KAKO ŽIVILOM PODALJŠAMO ROK TRAJANJA?

Z različnimi postopki zaščitimo hrano, da se ne pokvari ali razpade, hkrati pa podaljšujemo njeno hranilno kakovost.

Postopki predelave hrane:

- **SUŠENJE:** pri sušenju živilu odvzamemo vodo, s čimer preprečimo razvoj mikroorganizmov, ki živilo kvarijo.
- **ZAMRZOVANJE:** zagotavlja dolgotrajno obstojnost živil
- **SHRANJEVANJE NA HLADNEM, SUHEM IN TEMNEM:** shranjevanje v kleti ali na drugem primernem hladnem mestu.
- **SOLJENJE:** meso, mesne proizvode ali sir prepojimo s soljo. Sol odvzame vodo živilom in tako zavira razvoj mikroorganizmov.
- **DIMLJENJE:** živilo dimimo. V dimu so sestavine, ki preprečujejo razvoj škodljivih bakterij in plesni (meso, losos, sir).
- **NARAVNO KISANJE ALI FERMENTACIJA:** kislo zelje, kisla repa
- **KONZERVIRANJE V KISU, OLJU, SLANICI:** 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…).

ROK TRAJANJA

ŽIVILO	ROK TRAJANJA	HRANIMO V …
alpsko mleko		
jogurt		
jajca		
pločevinka tune		
makaroni		
čokolada		
piškoti		