

КАК ПРАВИЛЬНО ХРАНИТЬ ПРОДУКТЫ?

Чтобы еда оставалась свежей, полезной и вкусной, продукты нужно хранить правильно. Вот самые важные и простые правила.

1. Прежде чем положить продукт в холодильник или съесть его, проверь:

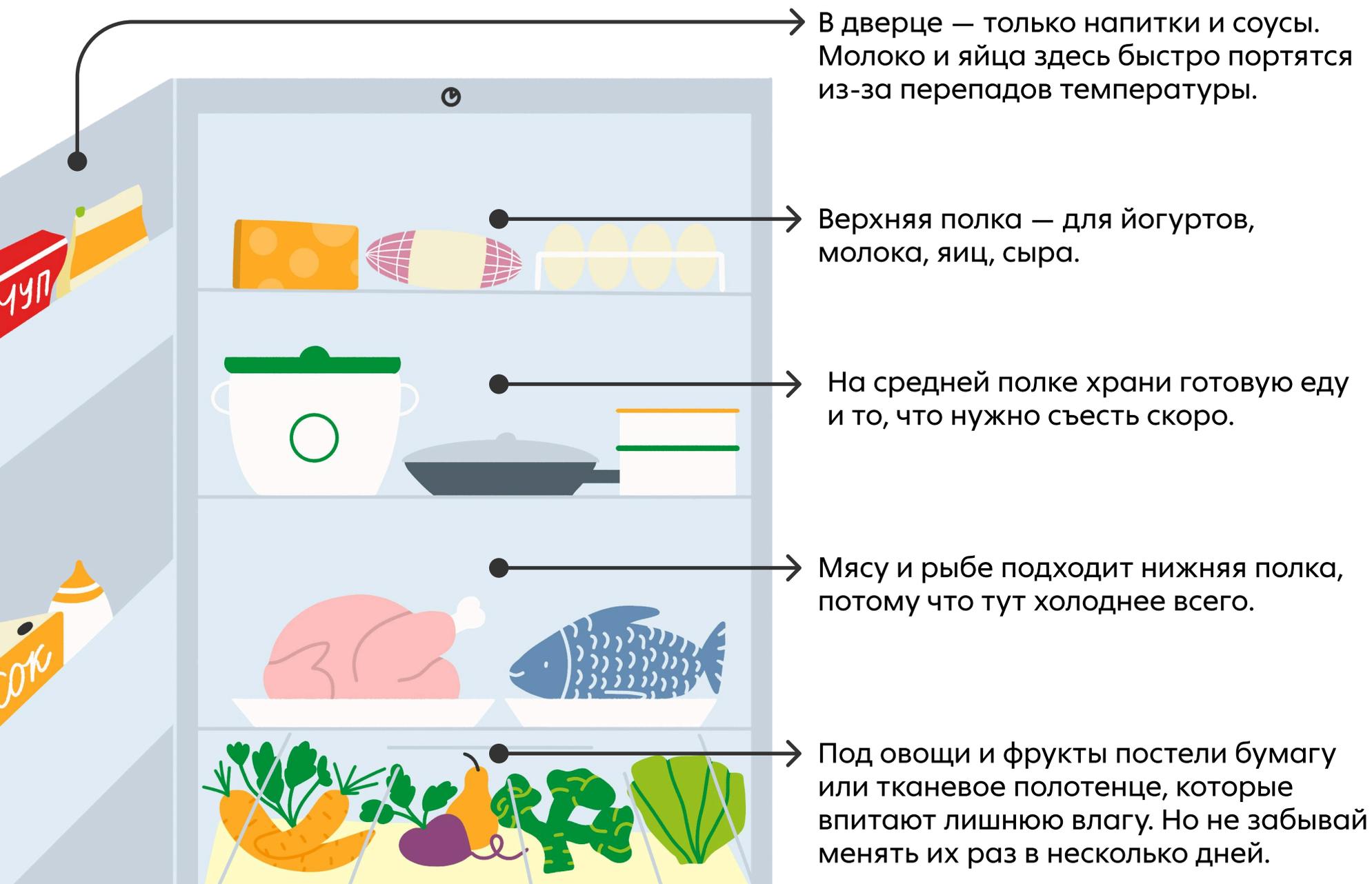
- ✔ **Срок годности.**
Если срок прошёл — продукт выбрасывают.
- ✔ **Упаковку.**
Она должна быть целой: без дырок, трещин и вздутий.
- ✔ **Цвет, консистенцию и запах.**
Они должны быть обычными для этого продукта, без плесени и неприятного аромата.

