Безопасность питания во многом зависит от того, как мы храним продукты. Важно соблюдать сроки годности и рекомендации производителя, указанные на упаковке, а также регулярно проверять запасы на признаки порчи: неприятный запах, плесень, изменение цвета и консистенции, вздутие крышек консервных банок. Продукты с истекшим сроком годности или признаками порчи необходимо выбрасывать. Это касается и овощей с фруктами: подгнившие экземпляры лучше сразу удалять, чтобы предотвратить порчу соседних плодов.

Чистота холодильника

Холодильник нуждается в регулярной уборке. Пролитые жидкости, крошки и пятна следует удалять сразу, не дожидаясь появления стойких загрязнений. Полки, ящики, дверцу и ручки рекомендуется протирать моющим средством каждые 7–10 дней.

Во время генеральной уборки нужно освободить холодильник от продуктов, при необходимости разморозить его, вымыть все поверхности, включая уплотнители, стыки и поддоны, а затем обработать подходящим дезинфицирующим средством согласно инструкции. В среднем такую уборку проводят раз в 3–4 месяца, но не реже двух раз в год. Если появился неприятный запах, скопился конденсат или холодильник долго не использовался, уборку стоит провести внепланово. Перед возвращением продуктов все поверхности необходимо просушить.

Правила хранения в холодильнике

Готовые блюда, салаты и другие продукты следует хранить в закрытых контейнерах или под пищевой пленкой. Это защищает их от загрязнений, посторонних запахов и контакта с другими продуктами. Не используйте поврежденную или загрязненную упаковку.

Соблюдайте температурные условия хранения: для замороженных продуктов необходима температура –18 °C и ниже, для охлажденных обычно подходит диапазон от 0 до +4 °C, если иное не указано производителем.

При размещении продуктов важно учитывать риск загрязнения:

-

на верхних полках храните готовые блюда и кондитерские изделия;

-

на средних полках размещайте молочные продукты и сыры;

-

сырое мясо, птицу и рыбу держите отдельно от готовой еды, желательно на нижних полках, в закрытой таре;

-

овощи и фрукты размещайте в предназначенных для них ящиках.

Скоропортящиеся продукты, в том числе мясо, рыбу, молочную продукцию, готовые блюда и кондитерские изделия с кремом, нельзя оставлять при комнатной температуре более двух часов. В жаркую погоду этот период сокращается до одного часа.

Хранение продуктов при комнатной температуре

Крупы, муку, сахар, макаронные изделия и другие сухие продукты храните в сухом, прохладном месте, в чистых контейнерах с плотно закрывающимися крышками. Это поможет защитить запасы от влаги, насекомых, грызунов и загрязнений.

Регулярно осматривайте шкафы и упаковки. Если обнаружены плесень, следы

вредителей или признаки порчи, испорченный продукт необходимо выбросить. Не храните его вместе с качественными продуктами.

Что такое продуктовое соседство?

Продуктовое соседство означает правильное размещение продуктов с учетом их свойств и потенциальных рисков. Нарушение этих правил может привести к ухудшению вкуса, преждевременной порче, размножению болезнетворных микроорганизмов и пищевым отравлениям.

Некоторые продукты легко впитывают посторонние запахи. Например, сливочное масло, творог, яйца, чай, кофе, муку и сахар следует держать подальше от рыбы, чеснока, лука, копченостей и других продуктов с выраженным ароматом. Для дополнительной защиты используйте герметичные контейнеры.

Сырое мясо, птицу, рыбу и немытые овощи необходимо хранить отдельно от готовых блюд. На сырой продукции могут присутствовать микроорганизмы, которые при контакте способны попасть на пищу, не требующую дополнительной термической обработки. Такое перекрестное загрязнение повышает риск пищевых инфекций. Используйте отдельные зоны холодильника и морозильной камеры, а также закрытую упаковку, которая не допускает контакта продуктов и попадания сока от сырого мяса или рыбы на другую пищу.

Рыбу не следует хранить рядом с мясом. Куриные яйца лучше держать в отдельном контейнере, отдельно от готовых блюд и продуктов, употребляемых без термической обработки. Пищевые продукты также необходимо хранить отдельно от непищевых товаров, включая бытовую химию, парфюмерию и табачные изделия.

Помните: правильное хранение продуктов начинается с соблюдения сроков годности, поддержания чистоты и подходящей температуры. Регулярно проверяйте запасы, используйте закрытую упаковку и не допускайте контакта сырой продукции с готовой пищей. Эти несложные меры помогут сохранить качество продуктов и снизить риск пищевых отравлений.