

Ημερομηνία λήξης των τροφίμων

Δημοσιεύθηκε από Hlianna - 13/04/2012 18:16

<http://mageirikesdiadromes.gr/images/fbfiles/images/piperiestyri.jpg>

Όσπρια και σιτηρά

Είναι από τα πιο σκληροτράχηλα και πιο ανθεκτικά τρόφιμα. Φασόλια και φακές, ζυμαρικά, ρύζι και βρώμη, όταν δεν είναι μαγειρεμένα, κινδυνεύουν μόνο από υγρασία και οξείδωση. Γι' αυτό κράτησέ τα μακριά από υγρά μέρη, κλεισμένα αεροστεγώς και θα ζήσουν σαν τα ψηλά βουνά (καλά, όχι και τόσο πολύ). Αν ο μη γένοιτο, δεις κάποια στιγμή μέσα ζουζούνι, μυγάκι, αλιγάτορα ή όποιο άλλο πλάσμα κουνιέται, είναι αργά για δάκρυα. Να ξέρεις επίσης ότι τα φασόλια αν τα έχεις πολύ καιρό γίνονται πολύ σκληρά και δε μαλακώνουν στο βράσιμο, που να έχεις το Θεό μπάρμπα. Τα μακαρόνια αν μαγειρευτούν και μπουν σε γυάλινο ταπεράκι μπορούν να μείνουν στο ψυγείο για 4 μερούλες. Βέβαια θα είναι σα σφεντόνες μόλις πας να τα φας, αλλά δε θα έχουν χαλάσει. Η ίδια διάρκεια ζωής ισχύει και για το βρασμένο ρύζι.

Αυγά

Στο ψυγείο ζουν για 3-5 εβδομάδες, αν είναι ωμά. Αν τα βράσεις, ζουν λιγότερο από μια εβδομάδα. Αν τώρα θες να ρωτήσεις, πόσο ζει η σπιτική μαγιονέζα που έχει μέσα αυγό, έχω να σου πω: α) Μπράβο, είσαι θεός που φτιάχνεις σπιτική μαγιονέζα. β) Μέσα σε 5 μέρες, το πολύ μια εβδομάδα, φά' τη καλού κακού.

Τυρί

Το πόσο ζει το τυράκι, εξαρτάται από το τι τυράκι είναι. Τα μαλακά τυριά, όπως η φέτα, καλύτερα να τα καταναλώνεις μέσα σε μια εβδομάδα. Στην άλμη ζουν περισσότερο. Τα ημίσκληρα (τύπου ένταμ και κασέρι) αντέχουν δεκαπέντε μέρες περίπου. Από την άλλη, τα σκληρά, όπως το τσένταρ και η παρμεζάνα, κρατάνε περισσότερες εβδομάδες. Ερώτηση παγίδα: το Glossary Link ροκφόρ χαλάει; Απάντηση: ναι χαλάει, γιατί άλλη είναι η τεχνητή μούχλα—που προέρχεται συνήθως από σπόρους σίκαλης και χρησιμοποιείται για την παρασκευή του, και άλλη η μούχλα του τύπου «το ξέχασα στο ψυγείο 1 μήνα και το τυρί μπλάβιασε σαν να έφαγε μπουνιά στο μάτι».

