

KAKO ŽIVILOM PODALJŠAMO ROK TRAJANJA?

Kadar govorimo o konzerviranju hrane imamo v mislih obdelano hrano z določenimi postopki. Z njimi zaščitimo hrano, da se ne pokvari ali razpade, hkrati pa podaljšujemo njeno hranilno kakovost. Hrana se pokvari zaradi mikroorganizmov, encimov in oksidacije.

Postopki predelave hrane

- ✚ **SUŠENJE:** pri sušenju živilu odvzamemo vodo, s čimer preprečimo razvoj mikroorganizmov, ki vodo nujno potrebujejo za svojo rast. Živila lahko sušimo na zraku, soncu, v pečici pri nizki temperaturi. Pri sušeni hrani je zelo pomembno, da jo hranimo v suhem, hladnem in temnem prostoru.
- ✚ **ZAMRZOVANJE:** ta način zagotavlja dolgotrajno obstojnost živil in preprečuje rast mikroorganizmov.
- ✚ **SHRANJEVANJE NA HLADNEM, SUHEM IN TEMNEM:** nekatera živila lahko shranjujemo tudi v kleti ali na drugem primernem hladnem mestu. Prostor mora biti hladnejši od 12 stopinj Celzija, primerno vlažen in temen. Na ta način shranjujemo krompir, korenje, repo, peso, jabolka, čebulo...
- ✚ **SOLJENJE** je postopek, pri katerem meso, mesne proizvode ali sir prepojimo s soljo. Sol deluje tako, da odvzame vodo živilom in tako zavira razvoj mikroorganizmov.
- ✚ **DIMLJENJE** je kemijski postopek konzerviranja, kjer proizvajamo dim z odprtimi ognjišči ali z dimnim generatorjem, v katerem izgoreva bukov les. V dimu so sestavine, ki preprečujejo razvoj škodljivih bakterij in plesni (meso, losos, sir).
- ✚ **NARAVNO KISANJE ALI FERMENTACIJA:** tu se pri mlečnem kislinskem vrenju pod vplivom bakterij tvori mlečna kislina, ki je naravni konzervans (zelje, repa).
- ✚ **KONZERVIRANJE V KISU, OLJU, SLANICI** je način kemičnega konzerviranja, pri katerem živilo hranimo v raztopini, ki zavira rast mikroorganizmov (kumare, paprika, ribe...)
- ✚ **KONZERVIRANJE S TERMIČNO OBDELAVO ALI PASTERIZACIJO:** živila skuhamo in zgostimo s sladkorjem, vložimo v steklene kozarce in zaprte kozarce termično obdelamo (kompoti, sokovi, sirupi, marmelade...).