

Příprava pokrmů

Skladování potravin - lednička

Po návratu domů z nákupu je třeba správně roztrždit a uložit potraviny. Přečti si, jak správně ukládat potraviny do ledničky. Zjisti, zda jsou potraviny ve Vaší ledničce uloženy správně.



JAK SPRÁVNĚ UKLÁDAT POTRAVINY

HORNÍ POLICE
Mléko, mléčné výrobky, džusy a otevřené nápoje.

STŘEDNÍ POLICE
Jogurty, sýry, uzeniny, máslo, otevřené konzervy a zavařeniny, hotová jídla a zbytky jídel.

SPODNÍ POLICE
Maso, ryby. Syrové maso vždy pečlivě umyjte od krve a teprve pak uložte, oddělené od ostatních potravin.

BOXY NA ZELENINU A OVOCE
Ovoce: dozrálá jablka, meruňky, hroznové víno, bobulovité ovoce
Zelenina: brokolice, mrkev, květák, špenát, klíčky, celer, ředkvičky, saláty

DVEŘE LEDNIČKY
Vejce špičkou dolů, nápoje, marmelády a další dochucovadla.

POZNÁMKY
Houby ukládejte do lednice v papírovém sáčku. Bobulovité ovoce ukládejte do ledničky neumyté a v jedné vrstvě.

DO LEDNIČKY NEPATŘÍ
Nakrojená cibule a ovoce, které se skladuje při vyšších teplotách, viz níže.

POZOR!
Některé ovoce produkuje etylen, který urychluje zrání. Neukládejte je tedy společně s potravinami, které se mohou rychle zkazit nebo naklíčit. Nejprve je nechte dozrát na lince a pak uložte do ledničky.
Jedná se o jablka, avokáda, nektarinky, broskve, hrušky a meruňky.

NA LINKU PATŘÍ
Jablka, banány, citrusy, ananas, meloun, mango, papriky, rajčata, okurky, lilek, zázvor, česnek
Cibule – neskladovat vedle brambor!

JABLKA
Jablka: nedozrálá (7 dní) na linku, dozrálá do ledničky

Jsou i potraviny, které se nemusí skladovat v chladničce. Mezi ně patří: hořčice a kečupy, ovocné kompoty a džemy, dále konzervovaná zelenina a ostatní konzervy jako jsou sardinky či tuňák.

www.jakvkuchyni.cz

Jak? v kuchyni