



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

BUZDOLABINDA SAKLAMA

Yiyeceklerin saklanması dondurucudan daha az verimli, ancak daha sık kullanılan yöntem, buzdolabında saklamaktır. Buzdolabı da, tıpkı dondurucuda olduğu gibi taze yiyeceği serin tutarak içindeki bakterilerin yol açtığı bozulmayı önler. Bunun için buzdolabının içindeki sürekli sıcaklık 10° C'-tan fazla, -1° C'tan da az olmamalıdır. (Sıcaklık -1° C'tan düşük olursa, ağır donma işlemi meydana gelir ve yiyeceğin doğal doku yapısı bozulur.)

Et, kümes hayvanları, balık gibi çok çabuk bozulan yiyecekler, buzdolabının en soğuk kısmı olan buzluğa en yakın rafa yerleştirilmelidir. Sebzeler buzdolabının en altına, tereyağ, peynir, vb. ise kapağın içine yerleştirilir. Sıcak yiyecekler, oda sıcaklığına getirildikten sonra buzdolabına yerleştirilmelidir.

Buzdolabına yerleştirilen yiyeceklerin kokularını birbirine geçirmesini önlemek için, kapların ağızlarının kapalı olmasına dikkat etmek gerekir. Kapaksız kaplardaki yiyecekler, üstü yağlı kağıt ya da alüminyum kağıtla, içinde hava boşluğu kalacak biçimde kaplanarak saklanmalıdır.
