

KAKO SHRANJEVATI ŽIVILA V HLADILNIKU, DA BODO ZDRŽALA DLJE ČASA?

Praktični napotki za pravilno shranjevanje živil v hladilniku

Živila shranjujemo v plastičnih, steklenih oz. drugih primernih posodah. Tako bomo preprečili izgubo vlage in okusa ter širjenje vonjav na ostala živila.

Jajca hranimo v originalni embalaži na višjih policah hladilnika, nikakor ne na vratih, ker se zaradi odpiranja vrat temperatura nenehno spreminja.

Tu hranimo mlečne izdelke, narezane mesnine in proizvode z oznako "po odprtju hraniti v hladilniku".

Živila odmrzujemo tako, da jih pustimo čez noč v hladilniku, in sicer na spodnji polici. Nikoli ne odmrzujemo pri sobni temperaturi na kuhinjskem pultu ali v topli vodi.

Živila v zamrzovalniku označimo z nalepko. Zabeležimo vsebino, količino in datum pakiranja.

Mesne narezke shranjujemo daleč od surovega mesa.



Hladilnik in zamrzovalnik redno čistimo. Takoj ko se nekaj polije, površino pobrišemo. Za dezinfekcijo uporabimo mešanico destilirane vode in kisa.

Ostanke skuhanih jedi ohladimo na sobni temperaturi, šele nato jih spravimo v hladilnik.

Sokove, omake, maslo, marmelado in izdelke, ki potrebujejo manj hlajenja, hranimo na vratih hladilnika. Tu je temperatura najvišja, med 10 in 15 °C.

Živila s krajšim rokom uporabe postavimo na sprednji del police, tista z daljšim rokom pa so lahko bolj zadaj.

Surovo meso, perutnino, ribe in morske sadeže hranimo na najnižji polici v hladilniku. To je najhladnejša točka v hladilniku.

JE ŽIVILO ŠE VEDNO UŽITNO?

- 1. Rok trajanja so le orientacijsko sredstvo.** Živila pogosto lahko zdržijo tudi dlje, kot je napisano na embalaži, še posebej pri "najmanj do".
- 2. Posvetujte se s svojimi čuti.** Če je jogurt kakšen dan čez rok trajanja, še ne pomeni, da je zanič. Odprite ga in pokusite - če sta vonj in okus takšna kot ponavadi, je povsem užiten.
- 3. Je vse, kar je plesnivo, res zanič?** Veliko živil, ki jih napade plesen, moramo zavreči, nekatera izmed njih pa lahko tudi "rešimo". Če obrežete plesen na suhi salami, trdem siru ter čvrstem sadju in zelenjavi, bo preostali del še čisto v redu. Pozorni bodite le, da vsakič, ko odrežete plesnivi del, nož očistite.