

بسیاری از سبزیجات و میوه‌ها می‌توان با استفاده از آب و نمک و سرکه برای مدت کوتاهی نگهداری کرد. (شور)



دروتیه شورینگات زیرتوجه کنید:

* آب نمکی که برای تهیه شور استفاده می‌شود باید حتماً جوشیده و دارای ۴ تا ۲ درصد نمک باشد.

* از ورود هوا به ظروف محتوی شور حداقل تا ۲۰ روز جلوگیری شود و به همین خاطر بهتر است در ظرف شور لحیم شود یا با خمیر گرفته شود.

* بعد از باز شدن باید در یخچال نگهداری شود.

* در تهیه انواع شور دقت شود که تمام مواد زائد چسبیده به میوه و سبزی کاملاً جدا شود. چون وجود این مواد احتمالاً موجب کپک زدگی و نرم شدن شور می‌شود.

* اگر از خیار در تهیه شور استفاده می‌شود خیارها باید سالم باشند و در زمان مصرف خورد شوند.

* از ادویه جاتی مانند گلپر، و یا سبزیجاتی مثل ترخون برای طعم و آنها صدمه می‌زنند.

فرآوری و نگهداری محصولات کشاورزی



در موقع خرد کردن میوه‌ها برای جلوگیری از تغییر رنگ آنها، میوه‌ها را در محلول رقیق آب نمک بریزید یا از محلول آب لیموی رقیق استفاده کنید.

بعد از بیرون آوردن در آب سرد بشوئید و سه دقیقه در آب جوش وارد نمائید. این کار موجب می‌شود که عطر و رنگ و طعم میوه‌ها حفظ شود. میوه‌ها را داخل ظروف شیشه‌ای که درب آن محکم بسته می‌شود بریزید و سپس شربت آماده شده را روی میوه‌ها اضافه کنید. شیشه‌های محتوی مواد آماده شده را به مدت ۲۰ دقیقه در آب جوش بجوشانید.



نتیجه گیری

استفاده از این راههای سنتی و بسیار آسان در کنار کارخانجات صنایع تبدیلی و نگهداری محصولات کشاورزی تا حد بسیار زیادی از بروز ضایعات کشاورزی جلوگیری خواهد کرد.

به امید روزی که بتوانیم با این گامهای کوچک گام بسیار بزرگی در جهت عدم وابستگی کشورمان برداریم.

* از میوه‌های له شده و کاملاً رسیده برای این کار استفاده نشود.

* غلظت مربا و شیره آن باید به حد لازم قوام آورده باشد. (برای این کار مقداری شربت مربا را در یک استکان آب سرد بریزید اگر قطره در ته استکان قرار گرفت مربا قوام آورده است).

* مرباهایی که از میوه‌های شیرین تهیه شده باشند بعد از قوام آمدن باید کمی آب لیمو به آن اضافه کرد.

* شکرک زدن مربا نشانده‌نده این است که مربا بیش از حد جوشانده شده است و کپک زدن آن نشان می‌دهد مربا به اندازه کافی قوام نیاورده است.

* برای جلوگیری از فساد مواد غذایی نباید آنها را روی هم انباشته کرد بلکه آنها را باید در طبقه بندیهای مناسب قرار داد.

* توجه داشته باشیم که گونی‌ها و کیسه‌های مواد غذایی را با فاصله ای معینی روی هم یا در کنار هم قرار دهیم.

* برای اینکه مربا زودتر قوام بیاید بهتر است ۲ درصد میوه‌های مورد استفاده نارس باشد.

* از روی هم انباشته شدن مواد غذایی به خصوص آنها که تنفس می‌کنند مثل غلات، حبوبات و سبزیجات جلوگیری شود زیرا به کیفیت

* برای تهیه مربا بهتر است از ظروف لعابی استفاده کنید.



منابع

* کتاب نگهداری و دخیره سازی انواع میوه و سبزی (دکتر حمید ایرانزاد)

* کتاب اصول تبدیل و نگهداری محصول کشاورزی (دکتر جواد میدانی)

* دانش امروز و زنان روستایی (دفتر ترویج فعالیتهای زنان روستایی)

* نشریات و بروشورهای ترویجی



نگهداری با استفاده از شکر

با افزودن شربت یا شکر به میوه سبزی و پختن و رساندن آن به غلظت معینی می‌توان مربا یا مارمالاد آن میوه را تهیه کرد.

میوه‌ها را داخل ظروف شیشه‌ای که درب آن محکم بسته می‌شود بریزید و سپس شربت آماده شده را روی میوه‌ها اضافه کنید. شیشه‌های محتوی مواد آماده شده را به مدت ۲۰ دقیقه در آب جوش بجوشانید.



دروتیه مربا و مارمالاد توجه به نکات زیر ضروری است:

* در موقع طبخ مربا در ظرف آن باید باز باشد تا رنگ آن تغییر نکند. به جز مربا که در ظرف باید حتماً بسته باشد.

