

- نگهداری این مواد غذایی در فریزر ممنوع است!

نگهداری برخی مواد غذایی به دلیل شرایط و فصول مختلف در فریزر انجام می شود که این کار برای برخی از این مواد غذایی که در ادامه به آن اشاره می کنیم کاملاً ممنوع است .

- از نگه داشتن این مواد غذایی در داخل یخچال خود داری کنید:

نگهداری مواد غذایی به روش و شیوه ای درست در حفظ سلامت و مواد مغذی موجود در آنها نقشی اساسی دارد که در این بخش به آن دسته از مواد غذایی که نگهداری آنها در فریزر ممنوع است اشاره می کنیم.

- گوجه فرنگی



گوجه فرنگی به عنوان منبع غنی ویتامین سی از ارزش بالایی برخوردار است که اگر آن را در فریزر نگهداری شود دیگر از ویتامین سی و لیکوپن موجود در آن که عاملی در پیشگیری از ابتلا به سرطان است خبری نخواهد بود.

- سیر

سیر بعد از قرار داده شدن در فریزر حالت سفتی و انسجام بافتهای خود را از دست می دهد . بهترین محیط برای نگهداری سیر محلی خشک و خنک است اما نه دمای بسیار پایین.

• سیب زمینی:

نگهداری سیب زمینی در فریزر و دمای پایین آن را تبدیل به سیب زمینی بدون کیفیت مناسب برای مصرف می کند چرا که بهترین محل برای نگهداری سیب زمینی با توجه به حفظ خواص آن در محیط آشپزخانه اما با درجه حرارت مناسب که نباید گرم باشد.

• پیاز:

بدترین ایده برای نگهداری پیاز داخل فریزر است که آب میان بافتی آن لایه های پیاز را نرم و غیر قابل مصرف می کند.

• نان:

فریزر شما نان را خشک کرده و اگر بیشتر از چند روز نان را در دمای فریزر نگهداری شود کیفیت مناسب برای مصرف را نخواهد داشت.

• روغن زیتون:

شما باید روغن زیتون را در محیطی خشک و تاریک نگهداری کنید چرا که مکانیسم و طبیعت روغن زیتون این طور بهتر حفظ می شود.

• عسل:

هیچ نیازی به حفظ و نگهداری عسل در فریزر وجود ندارد چرا که عسل ماده ای بسیار مقاوم در برابر فساد است و با قرار دادن عسل در فریزر آن را به حالتی کریستالی و ناخوشایند برای مصرف تبدیل می کنید .