể cạnh tranh, nhiều lò bánh nhỏ đã bị phá sản.

Những lò bánh lớn hơn đồng nghĩa với giá cả thấp hơn. Thậm chí cả người nghèo cũng có thể mua được bánh mì trắng, thứ được dùng loại bột tốt nhất để làm ra.

Đến những năm 1900, một số lò bánh đã đông lạnh và gia nhiệt lại **bột nhào** bánh mì. Một số sử dụng loại bột kém chất lượng. Nhiều loại bánh mì đã đánh mất hương vị của nó. Những năm 1940, các chuyên gia thực phẩm bắt đầu thêm **canxi** và các **vitamin** vào bánh mì để làm cho nó bổ dưỡng hơn.



*Các công nhân đang chát bánh mì lên xe tải chở hàng vào năm 1935.*

# Tiệc tùng



*Cô dâu và chú rể đang bẻ một ổ bánh mì hình dây bện được gọi là challah.*

Những buổi tiệc tùng thường có cả bánh mì. Nhiều người ăn bánh mì ở các buổi tiệc và các dịp đoàn tụ gia đình. Sinh nhật, lễ lạc, đám cưới, và đám tang có những chiếc bánh ngọt và bánh mì đặc biệt.

### **Bánh mì cưới**

Ở Đông Âu, một số đám cưới trang hoàng những chiếc bánh mì cầu kì được tạo thành hình trái tim. Cô dâu và chú rể sẽ cúi chào trước bánh mì. Họ hôn nhau. Sau đó họ sẽ bẻ bánh mì và đưa cho các vị khách của họ.

Ở Ba Lan, bánh mì chuẩn bị cho đám cưới có thể được trang trí với chim bồ câu và những bông hoa. Chiếc bánh nhắc cho các vị khách nhớ rằng những món quà tuyệt vời nhất chính là hòa bình, ấm no và hạnh phúc.

Ở một số khu vực thuộc Trung Á, mỗi đám cưới đều được cả làng tham dự. Mỗi người sẽ mang đến những chiếc bánh mì đặc biệt hoặc những chiếc

bánh ngọt. Ở những nơi khác ở châu Á, gia đình cô dâu sẽ tặng mỗi vị khách mời đám cưới những chiếc bánh mì chiên giòn.

## **Cuộc đua bánh kếp (pancake) ở Olney**

Bánh kếp là một hình thức của bánh mì được rán thay vì nướng. Có một cuộc đua bánh kếp ở thị trấn Olney của nước Anh diễn ra thường niên từ những năm 1400. Mọi người chạy đua qua những con đường với những chiếc chảo rán. Họ quăng một chiếc bánh kếp lên không trung lúc bắt đầu cuộc đua và một lần nữa khi cuộc đua kết thúc. Năm 1950, thị trấn Liberal, bang Kansas, nước Mỹ, cũng đã tổ chức cuộc đua của chính họ. Hai thị trấn giờ đây trao đổi khách viếng thăm vào ngày cuộc đua diễn ra hàng năm.



*Đây là một ổ bánh mì cưới từ đảo Crete ở Hy Lạp.*

**Lễ Tạ mùa**





*Chiếc bánh mì này là một phần của lễ Tạ mùa.*

Xuyên suốt lịch sử, con người luôn ăn mừng **mùa vụ** của họ. Vào mỗi tháng tám, người dân ở Ireland lại tổ chức lễ hội Lammastide, còn được biết đến là lễ hội Bánh mì. Nó diễn ra ngay khi bắt đầu vụ thu hoạch lúa mì. Những người Mĩ thì đợi đến khi mùa vụ hoàn tất để tổ chức lễ Tạ ơn. Lúa mì thường được sử dụng như một phần trang trí của lễ Tạ ơn.

Ở Cộng hòa Czech người ta tổ chức lễ hội Obzinky. Sau khi thu hoạch, những người nông dân làm vòng hoa (xếp thành vòng tròn) bằng lúa mạch đen, hoa dại, rom hoặc bông lúa mì. Các thiếu nữ đội vòng hoa trên đầu, diễu hành qua thị trấn. Mọi người nhảy múa và ăn uống.

