

食品の保存方法



～野菜編～

今回はカレーやシチューなど
様々な料理に使うこちらの野菜👨🍳



玉ねぎ



じゃがいも



人参

保存方法ご紹介👨🍳

2枚目から

玉ねぎ

原則常温ですが、夏場は冷蔵保存！

常温(1~2か月)

暗くて涼しく、風通しの良い場所に保存。



新聞紙orペーパーで
全体を包む

冷蔵保存(1か月)

夏場は冷蔵保存がオススメ！

野菜室で保存



新聞紙orペーパーで
全体を包む

冷暗所で保存

冷凍保存(1か月)

好みの切り方で冷凍！

スライス



新聞紙orペーパーで
全体を包む

じゃがいも

原則常温保存ですが、夏場は冷蔵保存！

※冷凍はオススメしません。

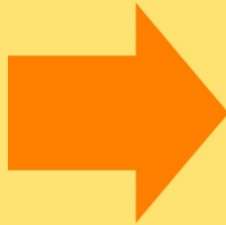
常温(3か月)

暗くて涼しく、風通しの良い場所に保存。



冷蔵保存(3か月)

湿気が多い夏場は冷蔵保存の方がオススメ！



野菜室で保存

人参

洗って水気をとっておく

冷蔵(2~3週間)

乾燥や湿気から守りましょう！



冷凍(1ヶ月)

冷凍する場合は、切った状態(乱切りや細切りなど)で保存袋に入れて保存しましょう！

ただし、人参は風味や食感が変わってしまうので個人的には冷凍をオススメしません😂笑