

3 نصائح للاحتفاظ بالخبز لمدة أطول

جميعنا يواجه مشكلة تخزين الخبز في المنزل والمحافظة على نوعيته ومذاقه التي يتميز بها عندما نشتريه من الفرن.

وبحسب خبراء التغذية والصحة هناك اسباب عده تساهم في تعفن الخبز الأول ناجم عن فقدان الخبز لجزئيات النشا بعد الإنتهاء من خبزه فوراً ما يسبب خروجاً للماء منه ما يؤدي إلى العفن، أما السبب الثاني فهو يتعلق بتعرض الخبز للهواء ما يجعله يخسر الرطوبة المتبقية فيه.

وإذا كنت تبحث عن طرق للاحتفاظ بالخبز طازجاً ولمدة أطول، إتبع هذه التعليمات:

1- لا تضع الخبز في البراد:

تعتبر الثلاجة اسوأ مكان لتخزين الخبز لأنه عند وضعه في البراد يفقد جزئيات النشا المتبقية داخله لأن حرارة الثلاجة مرتفعة ما يسرع عملية التعفن. لذلك، ننصحك بترك الخبز في حرارة الغرفة ولفه جيداً لمدة يومين ومن ثم تخزينه في الفريزر.

هذا الأسلوب سيضمن لك الإحتفاظ بالخبز لوقت أطول من دون أن يفسد.

2- تخزينه في الثلاجة:

وضع الخبز في الفريزير هو انساب حل ويجنبه التعفن، لأن درجة حرارة الفريزير توقف عمل الجزيئات وتحسن من حال الخبز. ولكن إحرص على تغليف الخبز جيداً حتى لا تصل إليه الرطوبة فيتعفن. لذلك، ننصحك بإستعمال الأكياس البلاستيكية أو ورق لف الطعام لتغليف الخبز قبل وضعه.

وفي حال كان الخبز طازجاً، ينصح بتهويته وتبريده قبل تخزينه، كي يحافظ على نوعيته لأن تخريته قبل ان يبرد يسبب تعجنه.

3- الإحتفاظ به في درجة حرارة الغرفة:

درجة حرارة الغرفة بيئه ممتازه لتخزين الخبز. ولكن يجب حفظ الخبز

بعيداً عن أشعة الشمس والحرارة والرطوبة، ولفه جيداً.

وعند إستهلاك الخبز، ينصح بإخراجه من الثلاجة وتركه في حرارة الغرفة العادية ليذوب على مهل، وإذا كنت على عجلة من أمرك يمكنك تسخينه في الميكروويف لمدة لا تتعدي الـ 30 دقيقة، ولكن إنتبه لا يمكنك إعادة وضع الخبز في الفريزر مرة أخرى.