

Viljat

1. Mitä viljaa Suomessa viljellään eniten?

- a) ruista
- b) ohraa
- c) vehnää



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Viljat

2. Mikä seuraavista väittämistä ON totta?

- a) viljat kuuluvat heinäkasveihin
- b) viljat eivät ole merkittävä ihmisravinnon lähde
- c) viljan ravintosisällöstä suurin osa on vitamiineja ja hivenaineita



Viljat

3. Mitä viljoja tiedät?



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Viljat

4. Mitä yhteistä on tattarilla, amarantilla ja kvinoalla?

- a) ne ovat melko ravinto- ja vitamiiniköyhiä
- b) ne ovat pseudo- eli valeviljoja
- c) ne ovat gluteenittomia



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Viljat

5. Mitkä keliakiaa koskevista väittämistä ON totta?

- a) keliaakikko ei voi syödä kauraa
- b) keliakia on autoimmuunisairaus
- c) alttius sairauteen on perinnöllistä



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Viljat

6. Paljonko suomalaiset keskimäärin syövät viljatuotteita päivässä?

- a) yli 300 g
- b) yli 200 g
- c) Yli 100 g



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Viljat

7. Mitä ovat Reetta, Ceylon ja Matros?

- a) leipäviljan lajikkeita
- b) maissilajikkeita
- c) rehuviljan lajikkeita



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Viljat

8. Mihin suomalainen ohra pääasiassa käytetään?

- a) oluen raaka-aineeksi
- b) rehuksi
- c) elintarviketeollisuuden tarpeisiin



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Viljat

9. Mitkä seuraavista ohraa koskevista väittämistä ON totta?

- se on yleisin mallastettava viljamme
- se muodostaa sitkoa
- se on Suomen vanhin viljakasvi



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Bonuskysymys

Oletko tehnyt oljista himmeleitä, millaisia?



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Vastaukset

1. b) Vuonna 2021 viljeltiin yli miljardi kiloa ohraa. Seuraavaksi eniten viljellään kauraa 783 miljoonaa kiloa, vehnää 683 miljoonaa kiloa ja ruista 64 miljoonaa kiloa.
2. a) viljat kuuluvat heinäkasveihin. Viljan ravintosisällöstä suurin osa on hiilihydraatteja.
3. Ruis, ohra, kaura, vehnä, maissi, riisi, durra, speltti ja hirssi.
4. b,c) Tattarijauhoa käytetään mm. puuron ja blinien valmistuksessa. Kvinoa on miedon makuinen ja sitä voidaan käyttää kuten riisiä tai pastaa vedessä keittämällä. Amaranttia käytetään siemeninä tai jauhona mm. puuroissa ja keitoissa sekä kohottamattoman leivän valmistuksessa
5. b.c)
6. b) yli 200 g
7. a) leipäviljan lajikkeita
8. b) Ohrasta käytetään rehuksi 50 % ja mallasteollisuuteen oluen raaka-aineeksi 20 %. Elintarviketeollisuus käyttää vain 7 % sadosta.
9. a,c)



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY