

Jak kroić cebulę bez płakania?



# Opis wskazówki

Praktyczne porady na krojenie cebuli bez łzawienia oczu.

Jak sobie radzić z cebulą, która jest jednym z nieodłącznych składników większości potraw w Polskiej (i nie tylko) kuchni i powoduje tyle... łez? Zapoznaj się ze sprawdzonymi sposobami na łzawienie oczu podczas krojenia cebuli. Na samym wstępie warto odpowiedzieć sobie na podstawowe pytanie: dlaczego płaczemy podczas krojenia cebuli? W momencie, gdy nasz nóż sieka cebulę, naruszona zostaje struktura komórkowa, a ze zniszczonych komórek wydobywa się enzym, który w efekcie reakcji chemicznej wywołuje łzawienie oczu. A teraz przejdźmy już do rzeczy, czyli domowych sposobów na poradzenie sobie z niepożądanym wzruszeniem. Batalia z cebulą wymaga odpowiedniej postawy. Po pierwsze, podczas krojenia cebuli odsuń głowę jak najdalej od noża, staraj się także oddychać przez usta, a nie przez nos, aby nie podrażnić śluzówki. Pamiętaj o tym, aby pomieszczenie było w miarę dobrze wentylowane (otwarte okno, włączony okap etc.) co również zminimalizuje „chęć” płakania. Sposób na cebulę: ostry i mokry nóż To czy nasz nóż jest ostry również ma znaczenie – krojąc cebulę „tępowym” narzędziem miażdżymy włókna i wydzielana jest większa ilość soku bogatego w płaczliwy enzym. Podczas krojenia pamiętaj o tym, aby nóż regularnie moczyć w zimnej wodzie – dzięki temu enzymy „skorzystają” z wilgoci znajdującej się na ostrzu, zamiast podrażnić Twoje oczy. Dobrym pomysłem jest także zamoczenie deski do krojenia, choć nie jest to zbyt wygodne rozwiązanie. Potraktuj cebulę na zimno Jeśli masz na tyle czasu – obierz cebulę i włóż ją do zamrażarki na 10-15 minut. Dzięki temu osłabisz działania enzymu wywołującego łzawienie. Możesz równie dobrze obraną cebulę wystawić na kilkanaście minut na zewnątrz (na balkon, parapet, etc.) co również spowoduje osłabienie płaczliwych właściwości. Google narciarskie w kuchni? Okulary pływackie, gogle narciarskie, maski do nurkowania... może to brzmieć nieco abstrakcyjnie, ale prawda jest taka, że wszystko, co odcina dopływ powietrza do gałki ocznej... po prostu zadziała. O czym jeszcze należy pamiętać? • Nie przecieraj oczu palcami, którymi kroisz cebulę • Nie odcinaj „piętki” cebuli • Jeśli pozwala na to pora roku i warunki – krój cebule na świeżym powietrzu. Najskuteczniejszym sposobem na cebulę jest jednak stara, sprawdzona metoda – powierz to zadanie komuś innemu. ;)