* در برابر رطوبت غیر قابل نفوذ باشد.

* غیر قابل نفوذ به حرارت باشند.

* در و پنجره‌های آن دارای تورهای سیمی باشند تا از نفوذ حشرات جلوگیری شود.

* دارای نور کافی باشند (نور غیر مستقیم) و در آنها تهیه به خوبی انجام گیرد.

* قفسه بندی شده باشند و برای کنترل درجه حرارت و رطوبت وسایل لازم را داشته باشد.

* برای جلوگیری از فساد مواد غذایی نباید آنها را روی هم انباشته کرد بلکه آنها را باید در طبقه بندیهای مناسب قرار داد.

* توجه داشته باشیم که گونی‌ها و کیسه‌های مواد غذایی را با فاصله ای معینی روی هم یا در کنار هم قرار دهیم.

* از روی هم انباشته شدن مواد غذایی به خصوص آنها که تنفس می‌کنند مثل غلات، حبوبات و سبزیجات جلوگیری شود زیرا به کیفیت

* آنها صدمه می‌زنند.



نگهداری با استفاده از شکر

یکی دیگر از روش‌های بسیار مهم و متداول نگهداری مواد غذایی در انبار می‌باشد. انبارهایی که به طریق صحیح و علمی ساخته شده و به وسائل لازم مجهز باشد.



این انبارهای باید شرایط زیر را لائمه باشند:

* در تهیه شورینگات زیر توجه کنید.

* آب نمکی که برای تهیه شور استفاده می‌شود باید حتماً جوشیده و دارای ۴ تا ۲ درصد نمک باشد.

* از ورود هوا به ظروف محتوی شور حداقل تا ۲۰ روز جلوگیری شود و به همین خاطر بهتر است در ظرف شور لحیم شود یا با خمیر گرفته شود.

* بعد از باز شدن باید در یخچال نگهداری شود.

* در تهیه انواع شور دقت شود که تمام مواد زائد چسبیده به میوه و سبزی کاملاً جدا شود. چون وجود این مواد احتمالاً موجب کپک زدگی و نرم شدن شور می‌شود.

* اگر از خیار در تهیه شور استفاده می‌شود خیارها باید سالم باشند و در زمان مصرف خورد شوند.

* از ادویه جاتی مانند گلپر، و یا سبزیجاتی مثل ترخون برای طعم و آنها صدمه می‌زنند.

* عطر بخشیدن به شور و ترشی می‌توان استفاده کرد.



نگهداری با استفاده از انبارهای مناسب

بسیاری از سبزیجات و میوه‌ها را می‌توان با استفاده از آب و نمک و سرکه برای مدت کوتاهی نگهداری کرد. (شور)



این انبارهای باید شرایط زیر را لائمه باشند:

* در برابر رطوبت غیر قابل نفوذ باشد.

* غیر قابل نفوذ به حرارت باشند.

* در و پنجره‌های آن دارای تورهای سیمی باشند تا از نفوذ حشرات جلوگیری شود.

* دارای نور کافی باشند (نور غیر مستقیم) و در آنها تهیه به خوبی انجام گیرد.

* قفسه بندی شده باشند و برای کنترل درجه حرارت و رطوبت وسایل لازم را داشته باشد.

* برای جلوگیری از فساد مواد غذایی نباید آنها را روی هم انباشته کرد بلکه آنها را باید در طبقه بندیهای مناسب قرار داد.

* توجه داشته باشیم که گونی‌ها و کیسه‌های مواد غذایی را با فاصله ای معینی روی هم یا در کنار هم قرار دهیم.

* از روی هم انباشته شدن مواد غذایی به خصوص آنها که تنفس می‌کنند مثل غلات، حبوبات و سبزیجات جلوگیری شود زیرا به کیفیت آنها صدمه می‌زنند.

* عطر بخشیدن به شور و ترشی می‌توان استفاده کرد.



نگهداری بوسیله سرمه

یکی از راههای بسیار متداول در شهر و روستا نگهداری میوه ها و سبزیها با استفاده از سرمه و تهیه ترشی می باشد.



در تهیه ترشی نکات زیر اهمیت فراوان دارد:

- * هرگز از ظروف مسی، برنجی، آهنی و پلاستیکی برای این کار استفاده نشود.
- * مواد مورد نظر برای تهیه ترشی باید هیچگونه رطوبتی نداشته باشد.
- * بهترین سرمه برای تهیه ترشی انگور می باشد.
- * ظروف شیشه ای و درب آنرا برای مدت ۱۵ دقیقه در آجبوش بجوشانید و بعد از خشک شدن آنها را پرنمایند.
- * شیشه ها را در جای تاریک و خنک نگهداری کنید.



نگهداری به طریق جوشانیدن و غلیظ کردن

بعضی از محصولات کشاورزی را می توان با کمک جوشانیدن و غلیظ کردن برای مدتی نگهداری کرد. لواشک ها و انواع رب ها از این نوع می باشد.



