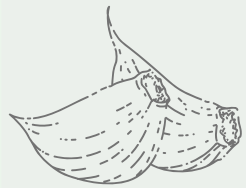
غذاهایی که میتوان به خوبی در خانه منجمد کرد

مواد غذایی منجمد در خوراکه فروشی ها ذریعه روش های خاصی در کارخانه های پروسس مواد غذایی منجمد می شوند. در زیر، نکاتی برای انجماد غذا در خانه آورده شده است.

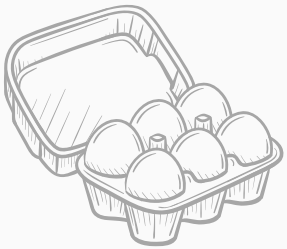
در خانه منجمد شود

- توت
- آلوی گیلاس و میوه های خسته دار
- ناک و انگور
- آبگوشت و سوپ
- مرچ سرخ و قورمه باب
- اکثر سس ها
- نان و رول پخته شده
- ریشه زنجبیل پوست شده
- سیر پوست شده
- خمیر
- گیاهان
- پیاز



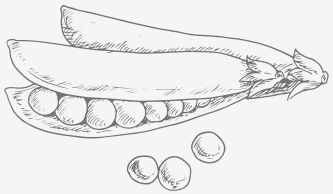
در خانه منجمد نشود

- ماکارونی پخته شده
- برنج پخته شده
- تخم مرغ پخته یا خام
- بانجان رومی خام
- سبزیجات خام
- کاهو و بادرنگ
- غذاهای سرخ شده
- کچالو

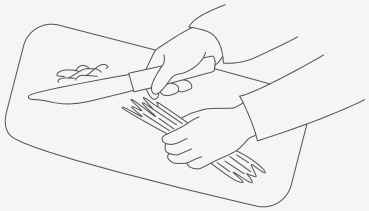


قبل از انجماد، جوشانده شود

- کدوچه
- نخود سبز
- مطر
- زردک
- بروکلی
- گلپی
- بانجان رومی



برای جوشاندن غذا



1. به توته های مساوی خرد کنید.

2. مدت کوتاهی در آب جوش قرار دهید.

راهنمای انجماد غذا در خانه

نوع غذا	ماه
میوه	8-12
سبزیجات	8-12
گوشت مرغ	6-9
ماهی	3-6
گوشت	3-4
گوشت پخته شده	1-2