### **Bánh mì dành cho đám tang**

Trong thời cổ đại, bánh mì được chôn cùng người chết. Khi các nhà khoa học khám phá các kim tự tháp ở Ai Cập, họ đã tìm thấy những ổ bánh mì có niên đại 3.500 năm. Thậm chí ngày nay tại một số nơi ở Pakistan, một túi bánh mì và phô mai vẫn được chôn cùng người chết. Cho đến tận những năm 1700, những người dân làng ở Pháp vẫn phân phát bánh mì cho người nghèo mỗi khi có một người giàu qua đời. Thông tục này nhắc nhở những người dân làng phải cùng nhau vượt qua thời kì khó khăn.

### **Bánh mì vòng Bagel**

Một truyền thuyết của người Ba Lan kể về câu chuyện của Jan Sobieski, vị vua của Ba Lan. Năm 1683, nhà vua cưỡi trên lưng ngựa khi ngài dẫn đầu đoàn quân của mình giải cứu người dân của Áo khỏi một cuộc tấn công. Một người thợ làm bánh địa phương đã làm một chiếc bánh mì có hình của chiếc **bàn đạp ngựa** để dâng tặng nhà vua. Ông đã gọi nó là *beugel*, tiếng Áo có nghĩa là “chiếc bàn đạp ngựa”. Mọi người yêu thích chiếc bánh mới này. Qua thời gian, hình dạng chiếc bánh thay đổi thành hình tròn với một cái lỗ chính giữa. Nó giờ đây được biết đến với

tên gọi bánh vòng hoặc bánh sừng bò (bagel).



*Những búp bê bánh mì, dành cho Ngày lễ các Thánh ở Bolivia, Nam Mỹ, nhắc mọi người nhớ đến những người thân đã khuất.*



# Có đủ bánh mì không?

Ngày nay, có gần bảy tỉ người sinh sống trên trái đất. Để đáp ứng nhu cầu cho nhiều người như vậy phải cần rất nhiều bánh mì. Nó có đủ không? Liệu nó có đủ trong tương lai?

QUỐC GIA	SẢN LƯỢNG LÚA MÌ NĂM 2005 (đơn vị: ngàn tấn)	SẢN LƯỢNG LÚA MÌ NĂM 2007 (đơn vị: ngàn tấn)
Liên minh Châu Âu	132.356	119.646
Mĩ	57.280	56.247
Canada	25.748	20.050
Úc	25.173	13.100
Toàn thế giới	621.305	604.961

\*Liên minh châu Âu gồm 27 quốc gia châu Âu

*Bảng thông kê so sánh sản lượng lúa mì trong năm 2005 và 2007, cho thấy sản lượng đã sụt giảm như thế nào.*

Con người luôn ăn mừng vào những lúc sung túc bởi vì họ biết rằng đôi khi họ bị thiếu thốn. Với nhiều người trên thế giới ngày hôm nay, vẫn không có đủ để ăn. Đầu thế kỉ 21, những chu kì của thời tiết khắc nghiệt đã tàn phá những cánh đồng lúa mì trên toàn thế giới. Ở châu Âu, lũ lụt đã tàn phá ruộng đồng. Mĩ và Úc phải chịu nạn hạn hán (thiếu nước). Những vấn đề này đã dẫn đến sự tăng giá của bánh mì và các thực phẩm khác.

## Giá cả tăng cao

Giá cả thực phẩm tăng cao có thể đẩy 100 triệu người vào cảnh bần cùng. Người dân ở các quốc gia châu Phi như Ghana, Nigeria và Zimbabwe bị ảnh hưởng đặc biệt nặng nề. Tháng hai năm 2008, 11 người đã chết ở Ai Cập khi họ xếp hàng chờ để nhận bánh mì. Đa số chết do kiệt sức hoặc đau tim. Hai

người đàn ông đã bị đâm khi có một cuộc tranh giành nổ ra.

Ở nhiều nước nghèo, bánh mì có giá cao hơn gấp đôi trong năm 2007. Ngay cả Vương quốc Anh, nơi không thiếu lương thực, giá thực phẩm vẫn tăng lên. Các chuyên gia dự đoán giá cả vẫn tiếp tục tăng. Những người nghèo trên toàn thế giới chịu ảnh hưởng nặng nề nhất bởi sự gia tăng này.

## **Bánh mì là vua**

“Bánh mì là vị vua trên chiếc bàn ăn và tất cả các thứ khác chỉ đơn thuần là những quân thần xung quanh nhà vua.”

