TẠP CHÍ ĐIỆN TỬ
THƯƠNG HIỆU & CÔNG LUẬN

Rã đông thực phẩm đúng cách

16:47 16/09/2018

Thực phẩm đông lạnh nếu rã đông không đúng cách sẽ dễ bị nhiễm khuẩn và làm mất hương vị tươi ngon của món ăn. Để đảm bảo an toàn thực phẩm, người tiêu dùng cần lưu ý một số điều sau.



Rã đông bằng nước lạnh

Đây là cách rã đông thực phẩm được nhiều bà nội trợ yêu thích, đơn giản chỉ cho túi thực phẩm vào một ít nước lạnh. Cách này không những nhanh mà giữ được dinh dưỡng trong thực phẩm.

Lưu ý: Không để nước rã đông dính trực tiếp vào thực phẩm, tốt nhất mẹ nên giữ thực phẩm trong túi nilon khi rã đông. Trong quá trình rã đông, mẹ nên thay nước thường xuyên (sau mỗi 30 phút một lần) để đảm bảo nước đủ lạnh. Muốn rã đông nhanh hơn bạn nên cho một ít muối, hay thêm một nhánh gừng đập giập để thực phẩm tươi ngon hơn.

Rã đông bằng tủ lạnh

Cách đơn giản là chuyển thực phẩm từ ngăn đá xuống ngăn mát khoảng 1 ngày hoặc lâu hơn trước khi chế biến. Cách làm này tuy mất nhiều thời gian nhưng đây được cho là cách rã đông dễ nhất và an toàn nhất.

Cho thực phẩm vào túi thực phẩm hoặc một cái bát thủy tinh trước khi bỏ vào ngăn mát, để tránh nước từ đá đông lạnh chảy ra ảnh hưởng đến các món đồ ăn khác trong tủ lạnh. Trường hợp nếu chưa dùng ngay, người tiêu dùng vẫn có thể bảo quản thêm 3-5 ngày (trong ngăn mát), nếu muốn bảo quản lâu hơn có thể tái đông bằng cách chuyển lại ngăn đá.

Rã đông cấp tốc

Nếu cần thực phẩm để chế biến ngay, hãy dùng lò vi sóng để rã đông cho thực phẩm. Cách làm này vừa tiện lại vừa nhanh (5 phút), còn có thể chế biến trực triếp mà không cần rã đông.

Thực phẩm rã đông bằng lò vi sóng sẽ bị chín một phần và làm giảm độ thơm ngon của món ăn sau khi chế biến, nên chỉ dùng cách này khi thật sự cần. Ngoài ra, người tiêu dùng nên nấu chín thực phẩm trước khi cho trở lại tủ lạnh tái đông.

Hà Trân