

## Πώς να καθαρίσετε τέλεια το ψυγείο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



από

*Ελευθερία Ιωαννίδου*

Το ψυγείο είναι μια συσκευή μεγάλης σημασίας, μιας και αποθηκεύει τα τρόφιμα και ως εκ τούτου από την καλή της συντήρησή εξαρτάται το θέμα της δικής μας διατροφής και υγείας. Το ψυγείο είναι ευάλωτο σε βακτήρια και μύκητες, οπότε είναι επιβεβλημένο να καθαρίζεται συχνά και ιδιαίτερα σχολαστικά. Δείτε αν τηρείτε όλα τα παρακάτω μυστικά για... ψυγείο που αστράφτει μέσα και έξω!

## Τα συρτάρια και οι σχάρες

Αφού έχετε βάλει τον θερμοστάτη στο μηδέν και έχετε βγάλει το ψυγείο από την πρίζα, αφαιρείτε τις διαχωριστικές σχάρες και τα συρτάρια και τα πλένετε με άφθονη σαπουνάδα (νερό και απορρυπαντικό) ή με νερό και μαγειρική σόδα. Τα ξεπλένετε και τα σκουπίζετε με μια καθαρή πετσέτα.

## Το εσωτερικό του ψυγείου

Η χλωρίνη είναι τοξική οπότε θεωρείται ακατάλληλη για το εσωτερικό του ψυγείου. Προτιμήστε ζεστό νερό με λευκό ξύδι ή με πράσινο σαπούνι (μια καλή αναλογία θα ήταν ένα φλιτζάνι ξύδι διαλυμένο μέσα σε 4 περίπου λίτρα ζεστό νερού). Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε μαγειρική σόδα διαλυμένη σε ζεστό νερό (2 κουταλιές της σούπας σε μια μικρή λεκάνη με νερό).

Περνάτε τις επιφάνειες στο εσωτερικό του ψυγείου με ένα σφουγγάρι που έχετε βουτήξει στο παραπάνω μείγμα και στην συνέχεια σκουπίζετε. Εάν οι οσμές επιμένουν, μπορείτε να περάσετε τις επιφάνειες στο εσωτερικό του ψυγείου με ένα σφουγγάρι που έχετε βουτήξει σε διάλυμα από νερό και λεμόνι.

## Λάστιχα στην πόρτα του ψυγείου

Έχετε παρατηρήσει ότι το ψυγείο μπορεί να πιάσει απίστευτη βρωμιά στα εσωτερικά λάστιχα της πόρτας. Αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να πάρετε μια παλιά οδοντόβουρτσα και να την βουτήξετε σε μείγμα μαγειρικής σόδας και νερού. Με λίγη υπομονή, η βρωμιά που έχει συγκεντρωθεί στα χωρίσματα του ψυγείου θα εξαφανιστεί.

## Η εξωτερική επιφάνεια

Το εξωτερικό μέρος του ψυγείου μπορεί να καθαριστεί εύκολα με μια σαπουνάδα από νερό μαζί με απορρυπαντικό πιάτων ή με πράσινο σαπούνι. Τρίψτε το ψυγείο με ένα σφουγγάρι που έχετε βουτήξει στο συγκεκριμένο μείγμα και στην συνέχεια σκουπίστε με μια καθαρή πετσέτα.

## Γύρω από το ψυγείο

Σημαντικό είναι να καθαρίσετε σχολαστικά κάτω και πίσω από το ψυγείο, καθώς είναι σημεία που συγκεντρώνουν ιδιαίτερη σκόνη. Μπορείτε να το κάνετε με μια ηλεκτρική σκούπα ή με μια απλή σκούπα, αρκεί να καθαρίσετε όλες τις γωνίες που μπορεί να κρύβουν μέχρι και... κομματάκια από τρόφιμα!

## Άσχημη μυρωδιά μέσα στο ψυγείο

Αν μυρίζει όλο το ψυγείο από κάποιο τρόφιμο, αυτό που μπορείτε να κάνετε είναι να τοποθετήσετε στο κέντρο ένα μπολ με ζεστό γάλα. Αφήστε το εκεί για αρκετές

ώρες.

Εάν τώρα θέλετε να αποφύγετε προληπτικά τις μυρωδιές στο εσωτερικό του ψυγείου, μπορείτε να γεμίσετε και να τοποθετήσετε στο εσωτερικό ένα φλιτζανάκι με νερό και μαγειρική σόδα. Κάνει θαύματα!

Σημασία στην ημερομηνία λήξης

Εννοείται πως όποιο τρόφιμο έχει λήξει, πηγαίνει στα σκουπίδια. Καλό θα ήταν, για να μην βρίσκεστε συχνά προ εκπλήξεως, να έχετε έναν χώρο (ή ένα ράφι) στο ψυγείο όπου θα αποθηκεύετε τα τρόφιμα που λήγουν πιο νωρίς. Προσπαθήστε σε κάθε περίπτωση να μην φορτώνετε το ψυγείο με τρόφιμα που λήγουν γρήγορα και να καταναλώνετε κατευθείαν τροφές όπως το γάλα και το γιαούρτι.

Σωστή αποθήκευση τροφίμων

Είναι σημαντικό να μεταφέρετε τα τρόφιμα σε δικά σας δοχεία και να τα κλείνετε καλά. Οι συσκευασίες από το σούπερ μάρκετ έχουν μικρόβια τα οποία μπορούν να εξαπλωθούν σε όλο το ψυγείο. Εάν τα τρόφιμα είναι καλά συσκευασμένα τότε το ψυγείο δεν θα παρουσιάζει άσχημες οσμές.

Σύμφωνα με το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο Πληροφόρησης για τα Τρόφιμα, το πιο ψυχρό σημείο στο ψυγείο είναι το χαμηλότερο. Στο χαμηλότερο ράφι πρέπει να τοποθετούνται το νωπό κρέας και το ψάρι, ενώ στα συρτάρια που βρίσκονται από κάτω τοποθετείτε λαχανικά και φρούτα που μπορεί να χαλάσουν σε χαμηλότερες θερμοκρασίες. Τα βάζετε σε χάρτινες σακούλες, αλλά μπορείτε να στρώσετε από κάτω και λίγο χαρτί, σε περίπτωση που χαλάσει κάποια τροφή. Τα αβγά, τα γαλακτοκομικά και τα αλλαντικά αποθηκεύονται στα μεσαία και στο ψηλότερο ράφι. Στα ράφια που βρίσκονται στην πόρτα του ψυγείου τοποθετείτε προϊόντα που προορίζονται για ελαφριά ψύξη, όπως είναι τα ποτά, η μουστάρδα και το βούτυρο.

Να θυμάστε επίσης ότι υπάρχουν τροφές που δεν χρειάζονται ψύξη, όπως π.χ. τα εξωτικά φρούτα, οι ντομάτες, τα φασολάκια, τα αγγούρια και τα κολοκυθάκια. Το ψωμί μπαγιάτευει γρηγορότερα μέσα στο ψυγείο. Τα φρούτα και τα λαχανικά που χρειάζονται ωρίμανση πρέπει να διατηρούνται σε θερμοκρασία δωματίου. Τηρώντας αυτά τα απλά μυστικά το ψυγείο σας θα παραμείνει καθαρό και εσείς θα διαφυλάξετε καλύτερα την διατροφή και την υγεία σας.

**Πηγή:** [mama365.gr](http://mama365.gr)