

خريطة حفظ الطعام في الثلاجة بشكل علمي



الأربعاء 17 مايو 2017 01:05 م

تحتار ربات البيوت في طريقة تخزين الطعام في الثلاجة، خاصة مع وجود بعض المفاهيم والمعتقدات الخاطئة مثل حفظ البيض في الباب والتي ثبت عدم صحتها

وذكر موقع "greatist" بعض الإرشادات عند حفظ الأطعمة داخل الثلاجة وترتيبهم وفقاً لدرجة البرودة اللازمة لحفظ كل نوع كما يلي:

-توضع المشروبات والألبان ذات الاستخدام اليومي في باب الثلاجة نظراً لتغير درجة الحرارة في الباب ولبرودته المنخفضة ولا يحفظ البيض في باب الثلاجة لأنه يجب أن يحفظ في مكان يتمتع بدرجة حرارة ثابتة

-بالنسبة للأرفف العلوية يحفظ فيها الأكل المطبوخ من بقايا الطعام والمشروبات والأطعمة الجاهزة من اللحوم، حيث ترتفع فيها نسبة البرودة ويمكن حفظها لمدة أطول، شرط أن تكون بعيدة عن الضوء

-يمكن حفظ بعض المخبوزات في رف الثلاجة المتوسطة شرط أن توضع في علب بلاستيكية محكمة الإغلاق، كما يمكن حفظ الدجاج في الرف نفسه للحصول على دجاج مبرد بدلاً من المجمد كما يمكن حفظ البيض في ذلك الرف

-الرفوف المنخفضة هي أفضل مكان لحفظ اللحوم النيئة والبيض والمأكولات البحرية، ومنتجات الألبان الأخرى ليتم تخزينها في أبرد درجات الحرارة، وذلك لمنع انتشار البكتيريا على اللحم النيء، كما يجب حفظ اللحوم في عبواتها الأصلية، ووضعها على طبق في الثلاجة

-أما بالنسبة للخضار والفاكهة فإنها لا تحفظ في الثلاجة، وعند الاضطرار لذلك فيمكن حفظها في الدرج السفلي كما أن الخضار الورقي أيضاً يمكن حفظه في الثلاجة لكن يجب لفه بالورق أولاً، فذلك يساعد في امتصاص الرطوبة، كما يجب تغييره من فترة إلى أخرى

-الفرزير تحفظ فيه اللحوم والأسماك والدجاج بعد تغليفها بأكياس بلاستيكية مفرغة من الهواء