

وزارة التجارة
مديرية التجارة
لولاية المسيلة

الحفظ





أطباقك مثلجة ومحفوظة وجاهزة في أي وقت!

يساعدك على تخزين معظم المأكولات التي تشتريها، كما يحافظ عليها طازجة ليقدم لك ولعائلتك وجبات صحية ومغذية. إنه فن تليج الطعام الذي يعتبر من أقدم طرق حفظ الأطعمة.

ومن أهم شروط التخزين الجيد للطعام المثلج يتطلب حرارة 18 درجة مئوية تحت الصفر، فيدوم لأشهر عديدة، طبعاً في حال علّب وخزّن بشكل صحيح. ومن أجل الحصول على طعام مثلج ذو جودة عالية، إبدأ بمكونات طازجة ذات جودة عالية. لأن التليج يحافظ على الجودة لكن لا يحسنها.

قبل التليج، تتطلب معظم أنواع الخضار السلق السريع:

نغسل الخضار ونقطعها

نضعها في سلّة مشبّكة

نغلي الماء في وعاء كبير

نضع السلّة في الماء المغلي

نتركها لمدة 5 دقائق

نخرج الخضار ونضعها فوراً في ماء مثلجة

نبردّ الخضار حتى تصبح باردة تماماً، ثم نجففها، بعد ذلك نحفظها في علب مُحكمة ونثلجها.



كيفية تثلّيج مختلف أنواع الأطعمة:

الخضار و الفاصوليا

يُمكن تثلّيج معظم أنواع الخضار الطازجة؛ نثّلج الخضار يوم شرائها بسرعة وحذر. نغسلها، ننظّفها، نقطّعها، نسلقها بسرعة ونثّلجها. إن تثلّيج الطماطم يجعلها عملية جداً للاستخدام في الأطباق المطهية والصلصات.

نصيحة للتثلّيج: لا تثلّجوا الخضار المقلي أو الخيار أو الخسّ أو الفجل لأنها تفقد من قرمشتها.

الفاكهة

بإمكاننا تثلّيج الفواكه مع أو بدون قطر. نختار الفواكه القاسية والناضجة. نغسلها بحذر لتفادي إتلافها، نقطّعها ونحفظها بحرص صغيرة داخل علب تخزين ونثّلجها.

نصيحة: لا تخزنوا الفواكه لمدة طويلة لأن قوامها قد يختلف.

السمك

ننظّف السمك. ونحفظه بالطريقة ذاتها التي نستخدمها للطهي، أي عبر لفّ السمكة بالغلاف البلاستيكي بشكل متماسك، ثم نغلّفها بغلاف ألومنيوم لحماية أفضل.

نصيحة: غلّفوا السمك دائماً بكميات من حجم الوجبات لتفادي تذبذب كميات كبيرة لا حاجة لها.



اللحوم و الدجاج

لتفادي تغيير الطعم والجفاف، نغلف اللحوم كلها جيداً قبل تثليجها. بإمكاننا لفّ غلاف الألومنيوم مرات عديدة ثم وضعها بالأكياس الخاصة بالتثليج.

نصيحة :إن كنتم تخططون لتخزين اللحم لأكثر من أسبوعين، إنزعوا الغلاف البلاستيكي الموضوع في المتاجر، وغلّفوه بأكياس خاصة للتلاجة.

الخبز و المعجنات

بإمكاننا تثليج الخبز على أنواعه في أكياس بلاستيك أو غلافات خاصة بالتثليج كغلاف الألومنيوم. تبقى جودة الخبز جيّدة لمدة 3 أشهر، الكيك لمدة شهرين، عجينة الحلوى لمدة 6 أشهر، وحلوى الجبن لمدة 2-3 أشهر.

نصيحة : للتدوير، إرخوا الغلاف واتركوه لمدة 2-3 ساعات على حرارة الغرفة.



بعض الأطعمة الغير قابلة للتثليج جيداً:

- الأطعمة المعلّبة
- البيض والمايونيز
- الخضار والفاكهة الحساسة مثل الشمام، الحمضيات، الخيار والخس.
- الصلصات التي تحتوي على الطحين أو نشاء الذرة لتكثيفها، إذ يمكن للطبقات المختلفة أن تنفصل عن بعضها.
- اللبن، الحليب والأجبان الدسمة.
- المعكرونة المطهية جيداً قد تصبح طرية جداً بعد تسخينها. فإذا كنتم ترغبون بتثليج المعكرونة أو الأطباق التي تحتويها، لا تطهوها جيداً.
- التوابل والأعشاب.

نصائح مفيدة للتثليج:

- ثلّجوا الأطعمة بأسرع وقت ممكن. لأن ذلك يساعد في تشكيل قطع الثلج الصغيرة التي لا تؤذي الطعام كثيراً خلال تذويبه.
- استخدموا كل المنتجات ضمن فترة زمنية معقولة. ابقوا لائحة بالأطعمة المثلّجة لتساعدكم على تحديد الفترات.
- تأكدوا من أن تبقى حرارة الثلاجة على 18 درجة مئوية تحت الصفر أو أقلّ للحفاظ على جودة الأطعمة.
- لا تكدّسوا الأطعمة التي تريدون تثليجها، بل رتبوها بالقرب من بعضها البعض بطبقة واحدة، كدّسوها فقط بعد أن تتحوّل إلى قطعة مثلجة.