خطرناک‌ترین روش نگهداری سیر که می‌تواند مرگبار باشد!

7 آبان 1404

به گفته یک متخصص علوم و صنایع غذایی، سیر در روغن شاید یکی از خوش‌عطرترین چاشنی‌های خانگی یا رستورانی باشد اما نگهداری سیر تازه یا پوره آن در روغن به منظور حفظ عطر و طعم و تازگی آن، می‌تواند یکی از خطرناک ترین روش‌های نگهداری آن هم باشد.

دکتر نسرین مویدنیا، متخصص علوم و صنایع غذایی در گفتگو با خبرآنلاین می‌گوید: روش نگهداری سیر در روغن نه تنها طعم آن را حفظ می‌کند بلکه باعث افزایش طول عمر آن نیز می‌شود. این روش بسیار ساده و کارآمد است. برای این کار، می‌توانید سیرها را پوست کنده و داخل یک شیشه تمیز بریزید و سپس آن را کاملا با روغن زیتون بپوشانید. این روش باعث می‌شود سیر تازه باقی مانده و خواص اصلی خود را حفظ کند. اما اگر به درستی آماده و نگهداری نشود، می‌تواند به محیطی ایده‌آل برای رشد یکی از خطرناک‌ترین باکتری‌ها یعنی «کلستریدیوم بوتولینوم» تبدیل شود؛ باکتری‌ای که قادر است مرگبارترین سم میکروبی شناخته شده یعنی «بوتولینوم» را تولید کند.

خصوصیات این باکتری مرموز و کشنده

این باکتری عاشق محیط‌های غیراسیدی است که اکسیژن ندارند و کمی رطوبت و مواد مغذی موجود است. ترکیب سیر و روغن – مخصوصاً اگر در یخچال نباشد – دقیقاً همه این شرایط را در اختیار این باکتری قرار می‌دهد. اسپور غیرفعال این باکتری که ممکن است از خاک به سیر منتقل شده باشد، در چنین محیطی فعال می‌شود، به فرم زنده و خطرناک تبدیل شده، رشد می‌کند و شروع به تولید سمی می‌کند که نه بو دارد، نه طعم و نه تغییری در ظاهر غذا ایجاد می‌کند.

روش‌های کاهش خطر

برای کاهش این خطر، می‌توان شرایط رشد باکتری را به‌سادگی برهم زد. شاید یکی از راه‌های پیشنهادی خوب این باشد که قبل از افزودن سیر به روغن، حبه‌های سیر را به مدت ۲۴ ساعت در محلولی که با

حل‌کردن دو قاشق غذاخوری جوهر لیمو (اسید سیتریک) در یک لیتر آب گرم تهیه شده، بخیسانیم. این کار باعث می‌شود سیر، کمی اسیدی شود و محیط مناسب فعالیت باکتری را بهم بزند. لازم است تأکید شود که استفاده از سرکه یا آبلیمو در آب نمی‌تواند عمق بافت سیر را به اندازه کافی اسیدی کند و برای پیشگیری از خطر کارامد نیست. بعضی منابع، جوشاندن سیر به‌مدت ۳ تا ۵ دقیقه در محلول آب و سرکه و سپس خشک‌کردن آن را توصیه کرده‌اند، اما این روش نسبت به اسیدی‌سازی با اسید سیتریک، اثربخشی کمتری دارد.

تغییر نوع روغن هم از ریسک خطر نمی‌کاهد

شاید یک باور اشتباه این باشد که نوع روغن مصرفی می‌تواند خطر را کم کند، اما واقعیت این است که فرقی نمی‌کند از چه روغنی استفاده شود – زیتون، آفتابگردان، کنجد یا هر روغن دیگری – همه آن‌ها محیط بدون اکسیژن برای رشد این باکتری را فراهم می‌کنند. پس تصور اینکه «روغن زیتون ایمن‌تر است» کاملاً نادرست است. حتما پس از آماده‌سازی، این چاشنی در یخچال نگهداری شود و حتی یک شب ماندن آن در دمای اتاق می‌تواند خطرناک باشد. همچنین توصیه می‌شود ظرف مدت ۳ تا ۷ روز مصرف شود، چرا که حتی با نگهداری در یخچال هم به دلیل نوسانات دمایی، خطر صفر نمی‌شود.

ایمن‌ترین روش، نگهداری در فریزر است

خشک کردن سیر، افزودن نمک، ادویه یا سرکه به مخلوط، بدون انجام اقدامات اصولی گفته شده، تأثیر مؤثری در کاهش خطر بوتولیسم ندارند. تنها روش ایمن برای نگهداری طولانی‌مدت این نوع چاشنی‌ها در خانه، فریز کردن آن‌هاست. مثلا می‌توان سیر را پوره و با روغن ترکیب کرد و در قالب‌های کوچک یخ ریخت و در فریزر نگهداری کرد و برای هر وعده، فقط یک قطعه کوچک از آن از حالت انجماد خارج شود. سرمای فریزر می‌تواند رشد این باکتری را کاملا متوقف کند و ایمنی مصرف را تا حد زیادی افزایش دهد.

با این حال حتی با رعایت همه این نکات، هنوز هم ریسک کوچکی وجود دارد و نباید این روش‌ها را به‌معنای حذف کامل خطر دانست. برای همین است که نهادهای بین‌المللی مانند سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA)، مرکز کنترل و پیشگیری بیماری‌ها (CDC) و اداره ایمنی غذای اتحادیه اروپا (EFSA)، همگی به طور رسمی درباره خطر مصرف سیر در روغن خانگی هشدار داده‌اند.