

Jak przechowywać jajka?



# Opis wskazówki

Jajka to produkt bardzo zdrowy, pełen składników mineralnych i białka.

Aby jednak zachowały one swoje cenne wartości, należy dbać o ich prawidłowe przechowywanie.

## Chłodne miejsca

Jajka należy przechowywać przede wszystkim w warunkach chłodniczych. Już pokojowa temperatura zmniejsza bowiem ich trwałość, najlepiej więc przechowywać jajka w lodówce. Warto zapamiętać, że powinno się je wyciągać z lodówki tuż przed użyciem, a jeśli zostaną ogrzane do temperatury pokojowej, nie powinno ich się ponownie wkładać do lodówki, gdyż różnica temperatury zachwieje naturalną wewnętrzną ochroną jaj.

## Czas przechowywania

Oczywiście, oprócz lodówki, można zdecydować się na miejsca chłodne, suche i ciemne, w których temperatura nie przekroczy 12 stopni. Jednakże jajka tak przechowywane nie powinny leżeć dłużej niż 14 dni ze względu na ich walory odżywcze. Jeśli chodzi o przechowywanie jaj w lodówce, czas ten wydłuża się nawet do 4-5 tygodni.

## Aromaty

Jajka powinny być przechowywane z dala od mocno aromatycznych produktów, takich jak czosnek, cebula, ser czy owoce cytrusowe. Jaja są bardzo wrażliwe na takie aromaty i nimi przesiąkają, dlatego też powinno się je trzymać w osobnych komorach, albo w szczelnie zamkniętym opakowaniu.

## Okrągły koniec na górze

Wbrew pozorom, na wydłużenie świeżości jajek, wpływa nawet to, którym końcem są ułożone do góry. Każdy z nas wie, że jeden koniec jajka jest nieco bardziej zaokrąglony, a drugi spiczasty. To właśnie w okrągłej części jaja, która zawsze powinna być ułożona do góry, znajduje się komora powietrzna, dzięki której można przedłużyć świeżość jajek.

## Mrożenie

Jajka można również mrozić - wystarczy, że pozbędziemy się skorupki. Bez obaw można mrozić zarówno całe jajo, jak osobno żółtko i białko. Należy jednak pamiętać o tym, że jajka muszą być przechowywane w szczelnie zamkniętych pojemnikach.