پیاز داغ را چگونه در فریزر نگهداری کنیم؟

20 آذر 1401

خانم ها فریز کردن پیاز داغ و سیر داغ را برای صرفه جویی در وقت انجام می دهند؛ اما باید اصول و روش صحیح نگهداری آن را بدانند تا از خراب شدن آن جلوگیری کنند.

مواردی که باید در مورد فریز کردن پیاز و سیر بدانید

بسیاری از خانم‌های شاغل به دلیل کمبود وقت، هر روز فرصت درست کردن پیاز داغ و سیر داغ را ندارند بنابراین در یک روز تعطیل مقدار خیلی زیاد پیاز داغ تهیه می‌کنند و پیاز داغ‌های سرخ شده را برای مدت طولانی نگهداری می‌کنند.

اگر می‌خواهید پیاز داغ زیادی تهیه کنید باید روش نگهداری از آن را هم بلد باشید تا در اثر اشتباه، زحمت تان به هدر نرود و پیازداغی که با زحمت زیاد تهیه کرده اید، کپک نزند و خراب نشود.

ارزش غذایی پیاز داغ فریز شده

بهتر است همه مواد غذایی را به صورت تازه مصرف کنیم تا مواد مغذی موجود در آن کاهش نیابد زیرا نگهداری مواد غذایی در فریزر سبب می‌شود بخش مهمی از مواد مغذی، ویتامین‌ها و املاح آن از بین برود.

هنگامی که پیاز یا سیر را سرخ می‌کنیم از ارزش غذایی آن کاسته می‌شود زیرا هر فرآیندی روی مواد غذایی و خوراکی تازه انجام شود، باعث می‌شود میزان مواد مغذی موجود در آن کاهش یابد. اگر این پیازداغ و سیرداغ را به مدت طولانی فریز کنیم، بخش دیگری از مواد مغذی موجود در آنها از بین می‌رود و فقط کمی از عطر پیاز و سیر در آنها باقی می‌ماند.

با این حال اگر سیر و پیازی که قرار است سرخ و فریز شوند، سالم باشند و با روش صحیحی سرخ و فریز شوند، هیچ ماده سمی و مضری در آنها آزاد نخواهد شد اما مصرف چنین محصولاتی دیگر ارزش تغذیه‌ای خاصی برای بدن نخواهد داشت.

پیاز داغ را چگونه در فریزر نگهداری کنیم؟

ابتدا پیاز یا سیرهای سالم را انتخاب کنید و آنها را خلالی کرده و چند دقیقه در آب در حال جوش قرار دهید. سپس پیازها را آبکش کرده و آنها را روی پارچهای پهن کنید تا آب آن گرفته شود. پس از گرفته شدن آب پیازها، آنها را با روغن سرخ کرده ودر حین سرخ کردن بدان زرد چوبه و کمی نمک اضافه نمایید. پیازهای سرخ شده را در آبکش فلزی ریخته تا روغن آن کاملا خارج گردد.

پس از روغن گیری و خنک شدن، پیازها را به چند قسمت تقسیم کنید؛ مقداری از آن‌ها را داخل ظرف دربسته ریخته و داخل یخچال قرار دهید و مقدار بیشتر را در کیسه‌های فریزر یا کیسه‌های زیپ بریزید و با هواگیری کامل داخل فریزر قرار دهید.

در موقع نیاز از پیاز داغی که داخل یخچال است استفاده کنید و وقتی ظرف خالی شد، یک بسته از پیاز داغ‌های فریزری را از فریزر بیرون آورده و داخل همان ظرف بریزید و به مرور از آن استفاده کنید.

پیاز داغ را به مدت طولانی در یخچال نگه ندارید

بهتر است مواد غذایی را تازه مصرف کنیم و مواد غذایی پخته برای مدت طولانی در یخچال و یا فریزر نگهداری نکنیم زیرا همیشه احتمال بروز آلودگی وجود دارد. برای نگهداری از مواد غذایی به مدت طولانی این مواد بهتر است خام باشند زیرا مواد غذایی خام اگر آلودگی هم داشته باشند، در حین پخت و حرارت دیدن میکروب و سموم میکروبی آن‌ها از بین می‌رود.

اگر پیازداغ را در یخچال نگهداری کنیم به علت اینکه تنها هنگام مصرف باید گرم شود و برای گرم شدن میزان حرارت کم و کوتاه است، در صورت وجود آلودگی در آن دیگر میکروب و سم آن از بین نمی‌رود.

راهکاری برای کپک نزدن پیاز سرخ شده

برای اینکه پیاز سرخ شده شما سالم بماند و کپک نزند باید قبل از ریختن پیازها داخل ظرف، برای مدتی ظرف را بدون در داخل یخچال یا فریزر قرار دهید تا پیازها کاملا سرد شوند و بعد درب ظرف را ببندید.

در ظرف را نیز جداگانه داخل یخچال قرار دهید تا در آن نیز به خوبی سرد شود.سپس در ظرف را درست و کامل کیپ کنید و در فریزر یا یخچال بگذارید. این کار سبب می‌شود ظرف دیگر عرق نکند و

پیازها کپک نزنند.

مدت زمان نگهداری پیاز داغ در فریزر

3 تا 6 ماه می‌توان پیاز منجمد را نگه داری نمود اما بهتر است پیاز داغ در طی 6 هفته مصرف شود، زیرا در طول 6 هفته پیاز عطر و طعم خوبی دارند اما بعد از این مدت طعم خود را از دست می‌دهند.