

Αυτός είναι ο καλύτερος τρόπος να πλένετε τα λαχανικά σας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Το **σωστό πλύσιμο των λαχανικών** πριν τα χρησιμοποιήσουμε στο μαγείρεμα είναι από τα πλέον σημαντικά κομμάτια της προετοιμασίας του φαγητού, για αυτό και πρέπει να γίνεται με σχολαστικότητα και προσοχή. Θα σκεφτείς, εντάξει, πόσο δύσκολο είναι πια να πλένεις το μαρούλι; Δεν είναι, υπάρχουν όμως κάποιες **λεπτομέρειες** που διαφεύγουν και στις καλύτερες μαγειρίσες. Η πιο σημαντική, και αυτή που καθορίζει αν θα πλύνεις σωστά τα λαχανικά σου, είναι η εξής:

Πρέπει πάντα να πλένεις τα μαρούλια και όλα τα πράσινα λαχανικά με ρίζα, ξεκινώντας από τη φυλλώδη πλευρά τους και ρίχνοντας το νερό προς τα κάτω

. Αν έχει μείνει χώμα στη ρίζα τους (που συνήθως σε εκείνο το σημείο μένει), αν τα πλύνεις ανάποδα θα απλώσεις το χώμα σε όλη την επιφάνεια, κάτι που σίγουρα δεν θέλεις.

Πηγή: queen.gr