



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELERİN SAKLANMASI

Sebzeler tüketileceği kadar alınmalıdır. Ancak fazla satın alınan sebzeler, kısa süre evde muhafaza edilerek, taze kullanılabilir. Sebzeler, serin bir yerde, ya da buzdolabı-daki kapalı kaplarda kısa zamanda tüketmek üzere saklanmalıdır. Soğan, patates gibi kök sebzeler, serin ve karanlık yerlerde daha uzun süre saklanabilir. Örneğin, kuru soğan nemli yerlerde çimlendiğinden kuru yerde korunmalıdır. Taze soğanın saklanması esaslarında, diğer sebzelerin saklanma esaslarından farklı bir yön yoktur. Patates, orta derecede nemli, serince, karanlık yerlerde saklanarak, çimlenip yeşillenmesi ve buruşması, çürümesi önlenmelidir. Taze patateslerin kış için hazırlanan patateslerden daha kısa saklanabileceği unutulmamalıdır. Ispanak, semizotu, marul, yeşil soğan gibi sebzeler, köklerinden ayrılarak yıkanmalı, süzülmesi ve serin yerlerde, örneğin buzdolabı, ya da orta derecede nemli havadar yerlerde gevşek olarak paketlenip muhafaza edilmelidir. Domates, biber, patlıcan, lahana gibi fazla dayanıklı olmayan sebzeler, 4-7 derecede 4-5 gün bekletilebilir. Isının yüksekliği, sebzelerin çürümesine neden olur.