2. Храни еду так, чтобы она не пропадала:

- ✔ В первую очередь ешь ту пищу, у которой заканчивается срок годности.
- ✔ Открытые продукты держи в контейнерах или закрывай крышкой.
- ✔ Не оставляй готовую еду и продукты надолго на столе — так еда быстро портится.
- ✔ Все места хранения важно регулярно протирать.

Когда продукты хранят правильно, они остаются свежими, вкусными и безопасными, а семья выбрасывает меньше еды.

ГДЕ «ЖИВУТ» РАЗНЫЕ ПРОДУКТЫ



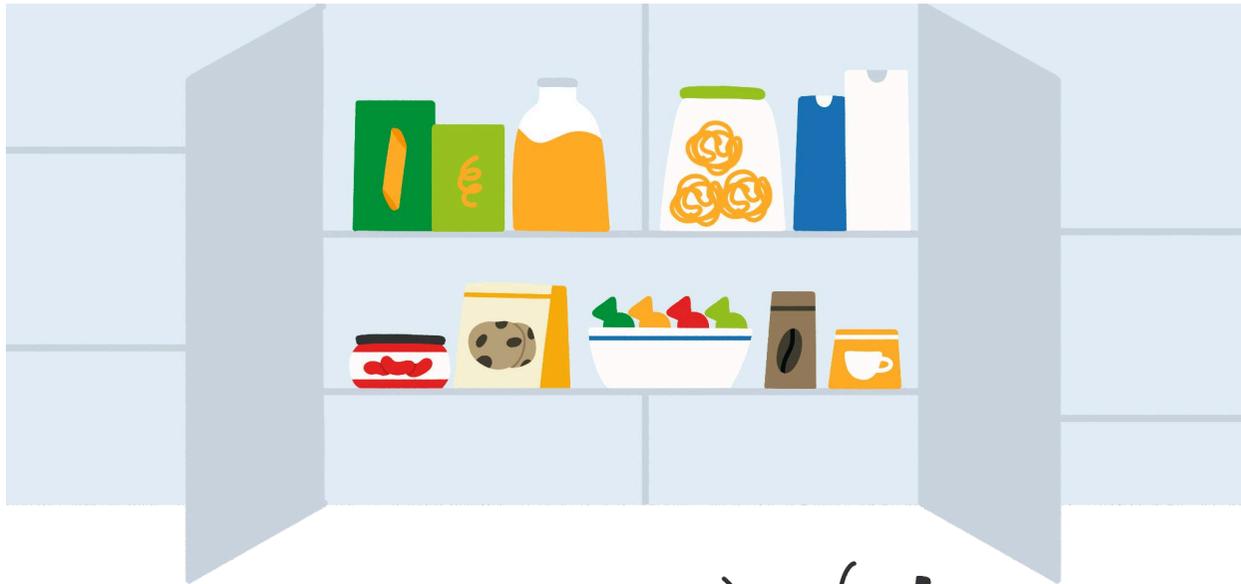
ГДЕ «ЖИВУТ» РАЗНЫЕ ПРОДУКТЫ



В морозилке продукты хранятся дольше. Для заморозки их нужно разложить порционно — маленькими пакетами или контейнерами. Потому что повторно замораживать уже размороженные продукты нельзя — это ухудшает вкус и может быть небезопасно. На каждом пакете лучше подписать дату заморозки и название продукта.

Главное правило холодильника — сырое хранится отдельно от готового, чтобы бактерии не переходили с одного продукта на другой. А ещё нельзя класть в холодильник и морозилку горячие продукты, сначала они должны остыть до комнатной температуры.

ГДЕ «ЖИВУТ» РАЗНЫЕ ПРОДУКТЫ



В тёмном и сухом месте хранят крупы, макароны, бобовые, растительное масло, чай, кофе, соль и специи. Свет и влага могут испортить их вкус и свойства.

В хлебнице живут хлеб и булочки — так они остаются мягкими и не плесневеют.

Хлебницу лучше застелить полотенцем, а хлеб держать в бумаге или ткани.



Не все продукты любят холод. Например, бананы и картофель теряют вкус и быстрее портятся в холодильнике.