

3 طرق لتذويب الطعام بأمان

يمكنك بالكاد الانتظار. قطع اللحم المليئة بالعصير اللذيذ التي قمت بشرائه قبل بضعة أسابيع يجلس في الفريزر الخاص بك ، فقط في انتظار أن يصبح مشويًا . هذه الليلة ، كنت تخطط لسهرة باربيكيو لشوا هذه القطع اللذيذة.

ولكن في البداية ، يجب عليك تذويب شرائح اللحم. وعليك أن تأخذ عناية خاصة: بعض أساليب تذويب الطعام ، مثل تركها على العداد طوال اليوم ، غير آمنة ويمكن أن تسبب المرض.

لديك 3 خيارات لتذويب أي نوع من الطعام بأمان. إليك ما تحتاج إلى معرفته عن كل منها:

1. ذوبان البرّاد

هذه بالتأكيد الطريقة الأسهل لإذابة الأطعمة المجمدة - فقط ضعها في البرّاد وانتظر حتى يتم إذابتها. لكنك قد تنتظر فترة أطول مما كنت تعتقد. وعادة ما يستغرق يوم كامل حتى تذويب حتى كمية صغيرة من الطعام المجمد ، مثل رطل من اللحم المفروم أو صدور الدجاج الخالية من العظم. بالنسبة للعناصر الكبيرة ، مثل الديك الرومي الكامل أو لحم الخنزير ، سيستغرق الأمر 24 ساعة من إزالة الجليد لكل 5 أرطال من الطعام.

كل هذا الانتظار لديه مكافأة. الميزة الرئيسية في ذوبان البرّاد هي أنك لست مضطراً لطهي الطعام الجاهز تمامًا على الفور - وخاصة إذا كنت تواجه تغييراً في آخر لحظة في الخطط.

يمكن الاحتفاظ بالدواجن والأسماك واللحوم المطحونة في البرّاد لمدة يوم أو يومين إضافيين في الثلاجة قبل الطهي. سوف تبقى اللحم البقري أو لحم الخنزير أو لحم الغنم أو لحم العجل (المشوي أو شرائح اللحم أو شرائح اللحم) مبردة لمدة 3 إلى 5 أيام بعد ذوبان الجليد.

زائد آخر: إذا قررت عدم طهي الطعام الذائب ، يمكنك إعادة تجميده بأمان خلال هذه الفترة الزمنية نفسها.



2. ذوبان المياه الباردة

الناحية الإيجابية لهذا النهج هو أنه أسرع بكثير من ذوبان البرّاد. الجانب السلبي هو أنه يتطلب الكثير من الاهتمام نيابة عنك.

لذوبان الطعام ، اغمر الكيس في ماء الصنبور البارد. لا تستخدم الماء الساخن أبداً ، لأن ذلك يمكن أن يؤدي إلى تسخين الطبقة الخارجية من الطعام إلى درجة حرارة تبدأ فيها البكتيريا الضارة بالتكاثر. ستحتاج إلى تغيير المياه كل 30 دقيقة لضمان بقائها باردة بدرجة كافية.

باستخدام طريقة الذوبان هذه ، يمكن أن تذوب حزم صغيرة من اللحوم المجمدة أو الدواجن في ساعة واحدة أو أقل. بالنسبة للعناصر الأكبر ، يجب أن تقدر حوالي 30 دقيقة من وقت إزالة الجليد لكل رطل من الطعام.

بمجرد إذابة الطعام تمامًا ، ستحتاج لطهي الطعام على الفور. إذا كان لديك تغيير في الخطط ، فيمكنك إعادة تجميد الطعام بأمان بمجرد الانتهاء من إعدادك جيداً.



3. ذوبان الميكروويف

الميكروويف ، كما قد تتوقع ، يوفر أسرع طريقة لإزالة الجليد من الطعام.

عيّن الميكروويف على إعداد "إزالة الصقيع" أو "50 بالمائة من الطاقة" أثناء القيام بعملية ذوبان للتأكد من عدم طهي الحواف الخارجية للطعام بينما لا يزال الباقي مجمداً. إذا كنت تقوم بإزالة قطع من اللحم أو الدواجن أو الأسماك التي في قطع ، فصلها مع ذوبان الطعام.

إذا كنت تستخدم طريقة إذابة الميكروويف ، فستحتاج إلى طهي الطعام فوراً بعد إذابته. بمجرد طهي الطعام ، يمكنك إعادة تجميده بأمان إذا أردت.

كيف لا تذوّب الطعام؟



قد يكون من المغري مجرد ترك الطعام المجمد على الخزانة لتذويبه - إنه سهل وسريع. لا تفعل ذلك، ولا يجب أن تذوب الطعام في الماء الساخن.

تكمّن المشكلة في هاتين الطريقتين في أن الطبقة الخارجية من الطعام يمكن أن تجلس بين درجات حرارة تكاثر البكتيريا عند 40 درجة فهرنهايت و 140 درجة فهرنهايت لفترة طويلة جداً لتكون آمنة.