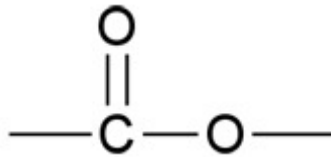


RASVAT

- energiaravintoaine (ravintoaine, josta elimistö saa energiaa)
- orgaanisia yhdisteitä – sisältävät hiiltä (C), vetyä (H) ja happea (O)
- rasvat muodostuvat kemiallisessa reaktiossa glyserolista ja rasvahapoista
- rasvat ovat estereitä → esteri on yhdiste, joka muodostuu happojen ja alkoholien reaktiossa



- estereiden tunnusryhmä on
- rasvoissa on kolme kappaletta esteriryhmiä
- tydyttyneet rasvat:
 - hiiliatomien välillä vain yksinkertaisia sidoksia
 - eläinrasvat, kookosrasva, kaakaovo
 - huoneenlämpötilassa kiinteitä
- tydyttymättömät rasvat:
 - yksi tai useampi kaksoissidos hiiliatomien välillä
 - kasvirasvat
 - nestemäisiä huoneenlämpötilassa

- rasvojen tehtävä elimistössä:
 - * energian lähde
 - * kuljettavat vitamiineja
 - * suojaavat sisäelimiä
 - * toimivat lämmöneristeenä
- rasvat härskiintyvät eli pilaantuvat helposti

