

## Хранение продуктов в холодильнике имеет свои правила

**Правило первое.** Избавьтесь от полиэтиленовой упаковки. Под полиэтиленом создается влажная среда, в которой быстро размножаются бактерии, от перепада температур образуется конденсат, продукты плесневеют.

**Правило второе.** Переложите продукты в стеклянную посуду (и молоко, и сметану, и сыр и творог и т.д) или заверните в специальную пищевую бумагу, пергамент или фольгу.

**Правило третье.** На разных полках холодильника имеется разный температурный режим. Температура хранения продуктов в холодильнике различная для разных продуктов. На полках ближе к морозильной камере хранят все скоропортящиеся продукты: мясные и колбасные изделия, рыбу, творог, масло сливочное, на средних полках хранят все готовые продукты, молоко, сыр, сметану; овощи, фрукты, зелень хранят в специальных выдвижных отсеках; дверцы холодильника – это самое теплое место, поэтому в ней нельзя хранить скоропортящиеся продукты. Это место для сока, яиц, соусов.

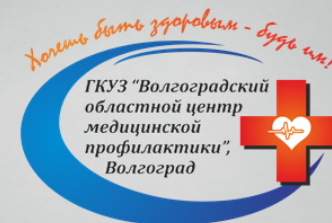
**Правило четвертое.** Не забывайте регулярно мыть холодильник. Прекрасным средством для этого является сода. В одном литре воды нужно развести одну столовую ложку соды и этим раствором почистить все полочки и помыть стенки холодильника.

*Как правило, абсолютно все продукты питания мы стараемся хранить в холодильнике. Всем известно, что низкая температура способствует их долговременному хранению. В свой холодильник мы кладем колбасы и масло, консервы и десерты, фрукты и овощи.*

*Но, оказывается, есть продукты, которым холод воспрещен, а хранение других вне холодильника чревато последствиями для здоровья. Огромное число отравлений (около 80%) происходит из-за неправильного хранения продуктов именно в холодильнике!*

*Хранение продуктов в холодильнике имеет свои правила, причем, правила, важные для нашего здоровья. Давайте попробуем разобраться что нужно хранить в холодильнике, а что нежелательно класть в холодильник.*

400081 Волгоград  
ул. Политрука Тимофеева, дом 5  
Телефон/факс: (8442) 36-26-20  
Адрес электронной почты:  
vosmp@vomic.ru



## А что у вас в холодильнике?

## Что обязательно надо держать в холодильнике?



те

**Мясо.** Свежее мясо положите в морозильник, фарш и рыбу не храните более 3-х дней.

**Молоко.** Обратите внимание на дату последнего срока использования, помните, что он указан для запечатанной упаковки.



**Сливочное масло.** Через 1-2 дня вне холодильника при комнатной температуре начинают свое развитие бактерии.

**Сыр.** Хранить в холодильнике его надо без пленки в пластмассовой баночке.



**Яйца** надо разложить их на дверцах холодильника, не мыть, не хранить их в покупной полиэтиленовой упаковке.



**Приправы, джемы и соленья.** Эти продукты бессмысленно хранить в холодильнике ДО первого открытия. После него надо ставить банку в холодные условия во избежание порчи.

## А эти продукты из холодильника уберите!



**Морковь и картофель.** Они могут загнить, прорасти. Картофельный крахмал превращается при низкой температуре в сахар. Изменится вкус картофеля и его консистенция.

**Репчатый лук.** В условиях холодильника нарушается структура, появляется размягчение, потом плесень. Луковый «аромат» ухудшает вкусовые качества остальных продуктов.



**Чеснок.** Охлаждение чеснока заставляет его выделять влагу и плесневеть. Уже нарезанный чеснок можно сохранить в холодильнике в контейнере, в течение короткого периода.

**Помидоры.** Они становятся мягкими и тяжёлыми, мучнистыми. Будут еще хороши для приготовления, но не идеальны для употребления в свежем виде.



**Оливковое масло.** Охлаждение заставляет масло менять структуру и твердеть. Масло снова вернется к жидкому состоянию, если достать его из холодильника. Однако аромат уже не будет таким.

**Бананы.** Влага и холод на них действует губительно – процесс гниения идет быстрее, вкусовые качества теряются. В холодильнике кожура быстро чернеет, однако сама мякоть остаётся белой.



**Мед.** Биохимические вещества этого продукта в холодильнике подвержены разрушению. Такой мед большой пользы не принесет.

**Шоколад и конфеты.** На их поверхности при низкой температуре выступает конденсат. Затем он высыхает, а на поверхности остаются мельчайшие кристаллики сахара, (шоколад "седеет"). В таком виде его можно есть, но он не такой вкусный и красивый. А если эти сладости плотно запакованы в полиэтилен, то конденсат может довести их не только до поседения, но и до заплесневения.

