كيف تجمدي طعامك في الثلاجة؟

◄أوّلاً: السمك:

لا يجلد السمك إلّا إذا كان طازجاً فعلاً، يقطع السمك الكبير إلى شرائح، ثم تغلف كلّ شريحة بمفردها قبل وضعها في البلاستيك أو في ورقة ألمنيوم.

أطول مدة ممكنة لحفظ السمك هي:

- السمك الأبيض 6 أشهر.
- السردين والقريدس 3 أشهر.
- أطباق السمك المطبوخة 3 أشهر.

ثانياً: الخضروات:

يرى الخبراء أنّه من الأفضل سلق الخضروات قبل تجميدها لكي تحتفظ بنكهتها. ولتجميد الأعشاب الطازجة، تغسل وتجفف وتربط في حزم صغيرة وتوضع في أكياس من النايلون ثم تسد أو تغلق بإحكام. وأطول مدة ممكنة لحفظ الخضر هي: شهر.

ثالثاً: اللحم والدواجن:

لتجليد شرائح لحم العجل أو الضأن أو قطع الهامبرغر، تلف كلّ قطعة بالورق المشمع الخاص باللحم أو بورق الألمنيوم. والمدة المطلوبة لتذويب كلّ قطعة مجمدة هي ساعة أو ساعتين أما قطع اللحم الكبيرة النيئة المجمدة فتحتاج مدة 24 ساعة في القسم السفلي من الثلاجة لتذوب.

أما إذا جمدت الدواجن وهي صحيحة فيجب أن تفرّغ قبل ذلك. ولا يحشى الطير قبل التجميد وأطول مدة ممكنة لحفظ الدواجن واللحم هي:

- الضأن والبقر 3-2 أشهر.
- العجل 4-3 أشهر.
- لحوم متنوعة 2-1 شهران.
- اللحم المفروم والنقانق 2-1 شهران.
- أطباق اللحم المطبوخة 3-2 أشهر. ►