14 Ιουλίου 2026

Ποιος κίνδυνος κρύβεται για την υγεία αν πλύνετε τρία συγκεκριμένα τρόφιμα πριν την κατανάλωση

/ Γενικά Θέματα / Ειδήσεις και Ανακοινώσεις



Πολλές φορές το πλύσιμο των τροφίμων έχει συνδεθεί και όχι αδικαιολόγητα με την καθαριότητα και την απομάκρυνση εξωτερικών βακτηρίων. Ωστόσο, υπάρχουν μερικές τροφές οι οποίες αν έρθουν σε επαφή με το νερό, αυξάνεται ο κίνδυνος της μόλυνσης. Παρακάτω δίνονται οι τρεις τροφές που πρέπει να αποφευχθεί το πλύσιμό τους.

Αυγά
Τα αυγά, έχουν κέλυφος που είναι φυσικά πορώδες. Σε επαφή με το νερό, τα βακτήρια μπορούν εύκολα να εισέλθουν στο εσωτερικό του αυγού, αποτελώντας κίνδυνο για την υγεία.

Συνιστάται, επομένως, να χρησιμοποιείτε χαρτί κουζίνας για να σκουπίσετε το κέλυφος και να αφαιρέσετε την ορατή βρωμιά, χωρίς να το πλύνετε.

Βοδινό κρέας

Τα κομμάτια βοδινού κρέατος, είναι συχνά απαλλαγμένα από μικροοργανισμούς λόγω των αυστηρών ελέγχων που εφαρμόζονται κατά τη διαδικασία παραγωγής.

Το πλύσιμο του συγκεκριμένου κρέατος μπορεί να αυξήσει σε μεγάλο βαθμό τον κίνδυνο μόλυνσης από πιτσιλιές. Τα σταγονίδια νερού μπορεί να ψεκάσουν βακτήρια σε άλλα μέρη της κουζίνας, θέτοντας σε κίνδυνο την ασφάλεια των τροφίμων.

Επομένως, είναι προτιμότερο να μαγειρεύετε το βοδινό κρέας χωρίς πρόπλυση. Απλά σκουπίστε το με ένα καθαρό υγρό πανί.

Μανιτάρια

Το πλύσιμο των μανιταριών αλλάζει τη γεύση τους, καθώς είναι γνωστό ότι απορροφούν νερό. Για να αποφύγετε αυτή την κατάσταση, συνιστάται να τα καθαρίζετε ομοίως με ένα υγρό πανί ή να τα ξύνετε ελαφρά για να απομακρύνετε το χώμα.

briefingnews.gr