

ምግብ

የበሰሉ ምግቦች ለረጅም ጊዜ ይቆያሉ

- ምግብዎ መበላሸት ከጀመረ፣ የበለጠ እንዲቆይ ወዲያውኑ የሚችሉትን ያህል ያብስሉ።
- መሳሪያዎቹ ካሉዎት ምግብ ያድርቁ።

የምግብ ደህንነት ወሳኝ ነው

- መጀመሪያ የሚበላሹ ምግቦችን ይመገቡ
- የተወሰኑ የምግብ ቡድኖችን ለተመለከተ መረጃ ከታች ይመልከቱ
- የወተት ተዋጽኦዎች በጣም ይበላሻሉ።
- እንቁላል ከ1 እስከ 2 ሳምንት ይቆያል።

የማጠራቀሚያ ሃብቶችን ያጋሩ

- የምግብን ደህንነት ለመጠበቅ የማቀዝቀዣ መሳሪያዎችን እና ጀነሬተሮችን ለመጋራት ከጎረቤቶች ጋር ይስሩ።
- የሚበላሹ ምግቦችን ከጎረቤቶች ጋር ይካፈሉ እና መጀመሪያ ለመብላት ያጋሩ።

ውስጡን ለማብሰል የጋዝ ወይም የከሰል መጥበሻዎችን አይጠቀሙ—የካርቦን ሞንገክሳይድ መመረዝን ሊያስከትል ይችላል። የምግብ ማዘጋጃ ቦታዎችን ንፅህና በማንጫ ውህድ ይጠብቁ። እጆችዎን ይታጠቡ ወይም የእጅ ማጽጃዎችን በተደጋጋሚ ይጠቀሙ።

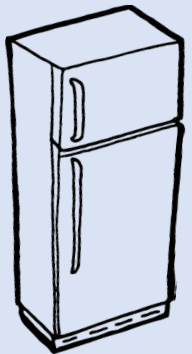
ኃይል ሲቋረጥ...

በሮች እንደተዘጉ ከቆዩ...

ማቀዝቀዣ ሊሆን ይችላል ምግብን በጥንቃቄ ያስቀምጡ ለ እስከ **4 ሰዓታት** ሙሉ ማቀዝቀዣው ይሆናል የሙቀት ለ **48 ሰዓታት**

ከሆነ ግማሽ ሙሉ ማቀዝቀዣው ይሆናል የሙቀት መጠኑን ይይዛል ለ **24 ሰዓታት**

- ውጪ ሙቀት ከሆነ፣ ምግብ ቶሎ ይበላሻል።
- አፍንጫ እና አይንዎን ይጠቀሙ - ምግብ መጥፎ ሽታ ካለው ወይም የሻገተ ከመሰለ፣ አውጥተው ይጣሉት!
- ምግብ ደህና መሆኑን ለማየት አይቅመሱ!



አንዴ የሚበላሽ ምግብ 40° ላይ ወይም ከዚያ በላይ ከሆነ፡

ከ4 ሰዓታት በኋላ ይጣሉት፡

ሁሉንም የበሰሉ ምግቦች አውጥተው ይጣሉ! ከ4 ሰዓት በኋላ

አፍንጫዎ/አይንዎ መበስበስን እስከሚለይ ድረስ ያቆዩ፡

አንዳንድ ምግብ የተበላሸ ተቆርጦ የሚወጣ አካል ይኖረዋል። የምግብ ውሳኔዎችን በተመለከት እገዛ ለማግኘት የምግብ ዝግጅት መፅሃፍ ያግኙ።