*Nhà văn người Mỹ Louis Bromfield (1896-1956)*



*Một trận hạn hán vào năm 2007 đã tàn phá hầu hết vụ thu hoạch lúa mì của nước Úc.*

## **Những cánh đồng bị thu hẹp**

Ở nhiều quốc gia, đất đai đã từng là đất trồng trọt giờ trở thành các nhà máy, đường xá, hoặc xây cất nhà cửa. Điều này đã xảy ra ở Nhật Bản và Trung Quốc. Cả hai quốc gia hiện tại đều mua ngũ cốc từ Úc, Canada, và Mỹ. Ngày nay, Nhật Bản mua 70% lượng ngũ cốc cần thiết từ các quốc gia khác.

## **Bánh mì hay thịt bò?**

Hơn phân nửa nhu cầu thực phẩm hàng ngày của của những người nghèo được cung cấp từ các loại thóc lúa như lúa mì, lúa gạo, hoặc bắp. Khi thu nhập tăng, người ta ăn nhiều thịt hơn (thịt lợn hoặc thịt bò), sữa, và trứng. Lượng thóc bình quân trên một người ở Bắc Mỹ và châu Âu vượt xa so với những người ở các quốc gia kém phát triển hơn. Nhưng những người ở các quốc gia này không ăn nhiều bánh mì hơn - mà họ ăn nhiều thịt hơn. Thịt có từ các động vật ăn thóc lúa. Những động vật này cần rất nhiều thóc lúa để phát triển mạnh khỏe và mập mạp trước khi chúng bị giết thịt. Vậy là, phải tốn rất nhiều thóc lúa để sản xuất thịt.





*Tốn rất nhiều thóc lúa để nuôi gia súc.*

### **Chúng ta có thể làm gì?**

Một số chuyên gia tin rằng câu trả lời dành cho mọi người đó là ăn ít thịt lại. Có lẽ sẽ dễ dàng để một người thay đổi, nhưng để thuyết phục mọi người làm điều đó thì thật khó khăn.

Các chuyên gia khác lại cho rằng những người nông dân cần phải cải tiến cách thức trồng trọt. Các nhà khoa học đang nghiên cứu các cách để cải thiện hạt giống, bảo vệ đất trồng, và cung cấp nước vào những mùa khô hạn.



*Những đứa trẻ ở Afghanistan này phụ thuộc vào nguồn thóc lúa từ các nước khác bởi hạn hán nghiêm trọng ở đất nước này.*

## **Thổ Nhĩ Kỳ ưa thích bánh mì**

Người Thổ Nhĩ Kỳ tiêu thụ lượng bánh mì bình quân đầu người nhiều hơn bất cứ người của quốc gia nào khác. Họ ăn trung bình 200 kg bánh mì trên đầu người mỗi năm.

# Các hình thức của bánh mì



*Đế bánh pizza là một loại bánh mì.*

Chúng ta ăn bánh mì mỗi ngày. Các thực phẩm **ngũ cốc** nằm trong số những thực phẩm đầu tiên mà các em bé ăn. Khi chúng ta lớn hơn, chúng ta có thể dùng bánh mì nướng cho điểm tâm, sandwich cho bữa trưa, và một ổ bánh mì nhỏ hay một lát bánh mì với bữa tối. Bánh mì bọc những miếng gà rút xương hay những miếng cá chiên. Những món salad thường có các miếng bánh mì nhỏ chiên giòn mà chúng ta gọi là crouton. Thậm chí cả những món tráng miệng của chúng ta - bánh bích quy hay bánh ngọt - đều là một hình thức của bánh mì ngọt.

## **Bánh sandwich**

John Montagu, vị bá tước đời thứ tư của dòng họ Sandwich, đã không muốn dừng chơi bài để ăn. Một ngày năm 1762, ông để những lát thịt nguội giữa hai lát bánh

mì mỏng. Đó là cách mà món ăn có cái tên sandwich!  
Sandwich trở nên phổ biến ở nước Anh. Nó nhanh chóng  
lan truyền qua các nước khác và ra toàn thế giới.



*Người dân ở châu Âu và Mỹ ăn phân nửa số bánh mì của họ là sandwich.*

Bánh mì có một lịch sử lâu đời. Bánh mì trắng đã từng chỉ dành riêng cho giới thượng lưu. Ngày nay, mọi người đều có thể chọn cho mình bánh mì trắng. Tuy nhiên, thời gian gần đây, nhiều người lại quay về với các loại bánh mì nguyên hạt. Các bác sĩ tin rằng những loại bánh mì nguyên hạt tốt cho sức khỏe hơn.