Κρέας

Πονεμένη ιστορία, γιατί το βλέπεις το κοτόπουλο αγέρωχο στο ψυγείο, δε θυμάσαι από πότε το βλέπεις εκεί και αναρωτιέσαι: «Να το μαγειρέψω, να το σουτάρω, να του βάλω φτερά και να το αφήσω να πετάξει ελεύθερο; Τι να το κάνω;». Με τα κόκκινα κρέατα, είναι πιο εύκολη η ετυμηγορία. Το φρέσκο δεν ζει για πάνω από 2-3 μέρες στο ψυγείο. Μετά αλλοιώνεται, μυρίζει. Το μαγειρεμένο θα ζήσει λίγο ακόμα, αλλά θα σου συνιστούσα να μην το αφήσεις για πάνω από 5-6 μέρες. Ζαμπόν σε φέτες και καπνιστό κρέας, μια εβδομάδα στο ψυγείο και με το ζόρι (εκτός κι αν είναι κλεισμένο σε συσκευασία, οπότε έχει ημερομηνία λήξης). Καλύτερα να ψωνίζεις μικρές ποσότητες και να ανανεώνεις. Το ίδιο και το μπέικον. Στην κατάψυξη διατηρούνται μέχρι και 1-2 μήνες το πολύ. Ο κιμάς τώρα: στο ψυγείο 1-2 μέρες. Στην κατάψυξη μέχρι και 3 μήνες θα είναι κυριλέ, ό,τι κιμάς κι αν είναι, μοσχαρίσιος, χοιρινός, γαλοπούλας κλπ. Γενικώς, ένας κανόνας είναι ότι αν δεν μυρίζει καλά το κρέας την ώρα της κρίσης, μάλλον δεν είναι καλό. Επίσης, αν έχει αρχίσει να γκριζάρει ή να καφετίζει, μην το διακινδυνεύσεις. Το πιο δύσκολο να καταλάβεις αν χάλασε είναι το κοτόπουλο, αλλά κράτα στο μυαλό σου ότι αν το έχεις πάνω από 2 μέρες στο ψυγείο και έχει αρχίσει να σχηματίζει μια ψιλο-γλίτσα επάνω του, τα έχει παίξει.

Ψάρια

Και περνάμε στο κεφάλαιο «ψάρι». Για να δεις αν είναι φρέσκο, για κοίτα το στα μάτια λοιπόν και εξηγήσου (πού είναι το ζεστό το γλυκό το φιλι σου). Αν τα μάτια του είναι καθαρά και λαμπερά, είναι καλό. Αν είναι θολά, άσ' το καλύτερα. Επίσης, το ψάρι το σωστό, το καταλαβαίνεις από το

σφικτό σώμα και τα λέπια που είναι καθαρά και όχι πολύ κολλώδη, αλλά και τη μυρωδιά: πρέπει να μυρίζει σαν θάλασσα και όχι σαν άπλυτος ναύτης. Στο ψυγείο σου θα ζήσει (το ψάρι, όχι ο ναύτης) 1-2 μέρες αν είναι ωμό και 3-4 αν είναι μαγειρεμένο. Αν δε σκοπεύεις να το φας όταν το αγοράσεις, φύλαξέ το στην κατάψυξη μάξιμουμ για 2-3 μήνες αν είναι λιπαρό ψάρι (π.χ. σολομός) ή και περισσότερο αν είναι μη λιπαρό. Για τα οστρακοειδή ισχύει περίπου το ίδιο: 1-2 μέρες στο ψυγείο και 3-4 μήνες στην κατάψυξη.

Λαχανικά

Θα είμαι σύντομος και περιεκτικός. Μην τα πλύνεις πριν τα βάλεις στο ψυγείο, γιατί θα είναι σαν να τα σκοτώνεις μια ώρα αρχύτερα. Πλύνε τα λίγο πριν τα φας! Τα καρότα ζουν μέχρι και 2 εβδομάδες στην ψύξη, το ίδιο και οι πιπεριές. Τα φρέσκα κρεμμυδάκια μετά τις 4-5 μέρες αρχίζουν να μαραζώνουν σαν να ζουν ερωτική απογοήτευση. Οι πράσινες σαλάτες αντέχουν μια εβδομάδα. Οι ντομάτες δε χρειάζονται ψυγείο, την παλεύουν μια χαρά και εκτός. Και οι πατάτες, το χειμώνα, αν είναι σε δροσερό και σκιερό μέρος, κρατιούνται κούκλες. Τα μαγειρεμένα λαχανικά που ξέμειναν (μπρόκολα, φασολάκια κ.λπ.) στο ψυγείο, στις τρεις μέρες ψυχορραγούν. Για τα φρούτα ισχύει ο ίδιος κανόνας που είπαμε πριν για το πλύσιμο. Μυστικό για τις μπανάνες: έρευνες δείχνουν ότι ζουν περισσότερο όταν δεν ακουμπάνε σε άλλα φρούτα, π.χ. μήλα. Υπερφυσικό;

icookgreek.com
