

## 10 τρικ για να γλιτώσετε τα τρόφιμα από τα... σκουπίδια

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Υπάρχουν τρόποι να αποθηκεύσετε και να κρατήσετε τα φρούτα και τα λαχανικά σας φρέσκα για περισσότερο διάστημα, να διορθώσετε το φαγητό σας και να προστατέψετε τα τρόφιμα της κουζίνας σας, εξοικονομώντας χρόνο, χρήματα και φαγητό από το πουθενά!

Σίγουρα δεν είναι λίγες οι φορές που τα φρούτα ωρίμασαν πριν την ώρα τους ή που σας περίσσεψε φαγητό το οποίο τελικά κατέληξε στα σκουπίδια. Προτού, όμως, ξεφορτωθείτε κάθε μπαγιάτικο τρόφιμο της κουζίνας σας, μήπως υπάρχουν τρόποι να το αξιοποιήσετε ή ακόμα και να του ξαναχαρίσετε φρεσκάδα έτσι ώστε να το «σώσετε» από τη σακούλα των σκουπιδιών; Τα παρακάτω τρικ θα σας βοηθήσουν να γλιτώσετε τα τρόφιμά σας -και τα χρήματά σας- χωρίς κόπο.

1. Καταναλώστε το μπαγιάτικο ψωμί σαν να είναι φρέσκο, αποθηκεύοντάς το στην κατάψυξη και ζεσταίνοντάς το στο φούρνο λίγο πριν έρθει η ώρα του φαγητού.

2. Μην πετάξετε έτσι εύκολα το κρασί ή τη σαμπάνια που έχετε στο ψυγείο εδώ και αρκετό καιρό. Δοκιμάστε να βάλετε 1-2 σταφίδες μέσα στο μπουκάλι κι αφήστε τα φυσικά τους σάκχαρα να κάνουν το θαύμα τους.

3. Αν χρειάζεστε μόνο μερικές σταγόνες λεμονιού στο φαγητό ή το χυμό σας, μην κόψετε το λεμόνι στη μέση, καθώς έτσι ξεραίνεται εύκολα. Προτιμήστε να του ανοίξετε μια μικρή τρύπα με ένα αιχμηρό αντικείμενο (π.χ. κατσαβίδι) και να πάρετε από εκεί τις σταγόνες που χρειάζεστε, διατηρώντας το σε καλή κατάσταση.

4. Διατηρήστε τα βότανα φρέσκα για περισσότερο διάστημα, πλένοντάς τα χωρίζοντάς τα σε ματσάκια και αποθηκεύοντάς τα σε πλαστικές σακούλες στην κατάψυξη. Όταν τα χρειαστείτε θα ξεπαγώσουν στο λεπτό με το που τα βάλετε σε μια ζεστή κατσαρόλα ή τηγάνι.

5. Σώστε το σκληρό, κίτρινο τυρί σας και διατηρήστε την υγρασία του, απλώνοντας λίγο βούτυρο ή μαργαρίνη στις πλευρές που έχουν κοπεί. Με αυτό τον τρόπο σφραγίζεται η υγρασία του και δεν ξεραίνεται.

6. Αν τα ραπανάκια, το σέλινο ή τα καρότα σας δεν είναι πια τραγανά, βάλτε τα σε ένα μπολ με παγωμένο νερό, μαζί με μια φέτα άγουρης πατάτας. Θα ξαναβρούν άμεσα τη φρεσκάδα και την τραγανή υφή τους.

7. Ξεχωρίστε τις μπανάνες σας από τη δέσμη και τυλίξτε το κοτσάνι της κάθε μιας ξεχωριστά με σελοφάν. Με αυτό τον τρόπο θα εμποδίσετε το αιθυλένιο που απελευθερώνουν από το κοτσάνι τους να φτάσει στην υπόλοιπη μπανάνα και να ωριμάσει πριν την ώρα της.

8. Μην πετάξετε το μέλι σας αν κρυσταλλώσει ή θολώσει. Βάλτε το στο φούρνο μικροκυμάτων και ζεστάνετε το για 1 λεπτό τοποθετώντας το στη συνέχεια κάτω από κρύο νερό.

9. Σας έπεσε λίγο παραπάνω αλάτι στη σούπα ή το ζωμό σας; Προσθέστε του φέτες άγουρης πατάτας ή μήλου προκειμένου να απορροφηθεί το έξτρα αλάτι και στη συνέχεια σιγοβράστε για περίπου 10 λεπτά, πριν αφαιρέσετε τις φέτες. Αν η σούπα σας παραμένει αλμυρή, προσθέστε της λίγη ζάχαρη.

10. Αν σας περίσσεψε αρκετό ρύζι και δεν ξέρετε τι να το κάνετε, φτιάξτε μια πουτίγκα ρυζιού προσθέτοντάς του βούτυρο, κανέλα, γάλα και ζάχαρη. Εναλλακτικά, σωτάρητέ το με αβγό, σάλτσα σόγιας και φρέσκο κρεμμύδι ή δώστε του ανατολίτικο χαρακτήρα, αναμειγνύοντάς το με αμύγδαλα και σταφίδες.

**Πηγή:** [clickatlife.gr](http://clickatlife.gr)