

Τα μυστικά της κουζίνας: 5 τροφές που δεν πρέπει ποτέ να μπουν στην κατάψυξη

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Καταψύκτης. Ο μαγικός χώρος της κουζίνας που έλυσε τα χέρια κάθε νοικοκυράς και μη. Έμειναν μερικά φαγητά από το τραπέζι που κάνατε; **Ο δρόμος είναι ένας και μόνο και λέγεται... κατάψυξη.** Ακόμη και όταν επισκέπτεστε το supermarket ψωνίζετε το κατιτίς παραπάνω με σκοπό να το καταψύξετε και να το καταναλώσετε μέσα στις επόμενες ημέρες. Πολύ καλά τα σκέφτεστε όλα αυτά, αλλά ίσως πρέπει να μάθετε πως το παγωμένο αυτό κουτί δεν αποτελεί και τον «παράδεισο» για πολλές τροφές που βρίσκονται στην κουζίνα σας.

Δείτε ποιες τροφές πρέπει να κρατήσετε μακριά από την κατάψυξη και

απολαύστε τα γεύματά σας όπως ακριβώς τους αξίζουν:

Μαγειρεμένα ζυμαρικά: Φτιάξατε μία λαχταριστή μακαρονάδα για μεσημεριανό, αλλά δεν υπολογίσατε καλά την ποσότητα. Φυσικά και δεν πετάμε κανένα φαγητό, αλλά και από την άλλη το περίσσευμα αυτό κρίνεται άκρως ακατάλληλο για... ψύξη. Το μόνο που θα καταφέρετε είναι να αλλοιώσετε την υφή και τη γεύση τους. Για αυτό αφήστε τα για το βραδινό σας ή κάντε το τραπέζι σε κάποιον γείτονα.

Τυριά: Μπορεί να τα έχετε στο ψυγείο μέχρι να τα καταναλώσετε, αλλά η ακόμα χαμηλότερη θερμοκρασία της κατάψυξης θα φανεί καταστροφική για τη γεύση τους. Θα έχετε δει ακόμη πως όσες φορές και αν έχετε δοκιμάσει να... παγώσετε κάποιο τυρί, κατά την απόψυξη σπάει σε τρίμματα και είναι σχεδόν αδύνατο να σερβιριστεί.

Κόκκους καφέ: Όσο υπάρχουν τα αεροστεγή δοχεία, να ξέρετε ότι δεν υπάρχει κανένας απολύτως λόγος να καταστρέψετε τον καφέ σας. Αν αποθηκευτεί σωστά σε δροσερό και σκοτεινό μέρος, μπορεί να καταναλωθεί ακόμη και μέσα σε ένα χρόνο. Μπορείτε, δηλαδή, να βγάζετε κάθε μήνα την ποσότητα που πιστεύετε πως θα χρειαστείτε και την υπόλοιπη να την αποθηκεύετε πολύ καλά μέσα σε ένα ντουλάπι.

Σάλτσες/ Κρέμα γάλακτος: Είτε έχουν ως συστατικό τους το αλεύρι, είτε το γάλα κατά την απόψυξή τους θα ανακατευτούν με μία μικρή ποσότητα νερού και έτσι η υφή τους θα αλλοιωθεί εντελώς. Αν το έχετε κάνει μερικές φορές, θα έχετε προσέξει πως εκείνη τη φορά το κοτόπουλο αλά κρεμ δεν ήταν και τόσο... γευστικό. Καλό θα ήταν, λοιπόν, να φτιάχνετε μικρότερη ποσότητα από αυτή που πιστεύετε πως θα χρειαστείτε και το πολύ πολύ ύστερα να προσθέσετε όση σας λείπει. Και υλικά δε θα ξοδέψετε άσκοπα και οι μαγειρικές σας δεξιότητες δε θα αμφισβητηθούν ποτέ.

Λαχανικά(μαρούλια, αγγούρια, πιπεριές, ντομάτες): Κάποια λαχανικά εννοείται πως μπορείτε να τα αποθηκεύσετε στην κατάψυξη μέχρι να τα καταναλώσετε, μερικά άλλα όμως όχι. Ιδιαίτερα όσα είναι πλούσια σε νερό, κατά την απόψυξη χάνουν το σχήμα τους και τα συστατικά τους. Καλύτερα να τα αγοράζετε την ημέρα που θα τα μαγειρέψετε και έτσι να μην αφήσετε καμία βιταμίνη να... «πετάξει».

Πηγή: [.queen.gr](http://queen.gr)