

از کجا بفهمیم تخم مرغ سالم است؟

آیا تا به حال به این موضوع فکر کرده اید که چرا در سوپر مارکت ها **تخم مرغ** را در فضای مغازه نگه می دارند اما در خانه آن ها را داخل یخچال می گذارند؟ آیا می خواهید نحوه صحیح نگهداری از تخم مرغ ها و چندین مورد مهم دیگری در باره ی این ماده ی غذایی پرکاربرد را بدانید؟

برای اینکه بفهمیم تخم مرغ سالم است یا خیر، می توانید:

1. برای اطمینان از سالم بودن تخم مرغ ، تخم مرغ را در آب شناور کنید و داخل ظرفی که ارتفاع آب داخل آن دوبرابر ارتفاع تخم مرغ باشد، قرار دهید :1. اگر تخم مرغ برای یک هفته قبل باشد، در ته ظرف به صورت مایل قرار می گیرد. 2. اگر تخم مرغ برای 3 هفته پیش باشد از سمت انتهای کوچکش در ته ظرف قرار می گیرد . 3. اگر تخم مرغ ناسالم باشد ، بر روی آب شناور می شود.
2. برای اطمینان از سالم بودن تخم مرغ آن را بو کنید ، اگر بوی ناخوشایند و قوی به مشامتان رسید تخم مرغ ناسالم است.
3. برای اطمینان از سالم بودن تخم مرغ آن را کنار گوشتان تکان دهید، اگر صدایی از آن شنیدید که تخم مرغ ناسالم است. دلیل صدایی که از تخم مرغ ناسالم شنیده می شود کیسه هوایی است که در اثر رطوبت و دی اکسید کربن بزرگ شده است.
4. برای اطمینان از سالم بودن تخم مرغ، درون ظرفی آب سرد کمی نمک اضافه کنید و تخم مرغ را داخل آن بیندازید، در صورت خارج شدن حباب هایی از اطراف تخم مرغ تخم مرغ سوراخ شده و ناسالم است.
5. برای اطمینان از سالم بودن تخم مرغ، تخم مرغ ها را بر روی یک سطح صاف بچرخانید، در صورت راحت چرخیدن تخم مرغ ها سالم هستند.

چگونه تخم مرغ را نگهداری کنیم؟

تخم مرغ ها یک غذای ضروری برای مصارف انسانی هستند. در واقع

بهترین پروتئین های رژیمی داخل تخم مرغ قرار گرفته و سرشار از ویتامین ها و مواد معدنی است و البته بهتر است که بدانید چگونه آن ها را ذخیره و نگهداری کنید.

در محیط خانه و منزل مخصوصا در فصل تابستان بهتر است که تخم مرغ ها را داخل یخچال بگذارید. سفیده تخم مرغ غلظت دارد و اگر هوا وارد قسمت داخلی آن شود، غلظت خود را از دست می دهد.

بهتر است که تخم مرغ را داخل کارتون خودش نگه دارید و آن را داخل یکی از طبقات یخچال بگذارید. بسیاری از افراد تخم مرغ ها را از کارتون خود در می آورند و آن را داخل یخچال می کنند. البته که این کار اشکالی ندارد اما معمولاً داخل کارتون محیط بهتری ایجاد می شود و باعث می شود که تخم مرغ ها در معرض تغییرات دما، رايحه ها و ديگر مواد داخل یخچال قرار نگیرند. این کارتون ها هم تاریخ انقضا دارند.