

4 sfaturi cu ajutorul cărora poți menține mereu mâncarea proaspătă

Scriș de Sighet Online

Joi, 22 Decembrie 2022 11:53 - Ultima actualizare Miercuri, 28 Decembrie 2022 11:35



Dacă ești o persoană care își gătește singură mâncarea și vrei să o păstrezi pentru o perioadă îndelungată, mai jos vei găsi o listă cu 4 sfaturi pe care le poți aplica pentru a păstra alimentele proaspete și gustoase mereu. Depozitarea mâncării pentru o perioadă mai lungă te va ajuta să economisești timp, bani și energie. De asemenea, vei ajuta și la lupta împotriva risipei de mâncare, atât de dăunătoare pentru mediul înconjurător .

Iată cele 4 sfaturi cu ajutorul cărora vei economisi bani, timp și energie!

1. Folosește mereu folie alimentară

Pentru ca mâncarea preparată de tine să aibă mereu același gust, folosirea foliei alimentare va permite ca aceasta să nu se strice într-o perioadă scurtă de timp, iar tu, te vei putea bucura de savoare acesteia ori de câte ori o vei gusta. O astfel de folie are un preț foarte mic, dar beneficiile pe care le va aduce buzunarului tău vor vizibile. Poți opta pentru foliile alimentare tăiate uniform direct din fabrică, astfel, bolul în care îți vei menține mâncarea va avea un aspect plăcut și îl vei deschide mereu cu plăcere.

2. Depozitează legumele, fructele și carnea la rece

Depozitarea alimentelor la temperaturi foarte scăzute, permite ca acestea să-și păstreze proprietățile pentru o perioadă îndelungată, indiferent de anotimpul în care te afli. Pentru a putea depozita alimentele la temperaturi scăzute, vei avea nevoie de un [congelator](#) de pe [altex.ro](#) sau de o ladă frigorifică. Chiar dacă costul de achiziție al unui astfel de electrocasnic poate fi ridicat, banii pe care îi vei economisi ulterior îți vor fi de folos pentru alte dispozitive pe care vrei să le achiziționezi sau poate chiar pentru o vacanță într-o destinație mult visată.

3. Gătește mâncarea la cuptor

Alimentele preparate prin coacere, rezistă pentru o perioadă lungă de timp, din acest motiv, un cuptor, nu trebuie să lipsească din bucătăria ta. Dacă alegi să-ți prepari alimentele cu ajutorul unui cuptor, beneficiile aduse sănătății tale vor fi vizibile chiar din prima zi, iar banii pe care în mod normal i-ai cheltui pe mâncarea gata preparată, vor rămâne în buzunarul tău.

4. Cumpără alimentele de care ai nevoie

Dacă alegi să cumperi doar alimentele de care ai strictă nevoie, vei putea economisi bani și nu vei contribui la risipa de mâncare, care se află în continuă creștere la nivel global. Cumpărând doar produsele de care ai strictă nevoie, frigiderul tău nu va fi mereu încărcat, mâncarea ta va fi mereu proaspătă și tu te vei bucura de banii pe care în mod normal i-ai irosi pe alimente pe care nu le vei consuma niciodată.

Depozitarea corectă a mâncării și produselor alimentare la temperatura optimă, te va scuti de cheltuieli inutile, drumuri la magazin și tu vei putea mereu să te bucuri de savoarea mâncărilor preparate de tine. Alege să achiziționezi electrocasnicele menționate mai sus pentru a te putea bucura mereu de alimente proaspete și delicioase. Și nu uita că în anotimpurile călduroase, mâncarea trebuie depozitată la temperaturi scăzute imediat cum a fost preparată.