نکات کلیدی مورد برای این روش:

- * برای این کار از میوه های کاملاً رسیده و سالم استفاده کنید و مطمئن باشید که میوه ها کپک زده نیستند.

* برای اینکه قابلیت نگهداری رب افزایش یابد در تهیه آن از ۲ تا ۵ درصد گوجه های نارس استفاده نمایید.

* برای نگهداری رب حتماً از ظروف شیشه ای استفاده کنید و قبل از پر کردن ظروف و درب را به مدت ۱۵ دقیقه در آب بجوشانید و پس از خشک شدن رب را به حالت داغ در آن بپریزند و در مرحله آخر روی آن روغن اضافه کنید و شیشه ها را به مدت چند ثانیه وارونه نگاه دارید.

* در تهیه لواشک میوه های ترش مناسب تر هستند.

* از ترکیب چند میوه نیز می توان لواشک های با طعم و رنگهای گوناگون تهیه کرد.

* اضافه کردن مقدار کمی نمک و شکر به خوش طعمی لواشک و ماندگاری آن کمک می کند.



نگهداری با استفاده از سرمه

استفاده از سرمه یکی از بهترین و متدالترین راههای نگهداری مواد غذایی است که به صورتهای مختلف از جمله استفاده از یخچالهای ساده خانگی یا فریزر صورت می گیرد.



نکات کلیدی مورد برای این روش:

* درجه حرارت قسمت پایین یخچال در حدود ۴ درجه سانتی گراد است و در این درجه حرارت مقدار زیادی از میکروبها فعال بوده و به سادگی می توانند مواد غذایی را فاسد نمایند. بنابراین مواد فاسد شدنی را نمی توان برای مدت طولانی در یخچال نگهداری کرد. بلکه برای نگهداری طولانی بهتر است از جایخی یا فریزر استفاده شود. که دمای آن همیشه زیر صفر درجه باشد.

* مواد غذایی از قبیل سبزیجات را باید قبل از انجماد حرارت داد. این کار سبب می شود که یکروبهایی که باعث تغییرات نامطلوب ماده غذایی می شود ازین برود.

* عمل خشک کردن میوه ها باید در همان روز برداشت انجام شود و محصول صبح زود برداشت شود.

* هوا باید به اندازه کافی خشک باشد و روز آفتابی و گرم بهترین موقع برای این کار است ولی عمل خشک کردن باید در سایبان و در نور غیر مستقیم صورت گیرد.

* گذاهای مختلف در اطراف میوه ها باید به خوبی انجام شود و روزی دو تا سه یخچال و فریزر نگهداری کنید.

* مواد غذایی که دارای روغن گیاهی هستند نباید منجمد شوند چون طعم آنها تند و نامطلوب می شود.

* هر قدر سرعت انجام مواد غذایی بیشتر باشد تغییرات ناخوشایند بر غبار و حشرات قرار دهید و هر چند وقت یکبار به آنها سر بزنید.



نگهداری از طریق خشک کردن با استفاده از گرمای خورشید

استفاده از گرمای خورشید یکی از روشهای بسیار ساده و قدیمی و ارزان که برای اکثر محصولات کشاورزی استفاده می شود از مهمترین مزایای آن کم بودن هزینه و سهولت بسته بندی و حمل و نقل می باشد.



نکات کلیدی مورد برای این روش:

* میوه هایی که برای خشک کردن انتخاب می شوند باید از بهترین و مرغوبترین نوع باشند، میوه های باید گوشتشی، شیرین، درشت و یکنواخت انتخاب شوند.

* عمل خشک کردن میوه ها باید در همان روز برداشت انجام شود و محصول صبح زود برداشت شود.



نگهداری محصولات کشاورزی

اهمیت از نظر اقتصادی: تبدیل محصولات کشاورزی در فصل هایی که محصول فراوان و ارزان است سبب می شود تا با فرآوری محصول و تنوع، محصول تولید شده به قیمت مناسب در بازار عرضه شود و محصولاتی که به صورت بهداشتی فرآوری شده باشند و با بسته بندی مطلوب ارائه گردند می توانند برای صادرات در بازار جهانی نیز رقابت داشته باشد.

اهمیت از نظر سیاستی: تامین غذا و تبدیل و نگهداری محصولات کشاورزی با جلوگیری از ضایعات می تواند به خود کفایی کشور و در نتیجه عدم وابستگی به کشورهای دیگر منجر شود.



روش های فرآوری محصولات کشاورزی

- ۱- نگهداری از طریق خشک کردن با استفاده از گرمای خورشید
- ۲- نگهداری با استفاده از سرمه
- ۳- نگهداری به طریق جوشانیدن و غلیظ کردن
- ۴- نگهداری بوسیله سرمه
- ۵- نگهداری بوسیله نمک
- ۶- نگهداری با استفاده از انبارهای مناسب
- ۷- نگهداری با استفاده از شکر