29 Απριλίου 2026

Αυτά τα τρόφιμα όταν αποθηκεύονται μαζί χαλάνε

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία / Γενικά Θέματα / Ειδήσεις και Ανακοινώσεις

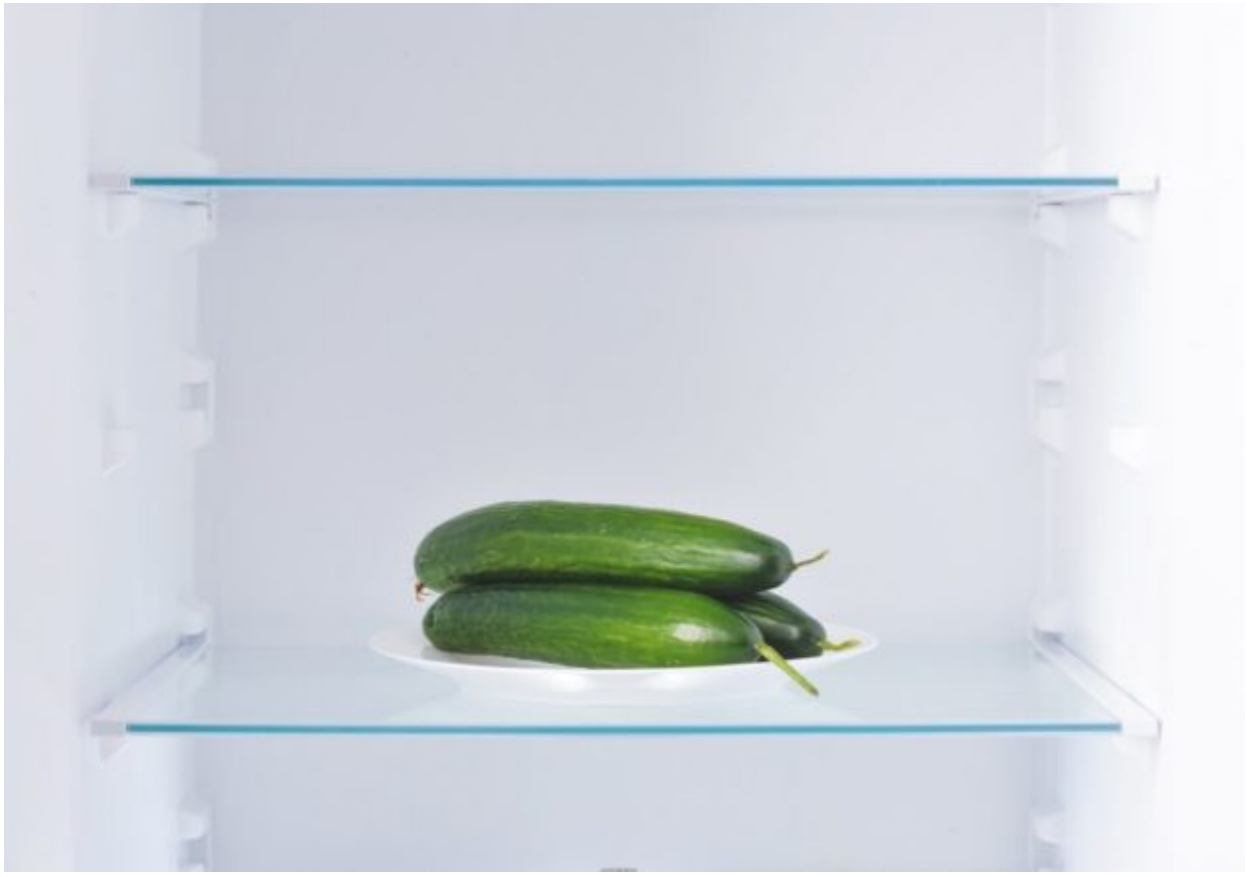


Αρκετά συχνά τοποθετούμε τρόφιμα όπως οι πατάτες και τα ξερά κρεμμύδια στο ίδιο καλάθι, με αποτέλεσμα οι πατάτες να χαλάνε γρηγορότερα. Η σπατάλη φαγητού είναι κακή και για τον πλανήτη και για την τσέπη μας, γι' αυτό και σας συγκεντρώσαμε κάποια τρόφιμα που δεν πρέπει να αποθηκεύετε στο ίδιο σημείο.

Προσοχή στις πατάτες που αποθηκεύονται μαζί με τα κρεμμύδια
Οι πατάτες πρέπει να τοποθετούνται σε καλάθι που αερίζετε, σε δροσερό και σκοτεινό μέρος, μακριά από τα κρεμμύδια. Ο λόγος; Θα τις κάνουν να μαλακώσουν και να σαπίσουν πιο γρήγορα. Επιπλέον, δεν θα πρέπει να αφήνετε τις πατάτες σε

πλαστική σακούλα, αλλά καλύτερα σε χάρτινη και σε μέρος χωρίς πολλή υγρασία.

Δεν τοποθετούμε μαζί πορτοκάλια και μήλα
Ένα συχνό λάθος είναι να τοποθετούμε στη φρουτιέρα τα μήλα και τα πορτοκάλια, ωστόσο λόγω του αιθυλενίου, αυτά τα δύο φρούτα δεν πρέπει να αποθηκεύονται μαζί. Η καλύτερη επιλογή για τα μήλα είναι η αποθήκευση στο ψυγείο, και για τα πορτοκάλια (που δεν θέλουν ψυγείο) να παραμείνουν στη φρουτιέρα. Σε περίπτωση που επιθυμείτε να τα καταναλώνετε δροσερά θα πρέπει να τα βάλετε σε διχτυωτή τσάντα και όχι πλαστική, αφού είναι απαραίτητο να κυκλοφορεί ο αέρας γύρω τους.



Τα αγγούρια πρέπει να τοποθετούνται μακριά από τις ντομάτες
Φρούτα όπως οι ντομάτες, τα πεπόνια και οι μπανάνες παράγουν αιθυλένιο, ένα αέριο που οδηγεί στην πιο γρήγορη ωρίμανση των τριγύρω τροφίμων. Τα αγγούρια είναι αρκετά ευαίσθητα στο συγκεκριμένο αέριο και γι’ αυτό πρέπει να αποθηκεύονται ξεχωριστά, ώστε να μη μαραθούν και σαπίσουν γρήγορα. Για παράδειγμα, μπορείτε να τα βάλετε σε κάποιο ράφι στο ψυγείο και όχι σε κάποιο από τα συρτάρια μαζί με τα υπόλοιπα φρούτα και λαχανικά.

Και μία συμβουλή: αν θέλετε να ωριμάσουν πιο γρήγορα τα αβοκάντο τοποθετήστε

τα δίπλα στις μπανάνες

Είναι σημαντικό να προσέχουμε πως συντηρούμε το αβοκάντο, ώστε να το απολαμβάνουμε στο μέγιστο. Αν τα αβοκάντο σας είναι άγουρα και θέλετε να τα καταναλώσετε άμεσα, τοποθετήστε τα δίπλα στις μπανάνες. Αυτές, θα τα βοηθήσουν να ωριμάσουν γρηγορότερα. Αν πάλι θέλετε να παρατείνετε τη διάρκεια ζωής τους, τοποθετήστε τα στο ψυγείο.

cantina.protothema.gr