Bánh mì quá phổ biến đến nỗi chúng ta hiếm khi nghĩ về nó. Hàng triệu

người làm việc vất vả mỗi ngày để trồng lúa mì, xay bột, và làm ra bánh mì mà chúng ta ăn.

## **Bạn là người quyết định**

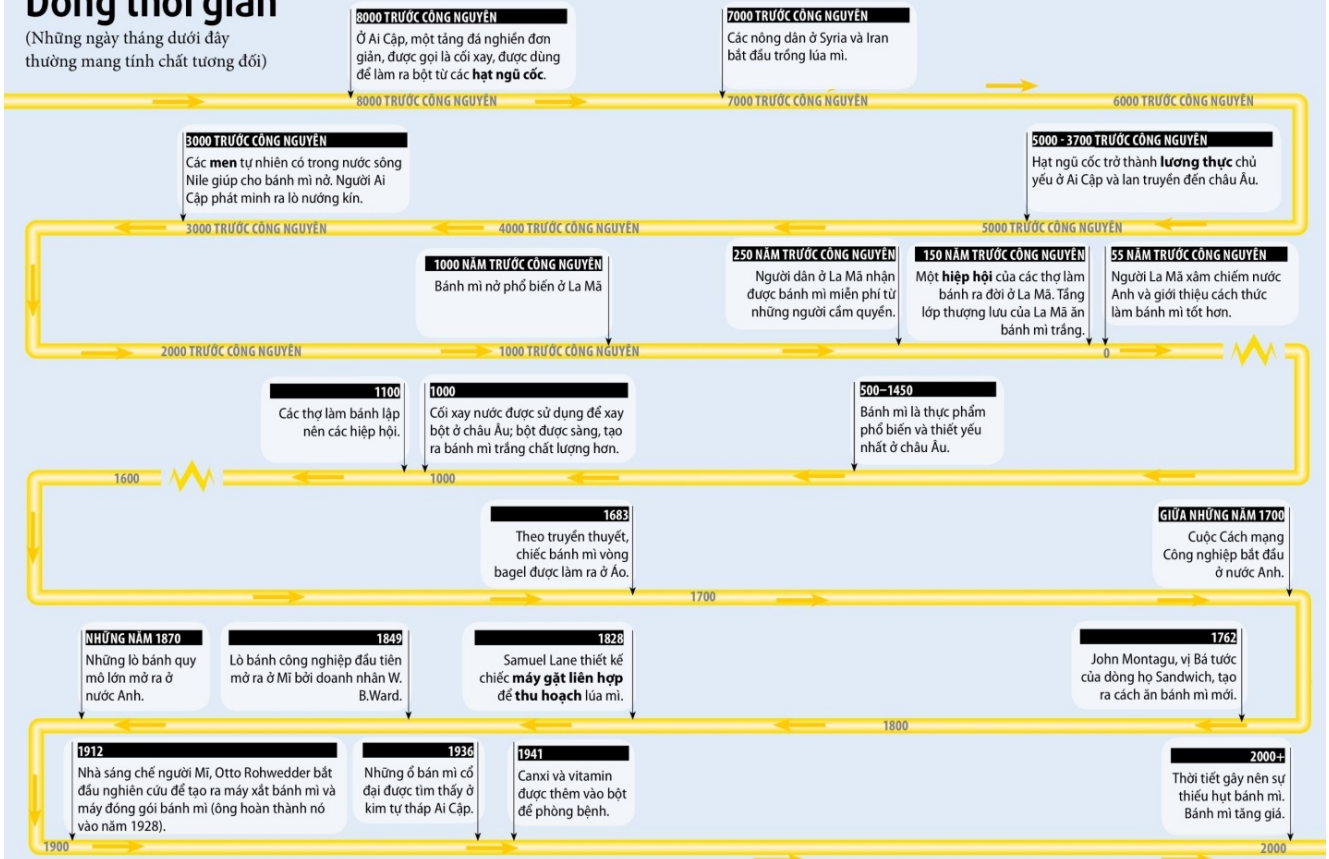
Hàng ngày người ta quyết định xem họ sẽ ăn gì. Liệu họ sẽ chọn ăn nhiều thóc lúa hơn và ít thịt đi? Liệu họ có chia sẻ thóc lúa của mình với những quốc gia khác hay tích trữ nó cho riêng mình? Bạn nghĩ quyết định đúng đắn là gì?

