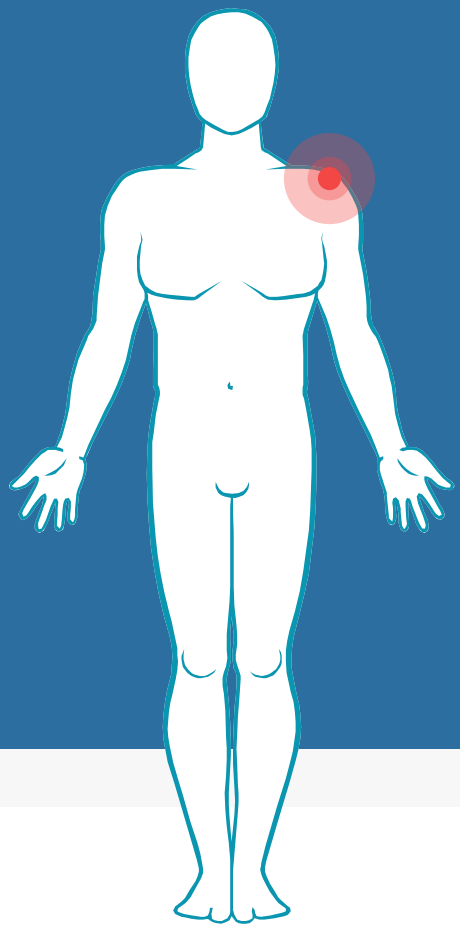
On-Call

Digitaalinen työkalupakki

Ruoan varastointi ja säilöntä



ON CALL

Erasmus+

Ruoan säilönnän edut

- Ruoan säilöntä:
  - Säästää rahaa
  - Estää ruokaa pilaantumasta,
  - Ruokavalio monipuolistuu,
  - Hedelmiä ja vihanneksia voi nauttia myös talvisin

Varastointi kellarissa

- Ruoan säilyttäminen viileässä, pimeässä paikassa kuten kellarissa, on helpoin tapa säilöä ruokaa. Kellarissa voi varastoida:
  - Perunoita
  - Porkkanoita
  - Kaaleja
  - Punajuuria
  - Omenoita
  - Sipuleja
  - Valkosipuleja

Mitä ruokia voi kuivattaa?

- Ruoan kuivaaminen on yksi vanhimmista tavoista säilöä ruokaa. Kaikkea ruokaa ei kuitenkaan voi kuivata. Voit kuivata esim:
  - Vihanneksia
  - Omenoita ja muita kausihedelmiä
  - Kananmunia
  - Lihaa
  - Jogurttia

Purkitus

- **Purkitus vesihauteen avulla:** säilötään happamia ruokia:
  - Hedelmät
  - Hillot, hyytelöt ja muut levitteet
  - Suolakurkut ja relissit

- **Purkitus paineen avulla:** säilötään vähän happamia tuotteita kuten:
  - Papuja
  - Porkkanoita
  - Maissia
  - Lihaa
  - Keittoja
  - Kastikkeita

Pakastaminen

Elintarvikkeiden pakastaminen auttaa säilyttämään maut ja ravintoaineet ja vaatii vain vähän erikoisvälineitä.

Voit jäädyttää useampia erilaisia ruokia kuten leipää, munia, lihaa, hedelmiä, vihanneksia jne

Tiettyjen tuotteiden on oltava raakoja, toisten keitettyjä ennen pakastamista parhaan laadun varmistamiseksi.

Muut säilöntätavat

- Suola- ja sokerisäilöntä – muuttaa ruoan makua ja koostumusta.

- Säilöntä alkoholiin - bakteerit eivät elä alkoholissa, joten se säilöö hyvin ja pitkäksi aikaa

Muut säilöntätavat

- Säilöntä etikkaan – happamuutensa takia etikkaa voidaan käyttää ruoan säilöntään ilman lisäkäsittelyä
- Tiivistäminen – joitakin ruokatuotteita voidaan säilöä lisäämällä niihin sokeria ja tiivistämällä haihduttamisen avulla.

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflets the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

2018-1-UK01-KA204-048095