

Где хранить овощи и фрукты летом?

В **холодильник** же можно закладывать на кратковременное хранение следующие овощи и фрукты: виноград, баклажаны, очень спелые груши, зеленый горошек в стручках, кабачки, свежую белокочанную капусту, морковь, сладкие болгарские перцы, редис и репу, свеклу, фасоль, шампиньоны и яблоки. При этом нижний предел температуры, при которой эти овощи и фрукты готовы храниться, не должен падать ниже $+8^{\circ}\text{C}$, а верхний – превышать $+13^{\circ}\text{C}$.

Что касается зелени: салат, лук-порей, укроп, сельдерей, петрушка, базилик, кинза, то в холодильнике ее хранят, обернув в мокрое полотенце или просто хлопчатобумажную ткань, а сверху – в полиэтилен или фольгу. В ящиках для овощей такая зелень будет чувствовать себя отлично в течение довольно длительного времени.

Нежные ягоды: клубника, черника, малина, смородина, земляника в холодильнике выдержат максимум сутки. И это если ягоды хранить в невымытом виде и в объемной таре, где они выложены тонким слоем. Черешня, вишня, крыжовник менее капризны, и лежат в холодильнике на самой «теплой» полке дня три. Спелый начатый арбуз тоже лучше отправить в холод. Целые же арбузы прекрасно хранятся просто на полу в кладовке или на балконе.

Что не следует класть в холодильник?

Картофель в холодильнике не держат. Во-первых, он занимает много места, во-вторых, картофель отлично хранится в чистом ящике в погребе или кладовке, то есть в таких местах, где относительно прохладно, обязательно сухо и темно. То же самое касается чеснока и лука. Только не кладите лук рядом с картофелем: это соседство приводит к скорой порче корнеплодов.

Мандарины, апельсины и лимоны тоже в холодильник класть не рекомендуется. Эти фрукты нежные, и низкие температуры действуют на них губительно.

Помидоры храните на столе, на подоконнике, в ящике для овощей, но только не в холодильнике. Иначе придется есть водянистое нечто, с рыхлой структурой и практически безвкусное. Это же относится и к огурцам.

Но самое правильное – приносить домой овощей и фруктов ровно столько, сколько вы сможете съесть или пустить на заготовки.

Психолог Е.И. Буглак

«ДРУЗЬЯ» ПО ХРАНЕНИЮ:



«ВРАГИ» ПО ХРАНЕНИЮ:

