

- **Daliai produktų laikymas šaldytuve yra kenksmingas**
- **Skirtingose šaldytuvo lentynėlėse - skirtingi maisto produktai**
- **Ar produktą reikia laikyti šaldytuve pasufleruos ir parduotuvių lentynos**

Grįžę namo po apsipirkimo, rikiuodami maisto produktus dažniausiai ilgai netrunkame: kone viską sudedame į šaldytuvo lentynas ir paliekame, kol prisireiks. Tačiau retas kuris susimąsto, kad šaldytuve tvyrantis šaltis skirtingiems maisto produktams gali būti ne tik nenaudingas, bet net kenksmingas. Taigi ko verčiau nelaikyti šaldytuve ir kodėl?

Pasak Aido Polenino, „Maximos“ maisto gamybos departamento direktoriaus, dažniausiai šaldytuvų lentynas užpildome skirtingomis daržovėmis, tačiau toks sprendimas nėra teisingas. Orientuotis padeda prekių išdėstymas parduotuvėse – juk čia daržovės taip pat atgula paprastose lentynose.

„Dažniausiai pasitaikanti klaida yra šaldytuve atsirandantys pomidorai. Kadangi tai – ypač vandeninga daržovė, šaltis veikia jos skonines savybes, be to, stabdo nokimo procesą. Galiausiai, ima kisti ir pomidoro tekstūra – jis tampa miltingas, težta“, – sako A. Poleninas.

Panašiai, tikina, yra ir su agurkais, paprikomis, baklažanais, cukinijomis, svogūnais: „Visas šias daržoves iš esmės dėl panašių priežasčių reikėtų laikyti sausoje, geriau – kiek vėsioje vietoje. Idealiausia – pintame inde.“

Į maišelius ir į sandėliuką

Kiek kitaip, pasak „Maximos“ maisto gamybos departamento direktoriaus, yra su kietos tekstūros daržovėmis – bulvėmis, valgomaisiais batatais, morkomis. Nors šioms daržovėms šaldytuve taip pat perdėm šalta, jas vis tiek reikėtų laikyti vėsesnėje nei įprasta aplinkoje.

„Bulvės savyje turi krakmolo, taigi laikant jas šaldytuve šis greičiau tampa cukrumi. Rezultate, bulvės tampa saldžios, be to, greičiau suvysta. Taip pat ir su saldžiosiomis bulvėmis – valgomaisiais batatais, morkomis, pastarnokais. Tokias daržoves geriausia yra sudėti į popierinius maišelius, kurie geriau nei plastikiniai praleidžia orą, ir palikti tamsesnėje, vėsesnėje vietoje. Idealiausia – sandėliuke ar bent jau spintelėje“, – sako A. Poleninas ir priduria, kad palankiausia temperatūra tokioms daržovėms – 8 laipsniai Celsijaus.

Skirtingos šaldytuvo lentynėlės

Šaldytuve verčiau laikyti tuos produktus, kurie patys iš savęs nėra vandeningi. Pavyzdžiui, mėsą ir jos gaminius, žuvį, sūrius ir panašiai. Tiems produktams, kurie savyje turi sąlyginai daug vandens, šaltis gali būti kenksmingas – stabdys nokimą, lems skonio pakitimą, produktai trumpiau išliks švieži.

Be to, direktoriaus teigimu, svarbu atminti, kad lentynėlės šaldytuvuose įmontuotos ne be reikalo: skirtingi produktai šaldytuve turėtų atgulti skirtingose vietose.

„Tai priklauso nuo to, kiek šalčio jiems reikalinga. Pavyzdžiui, durelėse esančiose lentynėlėse reikėtų laikyti tuos produktus, kuriems šalčio reikia mažiau, nes juos nuolat varstomos, todėl temperatūra nėra pastovi. Dažnai čia žmonės išrikiuoja žalius kiaušinius, kuriuos iš tiesų reikėtų laikyti ant vidurinės lentynos – esant pastovesnei temperatūrai, jie ilgiau išliks švieži. Tuo tarpu šaldytuvo stalčiuose vyrauja kiek aukštesnė temperatūra, taigi čia reikėtų laikyti labiau „jautrius“ produktus“, – sako „Maximos“ maisto gamybos departamento direktorius A. Poleninas.

Geriausia - spintelėje

Galiausiai, pasak A. Polenino, žmonės dažnai į šaldytuvus prikrauna skirtingų konservų, prieskonių. Čia ir vėl verta prisiminti, kaip šie produktai laikomi parduotuvėse.

„Visi šie produktai yra konservuoti, fasuoti skardinėse ar stiklainiuose, todėl išorinė aplinka jiems neturi iš esmės jokios įtakos. Juos drąsiai galima palikti kambario temperatūroje, taigi laikyti tokį maistą šaldytuve tereiškia eikvoti jo vietą. Tiesiog sudėkite juos į spintelę virtuvėje“, – sako A. Poleninas.

Virtuvės spintelėje, anot jo, vieta ir sviestui – laikomas šaldytuve jis tampa perdėm kietas, kad būtų galimas iškart tepti, todėl kur kas lengviau panaudoti produktą vos prisireikus bus, jei laikysite jį uždengtą sviestinėje, kambario temperatūroje.

[Darzovių pjaustyklės](#)

