

ما هي أفضل طريقة لتخزين الطعام في الثلاجة؟

إليك بعض النصائح من أجل حفظ المأكولات لفترات أطول والوقاية من التسمم الغذائي في مطبخك.



في الأعلى

- أطعمة جاهزة للاستهلاك
- الطعام المتبقي
- الجبن والروب (الزبادي)

في الوسط

- الحليب، والمشروبات النباتية
- البيض
- التوفو

في الأسفل

- اللحم، والدواجن، والأسماك، والمأكولات البحرية

يجب وضع اللحم والأسماك النيئة بداخل أوعية. بذلك نضمن عدم نزول أية سوائل على الأطعمة الأخرى.

الأدراج

- الخضراوات الطازجة (داخل الدرج)
- الفاكهة الطازجة (داخل الدرج الآخر)

باب الثلاجة

- الزيوت، والزبدة، والصلصة، والتوابل، والمربى، وصلصة السلطة، وخطاط التتبيل
- المشروبات الأخرى

إليك المزيد من النصائح

- لا تنسى التأكد من درجة الحرارة داخل البراد! يجب أن تتراوح درجة الحرارة داخل البراد ما بين 0 و 4 درجات مئوية، على أن تكون درجة حرارة الفريزر (المجمد) -18 أو أقل.
- تجنب ترك باب البراد مفتوحاً لفترة طويلة وتأكد من إغلاقه جيداً بعد الاستخدام حتى تظل المأكولات محفوظة في درجة الحرارة المناسبة.
- يجب تناول الطعام المحفوظ بالبراد منذ فترة طويلة أولاً مع تطبيق مبدأ تناول الطعام الأقدم فالأحدث.
- تأكد من أن الطعام لا يزال صالحاً للاستخدام بالاستعانة بالإرشادات الخاصة **بالأقدم فالأحدث** و**الدليل الحراري** الذي أصدرته وزارة الزراعة، والصيد والأغذية بمقاطعة كيبيك.
- يجب تنظيف البراد بشكل دوري.