

Jak mrozić warzywa i owoce?



Opis wskazówki

[photo id="1125"]

Ujemna temperatura pozwala zachować wygląd, barwę oraz smak. Dzięki temu nawet zimą, gdy sezon na większość z nich się skończył, możesz się nimi cieszyć. Największą zaletą mrożenia, pod względem kwestii zdrowia i żywienia, są minimalne straty witamin.

Od czego zacząć?

Zarówno warzywa jak i owoce do mrożenia należy odpowiednio przygotować. Jest to niezbędne do zachowania smaku, wartości odżywczych, konsystencji oraz bezpieczeństwa żywności. Zebrane/kupione produkty należy dokładnie przeglądnać. Obite, zepsute, nadgnięte lub zapleśniałe nie nadają się do mrożenia. Niska temperatura wydłuża trwałość, ale nie poprawi jakości. Po posortowaniu owoców należy je dokładnie umyć i wysuszyć. Mokre owoce i warzywa pokryją się warstwą dodatkowego i niepotrzebnego lodu, który spowoduje zbrylenie oraz naruszy konsystencję. Suche owoce szybciej i równomierniej się zamrażają, a do tego nie skleją się. Oprócz mycia w niektórych przypadkach konieczne będzie obranie lub usunięcie pestek i szypulek.

Blanszować przed mrożeniem?

Jest ono konieczne w przypadku większości warzyw. Blanszowanie polega na zanurzeniu (na około 60 sekund) lub przelaniu wrzątkiem całych lub pokrojonych warzyw. Proces ten pozwala zachować smak, aromat oraz barwę, ale przede wszystkim ułatwia i znacznie przyspiesza obróbkę po rozmrożeniu. Jakie warzywa należy blanszować? Brokuła, kalafiora, groszek, fasolkę szparagową, marchew, pora, pędy bambusa, szpinak oraz jarmuż. Dynię czy bakłażana można, ale nie trzeba traktować wrzątkiem. Cukinii, pieczarek i cebuli nie należy blanszować – to delikatne produkty, które mogłyby stracić swoją konsystencję.

Jak mrozić warzywa i owoce?

Małe owoce i warzywa można mrozić w całości. Duże można pokroić. Przykładowo pieczarki i cukinię można podzielić na pół i jedną część pokroić w plasterki, a drugą w kostkę. Dynię najlepiej będzie pokroić w kostkę. Papryka, pędy bambusa, marchew i por najpraktyczniej pokroić w paseczki. Odpowiednie pokrojenie warzyw pozwoli zaoszczędzić i lepiej wykorzystać miejsce w zamrażalniku. Owoce jagodowe i inne o podobnych rozmiarach najlepiej mrozić na tackach i dopiero później przesypywać do worków. Innym ciekawym pomysłem na mrożenie jest przygotowanie puree i zamrożenie go w foremkach do lodów. Pozwala to na dokładne odmierzenie porcji i późniejsze wykorzystanie do koktajli, sosów czy deserów.

Czy wiesz, że projektanci Bosch opracowali system VarioZone? To system wyjmowanych szuflad i półek, który umożliwia stworzenie wewnątrz komory zamrażarki odpowiednio dużej przestrzeni. Dzięki temu dopasujesz miejsce w zamrażarce do indywidualnych potrzeb.

Jeśli mroisz dużo i zawsze brakuje Ci miejsca w zamrażarce, idealnym rozwiązaniem będzie szuflada BigBox, która jest bardzo pojemna i przeznaczona do przechowywania dużych mrożonek oraz składowania pojemników.

Jak i w czym mrozić?

Do mrożenia żywności najlepiej sprawdzą się akcesoria do pakowania próżniowego. W takich warunkach produkty warto także przechowywać w lodówce, przedłużając ich świeżość nawet dwukrotnie. Brak tlenu sprawia, że guacamole zachowuje swój zielony kolor, a truskawki dłużej są jędrne i łśniące. Dzięki pompie próżniowej, dołączonej do blendera ręcznego marki Bosch, z łatwością "odpowietrzysz" zarówno wnętrze pojemnika, jak i woreczki próżniowe w dwóch rozmiarach. Rozszerzony wachlarz możliwości posiada blender kielichowy, w którym – oprócz pakowania próżniowego – można także blendować w próżni.

Zwykłe woreczki wykonane są z folii nieodpornej na działanie ujemnych temperatur. Przez to często podczas wyciągania lub