

Τα τρόφιμα που δε πρέπει να βάζουμε στο ψυγείο

Αρκετοί από εμάς με το που αγοράζουμε κάποια τρόφιμα σπεύδουμε να τα βάλουμε στο ψυγείο προκειμένου να τα «προστατεύσουμε» από τη ζέστη. Αν όμως ρωτήσουμε κάποιον επαγγελματία της μαγειρικής τέχνης, θα μας πει πως είμαστε «φάουλ», καθώς οι ακραίες υψηλές και οι χαμηλές θερμοκρασίες αλλοιώνουν το φαγητό. Έτσι, κάποια τρόφιμα διατηρούνται πιο φρέσκα και γευστικά αν...δε μπουν στο ψυγείο.

1. Ψωμί

Ξέρουμε τι σκέφτεσαι: “Ένας άνθρωπος μόνος μου πώς να καταφέρω να φάω μια ολόκληρη φρατζόλα ψωμί πριν χαλάσει; Προφανώς και θα το βάλω στο ψυγείο”. Θα σου προτείναμε να το ξανασκεφτείς, καθώς η γεύση και η υφή του ψωμιού θα αλλοιωθεί στο ψυγείο και ρισκάρεις να μουχλιάσει πριν ακόμα επέλθει η ημερομηνία λήξης. Το καλύτερο που μπορείς να κάνεις είναι να το βάλεις σε μία πλαστική σακούλα με αεροστεγές κλείσιμο και εάν φοβάσαι πως δεν θα καταφέρεις να το καταναλώσεις έγκαιρα να το βάλεις στην κατάψυξη και να το ξεπαγώνεις όποτε το χρειάζεσαι.

2. Φρέσκα μυρωδικά

Δεν υπάρχει τίποτα καλύτερο από τα φρέσκα μυρωδικά. Βάζοντάς τα όμως στο ψυγείο καταστρέφεται το υπέροχο άρωμά τους, αφού έχουν την τάση να απορροφούν τις μυρωδιές από τα υπόλοιπα τρόφιμα. Εάν δεν θέλεις να αγοράσεις το δικό σου γλαστράκι για να τα κόβεις κάθε φορά που τα χρειάζεσαι, μπορείς να τα βάλεις μέσα σε ένα ποτήρι με φρέσκο νερό, στο οποίο θα βυθίζονται μόνο τα κοτσάνια.

3. Ντομάτες

Ο ψυχρός αέρας αλλοιώνει τη γεύση της ντομάτας και γι' αυτό το καλύτερο που μπορείς να κάνεις είναι να τις αποθηκεύεις σε ένα μπολ πάνω στον πάγκο της κουζίνας. Εάν θέλεις μάλιστα να διατηρηθούν φρέσκες για παραπάνω καιρό, τοποθέτησέ τις με τα κοτσάνια τους προς τα κάτω.

4. Μέλι

Πέρα από το γεγονός ότι το μέλι είναι ένα από τα τρόφιμα τα οποία δεν χαλάνε ποτέ, με αποτέλεσμα να μην έχει νόημα να το αποθηκεύσεις στο ψυγείο, εάν τελικά αποφασίσεις να το κάνεις θα πρέπει να είσαι έτοιμος να φας μέλι, το οποίο θα έχει ζαχαρώσει.

5. Κέτσαπ

Μην “φορτώνεις” τζάμπα την πόρτα του ψυγείου σου! Η συγκεκριμένη σου περιέχει τόσο αλάτι, ξύδι και συντηρητικά που μπορεί να διατηρηθεί άνετα εκτός ψυγείου, σε κάποιο δροσερό και σκιερό μέρος της κουζίνας.

6. Πατάτες και κρεμμύδια

Η συγκεκριμένη ρίζα και ο βολβός αυτός δεν έχουν καμία θέση στο ψυγείο! Καλό θα είναι να τα αποθηκεύεις σε ένα σκιερό μέρος στην κουζίνα για να τα διατηρήσεις όσο το δυνατό πιο φρέσκα γίνεται!

7. Κακάο

Καλό είναι να το αποθηκεύεις μέσα σε ένα αεροστεγές δοχείο και να το αφήνεις σε ένα σκοτεινό σημείο μέσα στην κουζίνα και πάντα σε θερμοκρασία δωματίου. Και προς θεού ποτέ μην το βάλεις στο ψυγείο, γιατί αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα να χαλάσει.

ΠΗΓΗ: https://www.pronews.gr/ygeia/diatrofi/803278_ta-trofima-poy-de-prepei-na-vazoyme-sto-psygeio