# Dòng thời gian



# Dòng thời gian

(Những ngày tháng dưới đây thường mang tính chất tương đối)



Kí hiệu này biểu thị cho sự thay đổi phạm vi trong dòng thời gian hoặc một khoảng thời gian dài không có những sự kiện được ghi chú lại.

# Chú giải

**Bàn đạp ngựa** vòng kim loại để bạn đặt chân vào khi cưỡi ngựa.

**Bột nhào** bột kết hợp với nước, sữa, và các thành phần khác, hỗn hợp sau đó được đem đi nướng. Khi bột nhào được nướng, nó trở thành bánh mì.

**Dịch bệnh** căn bệnh lây nhiễm nhiều người cùng một lúc. Các dịch bệnh đã giết chết nhiều người trong thời Trung Cổ.

**Canxi** một nhân tố tự nhiên cấu tạo nên những cấu trúc xương chắc khỏe và hỗ trợ sức khỏe tim mạch.

**Carbohydrate** chất được tạo ra bởi thực vật xanh và cung cấp năng lượng khi được ăn. Lúa mì là một nguồn carbohydrate dồi dào.

**Chất dinh dưỡng** thứ giúp cơ thể phát triển mạnh khỏe. Bánh mì có chứa các chất dinh dưỡng.

**Đập lúa** để tách các hạt lúa mì ra khỏi rơm. Máy gặt liên hợp gặt và đập lúa mì.

**Hạn hán** giai đoạn thời tiết khô hạn có thể tàn phá các vụ mùa. Những trận hạn hán gần đây đã gây tổn hại đến mùa vụ ở Canada.

**Hạt ngũ cốc** cây lương thực có hạt như lúa mì, bắp, lúa mạch đen, yến mạch, lúa gạo hay cây kê. Bánh mì được làm từ hạt ngũ cốc.

**Hiệp hội** đoàn thể của những người làm trong một ngành nghề nào đó. Những thợ bánh Pháp đều trực thuộc Hiệp hội thợ làm bánh.

**Kho trữ thóc** nơi lưu trữ thóc rộng lớn. Đa số các kho trữ thóc nằm gần đường ray tàu hỏa.

**Lương thực** thực phẩm căn bản và cần thiết. Sữa, trứng, và bánh mì là lương thực.

**Máy gặt liên hợp** máy thu hoạch lúa được dùng để gặt và đập lúa trên cánh

đồng. Những chiếc máy gặt liên hợp đầu tiên có ngựa kéo.

**Men** thực vật rất nhỏ, không màu có khả năng làm cho bột nhào nở (phồng lên). Bánh mì dẹt không cần men.

**Mùa vụ** thời điểm mà người nông dân thu gom cây trồng trên ruộng của họ.

**Nạn đói** sự thiếu hụt thực phẩm gây nên đói ăn cực độ với nhiều người. Thời tiết xấu có thể phá hủy mùa màng và dẫn đến nạn đói.

**Ngũ cốc** thóc lúa có thể ăn được như lúa mì, lúa mạch đen, yến mạch, lúa gạo hay bắp. Ngày nay, rất nhiều loại ngũ cốc được dùng trong điểm tâm.

**Nhà máy xay** nơi lúa được xay thành bột. Lúa phải được xay sau khi thu hoạch.

**Protein** một lượng lớn các chất có mặt trong sữa, trứng, thịt và các thực phẩm khác đóng vai trò cần thiết trong khẩu phần ăn của con người và các loài động vật. Protein giúp cơ thể phát triển và tự phục hồi.

**Thu hoạch** thu gom cây trồng trên đồng. Nhiều nông dân sử dụng máy gặt liên hợp để thu hoạch lúa mì.

**Trước Công nguyên** khi từ này xuất hiện phía sau một ngày, nó cho biết thời điểm diễn ra trước khi đạo Thiên Chúa ra đời. Ngày tháng trước Công nguyên luôn được tính ngược về trước. Ngược lại, những mốc thời gian không có từ này phía sau được hiểu là **Công nguyên**, cho biết thời điểm sau khi đạo Thiên Chúa xuất hiện, được tính tiến về trước.

**Vitamin** thứ được tìm thấy trong các sản phẩm tự nhiên như trái cây, các sản phẩm từ sữa, cá, hoặc thịt; chúng rất cần thiết cho một cơ thể khỏe mạnh. Bánh mì có chứa các vitamin.

**HẾT**

tve-4U

CÙNG ĐỌC, CÙNG CHIA SẺ