

# بسته‌بندی برای فریزر باید چگونه باشد؟

برای انجماد مواد غذایی فریزر خود را در دمای منفی ۱۷ درجه سانتی‌گراد یا کمتر از آن نگه دارید تا مواد غذایی را ایمن نگه دارد اما این نکته را مورد توجه قرار دهید که ممکن است کیفیت مواد غذایی با نگهداری طولانی مدت در فریزر از بین برود.

## چه مواد غذایی را می‌توانید فریز کنید؟

شما می‌توانید تقریباً هر موردی را به استثنای برخی موارد در فریزر نگهداری کنید و از جمله این مواد غذایی قابل انجماد می‌توان به سس مایونز، سس خامه‌ای و کاهو اشاره کرد اما نکته قابل توجه این است که با این کار از کیفیت آن کاسته می‌شود. گوشت، مرغ، غذاهای دریایی و سایر سبزیجات نیز غذاهای عالی برای انجماد هستند زیرا فاسد شدنی هستند، بنابراین انجماد به حفظ ایمنی و کیفیت آنها کمک می‌کند.

## بسته‌بندی برای فریزر باید چگونه باشد؟

مواد غذایی باید در کیسه‌های فریزر یا ظروف دربسته، بسته‌بندی شوند. هوای کیسه‌ها را قبل از آب‌بندی فشار دهید و در صورت انبساط مواد غذایی، مقداری فضای داخل ظروف بگذارید. اگر رطوبت از بین برود، غذای منجمد می‌تواند خشک و سفت شود و ممکن است دچار «سوختگی فریزر» شود.

برای جلوگیری از، از دست دادن رطوبت، می‌توان از بسته‌بندی‌های طراحی شده برای انجماد همچون ظروف انجماد پلاستیکی، کیسه فریزر یا روکش پلاستیک، بسته‌بندی و کیسه‌های پلی اتیلن، کیسه‌های فریزر استفاده کرد.

## سوختگی فریزر چیست؟

سوختگی فریزر لکه‌های سفید و خشک شده‌ای هستند که روی سطح غذاهای منجمد ظاهر می‌شوند. اگرچه سوختن فریزر شما را بیمار نمی‌کند، اما غذاهای منجمد مانند گوشت و محصولات را سفت و بی‌مزه می‌کند. غذاهایی که در فریزر سوخته هستند هنوز هم قابل خوردن هستند، تنها کافی است قسمت‌های سوخته فریزر را قبل یا بعد از پختن جدا کنید.

## چند نکته برای جلوگیری از سوختگی فریزر

بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، برای جلوگیری از سوختگی فریزر، اقلام فریزر را در کاغذ فریزر سنگین، بسته‌بندی پلاستیکی، کیسه‌های فریزر یا فویل بپیچید، تمام بسته‌های فریزر را تاریخ‌گذاری کنید و ابتدا از قدیمی‌ترین مواد غذایی استفاده کنید. همچنین با قرار دادن آن‌ها در جلوی فریزر، دسترسی به وسایل قدیمی را آسان‌تر کنید.