



یخچال فقط کم‌دی برای ذخیره مواد غذایی شما نیست. با استفاده از یخچال خوراکی‌ها را تازه نگه می‌دارید. اگر مواد غذایی را به صورت صحیح در یخچال قرار ندهید، هم خوراکی‌ها زود از بین می‌روند و هم پولی که برای آنها خرج کرده‌اید، به هدر می‌رود. با پیدا کردن مکان مناسب برای گوشت، محصولات لبنیاتی و چاشنی‌ها با استفاده از ایده‌های هوشمندانه، همه مواد غذایی را می‌توان سازمان‌دهید و تازه مصرف کنید و در وقت و زمان خود صرفه جویی کنید.

سازماندهی قفسه‌ها

مواد غذایی برای اینکه از رشد باکتری‌ها و میکروب‌هایی که باعث بیماری انسان می‌شود، در یخچال قرار می‌گیرند. دمای یخچال باید 40 درجه فارنهایت یا کمتر و فریزر صفر درجه فارنهایت تنظیم شود. با این حال دمای همه قسمت‌های یخچال به صورت یکسان نیست و باید بدانیم که هر ماده غذایی را در کدام قسمت یخچال قرار دهیم تا بهتر باقی بماند.

قسمت فریزر یخچال

این قسمت مشخص است که مخصوص مواد یخ‌زده است که شامل میوه‌های فریز شده، سبزیجات، گوشت و... است. شما می‌توانید در این قسمت نان را به مدت سه ماه نگه‌داری کنید ولی در قسمت‌های دیگر یخچال نمی‌توانید چون نان زود خشک می‌شود. این مواد را در کیسه فریزر و یا ظروف مخصوص فریزر نگه‌داری کنید و از شیشه‌ها با درهای فلزی مثل شیشه مربا جلوگیری کنید. هر چه سطح مواد غذایی در فریزر مسطح باشد، راحت‌تر یخ آنها آب می‌شود. گوشت را در سردترین قسمت یخچال نگهداری کنید و اطمینان حاصل کنید که گوشت شما از بقیه موارد موجود در یخچال شما جداست و در پلاستیک پیچانده و نگهداری کنید، به طوری که سایر مواد، آلوده نشود و مناطقی را که در آن گوشت ذخیره می‌کنید بیشتر از آنکه بقیه یخچال را تمیز می‌کنید تمیز کنید.



در یخچال

این قسمت، گرمترین قسمت یخچال است برای همین باید موادی که نسبتاً دیرتر خراب می‌شوند، قرار گیرند مثل ادویه و سس و آب میوه‌ها. از قرار دادن تخم مرغ و لبنیاتی در این قسمت جدا بپرهیزید.



قفسه های بالایی یخچال

این قسمت مناسب برای باقی مانده غذاها است. همین طور می توانید سبزی را در کیسه های پلاستیکی گشاد و یا باز نگهدارید تا در این قسمت یخچال تا چند روز تازه بماند.



قفسه های پایینی یخچال

تخم مرغ، مواد لبنی مثل پنیر را در این قسمت نگه داری کنید. اگر می خواهید گوشت خام را برای وعده بعد استفاده کنید، این قسمت بهترین گزینه است. البته گوشت را با روکش مناسب در یخچال قرار دهید.

قسمت کشو یخچال

این قسمت فقط برای نگهداری میوه ها به صورت تازه طراحی شده است ولی ما برای نگهداری تمام مواد غذایی استفاده می کنیم. میوهایی مثل سیب و هلو از خود گاز اتیلن تولید می کنند که باعث تازه ماندن خود میوه ها می شود ولی همین گاز باعث زرد شدن سبزی ها می شود. برای همین باید اینها را جدا از هم قرار داد.

بالای یخچال

در خیلی از مواقع موادی را بالای یخچال قرار می دهیم مثل سید نان. این کار به شدت اشتباه است چون در اطراف یخچال گرما ایجاد می شود و باعث خراب شدن آن مواد غذایی می شود. تنها می توان کتاب آشپزی و یا وسایل آشپزی و قنادی را در این مکان نگهداری کرد.