

食品の保存方法



～肉編～

こんなことはありませんか…？

買ったまま冷蔵庫にいれてたら
赤い水が出てきました😭



冷凍庫に入れたらカピカピに
なっちゃいました😭びえん



💡 保存する時のポイント 💡

① なるべく空気に触れさせない！！

→酸化や乾燥は美味しさ半減😭

② 水気を拭き取る！

→水気を拭き取らないとおいに「がごいす」。

③ 新鮮な内に保存する。

→賞味期限が迫ってから冷凍しても
美味しさは戻りません！

④ 温度管理は適切に。

→冷蔵であればチルド室に、
冷凍であれば急速冷凍を！

保存方法①

すぐに使う場合…



そのままOK!
パックのまま冷蔵庫へどうぞ🍖

しかし…

! 1日以上空いてしまう場合、
パックのまま保存するのはNG🙅

→次へ

保存方法②

1日以上空いてしまう場合…



50g~80g/1人に
なるように分ける!

ラップで包むor
ポリ袋に入れて口を縛る

フリーザーバッグに
入れて保存!

→冷蔵庫ならチルド室へ(2~3日以内)

→冷凍庫なら急速冷凍!(3週間~1ヶ月以内)

※解凍は流水か冷蔵庫で!