

Οι τροφές που δεν πρέπει να μπαίνουν στο ψυγείο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι περισσότεροι από εμάς βάζουμε στο ψυγείο τα τρόφιμα τόσο φρέσκα όσο και συσκευασμένα. Υπάρχουν ωστόσο ορισμένα που δε χρειάζονται ψυγείο για να διατηρηθούν.

Το ψωμί

Το ψυγείο δεν διατηρεί το ψωμί, αλλά το αφυδατώνει και το κάνει σκληρό. Αντ'αυτού προτιμήστε την κατάψυξη και βγάλτε το όταν το χρειάζεστε.

Ο καφές

Οι κόκκοι του καφέ χάνουν το άρωμά τους αλλά και την γεύση τους, αφού η ιδιότητά του είναι να απορροφά τις μυρωδιές.

Οι μπανάνες

Οι μπανάνες στο ψυγείο απλά δεν ωριμάζουν με αποτέλεσμα να φάτε μια μη εύγευστη μπανάνα και με λιγότερα θρεπτικά συστατικά.

Οι ντομάτες

Μπορεί η φύλαξη στο ψυγείο να είναι μια πολύ καλή ιδέα για να τις διατηρήσετε και να αποτρέψετε περαιτέρω ωρίμανση, ωστόσο έτσι τις κάνετε να μααραθούν πιο γρήγορα και να χάσουν τα υγρά τους.

Τα φρέσκα βότανα

Τα φρέσκα βότανα, όπως η μέντα και ο μαϊντανός, έχουν την ιδιότητα να απορροφούν τις οσμές. Οπότε το μόνο που θα καταφέρετε βάζοντάς τα στο ψυγείο είναι να τους αλλοιώσετε τη γεύση.

Πηγή: briefingnews.gr