

Ποια τρόφιμα δεν χαλάνε ποτέ;

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Fridge full of healthy products

Σε μία εποχή που είμαστε πλέον απολύτως πεπεισμένοι ότι τα πάντα γύρω μας έχουν ημερομηνία λήξεως, η φύση φροντίζει να μας δώσει μια ανάσα αισιοδοξίας: υπάρχει και κάτι που διαρκεί για πάντα.

Ο κύκλος της ζωής μπορεί να υπαγορεύει ότι από τον υπερσύγχρονο ηλεκτρονικό υπολογιστή μέχρι το βιολογικό φρέσκο κρέας που μόλις αγοράσαμε, η διάρκεια βιωσιμότητας είναι συγκεκριμένη, αλλά η φύση έχει άλλη γνώμη.

Οι επιστήμονες ονομάζουν τα οκτώ αθάνατα προϊόντα «βρυκόλακες» της διατροφικής αλυσίδας ακριβώς επειδή ο χρόνος δεν τα αγγίζει. Διατηρούν όλες τις θρεπτικές τους αξίες, την ποιότητά τους και την υγιή όψη τους όσοι... αιώνες κι αν περάσουν. Για φαντάσου!

Κι όμως, εκείνο το ρύζι με ημερομηνία παραγωγής 1982 που ξέμεινε στο ράφι της

κουζίνας και θα το πετάξετε χωρίς δεύτερη σκέψη, στην πραγματικότητα αν το μαγειρέψετε θα είναι τόσο γευστικό –και ασφαλές λένε οι ειδικοί- σαν να το αγοράσατε σήμερα! Και δεν είναι μόνο το ρύζι. Ιδού οι οκτώ τροφές που δεν αλλοιώνονται ποτέ:

Μέλι

Το μέλι διαρκεί επ' άοριστον. Μπορεί να αλλάζει χρώμα και υφή (ή ακόμη και να κρυσταλλώνει) αλλά παραμένει ασφαλές για κατανάλωση και πεντανόστιμο! Σε περίπτωση που σας ανησυχεί η κρυσταλλική του μορφή, τοποθετήστε απλώς το ανοικτό δοχείο σε ζεστό νερό μέχρι να διαλυθούν οι κρύσταλλοι.

Ζάχαρη

Η πρόκληση με την ζάχαρη δεν είναι να την διατηρήσετε φρέσκια αλλά να την προλάβετε να μην σας γίνει σκληρή σαν πέτρα. Η ζάχαρη δεν χαλάει ποτέ γιατί δεν ευνοεί την ανάπτυξη βακτηριδίων (γι' αυτό άλλωστε οι μαρμελάδες και τα γλυκά που περιέχουν μεγάλες ποσότητες ζάχαρης, διατηρούνται για πάρα πολύ καιρό εφόσον φυλάσσονται σε αεροστεγώς κλεισμένα βαζάκια). Βεβαιωθείτε μονάχα ότι έχετε αποθηκεύσει τη ζάχαρή σας σε αεροστεγές δοχείο –ώστε να κρατήσετε την υγρασία ή τα ζουζούνια μακριά- και... κοιμηθείτε ήσυχοι. Θα έχετε γλυκιά ζάχαρη για πάντα!

Ρύζι

Ακόμη και εάν το σακί ή το κουτί όπου έχετε φυλάξει ρύζι δείχνει... βρωμερό, σκεπασμένο με ένα παχύ στρώμα σκόνης από την πολυκαιρία, το προϊόν μέσα στο κουτί θα είναι ολόφρεσκο, σαν να το έχετε μόλις αγοράσει. Αυτό ισχύει για το άσπρο, το άγριο, το arborio, το jasmine και το basmati αλλά όχι για το καστανό ρύζι. Κλείστε, λοιπόν, το καπάκι για να μην μπου ζωύφια και μην αγχώνεστε. Το ρύζι σας δε θα χαλάσει ποτέ.

Δυνατά οινοπνευματώδη

Δεν χρειάζεται να βιαστείτε και να τελειώσετε το τεράστιο μπουκάλι με ρούμι που έχετε από τα... 18α γενέθλιά σας στο ντουλάπι. Τα οινοπνευματώδη ποτά μένουν αναλλοίωτα στον χρόνο, αρκεί να μην τα ζεσταίνει ο ήλιος ή κάποια εστία θέρμανσης. Αν τοποθετήσετε τα ποτά σας σε ένα σκοτεινό ντουλάπι τότε μπορείτε ακόμη και να τα χαρίσετε στα εγγόνια σας για το πάρτι ενηλικίωσής τους. Τα οινοπνευματώδη σας θα έχουν ίσως χάσει λίγο από το άρωμά τους, αλλά... ούτε που θα το καταλάβετε. Στην υγείά σας!

Καλαμποκάλευρο

Για να διατηρήσετε το καλαμποκάλευρο επ' άοριστον –όπως έκαναν οι προγιαγιάδες μας στους δύσκολους καιρούς- διατηρήστε το στεγνό, καλά

σφραγισμένο και σε δροσερό μέρος (στα πιο χαμηλά ράφια του ψυγείου, για παράδειγμα). Ακόμη κι αν περάσουν χρόνια από τότε που αγοράσατε το αλεύρι, θα το βρείτε ολόφρεσκο στη χάρτινη συσκευασία του...

Αποσταγμένο άσπρο ξύδι

Ναι, μπορείτε να αγοράσετε εκείνο το τεράστιο μπετονάκι με λευκό ξύδι που βλέπετε και στις αμερικανικές ταινίες! Δεν χρειάζεται να αγχώνεστε μήπως χαλάσει πριν το καταναλώσετε και πάνε τα λεφτά σας χαμένα. Διατηρήστε το σύμφωνα με τις οδηγίες στο μπουκάλι και θα έχετε πάντα έναν άψογο σύμμαχο για τα dressings, τις μαρινάδες ή ακόμη και την καθαριότητα του σπιτιού σας!

Καθαρό εκχύλισμα βανίλιας

Το καθαρό εκχύλισμα βανίλιας, δεδομένου ότι περιλαμβάνει αλκοόλ, θα παραμείνει φρέσκο και αρωματικό για όσο το έχετε στο ντουλάπι σας. Οι απομιμήσεις του αποστάγματος δεν έχουν βέβαια εξίσου μεγάλη διάρκεια ζωής. Γι' αυτό, λοιπόν, όταν βρεθείτε μπροστά στο ράφι του σούπερ μάρκετ μη διστάσετε να δώσετε λίγα χρήματα παραπάνω για το αυθεντικό εκχύλισμα βανίλιας. Θα το έχετε για μια ζωή...

Αλάτι

Το επιτραπέζιο αλάτι, το αμερικανικό kosher salt και το θαλασσινό αλάτι είναι πραγματικά... υπεραιώνόβια! Θα διατηρηθούν για πάντα φρέσκα και θα νοστιμίζουν το φαγητό σας ακόμη κι αν τα αγοράσατε πριν πολλάα πολλά χρόνια.

Πηγές: Huffington Post- ikypros.com